

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE SINAVINA HAZIRLANAN LİSE
ÖĞRENCİLERİNDE DENETİM ODAĞI İNANCININ
UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNE ETKİSİ:
AVCILAR-BEYLİKDÜZÜ ÖRNEKLEMİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:
Pınar ÇİFTEGÖZ

İstanbul, 2018

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE SINAVINA HAZIRLANAN LİSE
ÖĞRENCİLERİNDE DENETİM ODAĞI İNANCININ
UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNE ETKİSİ:
AVCILAR-BEYLİKDÜZÜ ÖRNEKLEMİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:
Pınar ÇİFTEGÖZ

Öğrenci No:
140790132

Danışman:
Prof. Dr. Mehmet Kerem Doksat

İstanbul, 2018

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “**ÜNİVERSİTE SINAVINA HAZIRLANAN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE DENETİM ODAĞI İNANCININ UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNE ETKİSİ (AVCILAR-BEYLİKDÜZÜ ÖRNEKLEMİ)**” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 26/06/2018

Pınar ÇİFTEGÖZ



T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

26/06/2018

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden **140790132** numaralı **Pınar ÇİFTEGÖZ**'ün "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*Üniversite Sınavına Hazırlanan Lise Öğrencilerinde Denetim Odağı İnancının Umutsuzluk Düzeylerine Etkisi (Avcılar - Beylikdüzü Örnekleme)*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 22.05.2018 tarih ve 2018/21 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin (c) bendi gereğince (52.) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında *oyçokluğu/oybirliği* ile **Kabul/Red** veya **Düzeltilme** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.



DANIŞMAN
Prof. Dr. Mehmet Kerem DOKSAT
(Beykent Üniversitesi)



ÜYE
Dr. Öğr. Üyesi Melek ASTAR
(FSM Vakıf Üniversitesi)



ÜYE
Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin EBADİ
(Beykent Üniversitesi)

Adı ve Soyadı : Pınar Çiftegöz

Danışmanı : Prof. Dr. Mehmet Kerem Doksat

Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans, 2018

Alanı : Klinik Psikoloji

Anahtar Kelimeler : Umutsuzluk Düzeyi, Kontrol Odağı, Lise Öğrencisi

**ÜNİVERSİTE SINAVINA HAZIRLANAN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE
DENETİM ODAĞI İNANCININ UMUTSUZLUK DÜZEYLERİNE ETKİSİ
(AVCILAR-BEYLİKDÜZÜ ÖRNEKLEMİ)**

ÖZ

Bu araştırmanın amacı üniversite sınavına hazırlanma sürecindeki lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri, denetim odağı inançları ve bunlar arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri ile denetim odağı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini Avcılar ve Beylikdüzü ilçelerinde eğitim-öğretim gören, 14-19 yaş arası 271 lise öğrencisi oluşturmuştur. Değerlendirmede iki ölçekten yararlanılmıştır. Denetim odağını tespit etmek için ‘Rotter Denetim Odağı Ölçeği’ ve umutsuzluk düzeyini belirlemek için ‘Beck Umutsuzluk Ölçeği’ kullanılmıştır. Ayrıca demografik bilgilere ulaşmak amacıyla ‘Demografik Bilgi Formu’ kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, cinsiyet, yaş, üniversite sınavına hazırlanıp/hazırlanmama durumu değişkenleri ile umutsuzluk düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Okul türü, sosyo-ekonomik durum ve sınıf düzeyi değişkenlerinin denetim odağı ve umutsuzluk düzeyini önemli ölçüde değiştirmediği anlaşılmıştır. Ayrıca umutsuzluk düzeyi ile denetim odağı inancı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Umutsuzluk düzeyi arttıkça dış kontrol odağı inancı, umutsuzluk düzeyi düştükçe iç kontrol odağı inancı artmaktadır.

Name and Surname : Pınar Çifttegöz

Supervisor : Prof. Dr. Mehmet Kerem Doksat

Degree and Date : Master, 2018

Department : Clinical Psychology

Key Words : Level of Hopelessness, Locus of Control, High School
Student

**THE EFFECTS OF BELIEFS IN LOCUS OF CONTROL ON
HOPELESSNESS LEVELS OF HIGH SCHOOL STUDENTS WHO ARE
PREPARING FOR UNIVERSITY EXAM
(AVCILAR-BEYLİKDÜZÜ SAMPLE)**

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the hopelessness, locus of control of high school students in the process of preparing for the university entrance examination, and the relationship between them in terms of different variables. For this purpose, the relationship between the hopelessness level and locus of control the high school students was examined. 271 high school students between the ages of 14-19, who are studying in Avcılar and Beylikduzu provinces, formed the sample of the research. This research benefits from two scales in the evaluation. The 'Rotter's Locus of Control Scale' was used to identify the locus of control and the 'Beck Hopelessness Scale' was used to determine the level of hopelessness. In addition, 'Demographic Information Form' was used to reach demographic information. According to the results of the research, statistically significant differences were found between the variables of gender, age, university preparation/non-preparation status and hopelessness. It has been understood that school type, socio-economic status and class level variables do not significantly change the locus of control and hopelessness. In addition, there was a positive relationship between hopelessness level and locus of control. The higher the level of hopelessness, the higher the external locus of control or the lower the level of hopelessness, the higher the internal locus of control is achieved.

İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	i
ABSTRACT.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
TABLolar.....	vii
KISALTMALAR.....	ix
GİRİŞ.....	1
1.1. Denetim Odağı	6
1.1.1. Julian Rotter’ın Sosyal Öğrenme Kuramı	7
1.1.2. Denetim Odağının Gelişimi.....	11
1.1.3. İç Denetim Odağı	12
1.1.3.1 İçten Denetimli Bireylerin Özellikleri	12
1.1.4 Dış Denetim Odağı	13
1.1.4.1. Dıştan Denetimli Bireylerin Özellikleri.....	13
1.1.5 Çeşitli Değişkenlerin Açısından Denetim Odağı İlişkisi.....	14
1.1.5.1. Denetim Odağı ile Yaş ve Cinsiyet İlişkisi.....	14
1.1.5.2. Denetim Odağı ve Kişilik İlişkisi	15
1.1.5.3. Denetim Odağı ve Toplumsal Etkenler	16
1.1.5.4. Denetim Odağı ve Bilişsel Etkinlikler	17
1.1.5.5. Denetim Odağı ile Eğitim ve Akademik Başarı İlişkisi.....	17
1.1.6. Denetim Odağı ile İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar	19
1.2. Umutsuzluğa İlişkin Kuramsal Çerçeve.....	22
1.2.1. Umut ve Umutsuzluk Kavramı.....	22

1.2.2. Umutsuzluğun Nedenleri ve Belirtileri	24
1.2.3. Umutsuzluğun Yer Aldığı Psikiyatrik Bozukluklar	27
1.2.3.1. Umutsuzluk ve Depresyon İlişkisi	27
1.2.3.2. Umutsuzluk ve İntihar	28
1.2.4. Umutsuzluk İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	29

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli	33
2.2. Araştırmanın Evreni	33
2.3. Araştırmanın Örneklemi.....	33
2.4. Verilerin Toplanması	33
2.5. Veri Toplama Araçları	34
2.5.1. Demografik Bilgi Formu	34
2.5.2. Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ).....	34
2.5.3. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ).....	35
2.6. Verilerin İstatistiksel Analizi	36

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Sosyo-Demografik Özellikler	37
3.2. Lise Öğrencilerinin Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanlarının ve Denetim Odağı Ölçeğinin Puanlarının Sosyodemografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması	41
3.2.1. Cinsiyete Göre Karşılaştırma	41
3.2.2. Yaşa Göre Karşılaştırma.....	42

3.2.3. Eğitim Öğretim Görülen Okula Göre Karşılaştırma	44
3.2.4. Sınıf Düzeyine Göre Karşılaştırma	45
3.2.5. Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Karşılaştırma	47
3.2.6. Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmamasına Göre Karşılaştırma ..	48
3.2.7. Öğrencilerin Sahip Olduğu Denetim Odağına Göre Karşılaştırma	50
3.3. Lise Öğrencilerinin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldığı Puanlar İle Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular	51
3.4. Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlar Üzerinde Etkisinin İncelenmesine İlişkin Bulgular	52

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi	54
4.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi	56
4.3. Yaş değişkenine göre umutsuzluk düzeyinin incelenmesi	56
4.4. Yaş Değişkenine göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi	57
4.5. Okul Türü Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi	57
4.6. Okul Türü Değişkenine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi	58
4.7. Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi	58
4.8. Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi	59
4.9. Sosyo-ekonomik Gelir Düzeyine göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi .	60
4.10. Sosyo-Ekonomik Gelir Düzeyine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi	61

4.11. Üniversite Sınavına Hazırlanıp hazırlanmama durumuna göre umutsuzluk düzeyinin incelenmesi	61
4.12. Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmama Durumuna göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi.....	62
4.13. Denetim Odağı İle Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi	63
SONUÇ ve ÖNERİLER	64
KAYNAKÇA.....	67
EKLER	81
Ek-1: Kişisel Bilgi Formu	81
Ek-2: Rotter Denetim Odağı Ölçeği.....	83
EK-3: Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)	86
Ek-4: Ölçek İzin Formu	87
Ek-5: Etik Kurul Onayı	88
ÖZGEÇMİŞ	89

TABLÖLAR

Tablo 1. Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Dağılımları	38
Tablo 2. Araştırmaya Katılan Lise Öğrencilerinin İç-Dış Denetim Odağına İlişkin Dağılımı.....	39
Tablo 3. Lise Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	41
Tablo 4. Lise Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	42
Tablo 5. Lise Öğrencilerinin Yaşları İle Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi.....	43
Tablo 6. Lise Öğrencilerinin Yaşları İle Öğrencilerin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi.....	44
Tablo 7. Lise Öğrencilerinin Hangi Okulda Okuduklarına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	44
Tablo 8. Lise Öğrencilerinin Hangi Okulda Okuduklarına Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	45
Tablo 9. Lise Öğrencilerinin Kaçınıcı Sınıfta Okuduklarına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	46

Tablo 10. Lise Öğrencilerinin Hangi Sınıfta Okuduklarına Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	46
Tablo 11. Lise Öğrencilerinin Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Açısından Anova Testi İle Karşılaştırılması	47
Tablo 12. Lise Öğrencilerinin Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Açısından Anova Testi İle Karşılaştırılması	48
Tablo 13. Lise Öğrencilerinin Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmadıklarına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	49
Tablo 14. Lise Öğrencilerinin Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmadıklarına Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	50
Tablo 15. Lise Öğrencilerinin Sahip Olduğu Denetim Odağına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması	50
Tablo 16. Lise Öğrencilerinin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldığı Puanlar İle Öğrencilerin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi	51
Tablo 17. Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Üzerine Etkisinin İncelenmesi	44

KISALTMALAR

Akt.	: Aktaran
Ark.	: Arkadaşları
BUÖ	: Beck Umutsuzluk ÖLçeği
Diğ.	: Diğerleri
et al.	: Diğerleri
Ort.	: Ortalama
Spss	: Statistical Package for Social Sciences
RİDKOÖ	: Rotter'ın İç Dış Kontrol Odağı ÖLçeği

GİRİŞ

İnsan yaşamı boyunca, sürekli olarak karar verme süreçleri ile karşılaşır. Birçok karar gündelik hayat içerisinde önemsiz bir yere sahip iken bazı kararlar hayatın tamamını etkileyebilecek ölçüde önem arz ederler. Ergenliğin sonuna yakın verilen okul ve meslek seçimi gibi kararların bireyin geleceği üzerindeki etkisi önemli kararlara örnek olarak verilebilir.

Ergenlik dönemi, psiko-sosyal gelişimde en fazla güçlük ile karşılaşılan dönemdir. Bununla birlikte günümüzde sosyal, ekonomik ve kültürel koşulların sürekli bir değişim içerisinde olması bu dönemin çok daha fazla zorlukla ile geçirilmesine sebebiyet vermektedir. Ülkemizde sınav sisteminde yapılan sürekli değişiklikler, işsizlik, üniversiteye giriş sınavı hazırlık sürecinde yaşanan zorluklar ve eğitimdeki genel sorunlar ergenlerin ruhsal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Umutsuzluk da bu dönemde yaşanan önemli ruhsal problemlerden birisidir. İşsizlik, yoksulluk, eğitimdeki genel problemler ergenlerdeki umutsuzluk düzeylerini etkileyebilmektedir.

Özellikle ülkemizdeki sınav sisteminde, öğrencilerin tüm öğrenim hayatlarında edindiği temel bilgileri, tek bir günde uygulanan üniversiteye giriş sınavında ölçmeleri, sınava hazırlanan lise öğrencilerinin kaygı seviyelerini daha da artırmaktadır.

Günümüzde toplumsal, siyasi, sosyal, ekonomik ve teknolojik açıdan hızlı gelişim ve değişimlerin yaşanması öğrencilerin ve ailelerin yükseköğretime verdikleri önemi artırmaktadır. Pek çok öğrenci başarılı bir gelecek için üniversite sınavını kazanmanın tek seçenek olduğuna inanmaktadır. Bu durum sınava hazırlanan öğrenciler arasında bir rekabet ortamı oluşturmakta ve kaygı düzeylerini artırmaktadır. Sınava hazırlık süreci gerek aday öğrenciler gerekse veliler üzerinde yoğun ve stresli bir dönemin geçirilmesine neden olmaktadır. Aday öğrenciler arasındaki bu sınav yarışının ve yoğun stres döneminin, bireyin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini ve umutsuzluk düzeylerini artırabileceği iddia edilebilir.

Denetim odağı kavramı bu araştırmaya dahil olan bir diğer kavramdır. Hayatındaki kötü ve olumsuz olayları tesadüf, şans, kader gibi dışsal faktörlere atfeden bireyler ile kendi becerisine dayalı yönlerini ön plana çıkaran bireylerin geleceğe yönelik beklentileri farklılık göstermektedir. İç kontrol odağına sahip bireylerin geleceğe yönelik daha olumlu beklentiler içerisinde olduğu görüşü ileri sürülürken dış kontrol odağına sahip olan kişilerin geleceğe ilişkin daha fazla umutsuz ve olumsuz beklentileri olduğu sonucu ilgili yazının incelemesi ile saptanmıştır. Diğer bir ifadeyle; dış kontrol odağının geleceğe yönelik daha karamsar düşünüş, daha ümitsiz beklenti ve daha olumsuz tutuma neden olacağı öne sürülmüştür.

Öğrencilere iş ve eğitim hayatları boyunca başarıya ulaşmanın bireysel çaba ile mümkün olacağı anlatılmalı ve bunu içselleştirmeleri sağlanmalıdır. İç kontrol odağı inancına sahip olmaları için gereken önlemlerin alınması ve bu doğrultuda yönlendirilmesi önemli bir kazanım olacaktır. Tüm bu bilgiler doğrultusunda, lise öğrencilerinin geleceğe daha umutla bakmalarını sağlayabilmek, kendilerine olan güvenlerini arttırabilmek ve elde edilen başarı kadar başarısızlığın da sebebinin bireyde olduğu bilincini oturtacak bilimsel desteği sağlamak bu araştırmanın birincil amacıdır.

Araştırmanın Amacı

Üniversite sınavına hazırlanan lise öğrencilerinin, başına gelen olayları içsel veya dışsal faktörlere atfetmelerinin, umutsuzluk düzeylerini ne derecede etkilediğini irdelenmek bu çalışmanın amacını oluşturmaktadır.

Araştırmanın Önemi

Sınava hazırlanan öğrencilerin gerek sınavla ilgili gerekse gelecekleriyle ilgili kendilerine olan güvenlerini arttırmak, geleceğe daha umutla bakabilmelerini sağlamak ve başarı veya başarısızlık sebeplerini dış faktörlerde değil de kendilerinde aramaları gerektiğini vurgulamak bu araştırmanın temel önemini oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucuna göre okulların rehberlik ve psikolojik danışmanlık birimlerinde, sınava hazırlanan öğrencilere bu bağlamda destek vermek ve bu

konuyla ilgili öğrencilerde farkındalık yaratmak bu araştırmanın bir diğer önemli noktasıdır. Bu araştırmanın bulgularına göre okul psikologlarının, rehberlik ve psikolojik danışmanlık birimlerinin, okul yöneticilerinin, eğitim alanındaki araştırmacıların, öğretmenlerin ve ailelerin öğrencilerde iç denetim odağının geliştirilmesine yönelik çalışmaların yapılması gerektiğini vurgulamak açısından çok önemli olduğu düşünülmektedir. Ek olarak bu araştırma, denetim odağı ve umutsuzluğu konu edilmiş olan çalışmalar ile karşılaştırılması, ortaya çıkan bulguların genellenebilir ve gelecek araştırmalara yön verici olması bakımından önem teşkil etmektedir.

Sayıtlar

- 1- Katılım gösteren lise öğrencilerinin Demografik Bilgi Formu’nu, Rotter Denetim Odağı Ölçeği’ni ve Beck Umutsuzluk Ölçeği’ni objektif, gerçek his ve düşüncelerine uygun olacak şekilde samimiyetle cevapladıkları varsayılmıştır.
- 2- Rotter Denetim Odağı Ölçeği’nin bu araştırmaya uygulanabileceği ve elde edilen bulguların geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.
- 3- Beck Umutsuzluk Ölçeği’nin bu araştırmaya uygulanabileceği ve elde edilen bulguların geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

- 1- Araştırmanın evreni 2017-2018 eğitim ve öğretim yılı Avcılar ve Beylikdüzü ilçesinde eğitim gören lise öğrencileri ile sınırlıdır.
- 2- Araştırmanın örneklemini, evrene ulaşmada zamansal sıkıntılar yaşanacağından dolayı, evreni temsil edecek düzeyde İstanbul ilinin Avcılar ve Beylikdüzü ilçesinde, 127’si devlet, 144’ü özel lisede eğitim gören öğrencilerden tesadüfi bir şekilde seçilen toplamda 271 lise öğrencisi oluşturmaktadır.
- 3- Araştırmada incelenen denetim odağı, Rotter Denetim Odağı Ölçeği’nden elde edilen sonuçlarla sınırlıdır.
- 4- Araştırmada incelenen umutsuzluk, Beck Umutsuzluk Ölçeği’nden elde edilen sonuçlarla sınırlıdır.
- 5- Bu araştırma 2017-2018 yılında elde edilen verilerle sınırlıdır.

Tanımlar

Bu bölümde araştırmada geçen kavramların tanımlarına yer verilecektir.

Denetim Odağı Kavramı (Locus of Control)

Denetim odağı kavramı, bireylerin olumlu veya olumsuz etkilendikleri olayları kendi davranış ve yeteneklerinin sonucu veya tesadüf, kader, güçlü diğer kişiler gibi dışsal faktörlere atfetme eğilimidir.

İçten Denetimlilik

Bireyin olumlu ve olumsuz yaşantılarını kendi beceri ve davranışlarının sonucu olarak algılama eğilimidir.

Bu araştırmada Rotter Denetim Odağı Ölçeği'nden düşük puan alan öğrenciler içten denetimli olarak değerlendirilmektedir.

Dıştan Denetimlilik

Bireyin olumlu ve olumsuz yaşantılarını kader, şans, tesadüf gibi dışsal faktörlerin sonucu olarak algılama eğilimidir.

Bu araştırmada Rotter Denetim Odağı Ölçeğinden yüksek puan alan öğrenciler, dıştan denetimli olarak değerlendirilmektedir.

Umutsuzluk Tanımı

Umutsuzluk, bireyin geleceğe yönelik olarak olumsuz beklentilere sahip olması durumuna bağlı olarak gelecekte karşılaşılabileceği olumsuz yaşantılarla baş edemeyeceği inancına sahip olması durumudur.

Araştırmanın Problem Cümlesi

Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin denetim odağı puanları ile umutsuzluk düzeyi puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık var mıdır?

Alt Problemler

- a. Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin farklı yaş grupları ile umutsuzluk ölçeği puanları ve denetim odağı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- b. Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin cinsiyetleri ile umutsuzluk ölçeği puanları ve denetim odağı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- c. Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin okul türü ile umutsuzluk ölçeği puanları ve denetim odağı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- d. Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin sınıf düzeyi ile umutsuzluk ölçeği puanları ve denetim odağı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- e. Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin sosyo-ekonomik gelir düzeyi ile umutsuzluk ölçeği puanları ve denetim odağı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- f. Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmama durumuna ilişkin umutsuzluk ölçeği puanları ve denetim odağı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- g. Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin denetim odağı puanları ile umutsuzluk ölçeği puanları arasında bir ilişki var mıdır?

Hipotezler

H1: Üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi ile denetim odağı inançları arasında pozitif yönlü ilişki vardır.

H2: Demografik özellikler üniversite sınavına hazırlık sürecindeki lise öğrencilerinin umutsuzluk düzeyi puanları ve denetim odağı puanlarını farklılaştırır.

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL AÇIKLAMALAR

1.1. Denetim Odağı

İnsanlar doğduğu andan itibaren olumlu veya olumsuz pekiştireçlere maruz kalır. Her birey, davranışı sonucunda karşılaştığı bu pekiştiricileri (ödül, ceza) kendine has bir şekilde algılar ve buna göre tepki gösterir. Kendine has şekilde algılanan bu pekiştireçler bireylerin gelecekteki davranışlarının sonuçları için farklı beklentilere girmesine sebep olur. Örneğin birey, kendi davranış veya yeteneğinin sonucunda bir ödül alıyorsa bu ödülün kendi davranışına bağlı olduğunu düşünür. Diğer yandan birey ödülü, şans, kader, tesadüf veya güçlü başka insanlar gibi dış etkenlere bağlı olarak alırsa, ödülün kendi çabalarından veya yeteneklerinden kaynaklandığına değil dışsal güçler tarafından elde edildiğine yönelik bir algı geliştirir. Kısaca her birey, kendi yaşam deneyimlerine bağlı olarak ödül ve cezaları kontrol eden gücü kendi içinde veya dışında algılar. Rotter, bu gücün yoğunlaştığı yere ‘kontrol odağı’ adını vermiştir (Dönmez ve Başal, 1985, s. 10).

Rotter’a göre, birey yaşantıları ile ilgili kontrolünü içsel veya dışsal olarak iki şekilde yapmaktadır. İçsel kontrol odağında olan bireyler, yaşadıkları olumlu ya da olumsuz yaşantılarını kendi beceri ve davranışlarının sonucu olarak algılarken, dış kontrol odağında olan bireyler yaşantıları üzerindeki kontrolün şans, kader, tesadüf ya da diğer insanlar gibi dışsal faktörlerden kaynaklandığına inanırlar (Akt. Ören, 1991, s.20).

Başka bir tanıma göre denetim odağı, kişinin içten veya dıştan denetimli olma durumuna göre önündeki davranışsal seçeneklerden hangisini seçeceği konusunda etkili olan bir kavramdır. Örneğin bir öğrenci okuldaki notlarıyla kendi çabaları arasında bir bağlantı kuramıyorsa ve aldığı notların öğretmenlerle ilgili olduğunu düşünüyorsa, bu onu ders çalışmakla çalışmamak arasındaki seçeneklerden ikincisini seçmeye daha çok teşvik edecektir (Dönmez ve Başal, 1985, s. 10).

Denetim odağı, bireyin olay ve durumlar üzerindeki hakimiyet seviyesine ilişkin inanışını açıklayan bir kavramdır (Kararımak ve Çetinkaya, 2011, s. 31.)

Bireyin kendi davranışının sonucu olarak kendi bireysel sorumluluğunu ne derece kabul ettiği denetim odağı ile ilişkili bir durumdur (Karakaş, 2015, s.8).

Denetim odağı, bireyin yaşadığı pekiştireçlerin nelere atfedildiği ile ilgilidir. Bazı insanlar davranışları ile pekiştireçlerin kendi kontrolünde olduğuna inanırken diğerleri bu kontrolün dışsal güçlere bağlı olduğuna inanmaktadır. Kendi kontrolü ile ilişkili olduğunu düşünen bireyler içten denetimli olarak adlandırılırken kendi kontrolü dışında olduğunu düşünen bireyler dıştan denetimli olarak adlandırılmaktadır (Şahin, Basım ve Çetin, 2008, s. 155).

Eğitim ortamında bulunan öğrencinin davranışlarının tanımlanmasında önemli bir kıstas olan denetim odağına göre, dıştan denetimli olan öğrenciler öğretmen tarafından gelen övgü, yüksek notlar ve arkadaş çevresi gibi bireysel çaba ile ilişkili durumları önemsemezler. Öte yandan, başarılı bir sonuca ulaşmanın yolunun kişinin kendi çaba ve yeteneklerinden geçtiğine inanan içten denetimli öğrenciler zeka, cinsiyet, gelir düzeyi gibi değişkenlerden ziyade sahip oldukları denetim odağına bağlı olarak istenilen sonuçlara ulaşabileceklerdir (Öngen, 2003, s.438).

Denetim odağı kavramı pek çok uzmanlık alanında incelenmiş olsa da özellikle Rotter'ın Sosyal Öğrenme Kuramı içerisinde bu kuramın başlıca odak noktası olarak incelendiği görülmektedir (Akbağ, Sayiner ve Sözen 2005, s. 63.).

1.1.1. Julian Rotter'ın Sosyal Öğrenme Kuramı

Julian Rotter'ın ilk kez 1947'de ortaya koyduğu soysal öğrenme kuramına göre insan, hayata ilişkin tecrübelerini bilinçli bir şekilde etkileyebilme yeteneğine sahiptir. Ayrıca dış dünyadan gelen uyarıcılar ve pekiştireçler de bireyin davranışlarını etkileyen unsurlardır. Kişilik, insanın kendisi ile çevresi arasındaki ilişkidir. Bu nedenle insan davranışını anlayabilmek için hem bireyin geçmiş yaşam tecrübelerini ve geçmiş öğrenmelerini hem de çevresindeki uyarıcıları dikkate almak gerekir. Sosyal öğrenme kuramının savunduğu en önemli nokta, insanın kendi gelişim aşamasında aktif rol alabilen bir varlık olduğudur (Bayrakçı, 2007, s. 200.).

Sosyal Öğrenme Kuramına göre, bir davranışın sonunda ulaşılan ceza ve ödülleri çocuğun ilerdeki davranışlarının sonuçlarına yönelik beklenti içerisine girmesine neden olur. Bir davranışın oluşma olasılığı o davranışı belirli bir pekiştiricinin izleyeceği beklentisine bağlıdır. Beklentiyle bağlantılı bu olasılık objektif değildir, kişiye özgüdür. Çünkü herkes kendi davranışlarının sonucunda karşılaştığı pekiştireçleri kendine göre yorumlayıp ona göre tepki verir. Bu tepkiyi etkileyen en önemli unsur ise onun pekiştiriciyi kendisine ya da kendi dışındaki güçlere bağlı olarak algıladığıdır (Yeşilyaprak, 2017, s. 234).

Sosyal Öğrenme Kuramı içerisinde dört farklı değişken tanımlanmaktadır. Bunlar; davranış potansiyeli, beklentiler, pekiştirme değeri ve psikolojik durumdur. Davranışçı kuram ve bilişsel kuramın ilkelerinden yola çıkılarak ortaya atılan Sosyal Öğrenme Kuramı içerisinde tanımlanan denetim odağı davranışın, beklentilerin ve pekiştireçlerin etkisinin bir sonucu olarak ele alınmıştır (Seyhan, 2012, s. 145).

Davranış Potansiyeli

Sosyal öğrenme kuramına göre davranış, beklenti ve pekiştirme değerinin bir fonksiyonudur. Beklenen pekiştirme değerinin yüksek olması, ilgili davranışın görülme sıklığını da artıran bir durumdur. Davranış potansiyeli, bir davranışın belirli bir veya birden fazla pekiştireçle ilgili olarak ortaya çıkma olasılığıdır. Bu olasılık kişilere ve durumlara bağlı olarak değişiklik gösterebilir (Sürgen, 2014, s.23). Örneğin notların önemli bir pekiştireç olduğu bir sınıf ortamında öğrencilerin davranışları da buna göre şekillenecektir. Aşırı çalışmak, kopya çekmek, yalan söyleyerek sınava katılmamak gibi farklı davranışların olması ihtimali vardır, fakat her bir davranış diğerine oranla daha çok veya daha az oluşma olasılığına sahiptir (Sarıkaya, 2007, s. 64).

Davranışlar, içinde bulunulan psikolojik duruma, geçmiş yaşam deneyimleriyle bağlantılı beklentilere ve olası davranış sonucunda elde edilen pekiştirme değerine bağlı olarak belirlenir. Davranış potansiyeli, beklentiler ve pekiştireç değeri yüksek olduğu zaman yüksek, az olduğu zaman az olmaktadır. Bu yüzden değişken ve karmaşıktır (Sarıkaya, 2007, s.64).

Beklenti

Bireyin davranışı sonucunda beklenen, pekiştiricinin ortaya çıkma olasılığıdır. Beklenti, kişinin geçmiş yaşam deneyimlerine bağlı olarak oluşabildiği gibi başka bireyleri gözleyerek de oluşabilir. Beklentilerin ortaya çıkmasında bir diğer önemli unsur da kişinin mevcut ihtiyaç durumudur (Akt. Sürgen, 2014, s.24).

Kişinin sergilemiş olduğu bir davranıştan ötürü ödüllendirilmesi veya cezalandırılması daha sonrasında sergileyeceği davranışların neticelerine dair beklentilere sahip olmasına neden olur. Beklenti öznedir. Kişi, davranışlarının neticesini kendine bağlayabileceği gibi kendisinden bağımsız olarak da algılayabilir. Eğer kişi beklentiye kendi davranışlarının sonucu olarak, kendi kontrolünde algılıyorsa içten denetimli, kendi kontrolünün dışında olarak algılıyorsa dıştan denetimli olma niteliğine sahip olur (Dönmez ve Başal, 1985, s.10).

Kontrol odağı bireyin davranışı neticesinde olumlu veya olumsuz beklentiye girmesi ile ilgilidir. Bu beklentiler bireylerin davranış biçimlerinin belirlenmesinde önemli rol oynarlar (Çolaklıoğlu, Önder ve Avcı, 2011, s. 318).

Rotter, bireylerin yaşam deneyimlerini kontrol etme konusunda genellenmiş birtakım beklentiler içine girdiklerini ileri sürmüştür. Ona göre, davranışlarının kendi yaşam olaylarını etkilediğine inanan bireyler ‘içten denetim beklentisi’, davranışlarının kendisi dışında kalan kader, şans gibi dışsal faktörler ile belirleneceğine inanan bireyler ‘dıştan denetim beklentisi’ içerisinde dirler (Akbağ, Saymer ve Sözen, 2005, s.63).

Beklentiler bireyin yaşantılarına özgü olduğu için, kişiler aynı durum karşısında farklı davranabilirler. Bireylerin denetim odağına ilişkin beklentileri, içinde bulunulan şartların bir fonksiyonu olarak değişime uğrayabilir (Dönmez ve Başal, 1985, s.11).

Rotter’a göre belirli bir davranışın pekiştirilme sıklığı o davranışın ileride pekiştirileceğine dair beklentinin de güçlü olmasına neden olur. Davranış pekiştirilmediğinde ödüllendirilme beklentisi daha az olacaktır (Yeşilyaprak, 2017).

Beklentiler bireyin ihtiyaçlarına göre şekillenir. Rotter'ın ihtiyaç listesi şöyledir (ara, 2012, s. 34):

- **Kabul Edilme/Statü:** Diğerklerinden daha üstün, kabul edilebilir ve daha iyi olma ihtiyaı.
- **Başatlık:** Diğerk insanların davranışlarını kontrol edip, onlardan daha güçlü olma ihtiyaı.
- **Bağımsızlık:** Kendi kararlarını özgürce verme ihtiyaı
- **Koruma/Bağımlılık:** Diğerk insanların güvenliğini sağlamada, hedeflerine ulaşmasında ve hayal kırıklıklarını nleme konusunda yardım etme ihtiyaı.
- **Sevgi ve Etkileme:** Diğerk insanlar tarafından sevilme, saygı duyulma, onaylanma ve ilgi görme ihtiyaı.
- **Fiziksel Rahatlık:** Acıdan Kaçınma İhtiyaı

Pekiştirme Değeri

Pekiştirme değeri, davranışların sonucunda ulaşılın değeri ve bu değeri ne kadar istediğimizi ifade etmektedir. Olmasını istediğimiz şeylerin pekiştirme değeri yüksektir. Bu nedenle pekiştireçlerin, davranışın ve bu davranışla ilgili beklentilerin şekillenmesinde önemli bir rolü vardır (Sarıkaya, 2007, s.66).

Bir pekiştirece verilen pekiştirme değeri zamana ve duruma bağlı olarak farklılık gösterebilir. Bir pekiştirece, diğerkine oranla ne kadar değerk verileceği, bireysel farklılıklara bağlı olarak değişiklik gösterir (Yeşilyaprak, 2017, s.234).

Pekiştirme değerkinin beklentiden bağımsız olduğunu ileri süren Rotter'a göre, pekiştirme değerkinin birey için yüksek veya düşük olması, bu pekiştirmeye sahip olmak için duyduğu beklentiyi etkilemez. Sergilenecek olan davranış kestirebilmek için beklentiyi ve pekiştirme değerkini de iyi bilmek gerekir. Bir davranışın oluşma olasılığı o davranışın etkilerine yönelik algılarımıza bağlıdır. Pekiştirmeler de hayattaki hedeflerimizi ifade eder. Pekiştirme değerkinin çok yüksek veya çok düşük olması ya da hayattan beklenilenlerin gerek olmaması psikolojik sorunlara neden olur (Akt. Sürgen, 2014, s.25).

1.1.2. Denetim Odağının Gelişimi

Rotter, kişiliği oluşturan davranışların pekiştireçler ile ortaya çıktığını savunarak bebeklikten çocukluğa kadar ortaya konulan davranışların öğrenilebilir olduğunu iddia etmiştir. Beklentilerinin karşılanmasını isteyen çocukların, bu doğrultuda onlardan beklenen davranışı sergilemesinin gerektiğini, bu durumun da pekiştireçleri artıracaklarını öne sürmüştür. Bazı durumlarda pekiştireçlerin yalnızca davranışın sonucunda değil de dışsal faktörlere bağlı olarak da meydana geldiğini inceleyen Rotter, bu durumun çocukların kişilik oluşumunda dışsal pekiştireçlerin belirleyici olduğunu; doğrudan etkilenen davranışların sonucunda ise içsel pekiştireçlerin belirleyici olduğunu ileri sürmüştür (Kara, Güzel ve Uçan, 2016, s. 149.)

Başlangıçta yaşamı üzerinde kontrolü olmadığı için çaresiz olan bebek, annesine bağımlıdır ve mecburi olarak dıştan denetimlidir. Yaş büyüdükçe denetim odağının dıştan içe doğru bir değişim göstermesi, çocuğun giderek bağımsızlığına kavuşması ve kendi kararlarını alabilmesi ile ilişkili olabilir. Bu görüşe dayanarak, denetim odağının içte ya da dışta algılanması bireysel öğrenmelerimizle ilgili olarak farklılık gösterir (Dönmez ve Başal, 1985, s. 11.).

Bireyler gelişim süreçleri boyunca, davranışlarının sonuçlarını kendileri ile veya kendilerinden bağımsız olarak dış faktörlerle ilişkilendirip buna yönelik beklenti geliştirirler. Denetim odağı, bebeklikten itibaren ailede başlar ve zaman içinde çevreyle ilgili deneyimlerin ve öğrenmelerin artması neticesinde değişir. Yaşamın sonuna kadar devam eden denetim odağı algısı, davranışlarımızın sonucunu içte veya dışta algılamamıza bağlı olarak ‘iç kontrol odağı’ ve ‘dış kontrol odağı’ olarak iki farklı boyut oluşturur (Akt. Karakaş, 2015, s. 12.).

Denetim odağının temelinde insanların davranışları ve davranışlarının neticesinde ortaya çıkan sonuçlarla neden-sonuç ilişkisi kurmasına yönelik bir bağlantı vardır. Bir davranışın sonucunda kazanılan ödül veya ceza bir sonraki davranışın ortaya çıkma potansiyelini etkiler. Bu neden-sonuç ilişkisi durumunda kişi davranışın sonuçlarını kendi ile ilgili faktörlerle ilişkilendiriyorsa ‘içten denetimli’,

kendi dışındaki faktörlerle (şans, tesadüf, kader vs) ilişkilendiriyorsa ‘dıştan denetimli’dir (Kara ve Diğ, 2016, s. 149.)

Yapılan araştırmalara göre ‘içten denetimli’ insanların ‘dıştan denetimli’ insanlara göre pek çok yönden daha olumlu kişilik özelliklerine sahip olduğu görülmüştür (Tümkaya, 2000, s. 1).

1.1.3. İç Denetim Odağı

İç Denetim Odağı, bireyin sergilediği davranışın sonuçlarını kendi çabasının sonucu olarak algılaması ve kendisiyle ilgili faktörlerle ilişkilendirmesidir (Saracaloğlu ve Yılmaz, 2011, s. 470).

1.1.3.1 İçten Denetimli Bireylerin Özellikleri

- Davranışlarının sonuçlarını kendileri ile ilişkilendirirler.
- Başarı ve başarısızlıklarının sebebi olarak kendi davranışlarını sorgularlar.
- Risk almayı seven açık görüşlü bireylerdir.
- Kendi kararlarına ve kendi düşüncelerine göre hareket ederler.
- Olayların nedenlerini merak ettikleri için çok soru sorarlar.
- Dış çevrenin baskılarına yenik düşmeden kendi kararlarını uygularlar.
- Dışa dönük ve girişimci bireylerdir.
- Sorumluluklarının farkında olan, uyumlu ve güvenilir davranışlar sergileyen bireylerdir.
- Mutsuz olduklarında bunu kendi çabalarıyla değiştirebileceklerine inanırlar.
- İş konusunda daha verimlidirler.
- Karşısına çıkan problemler karşısında umutsuzluğa kapılmadan çözüm yolları ararlar.
- Küçük ödüllere ziyade büyük ödüllere haz duyarlar.
- Olumsuzluklar karşısında direnen, rahatsız edici durumları düzeltmeye çalışan bireylerdir.
- Özgürlüklerine önem verirler.

- Düzenli ve planlıdırlar.
- Kendinden emin ve ısrarcıdırlar.
- Eleştirel düşünme yeteneğine sahiptirler.
- Benlik saygıları olumludur. (Akt. Altinkurt, 2012, s. 27)

1.1.4 Dış Denetim Odağı

Bir pekiştirme birey tarafından onun davranışlarından bağımsız olarak algılandığında bu durum şans, kader, kısmet veya büyük dış güçler gibi kavramlarla ilişkilendirilir. Bir olay birey tarafından bu yollarla yorumlanıp algılanıyorsa bu inanca dış denetim inancı denir (Durna ve Şentürk, 2012, s. 191).

1.1.4.1. Dıştan Denetimli Bireylerin Özellikleri

- Davranışlarının sonuçlarını kendi dışındaki güçlerle ilişkilendirirler.
- Başarı ve başarısızlıklarının sebebini şans,kader veya güçlü diğer kişi gibi dışsal faktörlerden kaynaklandığına inanırlar.
- Risk almayı sevmezler.
- İçedönük, çekingen bireylerdir.
- Kendi kararlarından ziyade içinde yaşadığı çevrenin kurallarına göre hareket ederler.
- Çevreleri üzerinde etkisiz olduklarını düşündükleri için agresif ve uyumsuzdurlar.
- Depresif özellikleri daha çoktur.
- Toplumsal kuralları sorgulamadan kabul ettikleri için toplumsal baskıya da yenik düşebilmektedirler.
- Olumsuzluklar karşısında edilgen olduklarını düşündükleri için çözüm yolları aramazlar.
- Sorumluluk almaktan kaçınırlar.
- Özsaygıları düşüktür.
- Çabuk pes eden, dirençsiz bireylerdir.
- Dikkatleri çabuk dağılır.

- Küçük ödülleri yetinebilirler.
- Genellikle yalnız ve başarısız bireylerdir.
- Benlik algıları olumsuzdur.
- Güvensiz ve kaygılı yapıları vardır (Akt. Altinkurt, 2012, s. 28).

Yapılan araştırmalar dıştan kontrollü bireylerin kendilerine ve çevrelerine pek güvenmeyen, kendini tanımada yetersiz, toplumsal kabule ihtiyaç duymayan, saldırganlık düzeyleri daha yüksek ve savunma mekanizmalarını daha çok kullanan kişiler olduğunu göstermektedir. Tüm bu sonuçların neticesinde, dıştan kontrollü olmanın olumsuz bir kişilik yapısını sergilediğini ve bireyler için hayatlarında engel teşkil ettiğini, içten kontrollü olmanın ise tam tersi olumlu bir kişilik yapısı olduğunu ortaya koymaktadır (Yeşilyaprak, 1993, s.4).

1.1.5 Çeşitli Değişkenlerin Açısından Denetim Odağı İlişkisi

Yapılan literatür taraması sonucunda denetim odağının pek çok değişkenle güçlü ilişkisi olduğu görülmüştür. Denetim odağı ile yaş, cinsiyet, toplumsal etkenler, bilişsel etkinlikler, akademik başarı ve kişilik özellikleri ilişkilendirilmiştir.

1.1.5.1. Denetim Odağı ile Yaş ve Cinsiyet İlişkisi

Her canlı anneye bağımlı olarak doğar. İlk başta doğası gereği dıştan denetimli olan insan yaş alıp, deneyim kazandıkça; denetim odağında da dıştan içe doğru bir değişim yaşanır. Bunun sebebi, çocuğun giderek aileden uzaklaşıp kendi bağımsızlığını kazanması, kendi başına kararlar alabilme yetisine ulaşması ve pek çok bakımdan kendi kendine yetebilmesi durumu olabilir. Yapılan araştırmalarda takvim yaşı arttıkça deneyimlerin de artmasıyla beraber denetim odağının dıştan içe doğru bir ivme kazandığı görülmüştür. Kısaca denetim odağının içsel veya dışsal olarak algılanması öğrenmelerimize yani yaş faktörüne bağlı olarak oluşur ve öğrenmelerimiz sonucunda değişikliğe uğrayabilir (Dönmez ve Başal, 1985, s. 11).

Yaş faktörüne bağlı olarak denetim odağının dıştan içe doğru değişiklik göstermesi yaşı bireyin bilişsel yapısında büyük ölçüde etkili olmasına bağlıdır. Yaş arttıkça olaylar karşısında neden-sonuç ilişkisi kurmak bireyin bilişsel yapısı ile ilgili

bir süreçtir. Bu da denetim odağının iç kontrol odağına doğru yönelmesinin sebebinin açıklayabilir niteliktedir (Akt. Karakaş, 2015, s. 15)

Yapılan araştırmalar sonucunda denetim odağı ve cinsiyet arasında tutarlı bir ilişkinin olmadığı ortaya konulmuştur. Cinsiyet faktörü tek başına denetim odağında etkili bir role sahip değildir. Bunun nedeni de aile ve sosyal çevrede cinsiyetlerle ilgili farklı tutumların sergilenmesi ve cinsiyetler arası ayrımcılık yapılması olabilir (Cengil, 2004, s. 79).

1.1.5.2. Denetim Odağı ve Kişilik İlişkisi

Denetim Odağı inancını bir kişilik özelliği var sayarak inceleme konusu yapmış olan çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu araştırmalar içsel denetimlilerin zorluklar karşısında mücadele etmeyi seven, olumlu benlik algısına sahip, daha dışadönük ve daha uyumlu, duygusal açıdan daha sağlıklı ve dengeli olduklarını ortaya koymaktadır. Dışsal denetimlilerin kişilik özellikleriyle ilgili yapılan araştırma sonuçları ise bu bireylerin de az girişimci, depresyona daha yatkın ve benlik saygılarının daha düşük olduklarını ortaya koyar niteliktedir (Küçükkaragöz, 1998, s. 34).

Dış kontrol inancına sahip bireyler, pekiştireçlerin dışsal faktörlere bağlı olduğuna inandıkları için çevre üzerinde etkisiz olduklarını düşünürler. Böyle bir düşünce tarzını benimsemeleri, bu bireylerin daha pasif ve güvensiz olduklarını gösterir niteliktedir. Ayrıca özgüveni düşük olan bu bireyler pek çok konuda kendilerini yetersiz hissetmekte ve şüpheli olmaktadır. Buna bağlı olarak anksiyete ve stres düzeyleri daha fazla görülmekte ve depresif kişilik özellikleri sergilemektedirler. Kendilik algısında da problemler yaşayan bu kişiler, kendilerini pek çok açıdan olumsuz görmekte ve sonuç olarak daha düşük öz saygı seviyelerine sahip olmaktadır (Akt. Şahin, Basım ve Çetin, 2008, s. 155).

İç denetim odağına sahip bireylerin stresle başa çıkma ve problem çözme kabiliyetlerinin daha yüksek olduğu, dış denetim odağına sahip bireylerin ise problemlerini çözme konusunda kaçma-kaçınma davranışı sergilediği ve savunma

mekanizmalarını daha çok kullandıkları yapılan araştırmalar neticesinde ortaya konulmuştur (Candangil ve Ceyhan, 2006, s. 73).

Kişiliğin bir boyutu olarak ele alınan denetim odağı, bireylerin kişilik yapılarında anlamlı olarak farklılaştığını destekler nitelikte pek çok araştırmaya konu olmuştur. İçsel denetim odağına sahip bireylerde olumlu kişilik özelliklerinin dış denetimli bireylere göre daha fazla olduğu yapılan araştırmalar tarafından tespit edilmiştir. Denetim odağı kavramının içsel ve dışsal denetimli bireylerin özelliklerini birbirinden ayırması bakımından bir kişilik değişkeni olarak kabul edilmesi kaçınılmazdır (Yeşilyaprak, 1990, s.42).

1.1.5.3. Denetim Odağı ve Toplumsal Etkenler

Yapılan araştırmalar neticesinde toplumsal sınıf, kùltür, ırk- değişkenleri, yaşanılan çevre ve sosyo-ekonomik düzey gibi toplumsal etkenlerin denetim odağı üzerinde etkisi olduğu görùlmüřtur (Yeşilyaprak, 1990, s. 43,44.)

Siyah ve beyaz iki ırk arasında yapılan araştırmalarda beyaz ırkın daha çok iç kontrol odağına sahip olduğu görùlmüřtur (Yeşilyaprak, 1990, s. 44). Benzer bir çalışma sosyo-ekonomik düzey ve toplumsal sınıf aısından yapılmıştır ve bunun sonucuna göre alt sosyo-ekonomik sınıfa mensup siyah çocukların üst sosyo-ekonomik sınıf düzeyinde olan beyaz çocuklara göre daha çok dış kontrol inancında oldukları görùlmüřtur (Akt. Küçükkaragöz, 1998, s. 37).

Dönmez ve Başal (1985) yaşanılan çevrenin büyüklüğünün denetim odağını etkilediğini bulmuştur. Bu çalışmaya göre çevre büyüdükçe iç kontrol odağına eğilim artmaktadır.

İçinde yaşanılan kùltürle denetim odağı arasındaki ilişkiyi irdelemek aısından yapılan çalışmalar her zaman tutarlılık göstermese de etkili olduğunu kanıtlayan araştırmalar da mevcuttur. Yapılan çalışmalar sonucunda batı ùlkelerinde yaşayan insanların dođu ùlkelerinde yaşayan insanlara oranla daha çok iç kontrol inancına sahip oldukları görùlmüřtur (Yeşilyaprak, 1990, s. 45).

1.1.5.4. Denetim Odağı ve Bilişsel Etkinlikler

Davranışın bilişsel nedenlerini irdeleyen araştırmalarda denetim odağı kavramına sıkça yer verilmiştir. İç kontrol odağına sahip bireylerin eleştirel düşünme becerisine sahip olan bireyler ile benzer özelliklere sahip olduğu iddia edilebilir. Bir olay veya durumla ilgili neden aramak, nedenleri doğru yorumlamak ve bir durum veya bir düşünceye inanmadan önce nedenlerini sorgulamak eleştirel düşünme kabiliyeti olan bireyler ile iç denetim inancına sahip olan bireylerin ortak özellikleridir. Denetim odağı ve eleştirel düşünme bilişsel süreçlerle bağlantılı kavramlardır (Saracaloğlu ve Yılmaz, 2011, s.470).

İçten denetimli bireyler karar verme ve başarı için çaba gösterme gibi konulara daha fazla zaman ayırır, başarıya ulaşmada onlara yardımcı olabilecek yol ve yöntemleri daha iyi değerlendirir ve bilişsel etkinliklerde dış kontrol inancında olan bireylere göre daha başarılıdırlar (Dönmez, 1986, s. 264).

İçten denetimli bireylerin problem çözme konusuna dıştan denetimlilere göre daha etkin olduğu bulgusuna araştırmanın önceki konularında değinilmiştir. Problem çözme, bireyin iç veya dış taleplere uyum gösterebilmek amacı ile bilişsel ve duygusal süreçleri kullanarak hedefe yönelmesi durumudur (Yalçın, Tetik ve Açıkgöz, 2010, s. 20).

Araştırmalar, iç kontrol odağına sahip kişilerin bilgiyi daha iyi kullanma, sorunlarla baş etme, bireysel sorumluluk alma ve hafıza yeteneği konularında daha etkin olduklarını göstermiştir (Küçükkaragöz, 1998, s. 36).

1.1.5.5. Denetim Odağı ile Eğitim ve Akademik Başarı İlişkisi

Başarı ısrarlılık gerektiren bir kavramdır. Israrlılık ise sonunda ulaşılan hedefe verilen değere ve bireyin bu hedefe ulaşırken gösterdiği çabaya, etkili davranışlarına ve kişisel becerilerine bağlı bir durumdur. İç kontrol inancında olan bireyler kendi davranışlarının etkililiğine inanır. Bu düşünceden hareketle denetim odağı ile başarıya verilen değer arasında bir ilişki olduğu söylenebilir (Dönmez, 1986, s. 268).

İç denetimli bireylerin akademik faaliyetlere ve entelektüel etkinliklere daha fazla zaman harcadığını, akademik olarak daha başarılı olduklarını, toplumsal olaylarda aktif rol aldıklarını, negatif olay ve durumlara karşı daha dirençli olduklarını ve yarışma gibi durumlarda daha üstün performans gösterdiklerini kanıtlayan pek çok araştırma mevcuttur (Yeşilyaprak, 1990, s. 42).

Denetim odağı, öğrencilerin öğrenme reaksiyonları ve başarı seviyesi ile ilişkili olan bir değişkendir. Öğrencilerin başarı düzeyleri ve öğrenme durumları gibi yaşamsal faaliyetleri üzerindeki kontrolün boyutuna yönelik algıyı açıklamak için kullanılır (Buluş, 2011, s. 531).

Bilgi işleme ve yapılan işin performansına yönelik çalışmalar gösteriyor ki içten denetimli bireyler dıştan denetimli bireylere oranla daha yüksek bir başarı güdüsüne sahiptir. İçten denetimli kişiler, başarıya önem verirler ve başarıya giden yolda onlara yardımcı olacak her seçeneği iyi değerlendirip, olası sorunlarla ilgili ipuçlarını daha etkin seçip kullanırlar. Yaptıkları iş üzerinde daha yoğun konsantre olurlar ve bilişsel etkinliklerde dıştan denetimli bireylerle kıyaslandığında daha iyidirler (Dönmez, 1986, s.267).

İç veya dış kontrol inancında olmak öğrencinin öğrenme yapısı, bilişsel süreçleri, güdülenmesi ve kendine güven duyması gibi pek çok değişkenle ilişkilidir. Denetim odağı, öğrenmeyi doğrudan gerçekleştiren bir etken olmasa da öğrenmenin sonuçlarıyla ilişki olarak öğrencinin başarı beklentisini, sonucun öğrenci üzerindeki etkisini ve öğrencinin motivasyonunu doğrudan etkileyen bir kişilik özelliğidir. Bu da dolaylı yoldan performans üzerindeki etkisini kanıtlar niteliktedir. Ulaşılan performansla ilgili değerlendirme öğrencinin gelecekteki performanslarını belirlemede önemli bir belirleyicidir. Genel olarak, denetim odağı öğrenme etkinliklerine yön vererek, öğrenme aşamasında daha etkin olmayı teşvik ederek ya da ket vurarak akademik başarıyı olumlu veya olumsuz etkiler (Yeşilyaprak, 2017, s. 237).

Denetim odağı konusunda yapılan araştırmalar öğrencilerin öğrenme konusunda içsel ve dışsal denetim odağına sahip olma durumlarına göre aşağıdaki gibi bir dağılım gösterdiklerini ortaya koymuşlardır (Yeşilyaprak, 2017, s. 237).

Öğrenen olarak iç odaklı öğrenciler:

- İç odaklı
- Açık görüşlü
- Yüksek Başarılı
- Başarıya Yönelen
- Özgüveni yüksek
- Dirençli ve ısrarlı
- Düşünsel
- Risk almayı seven
- Planlı ve düzenli
- Sözel yönü güçlü
- Analitik bakış açısı

Öğrenen olarak dış odaklı öğrenciler:

- Dış odaklı
- Dogmatik
- Düşük başarılı
- Başarısızlıktan kaçınan
- Özgüveni düşük ve kaygılı
- Dirençli ve çabuk pes eden
- Tepkisel
- Riskten kaçınan
- Dikkatsiz ve dağınık
- Görsel/ Kinestetik yönü güçlü
- Genel bakış açısı

1.1.6. Denetim Odağı ile İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar

Dönmez (1985), üniversite öğrencilerindeki denetim odağını kendine saygı, yaş, çevre büyüklüğü ve aile ortamı ile ilişkilendirerek incelediği çalışmasında büyük çevrelerden gelenlerin daha dıştan denetimli olduklarını bulmuştur. Bunun dışında kendine saygı duygusu ile içten denetimlilik arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Ayrıca büyük yaş gruplarının küçük yaş gurubuna oranla daha içten denetimli olduğu, demokratik aile tutumu ile yetişen bireylerin otoriter aile tutumu ile yetişen bireylere oranla kendine saygı düzeyinin daha yüksek olduğu ve içren denetimli oldukları sonucuna ulaşmıştır.

Başal ve Dönmez (1985), 10-12 yaş ilkokul çocuklarında çevre büyüklüğü faktörünün denetim odağı ile ilişkisini incelemiştir. Araştırmadan beklenen sonuç, çevre büyüdükçe dış denetim odağına yönelik algının artması iken, beklenenin aksine küçük yerleşim merkezlerinden gelenlerin dış denetim odağına yatkın olduklarını bulmuşlardır.

Ören (1991) tarafından denetim odağı ile kendini kabul ilişkisinin inceleme konusu yapıldığı araştırma sonucunda içten denetimli bireylerin kendilerini daha yüksek düzeyde kabullendikleri bulgulanmıştır.

Başal (1997) tarafından sınav kaygısı ile denetim odağı arasındaki ilişkinin inceleme konusu yapıldığı araştırmada iki değişken arasında anlamlı bir fark bulmuştur. Araştırmanın sonucuna göre iç kontrol odağı yüksek öğrencilerde sınav kaygısı düşük, dış kontrol inancında olan öğrencilerde ise sınav kaygısı düzeyi yüksek çıkmıştır.

Tümkiye (2000) tarafından ilkokul öğretmenleri ile gerçekleştirilen çalışmada denetim odağı ile tükenmişlik ilişkisi inceleme konusu yapılmıştır. Çalışma sonucunda dış denetim odağına sahip olanların tükenmişlik düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca kadın öğretmenlerin dış denetim odağı puanlarının daha yüksek olduğu da saptanmıştır.

Aysan ve Diğ. (2005) lise öğrencilerinin duygusal ve davranışsal problemleri ile denetim odağı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek adına yaptıkları araştırmada, dış kontrol inancına sahip öğrencilerin duygusal ve davranışsal olarak daha fazla problem yaşadığını kanıtlamışlardır.

Akbağ ve Diğ. (2005) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada stres, denetim odağı ve depresyon arasındaki ilişki inceleme konusu yapılmıştır. Çalışma sonucunda katılımcıların fiziksel stres kaynaklarından sıklıkla

etkilendikleri, dıştan denetimli olmaya yatkın oldukları ve depresyona özgü belirtileri algılama düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca devlet üniversitesindeki öğrencilerin vakıf üniversitesinde okuyan öğrencilerden daha yüksek düzeyde içsel stres yaşadığını ve depresyona yatkın olduklarını belirtmişlerdir.

Efiliti (2006) tarafından Konya’da yaşayan 580 liseli ile gerçekleştirilen çalışmada saldırganlık, denetim odağı ve kişilik özelliklerini incelediği çalışma sonucunda dıştan denetimli öğrencilerin saldırganlığa daha yatkın oldukları bulgulanmıştır.

Candangil ve Ceyhan (2006) tarafından lise öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada iç denetim inancına sahip olanların karar vermede öz saygı düzeyleri daha yüksek, karar vermede stres düzeyi ise daha düşük olarak bulgulanmıştır.

Bireylerde kendilik algısı ve denetim odağı arasındaki ilişkiyi çatışma çözme yaklaşımları açısından araştıran Şahin ve Diğ. (2008), içsel denetim odağına sahip bireylerin kendilik algılarının pozitif olduğunu, çatışma çözme sürecinde, yapıcı çözümlere ulaşmada daha etkili olduklarını belirtmişlerdir.

Başol ve Türkoğlu (2009) tarafından öğretmen adayları ile gerçekleştirilen çalışmada düşünce tarzları ile denetim odağı arasındaki ilişki inceleme konusu yapılmıştır. Çalışma sonunda dış kontrol odağı düzeyleri artan katılımcıların öznel ve aşamalı düşünme seviyelerinde düşüş saptanmıştır.

Dinçyürek ve Diğ. (2010) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda atılganlık seviyeleri ile denetim odakları arasında pozitif yönde anlamlı bir fark bulmuşlardır.

Çolakkadıoğlu ve Diğ. (2011) tarafından 373 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışmada ise içsel kontrol odağı yüksek ergenlerin sağlıklı karar verme ve problem çözme yeteneğine sahip oldukları bulgulanmıştır.

Saracaloğlu ve Yılmaz (2011) tarafından öğretmen adayları ile gerçekleştirilen çalışmada eleştirel düşünme toplam ölçeği ve alt ölçekleri ile denetim odağı puanları arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Kararırmak ve Çetinkaya (2011) tarafından benlik saygısı ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisinin incelendiği çalışmada içsel denetim odağı yüksek olan kişilerin psikolojik sağlamlılık durumlarının da daha iyi olduğu saptanmıştır.

Seyhan (2012), inanç tarzları ile denetim odağı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kesin inanç tarzına sahip bireylerin şans, kismet ve irade zayıflığı gibi kavramlara daha az yüklemde bulunduğu, esnek inanç tarzına sahip bireylerinse bu kavramlara daha çok atıfta bulunduğu belirtilmiştir. Bu araştırmanın sonucuna göre iç denetim odaklı bireyler kesin inanç tarzına yatkınken, dış denetim odaklı bireylerin esnek inancı anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Durna ve Şentürk (2012), üniversite öğrencilerinde denetim odağını sosyal faaliyetler açısından incelediği çalışmasında, iç-dış denetimli öğrencilerin sanat müziğine olan ilgisinin iç ve dış denetimlilere oranla daha yüksek çıktığını, üniversite okuma nedenleri arasında bilgi ve beceri kazanımının ön planda tutulduğunu, spor yapmak ve kitap okumak gibi kişisel gelişim faaliyetlerine önem verdiklerini belirtmişlerdir.

1.2. Umutsuzluğa İlişkin Kuramsal Çerçeve

Bu bölümde umutsuzluk kavramı, nedenleri, belirtileri ve umutsuzluğun içinde yer aldığı psikiyatrik hastalıklara yer verilmiştir.

1.2.1. Umut ve Umutsuzluk Kavramı

Umutsuzluk umudun var olmamasına bağlı olarak ortaya çıkar. Bu nedenle umutsuzluk kavramını anlayabilmek için umudun tanımlanması gerekir (Üngören ve Ehtiyar, 2009, s. 2097).

Türk Dil Kurumu'na göre umut 'ummaktan doğan güven' duygusudur (2007). Umut'un gelecekle ilgili olumlu beklentilere sahip olma durumu ve bireyin gelecekte karşılaşılabileceği olumsuz deneyimlerle başa çıkabileceği duygusu ile ruh sağlığına olumlu etkisi vardır (Özmen ve Diğ, 2008, s. 9).

Umut bireyin bir çıkış yolu olduğuna yönelik inancıdır ve en önemli özelliği, içerisinde istediği şeyi elde edeceğine yönelik inancı barındırmasıdır (Üngören ve Ehtiyar, 2009, s. 2097).

Duygusal içerikli olarak ele alınan umut kavramının, bilişsel boyutunun da olduğunu kanıtlayan araştırmalar vardır. Bu araştırma sonuçlarına göre umut; bireyin hedefe ulaşmayı istemesi ve bunu yapabilecek güce sahip olduğuna inanması ve hedefe götürecek yollara ulaşabilme yeteneğidir (Çınar ve Karcıoğlu, 2012, s. 285).

Umutsuzluk ise, bir amacı gerçekleştirmeye yönelik bireyin sahip olduğu sıfırdan az olan negatif beklentilerdir. Umut ve umutsuzluk karşıt kavramlardır. Umutta amaca ulaşmak için uygulanacak yollarla ilgili başarı öngörüsü varken, umutsuzlukta başarısızlık beklentisi vardır. Bu beklentiler kişiden kişiye, durumdan duruma, beklenen sonucun özelliklerine göre değişebilir (Dilbaz ve Seber, 1993, s. 134). Bazen de umutsuzluk, kötü olaylar karşısında bireyin başa çıkamayacağı ve değiştirmek için hiçbir şey yapamayacağı duygusu ile ilişkili olarak depresyonun temel bir sebebi olarak tanımlanır (Yenilmez, 2010, s. 307).

Umutsuzluk, kişinin iyilik halinin olmaması, isteksiz ve hedefsiz olmasına bağlı olarak karşılaştığı durum veya olayları olumsuz algılamasına neden olan negatif bilişsel bir değerlendirmedir. İçinde bulunulan zamanın ve gelecek zamanın olumsuz algılanmasıdır (Üngören ve Ehtiyar, 2009, s.2098). Umutsuz kişiler, hayatlarında hep kötü şeyler olacağını ve bunları değiştirmenin mümkün olmadığını düşünmekte, yaşamlarında da buna göre bir duruş sergilemektedirler (Yıldırım ve Kara, 2017, s.573).

Bireyin hoş giden bir durumun gerçekleşmeyeceğine olan inancı ya da gerçekleşse bile sonucun olumsuz olacağı, bu durumu düzeltebilecek yeterliliği kendinde bulamaması umutsuzlukla ilgili beklentilerdir. Yani bireyin gelecekle ilgili olumsuz inanç geliştirmesi umutsuzluğa neden olmaktadır (Çoban ve Karaman, 2013, s.80).

Melges (1969)'e göre kişi kendisi ile ilgili hedef oluştururken düşünce biçimini şu süreçlerden geçirir (Akt. Dilbaz ve Seber, 1993, s.134):

Yeteneğe Karşı Şans: Hedefe ulaşabilme konusunda kabiliyet ve şans önemli paya sahip olan iki ayrı etmendir. Şayet kişi geleceğinin şansa bağlı olduğuna inanıyorsa hedefe yönelik davranışlar sergileme konusunda daha az motive olacaktır. Yani kişi planlarının etkin olmayacağı düşüncesini benimsemişse bu ona bir yeterlilik duygusu sağlar. Eylemin etkin olup olmadığına ilişkin inançlar ve bireyin kendisine olan saygısı ile birlikte yeteneklerine yönelik inançları umutsuzluk duygularını belirlemede önemli etkenlerdir.

Güvene Karşı Güvensizlik: Kişinin diğerlerine karşı güven hissediyor olması umut duygusunun gelişmesinde belirleyici bir etmendir. Başkalarına yönelik güvensizliğin düzeyi, kişinin amaçlarını sınırlandırır. Kişide eğer güven duygusu yok ise, başkalarının da içinde bulunduğu bir eylem başarısızlıkla sonuçlandığında bunun sebebi olarak başkalarını görür. Güven duygusu yüksek olan birey ise, kendini de sorumlu tutmasını bilir. Bu noktadan hareketle, güvensiz kişiler kısa vadeli planlar yapmayı tercih ederken, güven duygusu yüksek olan bireyler uzun vadeli planları tercih ederler.

Uzun Döneme Karşı Kısa Dönem: Ulaşılmaması planlanan hedeflerle ilgili sürenin uzaması umutsuzluğa neden olabilir. Bu nedenle birey uzun vadeli hedeflerine kaderci yaklaşarak kısa vadeli hedeflerine yoğunlaşmaya başlar.

Bu bilgiler doğrultusunda, araştırmamızın amacına yönelik olarak alanyazında daha önce belirtildiği gibi şans, kader gibi dışsal faktörlere önem veren, sorun ve sorumluluklarını kendisi ile ilişkilendirmeyip dış faktörlere atfeden, uzun vadeli planlar yapmaktansa kısa vadeli planlar yapıp kaderci bir tutum benimseyen dış kontrol inancına sahip bireylerin umutsuzluk duygusuna daha yatkın olduğu iddia edilebilir.

1.2.2. Umutsuzluğun Nedenleri ve Belirtileri

Umutsuzluk belirtileri ve ortaya çıkış nedenleri Amerikan Psikoloji Birliği (1997) tarafından şöyle sıralamıştır (Üngören ve Ehtiyar, 2009, s. 2098):

Nedenleri:

- Çeşitli faktörlere bağlı olarak kişinin etkinliklere katılımının kısıtlanması ve buna bağlı olarak oluşan yalnızlık hissi,
- Fiziksel sağlığın kötüye gitmesi,
- Bireyin hayatında var olan uzun süreli stres,
- Yapması gereken durumlarla ilgili isteksizlik, pes etmesi,
- Soyut değerlere ve yaratıcıya olan inancın yitirilmesi.

Belirtileri:

- İyimser olmayan konuşmalar, olumsuz bir dil kullanma
- Konuşma sıklığının azalması, pasiflik
- Duyguların ifade edilmesinde isteksizlik
- İnsiyatif kullanma eksikliği
- Dışsal uyarıcılara karşı tepkisizlik
- İletişimde ilgisizlik
- Umursamaz ve aldırmaz davranışlar sergilemek
- İştahın azalması
- Uyku düzeninin bozulması
- Öz bakıma önem vermemek
- Sosyalleşmek istememek

Umutsuzluk bireyin bilgiyi işleme durumu ve bilişsel yapısı ile yakından ilişkili bir olgudur (Dinçer ve Derelioğlu, 2005, s.191). Umutsuzluğun temeli olumsuz geçmiş yaşam deneyimlerine bağlı olabilir (Şahin, 2002, s.143). Bu doğrultuda umut kişinin başarısızlığa teslim olmasını ve geleceğe yönelik olumlu beklentiler konusunda inancını yitirmesini ifade eder (Üngören ve Ehtiyar, 2009, s. 2099).

Rose ve Abramson (1992)'a göre umutsuzluk gelişimsel bir süreçtir. Bu yaklaşıma göre, çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantılar olumsuz yorumlama stiline neden olabilir. Örneğin kötü muamele gören bir çocuk, başlangıçta kendisinde var olan umut duygusu ile durumun nedenlerini aramaya başlar. Yani olumlu

yorumlar yapma eğilimindedir. Bu yorumlamayı yaparken, var olan olumsuz durumu diğer olumsuzluklara genelleme yapmaz ve kendisine olumsuz özellikler atfetmez. Ancak bu kötü muamelenin artması ve süreklilik kazanması çocuğun olayları umutsuzluk duygusu ile yorumlamasına neden olur. Böylece çocuk kötü muamele ile ilgili sonuçlarını diğer olumsuz yaşantılarına da genellemeye başlar ve olumsuz yorumlama stili geliştirerek kendisine de olumsuz özellikler yükler (Akt. Yerlikaya, 2014, s.868).

Bilişsel kurama göre, kaygı ve umutsuzluk gibi durumlarda olumsuz duygular yaşanmasının nedeni olayın kendisi değil, kişinin bu olaya ilişkin yorumlarına ve beklentilerine yönelik algısıyla ilgili bir durumdur (Üngören ve Ehtiyar, 2009, s. 2099).

Geçim sıkıntısı, nüfus oranındaki artış, işsizlik gibi durumlar bireyleri umutsuzluğa sürükleyen çevresel faktörler arasındadır. Kişinin hayatında başarısızlık örnekleriyle sürekli olarak karşılaşması da umutsuzluğa neden olabilir. Örneğin lise sonrasında lisans programlarına yerleşmeyi hedefleyen bir öğrenci, sürekli olarak üniversiteye yerleşmenin bir takım sosyo-ekonomik nedenler ile bir azınlığın hakkıymış gibi düşünürse umutsuzluk seviyesi artabilir (Yenilmez, 2010, s. 308).

Umutsuzluk bir hastalık sonucunda ortaya çıkabileceği gibi bir hastalığın nedeni olarak da ortaya çıkabilir. Bu durum bireylerde ilgisizlik, isteksizlik, çaresizlik, derin üzüntü, suçluluk ve karamsarlık gibi davranışsal tepkilere neden olur (Bozkurt, 2004, s.50).

Kişinin geçmiş yaşantısındaki olumsuz deneyimler umutsuzluğa kapılmalarına neden olur. Bunun sonuçları olarak kişide başarısızlık, teslimiyet ve mağlubiyet ile birlikte geleceğe yönelik inancın kaybı da söz konusudur (Mammadova, 2016, s. 57).

Umutsuzluk literatürde genellikle öğrenilmiş çaresizlikle ilişkilendirilir. Umutsuzluk öğrenilmiş çaresizlik açısından önemli bir faktördür (Büyükaşahin Çevik ve Gündoğdu, 2015, s. 22). Öğrenilmiş çaresizlik kişinin davranışlarının sonuca ulaşmada boş yere olduğu ve hedeflerine ulaşabilmek için gösterdiği çabaların

başarısız olması neticesinde kaygı duyması, buna bağlı olarak da sonuca yönelik kontrol noktasında motivasyonunda düşüş görülmesi demektir (Güler, 2005, s. 383).

1.2.3. Umutsuzluğun Yer Aldığı Psikiyatrik Bozukluklar

Bu bölümde umutsuzlukla ilişkili olan bazı psikiyatrik bozukluklar ve bu psikiyatrik bozuklukların umutsuzlukla ilişkisine yönelik literatüre yer verilmiştir.

1.2.3.1. Umutsuzluk ve Depresyon İlişkisi

Umutsuzluk, çaresizlik hissi ve karamsar tutum gibi durumlar sosyal yeterlilik ve ruhsal iyi olma hali ile yakından ilişkilidir. Böyle bireyler yaşamlarında karşılaştıkları olumsuz olaylar karşısında psikopatoloji belirtileri geliştirmeye daha meyilli olurlar (Oğuztürk ve Diğ., 2010, s. 174)

Umutsuzluğun içinde olduğu en önemli psikiyatrik bozukluklardan biri depresyondur. Depresif dönem öncesinde birey amaçlarına ve geleceğe yönelik olumlu bir tutum içindedir. Sonradan olumsuz bir olayın meydana gelmesi, kişinin çabalarının başarısızlıkla sonuçlanması, ölümden dolayı kayıp yaşaması ya da doyumun önlenmesi gibi sebeplerle önceden var olan olumlu tutumlarda değişiklikler görülür. Planları kesintiye uğrayan birey yine de hedeflerine ulaşmak için çaba sarfetmeye devam etse de güvensizlik duygusu ortaya çıkmaya başlamıştır. Bu güvensizlik duygusundan kendini sorumlu tutan birey kendini suçlamaya başlar. Kendini suçlama durumu ve güvensizlik arttıkça çevresine bağımlı hale gelen depresif birey için umutsuzluk o kadar yoğunlaşır ki planlarının ve amaçlarının daha fazla etkin olmayacağına inanmaya başlar. Düşüncenin bu durumuna bağlı olarak kararsızlık, harekete geçememe, sorumluluklarını yapamama, kendisini suçlama ve değersizlik gibi depresyonun en yoğun belirtilerini yaşamaya başlar (Dilbaz ve Seber, 1993, s.135)

Beck'e göre depresif hastalar kendi yaşam olaylarındaki problemleri çözemeyeceğine inanırlar ve intiharı bu dayanılmaz problemlerinden kaçış için tek yol olarak görürler. Beck'in formülasyonuna göre umutsuzluk, depresyonun ve depresyonun hizmet ettiği intihar düşüncelerinin temel nedenidir. Ayrıca

umutsuzluk, bireyi intihar davranışına yatkınlaştıran diğer psikiyatrik hastalıklarla da ilişkilidir (Beck et al., 1985, p. 559).

Umutsuzluğa bağlı olarak depresyon geliştiren kişilerde isteksizlik, güdülenmede eksiklik, dikkatsizlik, yaşamında düzensizlikler ve olaylara karşı karamsar tavır takınma gibi belirtiler vardır (Ceyhan, 2004, s. 93). Ayrıca yüksek düzeyde engellenme ile karşılaşmışlardır (Büyüksahin Çevik ve Gündoğdu, 2015, s.22).

Depresyonla ilgili oluşturulan kuramların bir kısmı bireyin olumsuz beklentileri ve düşünceleri, yanlış öğrenmeleri gibi kavramlarla ilişkili olan umutsuzluk faktörüyle ilgilidir. Beck'in bu duruma uygun bilişsel bozukluk kuramına göre depresyon üç boyutta ele alınmıştır (Akt. Dilbaz ve Seber, 1993, s.136):

1. **Bilişsel Üçlü:** Kişinin kendisi, sosyal çevresi ve geleceğine yönelik inançlarla ilgilidir.
 - Yaşam birey için hayal kırıcı iken birey kendisini yetersiz ve değersiz hisseder.
 - Çevresinin ona yardım etmediğine ve hayatının yetersiz olduğuna yönelik inanç.
 - Uzun vadeli planları olmadığı için kişi umutsuzdur. Böylece olumlu bir eylem başlatılamaz.
2. **Sessiz Kabullenişler:** Depresif bireyler kendilerinin de anlam veremediği bazı inanç ve kurallara sahiplerdir. Hasta genel olarak yaşamını bu kurallara dayandırır. Eşi iltifat etmeyen bir kadının 'değersizim' düşüncesi oluşturması buna örnek verilebilir.
3. **Bilişsel Hatalar:** Hastanın olumsuz otomatik düşünceleri ile asıl olay arasındaki karşılaştırmadan çıkan mantık hataları ile ilgilidir.

1.2.3.2. Umutsuzluk ve İntihar

Umutsuzluk, intihar ile depresyon açısından önemli bir değişkendir. Umutsuzluk duygusu yok olduğunda depresyon ile intihar riski de azalmaktadır

(Tümkaya, 2005, s.447). Beck ve Diğ. (1975-1974) intihar girişiminde bulunmuş hastalarla yaptıkları çalışmalarda depresyonun ve umutsuzluğın intihar düşüncesiyle ilişkili olduğunu, umutsuzluk denetim altına alındığında ise depresyonun ve intihar eğiliminin kaybolduğunu, ama aksinin geçerli olmadığını belirtmişlerdir (Akt. Dilbaz ve Seber, 1993, s.137).

Depresyonun en önemli belirtilerinden biri olan karamsarlıkla bağlantılı umutsuzluk kavramı, intihar olgusu açısından önemli bir faktördür. Beck'e göre intihar davranışının altında yatan neden bilişsel arpıtmalardır. İntihar girişimi, bireyin umutsuzluğu için bulduğu bir çözüm olarak görülür. Bilişsel çarpıtmalara ve çarpıtılmış düşüncelere bağlı olarak umutsuzluk düzeyi de artabilir. Bu bağlamda umutsuzluk intihar davranışı ile yakından ilişkili bilişsel bir faktördür (Durak ve Palabıyıkğu, 1994, s.312).

Depresyonun intihar ile yakın ilişkisi vardır ama her intihar girişiminin arkasında yatan neden depresyon değildir. Yapılan araştırmalar gösteriyor ki, umutsuzluk ve depresyonun bir arada olması intihar düşüncesinin çok önemli bir nedenidir ama umutsuzluk intihar düşüncesi konusunda depresyondan daha önemli bir role sahiptir. Çünkü depresyonda olan her kişi intihara teşebbüs etmez ya da intihar edenlerin hepsinde klinik düzeyde depresyon tanısı aldığına dair bir bulgu yoktur. Bu durum intihar ile umutsuzluk faktörünü birbirine daha çok yakınlılaştırmıştır. Depresyon ve umutsuzluğın intihar eyleminin ortaya çıkışında önemli belirleyiciler olduğunu gösteren çalışmalar olsa da klinik popülasyonlarda intihar gerçekleşme riskinin en önemli nc belirtisinin umutsuzluk olduğunu kanıtlayan çalışmalar da vardır (Dilbaz ve Seber, 1993, s. 137).

1.2.4. Umutsuzluk İle İlgili Yapılan alışmalar

Özben ve Argun (2003) tarafından 82 ilkokul öğretmenin katılımı ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda umutsuzluk ile tükenmişlik seviyeleri arasında bir ilişki bulgulanmamıştır.

Ceyhan (2004) tarafından 71 ğretmen adayı ile gerçekleştirilen çalışmada katılımcıların umutsuzluk düzeylerinin genel olarak düşük olduğu, umutsuzluk

yaşayan bir kısım adayın ise mezun olduğunda iş bulamama kaygısı yaşadığı, kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde umutsuzluk yaşadığı saptanmıştır.

Özmen ve Diğ. (2008) tarafından ergenler ile gerçekleştirilen çalışmada kentsel bölgede yaşayanların gelecekte umutlu olmalarına rağmen umutsuz olanların oranının da az olmadığı, sosyoekonomik düzeyi düşük olan öğrencilerin daha umutsuz oldukları saptanmıştır. Ek olarak çalışmada benlik saygısı düşük olan ve yaşam kalitesini kötü algılayan öğrenciler umutsuzluk ölçeğinden daha yüksek puan almışlardır.

Şahin (2009) tarafından Ahi Evran Üniversitesi'nde öğrenim gören 397 öğrenci ile yapılan çalışmada öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin genel olarak düşük olduğunu ama bazı öğrencilerin cinsiyete, gelir düzeylerine, okudukları bölümlere ve kaldıkları yerlere bağlı olarak yoğun umutsuzluk yaşadığını belirtmiştir.

Üngören ve Ehtiyar (2009), Türk ve Alman öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerini karşılaştırdıkları araştırmada, Türk öğrencilerin Alman öğrencilere oranla daha yüksek düzeyde umutsuzluk yaşadıklarını, Alman öğrencilerin ise hafif düzeyde 'eğitim memnuniyeti' değişkeninde umutsuzluk yaşadığını; iki ülke öğrencilerinin ortak umutsuzluk noktaları ise 'eğitim memnuniyeti' olarak saptanmıştır.

Karadağ (2009) tarafından Gaziantep'te yaşayan engelli çocuk sahibi 95 anne ile gerçekleştirilen çalışmada algılanan sosyal destek ve umutsuzluk arasındaki ilişki inceleme konusu yapılmıştır. Çalışma sonucunda aileden algılanan sosyal desteğin artışına bağlı olarak umutsuzluk düzeylerinin azaldığı saptanmıştır.

Oğuztürk ve Diğ. (2011) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada umutsuzluk düzeyinin problem çözme becerilerini etkilediği, 'motivasyon kaybı' alt ölçeğinin ve sınıf düzeyinin problem çözme becerilerinin önemli yordayıcıları olduğu sonucuna varılmıştır.

Çınar ve Karcıoğlu (2012), tarafından Erzincan Üniversitesi'nde öğrenim gören 110 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışmada denetim odağı ve umutsuzluk

düzeyleri arasındaki ilişki irdelenmiştir. Çalışma sonunda umutsuzluk düzeyi arttıkça dış kontrol inancının arttığı, umutsuzluk düzeyi düştükçe iç kontrol inancının arttığı saptanmıştır.

Aydın ve Diğ. (2013) tarafından Mersin’de öğrenim gören 240 lise ve meslek yüksek okulu öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda; cinsiyet, okul ve bölüm değişkenlerinin umutsuzluk üzerinde fark yaratan bir etkisi olmadığı, iş bulma kaygısı ve akademik başarının ise umutsuzluğa etki ettiği saptanmıştır.

Kılıç ve Diğ. (2014), Devlet ve Vakıf Meslek Yüksekokulları’nda öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeylerini karşılaştırdıkları çalışmada devlet üniversitesi öğrencilerinin vakıf üniversitesi öğrencilerine kıyasla daha yüksek oranda umutsuzluk yaşadıklarını belirtmişlerdir. Umutsuzluğu yordayıcı değişkenlerin ise anne-baba birlikteliği, eğitim kurumu memnuniyeti ve gelir durumu olduğunu bulmuşlardır.

Çakar (2014) tarafından Celal Bayar Üniversitesi’nde öğrenim gören 338 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda otomatik düşünceler ve benlik saygısı ile umutsuzluk arasında anlamlı bir ilişki olduğu ama otomatik düşünceler ile umutsuzluk arasında benlik saygısının aracı rolü olmadığı saptanmıştır.

Yerlikaya (2014) tarafından 450 ortaokul öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda okul türü, cinsiyet ve konut durumunun umutsuzluk üzerinde anlamlı bir farklılığa neden olduğunu saptanmıştır.

Çelik (2014) tarafından İstanbul’da yaşayan 382 lise son sınıf öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda motivasyon kaybı ile olumlu dışavurum arasında negatif bir ilişki saptanmıştır. Ek olarak cinsiyet değişkeninin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler, duygusal dışavurum, olumlu dışavurum, olumsuz dışavurum ve dürtü şiddeti üzerinde fark yarattığı saptanmıştır.

Büyükşahin Çevik ve Gündoğdu (2015), stres, umutsuzluk ve annelerin öğrenilmiş çaresizlik düzeylerinin ergenlerin öğrenilmiş çaresizlik düzeylerine etkisini incelemişlerdir. Çalışmanın örneklemini 564 öğrenci ve bu öğrencilerin anneleri oluşturmuştur. Araştırmanın sonucuna göre, ‘ergenlerin umutsuzluğu’ ve ‘annelerin öğrenilmiş çaresizliği’ öğrencilerin öğrenilmiş çaresizlik düzeylerini

artırmaktadır. Bunun dışında stresle başa çıkma tarzlarının alt boyutları arasında da öğrenilmiş çaresizlik düzeyini yordayan anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Araştırmanın bu kısmında araştırmanın modeli, evren-örneklem, araştırmada kullanılan veri toplama ölçeklerinin geçerlilik güvenirlikleri ile ve istatistiksel teknikler hakkında bilgi verildi.

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma, lise öğrencilerinin denetim odağı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanıldı. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009,s.77).

Yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik gelir düzeyi, üniversite sınavına hazırlanıp-hazırlanmama durumu, okul türü, sınıf düzeyi gibi sosyodemografik bilgiler yönünden öğrencilerin umutsuzluk ve denetim odağı düzeyleri arasında bir farklılık olup olmadığı ilişkisel tarama modeli ışığında araştırılmıştır.

2.2. Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinin Avcılar ve Beylikdüzü ilçelerinde yaşayan ve eğitim gören tüm lise öğrencileri oluşturmaktadır.

2.3. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemi İstanbul ilinin Avcılar ve Beylikdüzü ilçesinde öğrenimlerine devam eden, kolay örnekleme yöntemiyle seçilmiş 271 lise öğrencisi oluşturmaktadır.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırma kapsamında Avcılar Sabancı 50. Yıl Anadolu Lisesi ve Beylikdüzü Uğur Lisesi’nde çalışan rehber öğretmenlerle iletişime geçilmiş ve kurumdan araştırma yapılmasına yönelik izin istenmiştir. Eğitim ve öğretimin aksatılmayacağı

şekilde uygulamaların yapılabileceği tarihler belirlenmiştir. Ölçekler seçkisiz yolla oluşturulan gönüllü öğrencilere sınıfta uygulanmıştır. Bu doğrultuda öğrencilere araştırmacı tarafından araştırmanın amacı ve araştırmanın gizliliği hakkında sözlü ve yazılı olarak bilgi verilmiştir. Öğrenciler ölçekleri yaklaşık 20-25 dakikada tamamlayabilmişlerdir. Toplamda 300 öğrenciye uygulanması planlanan anketler, geçersiz, boş yanıtlar ve araştırmaya katılmak istememe gibi nedenlerden ötürü 271 öğrenciye uygulanabilmiştir.

2.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmada lise öğrencilerinin sosyodemografik bilgilerini öğrenebilmek adına ‘Demografik Bilgi Formu’, öğrencilerin iç dış denetim odaklarından hangilerine sahip olduğunu öğrenebilmek adına ‘Rotter Denetim Odağı Ölçeği’ ve umutsuzluk düzeylerini öğrenebilmek adına ‘Beck Umutsuzluk Ölçeği’ kullanılmıştır.

2.5.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacının düzenlediği Demografik Bilgi Formu’nda lise öğrencilerinin yaşı, cinsiyeti, okul türü, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik gelir düzeyi ve üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmama durumunu öğrenebilmek ve bu bilgileri denetim odağı ve umutsuzluk puanları ile karşılaştırmak adına oluşturulmuş 6 soru bulunmaktadır.

2.5.2. Rotter’in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ)

Araştırmada kullanılan Rotter’in 1966 senesinde geliştirdiği İç-Dış kontrol Odağı Ölçeği, Dağ (1991) tarafından da Türkçe’ye uyarlanmıştır. Bireylerin genellenmiş kontrol beklentilerinin, bireyin içsel veya dışsal boyuttaki konumunu ölçer. Ölçek toplamda 29 maddeden oluşmakta olup her maddesi de a ve b şeklinde gösterilen iki şık yer alır. Testi yanıtlayan kişiden kendisine en uygun bulduğu cümleyi seçip buna göre işaretleme yapması istenir. Yirmi dokuz maddenin altı maddesi dolgu maddesi olması sebebiyle puanlanmaz. Böylece 0-23 arasında bir toplam puan alınabilir. Ölçekten alınan puanların yükselmesi dış kontrol odağı inancında artışı gösterir.

Ölçeğin asıl formun madde-toplam puan korelasyon değerleri 0.11 ile 0.48 arasında değiştiği, başka bir örneklemede ise bu katsayının 0.77 olarak bulunduğu bildirilmiştir. Test-tekrar test güvenirliği, 1-2 aylık zaman aralıklarıyla tekrar uygulama sonucu hesaplanan Pearson Momentler Çarpımı korelasyonları 0.49 ile 0.83 arasında değişmiştir. Ayrıca ölçeğin faktör yapısı da iç denetim odağı ile dış denetim odağı olarak iki boyuttan oluştuğu saptanmıştır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanan formunda test-tekrar test güvenirlik katsayısı 0.83, Cronbach alfa katsayısı 0.71, KR-20 güvenirlik sayısı 0.68 olarak verilmiştir. Uygulanan Temel Bileşenler Analizi'nde toplam puan değişiminin %47.7sini açıklayabilen 7 faktör belirlenmiştir (N=532). Bu faktörlerin yeterli düzeyde homojen olduğu belirlenmiş, sayı ve örüntüleri bakımından orijinal formun elde ettiği faktörlerle büyük ölçüde benzerlik göstermiştir (Öner, 2012, s.745-747).

2.5.3. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)

Beck ve diğ. (1974) tarafından oluşturulan ölçek bireyin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini ve umutsuzluk düzeyini ölçmeyi hedeflemektedir. Ölçek 20 maddeden oluşmakta olup geleceğe yönelik duygu, düşünce ve güdülerini açıklayan ifadelerden meydana gelmektedir. Gelecekle ilgili duygular madde 1, 6, 13, 15 ve 19; motivasyon kaybı ile ilgili maddeler 2, 3, 9, 11, 12, 16, 17 ve 20, gelecek beklentisiyle ilgili maddeler 4, 7, 14 ve 18 olarak belirlenmiştir. Bireyden kendisi için uygun olan maddeler için 'doğru'; uygun olmayan maddeler için 'yanlış' şıkkını işaretlemesi beklenir. Ölçekte 11 'doğru', 9 "yanlış" cevap bulunmakta, her beklenen cevap için 1 puan, her beklenmeyen cevap için 0 puan verilir. Ölçekten alınan toplam puan 'umutsuzluk' düzeyini verir. Ölçekten alınan minimum puan 0 ve maximum puan 20'dir. Puanın yüksek olması kişideki umutsuzluk düzeyinin de yüksek olduğu anlamına gelir (Öner, 2012, s.400-401).

Türkiye'de Durak (1994) ölçeğin faktör yapısını inceleyerek ölçeğin "gelecekle ilgili duygular ve beklentiler" (birinci, üçüncü, yedinci, on birinci ve on sekizinci ifadeler), "motivasyon kaybı" (ikinci, dördüncü, dokuzuncu, on ikinci, on dördüncü, on altıncı, on yedinci ve yirminci ifadeler) ve "umut" (beşinci, altıncı, sekizinci, onuncu, on üçüncü, on beşinci ve on dokuzuncu ifadeler) olmak üzere üç

faktör yapısından meydana geldiği tespit etmiştir. Faktörlerin varyansı oranları ise sırasıyla %27.9, %8.1 ve %6.6'dır. Faktör yapıları arasındaki korelasyonun ise 0.48 ile 0.59 arasında değiştiği saptanmıştır.

Seber ve arkadaşları (1993) ölçeğin geçerliliği ve güvenilirliğe ilgili yaptıkları araştırmada, Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğine müracaat eden ve majör depresyon ve distimik bozukluğu teşhisi konulan 37 hasta grubuna ve ruh sağlığı yerinde olan 70 bireye (kontrol grubu) uygulamışlardır. Deney grubun ölçekle ilgili Cronbach alfa katsayısı 0.86 şeklinde tespit edilmiştir. Anadolu Üniversitesi Tıp Fakültesi son sınıfta okuyan 30 öğrenciye 4 hafta ara ile iki kere uygulanmış, her ikisinde de hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0.737 şeklinde tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonucun ölçeğin puan değişmezliği açısından da güvenilirliği yüksek olduğunu göstermektedir (Seber ve Diğ. 1993, s.141).

Ölçeğin geçerlik çalışması yapı ve uyum geçerliği açısından değerlendirildiğinde depresif hasta ve kontrol gruplarının ortalama umutsuzluk puanları arasında yüksek ve anlamlı ($p < .001$) fark bulunmuştur. Uyum geçerliği açısından ise, beck depresyon puanları ile umutsuzluk puanları arasında 0.65 düzeyinde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Seber ve Diğ, 1993, s. 142).

2.6. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 21.0 programı kullanılarak analizler yapılmıştır. Analiz de frekans (f), yüzde (%), ortalama (ort) ve standart sapma (S) şeklinde betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Araştırmada kullanılan Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Rotter Denetim Odağı Ölçeklerinden elde edilen puanların normallik değerlerini belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmış ve ölçek puanlarının normal dağıldığı belirlenmiştir. (Sırasıyla; Beck Umutsuzluk Ölçeği: çarpıklık değeri=-0.646, basıklık değeri =-0.589 ve Rotter Denetim Odağı Ölçeği: çarpıklık değeri=-0.020, basıklık değeri =-0.188). Araştırmada kullanılan istatistiksel teknikler ise; Ki-Kare analizi, t testi, Anova, Pearson Korelasyon Analizi ve Regresyon Analizi şeklindedir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya gönüllü olarak katılan lise öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri ile Beck umutsuzluk ölçeği ve denetim odağı ölçeğinin puanlarına dair bulgular yer almaktadır.

Bireylere uygulanan Beck umutsuzluk ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.834$ şeklinde yüksek düzeyde güvenilir olduğu saptanmıştır.

Bireylere uygulanan denetim odağı ölçeğinin genel güvenilirliği $\alpha=0.617$ şeklinde oldukça güvenilir olduğu saptanmıştır.

Cronbach's Alpha Katsayısının güvenilirliğinin belirlenmesinde ölçüt olarak baz alınan değerlendirme kriterleri aşağıda yer almaktadır (Özdamar, 2004);

Alpha değeri $0,00 \leq \alpha < 0,40$ arasında ise ölçek güvenilir değildir.

Alpha değeri $0,40 \leq \alpha < 0,60$ arasında ise ölçek düşük güvenilirliktedir.

Alpha değeri $0,60 \leq \alpha < 0,80$ arasında ise ölçek oldukça güvenilirdir.

Alpha değeri $0,80 \leq \alpha < 1,00$ arasında ise ölçek yüksek derecede güvenilirdir.

3.1. Sosyo-Demografik Özellikler

Araştırma grubunun sosyo-demografik bilgilerine ilişkin istatistiksel veriler Tablo 1'de verilmektedir.

Tablo 1. Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Dağılımları

	n	%
Cinsiyet		
Kız	124	45.8
Erkek	147	54.2
Yaş		
14-15 yaş	125	46.1
16-17 yaş	87	32.1
18-19 yaş	59	21.8
Okul		
Devlet lisesi	127	46.9
Özel lise	144	53.1
Sınıf		
Birinci sınıf	143	52.8
Dördüncü sınıf	128	47.2
Ailelerinin gelir düzeyi		
Düşük	8	3.0
Orta	229	84.5
Yüksek	34	12.5
Üniversiteye hazırlanma durumu		
Evet	173	63.8
Hayır	98	36.2
İç-dış denetim odağı		
İç denetim odağı	133	49.1
Dış denetim odağı	138	50.9

Araştırmaya katılan 271 öğrencinin 147'si (%54.2) erkeklerden ve 124'ünün (%45.8) kadınlardan oluştuğu görülmüştür. Lise öğrencilerinin yaş ortalamasının 16.17 ± 1.33 olduğu, 144'ünün (%53.1) özel lisede okumakta olduğu, 143'ünün (%52.8) birinci sınıfta okumakta olduğu, 229'unun (%84.5) ailesinin gelir düzeyi orta düzeyde olduğu, 173'ünün (%63.8) üniversite sınavına hazırlanmakta olduğu ve 138'inin (%50.9) dış denetim odağına sahip olduğu görülmüştür (Bkz. Tablo 1).

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Lise Öğrencilerinin İç-Dış Denetim Odağına İlişkin Dağılımı

Lise öğrencilerin denetim odakları ile öğrencilerin cinsiyetleri, yaşları, eğitim gördükleri okul, okudukları sınıfı, ailelerinin gelir düzeyleri ile üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmadığı arasındaki farkın anlamlı olup olmadığının belirlenmesi için Ki-Kare testi yapılmıştır ve aşağıdaki tabloda yer verilmiştir.

	Cinsiyet GRUPLAR				Farkns ve yüzdelik değerler		Test	
	İç denetim (n=133)		Dış denetim (n=138)					
	Sayı	%	Sayı	%	f	%	x ²	p
Cinsiyet								
Kız	56	60.9	68	63.1	124	45.8	x ² = 1.403 p= 0.236	
Erkek	77	72.1	70	74.9	147	54.2		
Yaş								
14-15 yaş	52	39.1	73	52.9	125	46.1	x ² = 5.199 p= 0.074	
16-17 yaş	48	36.1	39	28.3	87	32.1		
18-19 yaş	33	24.8	26	18.7	59	21.8		
Okul								
Devlet lisesi	73	54.9	54	39.1	127	46.9	x ² = 6.753 p= 0.009**	
Özel lise	60	45.1	84	60.9	144	53.1		
Sınıf düzeyi								
Birinci sınıf	60	45.1	83	60.1	143	52.8	x ² = 6.140 p= 0.063	
Dördüncü sınıf	73	54.9	55	39.9	128	47.2		
Ailelerin gelir düzeyi								
Düşük	4	3.0	4	2.9	8	3.0	x ² = 3.833 p= 0.147	
Orta	107	80.5	122	88.4	229	84.5		
Yüksek	22	16.5	12	8.7	34	12.5		
Üniversite sınavına hazırlanma								
Evet	95	71.4	78	56.5	173	63.8	x ² = 6.519 p= 0.011*	
Hayır	38	28.6	60	43.5	98	36.2		

**p<0.01; *p<0.05

İçten denetimli olan öğrencilerin 77'si (%72.1) erkek olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 70'i (%74.9) erkek olduğu görülmüştür. Öğrencilerin denetim odaklarına göre öğrencilerin cinsiyetleri arasındaki fark anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($\chi^2 = 1.403$; $p > 0.05$) (Bkz. Tablo 2).

İçten denetimli olan öğrencilerin 52'si (%39.1) 14-15 yaşında olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 73'ü (%52.9) 14-15 yaşında olduğu görülmüştür. Öğrencilerin denetim odaklarına göre öğrencilerin yaşları arasındaki fark anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($\chi^2 = 5.199$; $p > 0.05$).

Öğrencilerin denetim odağına göre öğrencilerin okuduğu lise türü arasındaki fark anlamlı olduğu tespit edilmiştir [$\chi^2 = 6.753$; $p < 0.01$]. İçten denetimli olan öğrencilerin 73'ü (%54.9) devlet lisesinde okumakta olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 84'ü (%60.9) özel lisede okumakta olduğu görülmüştür.

İçten denetimli olan öğrencilerin 73'ü (%54.9) dördüncü sınıfta okumakta olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 83'ü (%60.1) birinci sınıfta okumakta olduğu görülmüştür. Öğrencilerin denetim odaklarına göre öğrencilerin okuduğu sınıf düzeyi arasındaki fark anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [$\chi^2 = 6.140$; $p > 0.05$].

İçten denetimli olan öğrencilerin 107'sinin (%80.5) ailesinin geliri orta düzeyde olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 122'si (%88.4) ailesinin geliri orta düzeyde olduğu görülmüştür. Öğrencilerin denetim odaklarına göre öğrencilerin ailelerinin gelir düzeyleri arasındaki fark anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($\chi^2 = 3.833$; $p > 0.05$).

Öğrencilerin denetim odağına göre öğrencilerin üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmadıkları arasındaki fark anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($\chi^2 = 6.519$; $p < 0.05$). İçten denetimli olan öğrencilerin 95'i (%71.4) üniversite sınavına hazırlanmakta olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 78'i (%56.5) üniversite sınavına hazırlanmakta olduğu görülmüştür.

3.2. Lise Öğrencilerinin Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanlarının ve Denetim Odağı Ölçeğinin Puanlarının Sosyodemografik Özelliklere Göre Karşılaştırılması

Lise öğrencilerinin Beck umutsuzluk ölçeğinin puanlarını ve denetim odağı ölçeğinin puanlarının sırası ile cinsiyet, yaş, okul türü gibi sosyodemografik bilgilere göre herhangi bir farklılık olup olmadığı analiz edilmiştir.

3.2.1. Cinsiyete Göre Karşılaştırma

Öğrencilerin Beck umutsuzluk ve denetim odağı ölçeklerinden elde ettikleri puanların öğrencilerin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem T Testi ile analiz edilmiştir ve sonuçları Tablo 3. ve Tablo 4.'de verilmiştir.

Tablo 3. Lise Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Cinsiyet değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tablodadır.

Ölçekler	Cinsiyet	N	Ort	SS	T	p
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	Kız	124	1.55	1.74	2.242	0.026*
	Erkek	147	1.13	1.33		
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	Kız	124	3.33	2.12	2.335	0.020*
	Erkek	147	2.74	1.97		
Umut alt ölçeğinin puanı	Kız	124	1.73	1.90	4.159	0.001**
	Erkek	147	2.65	1.72		
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	Kız	124	7.54	4.84	3.635	0.001**
	Erkek	147	5.61	3.85		

**p<0.01; *p<0.05

Tablo 3'e baktığımızda; kız öğrencilerin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinden aldıkları puanların erkek öğrencilerin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir (T=2.242; p<0.05).

Kız öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanların erkek öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($T=2.335$; $p<0.05$).

Erkek öğrencilerin umut alt ölçeğinden aldıkları puanların kız öğrencilerin umut alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($T=4.159$; $p<0.01$).

Kız öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların erkek öğrencilerin Beck umutsuzluk alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($T=3.635$; $p<0.05$).

Tablo 4. Lise Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Cinsiyet değişkenine göre denetim odağından alınan puanlar aşağıdaki tablodadır.

Ölçekler	Cinsiyet	N	Ort	SS	T	p
Denetim odağı ölçeğinin puanı	Kız	124	12.79	3.42	1.174	0.241
	Erkek	147	12.30	3.45		

Lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre lise öğrencilerinin denetim odağı ölçeğinin puanlarının arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir ($T=1.174$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 4).

3.2.2. Yaşa Göre Karşılaştırma

Öğrencilerin yaşları ile öğrencilerin Beck umutsuzluk ve denetim odağı ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında bir ilişki olup olmadığı Pearson Korelasyon Analizi ile test edilmiştir ve sonuçları Tablo 5 ve Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 5. Lise Öğrencilerinin Yaşları İle Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Yaş değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tablodadır.

Ölçek		Yaş
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	r	-0.057
	p	0.350
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	r	0.145
	p	0.017*
Umut alt ölçeğinin puanı	r	-0.036
	p	0.555
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	r	-0.098
	p	0.108

*p<0.05

Lise öğrencilerinin yaşları ile öğrencilerin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler, umut ve Beck umutsuzluk (toplam skor) ölçeklerinin puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir (Sırasıyla: $r=-0.057$; $r=-0.036$ ve $r=-0.098$; $p>0.05$).

Öğrencilerin yaşları arttıkça öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlarda artmakta olduğu belirlenmiştir ($r=0.145$; $p<0.05$) (Bkz. Tablo 5).

Tablo 6. Lise Öğrencilerinin Yaşları İle Öğrencilerin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Yaş değişkenine göre denetim odağı ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tablodadır.

Ölçek		Yaş
Denetim odağı ölçeğinin puanı	r	-0.061
	p	0.317

Lise öğrencilerinin yaşları ile öğrencilerin denetim odağı ölçeğinin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir ($r=-0.061$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 6).

3.2.3. Eğitim Öğretim Görülen Okula Göre Karşılaştırma

Öğrencilerin Beck umutsuzluk ve denetim odağı ölçeklerinden aldıkları puanların öğrencilerin okudukları okula göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem T Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 7 ve 8’de verilmiştir.

Tablo 7. Lise Öğrencilerinin Hangi Okulda Okuduklarına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Okul türü değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Ölçekler	Okul	N	Ort	SS	T	p
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	Devlet lisesi	127	1.19	1.52	-1.315	0.190
	Özel lise	144	1.44	1.56		
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	Devlet lisesi	127	2.85	1.99	-1.174	0.242
	Özel lise	144	3.15	2.11		
Umut alt ölçeğinin puanı	Devlet lisesi	127	2.38	1.95	-2.214	0.058
	Özel lise	144	1.89	1.72		
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	Devlet lisesi	127	5.94	4.25	-1.940	0.053
	Özel lise	144	6.98	4.54		

Öğrencilerin hangi okulda okuduğuna göre gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı, umut ve Beck umutsuzluk (toplam skor) ölçeklerinin puanlarının arasında anlamlı fark belirlenmemiştir (Sırasıyla: $T=-1.315$; $T=-1.174$; $T=-2.214$ ve $T=-1.940$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 7).

Tablo 8. Lise Öğrencilerinin Hangi Okulda Okuduklarına Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Okul türü değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Ölçekler	Okul	N	Ort	SS	T	p
Denetim odağı ölçeğinin puanı	Devlet lisesi	127	12.16	3.37	-1.650	0.100
	Özel lise	144	12.85	3.47		

Lise öğrencilerinin okudukları okula göre lise öğrencilerinin denetim odağı ölçeğinin puanlarının arasında anlamlı fark belirlenmemiştir ($T=-1.650$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 8).

3.2.4. Sınıf Düzeyine Göre Karşılaştırma

Öğrencilerin Beck umutsuzluk ve denetim odağı ölçeklerinden aldıkları puanların öğrencilerin kaçınıcı sınıfta okuduklarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem T Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 9 ve Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 9. Lise Öğrencilerinin Kaçınıcı Sınıfta Okuduklarına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Sınıf türü değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Ölçekler	Sınıf	N	Ort	SS	T	p
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	Birinci sınıf	143	1.42	1.55	1.103	0.271
	Dördüncü sınıf	128	1.21	1.53		
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	Birinci sınıf	143	3.15	2.13	1.175	0.241
	Dördüncü sınıf	128	2.85	1.97		
Umut alt ölçeğinin puanı	Birinci sınıf	143	2.34	1.93	1.757	0.080
	Dördüncü sınıf	128	1.94	1.76		
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	Birinci sınıf	143	6.92	4.50	1.674	0.095
	Dördüncü sınıf	128	6.02	4.31		

Öğrencilerin kaçınıcı sınıfta okuduğuna göre gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı, umut ve beck umutsuzluk (toplam skor) ölçeklerinin puanlarının arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir (Sırasıyla: $T=1.103$; $T=1.175$; $T=1.757$ ve $T=-1.674$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 9).

Tablo 10. Lise Öğrencilerinin Hangi Sınıfta Okuduklarına Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Sınıf türü değişkenine göre denetim odağı ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Ölçekler	Sınıf	N	Ort	SS	T	p
Denetim odağı ölçeğinin puanı	Birinci sınıf	143	12.82	3.49	1.489	0.138
	Dördüncü sınıf	128	12.20	3.36		

Lise öğrencilerinin okudukları sınıfa göre lise öğrencilerinin denetim odağı ölçeğinin puanlarının arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir ($T=1.489$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 10).

3.2.5. Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Karşılaştırma

Öğrencilerin Beck Umutsuzluk ve Denetim Odağı Ölçeklerinden aldıkları puanların öğrencilerin ailelerinin gelir düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Anova Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 11 ve Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 11. Lise Öğrencilerinin Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Açısından Anova Testi İle Karşılaştırılması

Sosyo-ekonomik gelir durumu değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Ölçekler	Gelir düzeyi	N	Ort.	SS	sd	F	p
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	Düşük	8	1.00	1.19	2	1.287	0.278
	Orta	229	1.28	1.51			
	Yüksek	34	1.70	1.80			
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	Düşük	8	3.50	1.30	2	0.421	0.657
	Orta	229	2.96	1.94			
	Yüksek	34	3.20	2.85			
Umut alt ölçeğinin puanı	Düşük	8	1.00	1.06	2	2.030	0.133
	Orta	229	2.23	1.83			
	Yüksek	34	1.91	2.15			
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	Düşük	8	5.50	1.77	2	0.294	0.746
	Orta	229	6.48	4.25			
	Yüksek	34	6.82	5.89			

Lise öğrencilerinin ailelerinin gelir düzeylerine göre öğrencilerin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı, umut ve beck umutsuzluk (toplam skor) ölçeklerinden aldıkları puanlarını arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir (Sırasıyla: $F=1.287$; $F=0.421$; $F=2.030$ ve $F=0.294$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 11).

Tablo 12. Lise Öğrencilerinin Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Açısından Anova Testi İle Karşılaştırılması

Sosyo-ekonomik gelir durumu değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Ölçekler	Gelir düzeyi	N	Ort.	SS	sd	F	p
Denetim odağı ölçeğinin puanı	Düşük	8	13.12	3.83	2	2.366	0.096
	Orta	229	12.68	3.46			
	Yüksek	34	11.35	3.00			

Lise öğrencilerinin ailelerinin gelir düzeylerine göre öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlarını arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir ($F=2.366$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 12).

3.2.6. Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmamasına Göre Karşılaştırma

Öğrencilerin Beck Umutsuzluk ve Denetim Odağı Ölçeklerinden aldıkları puanların öğrencilerin üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmadığına göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem T Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 13 ve Tablo 14’de verilmiştir.

Tablo 13. Lise Öğrencilerinin Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmadıklarına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmama değişkenine göre Beck umutsuzluk ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Ölçekler	Sınavı hazırlanma	N	Ort	SS	T	p
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	Evet	173	1.24	1.55	-1.210	0.227
	Hayır	98	1.47	1.54		
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	Evet	173	2.98	2.10	-0.524	0.011*
	Hayır	98	4.10	1.99		
Umut alt ölçeğinin puanı	Evet	173	1.97	1.72	-2.171	0.145
	Hayır	98	2.47	2.05		
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	Evet	173	6.17	4.41	-1.578	0.019*
	Hayır	98	8.06	4.43		

*p<0.05

Tablo 13'e baktığımızda; öğrencilerinin üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmadıklarına göre gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler ile umut ölçeklerinin puanlarının arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir (Sırasıyla: T=-1.210 ve T=-2.171; p>0.05).

Üniversite sınavına hazırlanmayan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanların üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir (T=-0.524; p<0.05).

Üniversite sınavına hazırlanmayan öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanların üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin Beck Umutsuzluk ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir (T=-1.578; p<0.05).

Tablo 14. Lise Öğrencilerinin Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmadıklarına Göre Grupların Denetim Odağı Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmama değişkenine göre denetim odağı ölçeğinden alınan puanlar aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Ölçekler	Sınava hazırlanma	N	Ort	SS	T	p
Denetim odağı ölçeğinin puanı	Evet	173	12.31	3.47	-1.396	0.164
	Hayır	98	12.91	3.36		

Lise öğrencilerinin üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmadıklarına göre lise öğrencilerinin denetim odağı ölçeğinin puanlarının arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir ($T=1.396$; $p>0.05$) (Bkz. Tablo 14).

3.2.7. Öğrencilerin Sahip Olduğu Denetim Odağına Göre Karşılaştırma

Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden aldıkları puanların öğrencilerin sahip olduğu denetim odağına göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem T Testi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 15’de verilmiştir.

Tablo 15. Lise Öğrencilerinin Sahip Olduğu Denetim Odağına Göre Grupların Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Puanları Açısından Bağımsız Örneklem T Testi İle Karşılaştırılması

Öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden ve Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlara yönelik karşılaştırmaya aşağıdaki tabloda yer verilmiştir.

Ölçekler	Denetim odağı	N	Ort	SS	T	p
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	İç denetim	133	1.30	1.56	-0.210	0.834
	Dış denetim	138	1.34	1.53		
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	İç denetim	133	2.86	2.02	-1.177	0.017*
	Dış denetim	138	5.15	2.09		
Umut alt ölçeğinin puanı	İç denetim	133	2.06	1.94	-0.756	0.450
	Dış denetim	138	2.23	1.78		
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	İç denetim	133	6.24	4.54	-0.939	0.021*
	Dış denetim	138	8.74	4.31		

* $p<0.05$

Tablo 15’e baktığımızda; öğrencilerinin sahip olduğu denetim odağına göre gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler ile umut ölçeklerinin puanlarının arasında anlamlı bir fark belirlenmemiştir (Sırasıyla: $T=-0.210$ ve $T=-0.756$; $p>0.05$).

Dış denetim odaklı olan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanların iç denetim odaklı olan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($T=-1.177$; $p<0.05$).

Dış denetim odaklı olan öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanların iç denetim odaklı olan öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($T=-0.939$; $p<0.05$).

3.3. Lise Öğrencilerinin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldığı Puanlar İle Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin Beck umutsuzluk ölçeğinden aldığı puanlar ile öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında bir ilişki olup olmadığı Pearson Korelasyon Analizi ile araştırılmıştır ve sonuçları Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16. Lise Öğrencilerinin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldığı Puanlar İle Öğrencilerin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Arasındaki İlişkiyi Pearson Korelasyon Analizi İle İncelenmesi

Ölçekler		Denetim odağı ölçeğinin puanı
Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinin puanı	r	0.046
	p	0.454
Motivasyon kaybı alt ölçeğinin puanı	r	0.177
	p	0.003**
Umut alt ölçeğinin puanı	r	0.109
	p	0.072
Beck umutsuzluk ölçeğinin puanı (toplam skor)	r	0.145
	p	0.017*

** $p<0.01$; * $p<0.05$

Lise öğrencilerinin Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler ve umut ölçeklerinden aldıkları puanlar ile öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir (Sırasıyla: $r=0.046$ ve $r=0.109$; $p>0.05$).

Lise öğrencilerinin motivasyon kaybı ve Beck umutsuzluk ölçeklerinden aldıkları puanlar artıkça öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlarda artmakta olduğu belirlenmiştir (Sırasıyla: $r=0.177$ ve $r=0.145$; $p<0.05$). (Bkz. Tablo 16).

3.4. Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlar Üzerinde Etkisinin İncelenmesine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanların öğrencilerin beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların üzerinde nasıl bir etkisi olup olmadığı test edilmiştir ve sonuçları tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17: Lise Öğrencilerinin Denetim Odağı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Öğrencilerin Beck Umutsuzluk Ölçeğinden Aldıkları Puanlar Üzerine Etkisinin İncelenmesi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişkenler	β	t	P	F	Model (p)	R ²
Beck umutsuzluk ölçeği	Sabit	4.165	4.126	0.001	5.741	0.017	0.145
	Denetim odağı ölçeği	0.186	2.396	0.017			

****p<0.001**

Lise öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlar ile öğrencilerin umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F=5.741$; $p=0.017$; $p<0.05$]. Lise öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlar öğrencilerin umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanları artırmakta olduğu görülmüştür [$\beta=0.186$] (Bkz. Tablo 17).



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi

Özmen ve ark. (2008) tarafından lise öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda erkek öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanırken, Üngüren ve Ehtiyar (2009) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılmış olduğu araştırmada kadın öğrencilerin daha yüksek umutsuzluk puanlarına sahip olduğu saptanmıştır. Şahin (2009) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha umutsuz olduğu saptanmıştır. Girgin (2009) tarafından gerçekleştirilen bir başka çalışmada erkeklerin, kadınlara oranla umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çeliken ve Erkorkmaz (2008) 17-38 yaş arası 1971 birey ile gerçekleştirilen çalışmada sonucunda erkeklerin umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Öztürk (1997) tarafından 10-13 yaş arası ergenler ile gerçekleştirilen çalışmada ise cinsiyet ile umutsuzluk arasında bir ilişki saptanmamıştır. Tümkiye (2005) tarafından 15-18 yaş arası ergenler ile gerçekleştirilmiş olan çalışmada da cinsiyetin umutsuzluk düzeyi üzerinde bir etkisi gözlemlenmemiştir. Çalışmamız sonucunda kız öğrencilerin umutsuzluk ölçeğinden daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Değişik yaş grupları ile gerçekleştirilen çalışmalar arasında çalışma sonucumuz ile tutarlı olan ve olmayan çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Umutsuzluk, bir amaca ulaşma konusunda beklentisizlik veya negatif beklenti halidir ve doğrudan kişilerin iç dünyaları ile ilişkilidir, bu sebepten dolayı tek başına cinsiyetten bağımsızdır.

Şahin (2002) tarafından ilahiyat fakültesi öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda erkek öğrencilerin motivasyon kaybı düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Aras (2011) tarafından konservatuar öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada cinsiyetin motivasyon kaybı üzerinde bir farklılık yaratmadığı saptanmıştır. Yorgancı ve ark. (2014) tarafından meslek yüksekokulu öğrencileri ile, Gür ve ark. (2014) tarafından meslek yüksekokulu son sınıf öğrencileri ile, Çelik (2014) tarafından lise öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmalarda da aynı sonuca ulaşılmıştır. Ünal (2016) tarafından İstanbul'daki 4

farklı Anadolu Lisesinde okuyan 160 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışmada yabancı dil öğrenme sürecinde kadın öğrencilerin motivasyonlarının daha üst düzeyde olduğu saptanmıştır (Ünal, 2016). Yıldız (2013), Çakır (2006) ve Eryüksel (1996) tarafından gerçekleştirilen çalışmalarda ise kızların dışsal motivasyonlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmamız sonucunda kız öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanların erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmamız literatür ile tutarlılık göstermemektedir. Toplumsal cinsiyet rolleri dağılımı nedeniyle erkek çocukların hata ve eksiklerinin göz ardı edilmesine, başarısızlıkları sonrasında daha fazla cesaretlendirilmesine rağmen kız çocuklarına daha az şans tanınmaktadır. Bu nedenle kız çocuklarının motivasyon konusunda erkeklere göre dezavantajlı bir konumda olduğu düşünülmektedir. Kadın öğrencilerin kendilerini ispatlama ve kendilerini gerçekleştirme konusunda motivasyonları daha yüksek olsa da olumsuz senaryolarda daha fazla olumsuz değerlendirme ile karşılaşmaları neticesinde motivasyon kayıplarının erkeklere oranla daha yüksek olması olağan bir sonuçtur.

Şahin (2002) tarafından ilahiyat fakültesi öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada kadın öğrencilerin gelecek ile ilgili duygular ölçeğinden daha yüksek puanlar aldıkları saptanmıştır. Çelik (2014) tarafından 382 lise son sınıf öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmada kadın öğrencilerin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler ölçeğinden daha yüksek puanlar aldıkları saptanmıştır. Çalışmamız sonucunda kız öğrencilerin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler ölçeğinden aldıkları puanların daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışma sonucumuz literatür ile uyumludur. Toplum yetişkin erkekten ailenin geçimini sağlamasını beklerken, kadından ev işleri ve çocuk bakımını üstlenmesini yani bir anlamda hayattan soyutlanmasını beklemektedir. Bu sebepten dolayı yetişkin bireyler ile gerçekleştirilen çalışmalarda iş bulmanın fazlasıyla zorlaştığı ülkemizde erkek bireylerin bu ölçekte daha yüksek veya dengeli puanlar alması makuldür. Lakin bir yaş grubu aşağıya inip araştırma evrenini lise öğrencilerinden oluşturduğumuzda genç kadınların “üniversite sınavını kazanamazsam ne olur?” sorusu ile karşılaşmaları bu ölçekteki puan yüksekliğini açıklayabilmektedir.

4.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi

Bu araştırma sonucunda öğrencilerin sahip olduğu denetim odağı ile öğrencilerin cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu bulgu Saracaloğlu ve arkadaşlarının (2005) gerçekleştirdiği çalışmada lisansüstü öğrenim alan öğrencilerin denetim odağı puanları ile problem çözme becerilerinin cinsiyete göre farklılaşmaması bakımından tutarlılık göstermektedir. Benzer şekilde Yeşilyaprak (1993), kişilik gelişmesinde ailesel faktörlerin etkisini incelediği çalışmada erkeğin toplumdaki avantajlı rollerine dayanarak kızlara oranla daha içten kontrollü, kızların ise geleneksel yetiştirilme tarzından dolayı dış kontrollü olacağı yönündeki denencesini doğrulayamamıştır. Çalışmada, bu araştırmayla paralel şekilde, cinsiyet ve denetim odağı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Literatürdeki diğer çalışmalarda da bu sonuca benzer sonuçlar elde etmişlerdir (Durna ve Şentürk, 2012; Başol ve Türkoğlu, 2009; Cengil, 2004). Genel olarak bu çalışma literatür ile uyumludur.

Cinsiyet faktörünün bir kişilik değişkeni olan denetim odağında tek başına rol alamayacağı, kişiliği oluşturan diğer faktörlerin de (ebeveyn tutumu, eğitim düzeyi vs.) büyük ölçüde rol oynadığı düşünülmektedir.

4.3. Yaş değişkenine göre umutsuzluk düzeyinin incelenmesi

Aras (2011) tarafından konservatuar öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada 20 yaş altı ve 20 yaş üstü öğrencilerin motivasyon kaybı kıyaslandığında yaşın bir farklılık yaratmadığı saptanmıştır. Gür ve ark. (2014) tarafından meslek yüksekokulu son sınıf öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada da yaşın motivasyon kaybı üzerinde bir farklılık yaratmadığı gözlemlenmiştir. Çalışmamız sonucunda öğrencilerin yaşları arttıkça motivasyon kaybı puanlarının da arttığı saptanmıştır. Çalışma sonucumuz literatür ile paralellik göstermese de bu alanda yapılan çalışmaların genel olarak cinsiyet değişkenine odaklandığı ya da üniversite öğrencileri ile gerçekleştirildiği görülmektedir. Çalışmamız lise öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Ergenlik dönemi stresinin en yoğun yaşandığı yaşlarda, lise öğrencilerinin üzerine bir de geleceklerini büyük ölçüde şekillendirecek olan üniversiteye giriş sınavı sürecinin yarattığı stres binmektedir. Bu dönemde yaşanan

sosyal problemler, ekonomik problemler, işsizlik, üniversiteye sınavı ve eğitim ile ilgili problemleri ergenlerin ruhsal sağlıklarını negatif boyutta etkilemektedir. Bu dönemde görülen önemli ruhsal problemlerden birisi de umutsuzluktur (Özmen ve ark., (2008). Lise öğrencilerinin sınava yaklaştıkça streslerinin artması ve olumsuz duygulara kapılması olağandır. Ören ve Gençdoğan (2007) tarafından lise öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda son sınıf öğrencilerinin depresyon düzeyi diğer öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Günümüzde üniversiteye giriş kolaylaşmış gibi görünüyorsa da marka değeri olan, nitelikli kurumlara ulaşabilmek eskiye oranla daha da zorlaşmıştır. Ayrıca hayat şartları nedeniyle iyi bir üniversiteye yerleşilse bile sonrasına ilişkin hayaller kurmak oldukça zorlaşmış durumdadır. Tüm bu sebeplerden dolayı realitenin motivasyon kaybı yaratma olasılığı ilerleyen yaşlarda daha fazla artmaktadır.

4.4. Yaş Değişkenine göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi

İlgili literatür incelendiğinde, yaş faktörü ile denetim odağı inancı arasındaki ilişkiye yönelik sonuçların farklılaştığı görülmüştür. Bazı araştırmalar, yaşla birlikte içten denetimlilik oranında belirgin bir şekilde artış olduğunu ortaya koymuşlardır (Kıralp, Şahin ve Dinçyürek, 2008; Korkut, 1986). Bazı çalışmalar ise, denetim odağı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır (Dinçyürek, Çağlar ve Birol, 2010; Dönmez, 1985). Bu araştırmada da denetim odağı ile yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu açıdan literatür ile tutarlılık göstermektedir. Farklı yaş gruplarındaki bireylerin belli durumlardaki davranışlarını pek çok değişken belirleyebilir. Bu durumda insanları kesin olarak içten denetimli veya dıştan denetimli diye sınıflandırmak yerine, yaşa bağlı olarak değişimlerin olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

4.5. Okul Türü Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi

Literatür incelendiğinde Kılıç ve diğerleri (2014), devlet ve vakıf meslek yüksekokulu öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen değişkenlerin belirlenmesi konulu araştırmalarında devlet üniversitesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin vakıf üniversitesindeki

öğrencilere göre daha yüksek bulmuş ve devlet üniversitesinde okuyan öğrencilerin daha kötümser olduklarını belirtmiştir. Benzer şekilde Yerlikaya (2014), devlet ve özel ortaokul öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesine yönelik yaptığı araştırmada devlet lisesinde okuyan ortaokul öğrencilerinin özel lisede okuyan öğrencilere kıyasla daha yüksek umutsuzluk seviyesine sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yerlikaya bu sonucu özel okullarda öğrenim gören öğrencilerin daha üst düzey sosyo-ekonomik gelir seviyesine sahip olduğunu ve buna bağlı olarak kendilerini ayrıcalıklı hissedip daha umutlu oldukları şeklinde yorumlamıştır (2014). Çalışmada okul türü ve umutsuzluk düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgu literatür ile tutarlı değildir. Bu çalışmanın örneklemindeki öğrencilerin 173'ü (yaklaşık %85) orta derece gelir düzeyine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Bu nedenle devlet lisesinde okumasının düşük gelir düzeyine sahip olması anlamına gelmediği ve bu bağlamda umutsuzluğu etkilemediği düşünülmektedir.

4.6. Okul Türü Değişkenine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi

Coşkun (2007), lise öğrencilerinde öğrenilmiş güçlülük ve kontrol odağı algılama düzeyi ilişkisini irdelediği araştırmasında, okul türünün denetim odağını etkilemediği bulgusuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Akbağ, Sayiner ve Sözen devlet üniversitesinden 203, vakıf üniversitesinden 111 olmak üzere toplamda 314 üniversite öğrencisinin yer aldığı çalışmada öğrenim görülen okul türü ile denetim odağı arasında anlamlı bir veriye rastlamamışlardır. Bu çalışmada okul türü ile denetim odağı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle bu çalışma literatürle tutarlılık göstermektedir (2005).

4.7. Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi

İlgili literatür incelendiğinde sınıf düzeyi değişkeninin umutsuzluk düzeyi ile ilişkisine yönelik farklı sonuçlar elde edilmiştir. Şahin (2009), eğitim fakültesinde öğrenim gören birinci ve dördüncü sınıf öğrencilerinden toplam 397 öğrencinin umutsuzluk düzeylerini irdelemiş ve sınıf düzeyi ile umutsuzluk düzeyi arasında anlamlı bir sonuca ulaşılmadığını belirtmiştir. Bu bulguyla benzerlik gösteren

araştırmalar da yoğunluktadır (Yerlikaya, 2014; Tümkaya ve Diğ., 2011; Doğan, 2012; ınar ve Karcıoğlu, 2012; Erol, 2018; şahin, 2009).

Bununla birlikte, literatürde bulunan bazı çalışmalar da bu verilerin aksine umutsuzluk düzeyinin sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı sayılabilecek bir düzeyde farklılık gösterdiğini ortaya koymaktadır (Oğuztürk ve Diğ., 2010; Yenilmez, 2010).

Bu araştırmada sınıf düzeyi değişkeni ile umutsuzluk düzeyi arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemektedir. Genel olarak bakıldığında literatürdeki sonuçların büyük bir çoğunluğu sınıf düzeyi ile umutsuzluk düzeyi arasında anlamlı farklılıklar olmadığı yönündedir. Bu nedenle bu çalışma literatürle uyumludur. Öğrencilerin sınıf düzeyine göre umutsuzluk puanlarında anlamlı bir farklılığa ulaşılmaması, sınıf düzeyinin tek başına umutsuzluk seviyesini etkileyecek kadar belirleyici olmadığı, asıl önemli olanın liseden mezun olduktan sonra, istenilen mesleğe girememe, niversite sınavını kazanamama gibi geleceğe yönelik benzer kaygıların yaşanması olduğu düşünülmektedir.

4.8. Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi

Bu çalışmada sınıf düzeyi değişkeninin denetim odağı inancına anlamlı olarak etki eden bir değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde benzer bulgulara ulaşan çalışmalara rastlanmıştır(Saracaloğlu ve Yılmaz, 2011; Cengil, 2004; Alpars, 2007; Durna ve şentürk, 2012). Bununla birlikte sınıf düzeyi değişkeninin denetim odağı inancı üzerinde etkileyici bir role sahip olduğunu bulgulayan araştırmalar da mevcuttur. Korkut (1991), ilkokul ğrencilerinin denetim odaklarını etkileyen değişkenleri incelediği çalışmasında sınıf düzeyinin artmasıyla beraber öğrencilerde de dış denetimlilikten i denetimliliğe doğru bir değişim yaşandığını belirtmiştir. Korkut bu durumu eğitimin öğrencilere neden-sonuç ilişkisi kurabilme yetisini kazandırdığını ve sınıf düzeyi arttıķa buna bağlı olarak denetim odağının da dış denetimlilikten i denetimliliğe doğru dönüşebileceği şeklinde açıklamıştır. Yaycı (2016) da araştırmasında sınıf düzeyi ile denetim odağı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Literatürde bulunan çalışmaların farklı sonuçlar ortaya koyduğu görülmektedir. Genel olarak bakıldığında araştırmaların çoğunluğu sınıf düzeyi değişkeninin denetim odağını etkilemediği yönündedir. Bu nedenle bu çalışma literatür ile uyumludur. Denetim odağını kişiliğin bir boyutu olarak ele aldığımızda sınıf düzeyinin tek başına etkileyici bir role sahip olmaması olağan bir sonuçtur. Sınıf düzeyi ile birlikte akademik başarı, öğrencilerdeki bireysel farklılıklar, beklentiler ve geçmiş yaşam öğrenmelerinin daha önemli olduğu düşünülmektedir.

4.9. Sosyo-ekonomik Gelir Düzeyine göre Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi

Literatür incelendiğinde sosyo-ekonomik gelir düzeyinin umutsuzluk düzeyini etkilediği çalışmalara rastlanmıştır. Özmen ve Diğ. (2008), lise öğrencilerinde umut ve umutsuzluk düzeyini etkileyen değişkenleri incelemiş ve araştırmanın neticesinde sosyo-ekonomik gelir düzeyinin umutsuzluğa anlamlı derecede etki ettiği sonucuna ulaşmışlardır. Bu araştırmaya göre sosyo-ekonomik durumu daha düşük olan ergenlerin daha umutsuz olduğu ileri sürülmüştür. Şahin (2009), üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerini incelemiş ve gelir düzeyi alt olan öğrencilerin umutsuzluk düzeyi puanlarını orta ve üst olanlara göre daha yüksek bulmuştur. Üngören ve Ehtiyar (2009), Türk ve Alman öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerini karşılaştırdığı çalışmada Türk öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık yarattığı bulgusuna ulaşmışlardır. Benzer bulgulara literatürdeki diğer çalışmalarda da rastlanmıştır (Akmanış, 2010; Kılıç ve Diğ., 2014; Tümkaya, 2005).

Bu çalışmada sosyo-ekonomik gelir düzeyinin umutsuzluğu etkilemediği saptanmıştır. Bu nedenle araştırma literatür ile tutarlılık göstermemektedir. Literatür sonucunda sosyo-ekonomik durumu düşük ve çok düşük olan gruplarda orta ve üst gelir seviyesine sahip gruplara oranla farklılıklar bulunmuştur. Araştırmamızın örnekleminin %85'i orta derecede gelir düzeyine sahip olduğunu belirtmişlerdir. 271 öğrencinin yalnızca 8 tanesinin düşük gelir düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Bu nedenden ötürü sosyo-ekonomik düzey ile umutsuzluk arasında anlamlı bir farklılığın çıkmaması normaldir.

4.10. Sosyo-Ekonomik Gelir Düzeyine Göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi

Denetim odağı inancı sosyo-ekonomik düzey değişkenine göre incelendiğinde, Küçükkaragöz (1998) ilkokul öğretmenleri ve öğrencileri; Cengil (2004) üniversite öğrencileri; Şeker (2013) lise öğrencileri örnekleminde yürüttükleri çalışmada katılımcıların denetim odağı inançlarının sosyo-ekonomik gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre öğrencilerin denetim odağı inançları sosyo-ekonomik gelir durumuna göre anlamlı ölçüde farklılaşmamaktadır. Bu çalışma sonucu elde edilen verilerin literatürde yer alan bulgular ile tutarlı olduğu görülmektedir.

4.11. Üniversite Sınavına Hazırlanıp hazırlanmama durumuna göre umutsuzluk düzeyinin incelenmesi

Umut; bireyin kendine bazı amaçlar edinebilmesi ve bu amaca ulaşmak için gereken yolları planlayabilmesidir (Snyder ve ark., 1991) Umut, bir motivasyon kaynağıdır. Üniversite sınavına hazırlanmamayı üç temel sebep ile açıklayabiliriz: Bireyin lisans eğitimini gereksiz bulması, kazanmaya yönelik umudunun olmaması, gelecek bir zamana erteleme. İlk iki sebep doğal bir motivasyon kaybı açıklamasıdır. Bu nedenle bu alandaki kıyaslamalarımızı akademik erteleme üzerinden yapmamız daha makul bir seçenektir.

Yılmaz (2016) tarafından 416 lise öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda umutsuzluğun akademik erteleme davranışının anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Senécal ve Guay (2000) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda umutsuzluk düzeylerindeki artışın erteleme davranışı eğilimlerini de arttırdığı saptanmıştır. Çalışmamız sonucunda üniversite sınavına hazırlanmayan öğrencilerin motivasyon kaybı puanlarının ve umutsuzluk ölçeği puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışma sonucumuz literatür ile uyumludur. Umutsuz birey; kendi yeteneğine inanmaz, uzun dönemli amaçlar belirlemekten kaçınır, başarısızlıklarına ve hatalarına odaklıdır, hedeflerine ilişkin uygulamaya koyduğu planların başarılı olmayacağına inanır, hevesini ve inancını kaybetmiştir. Kendi yeteneğine inanmayan umutsuz birey, hayattaki diğer görevlerde

olduğu gibi verilen akademik görevleri tamamlamak için de yeterli yeteneğe sahip olmadığını düşünerek akademik görevleri erteleyebilir.

4.12. Üniversite Sınavına Hazırlanıp Hazırlanmama Durumuna göre Denetim Odağı İnancının İncelenmesi

Literatürde denetim odağı farklılıklarının üniversite sınavına hazırlanma kararı üzerindeki etkisini inceleme konusu yapmış bir çalışma bulunmamaktadır. Sosyo-ekonomik koşulların lisans derecesine sahip olmayı zorunlu kıldığı bir evrende üniversite sınavına hazırlanıyor olmak aynı zamanda bir kariyer hedefine sahip olmayı da beraberinde getirmekte, akademik olarak da bireyin kendisini yeterli görüyor olması anlamına gelmektedir. Buradan hareketle çalışma sonucumuzu bu alanda gerçekleştirilmiş çalışmalar ile kıyaslamak yanlış olmayacaktır.

Denetim odağı ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi inceleme konusu yapmış çalışmaların vardığı ortak sonuç; içsel denetim ile akademik başarı arasında pozitif; dışsal denetim ile negatif bir ilişkinin varlığıdır (Yeşilyaprak, 2017). İçten denetimli öğrencilerin akademik başarı seviyelerinin diğerlerine kıyasla akademik açıdan daha başarılı olduğunu gösteren, farklı tarihlerde gerçekleştirilmiş çok sayıda çalışma vardır. Mc Ghee ve Crandall (1968) tarafından 923 öğrenci ile gerçekleştirilen çalışmada içsel denetimli öğrencilerin notlarının, dışsal denetimli olanlara kıyasla daha iyi olduğu saptanmıştır (Mc Ghee ve Crandall, 1968). Sübaşı (2000) tarafından üniversite öğrencileri ile, Derin (2006) tarafından 8. sınıf öğrencileri ile, Korkut (1991) tarafından ilkokul öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmaların sonuçları farklı zaman dilimlerinde gerçekleştirilen çalışmaların aynı sonuca ulaştığını göstermektedir. Bu çalışmalar dışında da aynı sonuca ulaşan çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Bozkurt ve Harmanlı, 2002; Dinçyürek ve ark., 2010, Serin ve Derin, 2008). Çalışmamız sonucunda üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmama durumuna göre denetim odağı inancı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır fakat içten denetime sahip öğrencilerin %72'si üniversite sınavına hazırlanırken; dıştan denetime sahip öğrencilerin yalnızca %56,5'i sınava hazırlanmakta olduğu bulgulanmıştır. Bu bulgu da oransal olarak göz ardı edilmeyecek kadar önemli bir veridir. Bu nedenle literatür ile uyumludur.

4.13. Denetim Odağı İle Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi

Beck ve ark. (2000) tarafından gerçekleştirilen çalışmada içsel denetimli öğrencilerde ertelemeye daha az rastlandığını bulmuşlardır. İçten denetimli öğrencilerin akademik başarı seviyelerinin diğerlerine kıyasla akademik açıdan daha başarılı olduğunu gösteren, farklı tarihlerde gerçekleştirilmiş çok sayıda çalışma vardır (Mc Ghee ve Crandall, 1968; Sübaşı, 2000; Derin, 2006; Bozkurt ve Harmanlı, 2002; Dinçyürek ve ark., 2010; Serin ve Derin, 2008). Akademik başarı ise motivasyonun korunmasıyla ilintilidir. Çalışmamız sonucunda dış denetim odaklı olan öğrencilerin motivasyon kaybı ve Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmamız sonucunda ortaya çıkan sonuç bu anlamda literatür ile uyumludur.

Çınar ve Karcıoğlu (2012) tarafından gerçekleştirilen çalışmada umutsuzluk düzeyi puanları arttıkça dış kontrol odağı inancının arttığı, umutsuzluk düzeyi puanları düştükçe iç kontrol odağı inancının arttığı saptanmıştır (Çınar ve Karcıoğlu). Uğur (2007) tarafından gerçekleştirilen çalışmada da umutsuzluk düzeyi ile kontrol odağı inancı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Çalışmamız sonucunda dış denetim odaklı olan öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışma sonucumuz literatür ile uyumludur.

Alanyazında iç denetim inancına sahip bireylerin sorumluluklarının farkında olan, mutsuz olduklarında bunu kendi çabalarıyla değiştirebileceğine inanan, karşısına çıkan problemlerde karamsarlığa kapılmadan çözüm yolları arayan, olumsuzluklar karşısında direnen; dış denetimli bireylerin ise çabuk pes eden, dirençsiz, çevreleri üzerinde etkisiz olduğunu düşünen ve problemlerden kaçınma davranışı sergileyen bireyler olduğunu belirtmiştik. Bu kavramlar umut ve umutsuzlukla bağlantılı kavramlardır. Dolayısıyla iç denetimli bireylerin umutsuzluk seviyesinin daha düşük, dış denetimli bireyleri umutsuzluğunun daha yüksek çıkması olağan bir sonuçtur.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde çalışmada anlamlı çıkan sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir.

Sonuçlar;

Öğrencilerin denetim odağına göre öğrencilerin okuduğu lise türü arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($\chi^2 = 6.753$; $p < 0.01$). İçten denetimli olan öğrencilerin 73'ü (%54.9) devlet lisesinde okumakta olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 84'ü (%60.9) özel lisede okumakta olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin denetim odağına göre öğrencilerin üniversite sınavına hazırlanıp hazırlanmadıkları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($\chi^2 = 6.519$; $p < 0.05$). İçten denetimli olan öğrencilerin 95'i (%71.4) üniversite sınavına hazırlanmakta olduğu ve dıştan denetimli olan öğrencilerin 78'i (%56.5) üniversite sınavına hazırlanmakta olduğu görülmüştür.

Kızların gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Kızların motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Erkeklerin umut alt ölçeğinden aldıkları puanların kızların umut alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Kızların Beck umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanların erkeklerin Beck umutsuzluk alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Öğrencilerin yaşları arttıkça öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlarda artmakta olduğu görülmüştür.

Üniversite sınavına hazırlanmayan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanların üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Üniversite sınavına hazırlanmayan öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanların üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Dış denetim odaklı olan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanların iç denetim odaklı olan öğrencilerin motivasyon kaybı alt ölçeğinden aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Dış denetim odaklı olan öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanların iç denetim odaklı olan öğrencilerin Beck umutsuzluk ölçeğinden (toplam skor) aldıkları puanlara oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Lise öğrencilerinin motivasyon kaybı ve Beck umutsuzluk ölçeklerinden aldıkları puanlar artıkça öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlarda artmakta olduğu saptanmıştır.

Lise öğrencilerin denetim odağı ölçeğinden aldıkları puanlar öğrencilerin umutsuzluk ölçeğinden aldıkları puanları artırmakta olduğu görülmüştür.

Öneriler;

Sonuç olarak, bu çalışmada öğrencilerin denetim odağı düzeyleri ile öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri arasında bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Buna bağlı olarak gelecekte bu konuda çalışacak araştırmacılar için aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

Denetim odağı umutsuzluk düzeyi ile ilişkili görünse de, umutsuzluk düzeyini etkileyen kişilik, benlik saygısı, aile yapısı gibi benzeri birçok başka faktör de sayılabilir. Bu sebeple, konuyla ilgili ileride yapılacak olan araştırmaların diğer faktörleri de içine alan bu değişkenlerin de birbiri ile ilişkisini inceleyen yapısal

eşitlik modelleri oluşturması ve umutsuzluk düzeyini azaltma boyutunda ne tür önlemlerin alınması gerektiği konusunda yararlı olacaktır.

Denetim odağı, öğrencilerin akademik başarılarına etki eden bir unsurdur. Bu araştırma ise lise öğrencileri ile yapılmıştır. İleride bu konuda yürütülecek olan araştırmaların hem daha erken bir dönem olan ilkokul ile daha ileri bir dönem olan üniversite dönemindeki öğrencilerle incelenmesi, denetim odağının öğrenciler üzerinde nasıl bir etki yaptığının ortaya çıkarılması ve gerekli önemlerin alınması açısından önemlidir.

Yeni araştırmalar öğrencilerde denetim odağının hangi yaşlarda belirginleştiğini, ebeveynlerin göstermiş olduğu hangi tutumun denetim odağının olumlu gelişimine katkı sağladığı yönünde yürütülebilir. Bu araştırma sonucunda, anne babaların ve eğitimcilerin öğrencilerin iç denetim odağına yatkın olması adına nasıl davranmaları gerektiği konusunda bilimsel bir yol göstericilik yapılabilir. Okullardaki rehberlik ve psikolojik danışmanlık birimleri bu konuda öğrenci ve ailelerine yönelik farkındalık yaratıcı seminerler düzenleyebilir.

İç denetim odaklı ve dış denetim odaklı olarak saptanmış farklı okullardaki öğrencilerin kişilik ve sosyal çevreleri arasındaki ilişki incelenebilir. Bu ilişkide etkili olan diğer boyutların neler olduğu araştırılabilir

Bireylerin benlik saygılarını yükseltmeyi sağlayabilmek için okul öncesi dönemden itibaren bireylere drama eğitimi verilebilir ve ebeveynlerine de farkındalık seminerleri yapılabilir. Böylece bireylerin içten denetimli olma ve benlik saygılarının yüksek olması konusunda katkı sağlanabilir.

Genel olarak denetim odağı değişkeninin, edilgen insan olgusunu aşabilmek ve toplumsal rol ve sorumluluklarının bilincinde olan daha etkin bireylerin oluşturduğu bir toplum yaratmak adına bu yöndeki araştırmaların genişletilerek sürdürülmesi önerilmektedir. Bu nedenle eğitim sürecinde dış denetimliliğin iç denetimliğe doğru değişmesi adına bireyin her açıdan gelişimi sağlanarak daha demokratik bir toplum oluşturmak açısından son derece önemlidir.

KAYNAKÇA

- Akbağ, M., Sayiner, B., Sözen, D. (2005). Üniversite öğrencilerinde stres düzeyi, denetim odağı ve depresyon düzeyi arasındaki ilişki üzerine bir inceleme. *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21, 59–74.
- Akmanış, B. (2010). *Otistik çocuğı olan annelerin algıladıkları sosyal desteğı göre umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Alpars, G. (2007). *Düşünme eğitimi programının çocukların denetim odağı algılarına etkisinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- Altınkurt, Y. K. (2012). *Üniversite çalışanlarının psikolojik yıldırma algıları ile denetim odağı arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Aras, A. (2011). Müzik bölümü lisans öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi: Hacettepe Üniversitesi Ankara Devlet Konservatuarı örneğı. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(2), 509-524.
- Aydın, M., Erdoğan, S., Yurdakul, M. Ve Eker, A. (2013). Sağlık yüksekokulu ve sağlık meslek lisesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri. Süleyman Demirel Üniversitesi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*. 4(1), 1-5.

- Aysan, F., Siyez D. M., Uz Baş, A. (2005). Lise öğrencilerinde görülen duygusal ve davranışsal problemler ile denetim odağı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, Sayı 21, 43-58.
- Başal, H. A. (1997). Denetim odağı ile sınav kaygısı arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 21(103): 4-11.
- Başol, G. ve Türkoğlu, E. (2009). Sınıf öğretmeni adaylarının düşünme stilleri ile kontrol odağı durumları arasındaki ilişki. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 732-757.
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal öğrenme kuramı ve eğitimde uygulanması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14, (198-210).
- Beck, A.T., Steer, R.A., Kovacs, M., Garrison, B. (1985). Hopelessness and eventual suicide: A 10-year prospective study of patients hospitalized with suicidal ideation. *Am J Psychiatry*, 142:559-563.
- Beck, B. L., Koons, S. R. and Milgrim, D. L. (2000). Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination, selfconsciousness, self-esteem and self-handicapping [Special issue]. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 3-13.
- Bozkurt, N., Harmanlı, Z. (2002). İlköğretim öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırılması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14, 29-37.

- Buluş, M. (2011). Öğretmen adaylarında bireysel farklılıklar perspektifinden amaç yönelimleri, denetim odağı ve akademik başarı. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(2) ,529-546.
- Büyükşahin Çevik, G. Ve Gündoğdu, M. (2015). Stres, umutsuzluk ve annelerin öğrenilmiş çaresizliğinin ergenlerin öğrenilmiş çaresizliğini yordama düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 21- 34.
- Cam Celikel, F., Erkorkmaz, U. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler ve Umutsuzluk Düzeyleri ile İlişkili Etmenler. *Noropsikiatri Arsivi*, 45(4), 122-129.
- Candangil, S. Ö. Ve Ceyhan, A. A. (2006). Denetim odakları farklı lise öğrencilerinin bazı kişisel özelliklerine göre karar vermede özsaygı ve stres düzeyleri. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 71-87.
- Cengil, M. (2004). Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin denetim odaklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi Üniversitesi, Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3(5), 65-88.
- Ceyhan, A.A. (2004). Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 91-101.
- Coşkun, Y. (2007). Lise öğrencilerinde öğrenilmiş güçlülük ve kontrol odağı algılama düzeyi ilişkisi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 71-85.

- Çakar, F. S. (2014). Otomatik düşüncelerin umutsuzluk üzerindeki etkisinin incelenmesi: benlik saygısının aracılık rolü. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(5), 1-16.
- Çakır, E. (2006). *Anadolu öğretmen liselerinde okuyan öğrencilerin depresyon ve motivasyon düzeyleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya.
- Çelik, E. (2014). Lise son sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin duygusal dışavurum açısından incelenmesi. *Journal Of European Education*, 5(1), 1-10.
- Çoban, A. E. Ve Karaman N. G. (2013). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Ve Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-88.
- Çolakkadıoğlu, O., Cenkseven Önder, F., Avcı, R. (2011). Ergenlerde kontrol odağını yordamada karar verme ve problem çözmenin rolü. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 317- 330.
- Dağ, İ. (1991). Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (Ridkoö)'nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(26), 10-16.
- Derin R. (2006). *8. Sınıf öğrencilerinin problem çözme becerileri ve denetim odağı düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

Dilbaz, N. Ve Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134-138.

Dinçer, D., Derelioğlu, Y. (2005). Üniversite sınavına hazırlanan lise son sınıf öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *VIII. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı*, Ankara: Nobel Basımevi.

Dinçyürek, S., Çağlar, M. ve Birol, C. (2010). Atılganlık ve denetim odağı düzeyi: Gelecek nesillere etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 142-150.

Doğan, P. (2012). Resim öğretmeni adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 36, 115-127.

Dönmez, A. (1985). Denetim odağı, kendine saygı ve üç değişken: Çevre büyüklüğü, yaş, aile ortamı. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 10, 4-15.

Dönmez, A. (1986). Denetim odağı: Temel araştırma alanları. *A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 19 (1), 260-275.

Dönmez, A., Başal, H.A. (1985). Çevre büyüklüğü ve 10-12 yaş ilkokul çocuklarında denetim odağı (locus of control). *Psikoloji Dergisi*, 5(18), 7-14.

Durak, A., Palabıyıkoglu, R. (1994). Beck umutsuzluk ölçeği geçerlilik çalışması. *Kriz Dergisi*, 2(2), 311- 319.

- Durna, U., Şentürk, F. (2012). Üniversite öğrencilerinin sosyal faaliyetlerinin denetim odağı düzeyi açısından incelenmesi: Bir Devlet Üniversitesi Örneği. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 17(2), 187-202.
- Efiliti, E., (2006). *Orta öğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin saldırganlık, denetim odağı ve kişilik özelliklerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi*, (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Erol, H. (2018). *Üniversite Okuyan Gençlerin Dünyaya İlişkin Varsayımlarının Kaygı Ve Umutsuzluk Düzeyleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi (Yüzüncü Yıl Üniversitesi Uygulaması)*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Eryüksel, G. N. (1996). *Ana-baba ve ergen ilişkilerinin problem çözme iletişim becerileri, bilişsel çarpıtmalar ve aile yapısı açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Girgin, G. (2009), Evaluation of the factors affecting loneliness and hopelessness among university students in Turkey, *Social Behavior And Personality*, 37(6), 811-818.
- Güler-Kümbül, B. (2005). İşsizlik ve Yarattığı Psikososyal Sorunların Öğrenilmiş Çaresizlik Bağlamında İncelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Yayınları Prof. Dr. Toker Dereli için hazırlanan Hakemli Armağan Kitap*, 373-394.

- Gür, Ç., Koçak, N., Alakoç Pirpir, D. (2014). Meslek Yüksekokulu Son Sınıf Öğrencilerinin Umutsuzluk Davranışlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Cumhuriyet International Journal Of Education*, 3(4), 10-23.
- Kara, F., Güzel, A., Uçan, S. (2016). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin kontrol odağı algısı ve ilişkili bazı faktörlerin belirlenmesi. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 3(3), 148-159.
- Karadağ, G. (2009). Engelli çocuğa sahip annelerin yaşadıkları güçlükler ile aileden algıladıkları sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri. *Taf Preventive Medicine Bulletin*, 8(4), 315-322.
- Kararımak, Ö., Siviş-Çetinkaya R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35), 30-43.
- Karasar, N. (2009). *Araştırmalarda Rapor Hazırlama*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- 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, Sayı 2, 169-186.
- Kıralp, Y , Şahin, F , Dinçyürek, S . (2008). Denetim odağı farklı psikolojik danışmanlık ve rehberlik (pdr) öğrencilerinin epistemolojik inançları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23), 98-106.

- Korkut, F. (1991). İlkokul öğrencilerinin kendilerine ilişkin bazı değişkenlerin denetim odakları üzerine etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6, 135-141.
- Küçükkaragöz, H. (1998). *İlkokul öğretmenlerinde kontrol odağı ve öğrencilerin kontrol odağına oluşumunun etkileri*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Mammadova, A. (2016). *Çocuk cezaevindeki ergenlerle ailesiyle birlikte kalan ergenlerin yaşam doyumu ile umutsuzluk ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- McGhee, P. E., & Crandall, V. C. (1968). Beliefs in internal-external control of reinforcements and academic performance. *Child Development*, 91-102.
- Melges, F. T. (1969). Types of Hopelessness in Psychological Process. *Arch Gen Psychiatry*, 20, 690-699.
- Oğuztürk, Ö., Akça, F. Ve Şahin, G. (2010). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler üzerinden incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 14, 173-184.
- Öner, N. (1991). *Türkiye’de kullanılan psikolojik testlerden örnekler: Bir başvuru kaynağı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi

- Öngen, D. (2003). Denetim odağı ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 9(35), 436-447.
- Ören, N. (1991). Denetim odağı ve kendini kabul arasındaki ilişkiler. *Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 1(2), 20-28.
- Ören, N., Gençdoğan, B. (2007). Lise öğrencilerinin depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(1), 85-92.
- Özben, Ş., Argun, Y. (2003). İlköğretim öğretmenlerinin umutsuzluk ve tükenmişlik düzeyleri üzerine bir araştırma. *Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 33-44.
- Özdamar, K. (2004). *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi I*. Eskişehir: Kaan Kitabevi
- Özmen, D., Dünder, P. E., Çetinkaya, A. Ç., Taşkın, O., Özmen, E. (2008). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve umutsuzluk düzeyini etkileyen etkenler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(1), 8-15.
- Öztürk, M. (1997). *10-13 yaşları arasındaki çocuklarda umutsuzluk ve yalnızlığın bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General And Applied*, 80(1), 1-28.

- Saracaloğlu, A. Yılmaz, S. (2011). Öğretmen adaylarının eleştirel düşünme tutumları ile denetim odaklarının incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10 (2), 468-478
- Sarıkaya, P. (2007) *Tükenmişlik sendromunun kişilik özelliklerinden denetim odağı ile ilişkisi ve bir uygulama*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C., Tekin, D. (1993). Umutsuzluk ölçeği: Geçerlilik ve güvenirliği. *Kriz Dergisi*, 1, 139-142.
- Senecal, C. and Guay, F. (2000). Procrastination in job-seeking: An analysis of motivational processes and feelings of hopelessness. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 267-283
- Serin, N. B., Derin, R. (2008). İlköğretim öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerisi algıları ve denetim odağı düzeylerini etkileyen faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(1), 1-18.
- Seyhan, B. Y., (2012). İnanç tarzları ve denetim odağı arasındaki ilişkiler. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 6 (12) : 143-162
- Snyder, C. R., Irving, L. M., Anderson, J. R. (1991). Hope and health. *Handbook of social and clinical psychology: The health perspective*, 162, 285-305.
- Sübaşı, G. (2000). Sınav kaygısı öz saygı ve denetim odağının akademik başarıyı yordama gücü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 6 (23), 473-480

- Sürgen, S. (2014). *Sınıf öğretmenlerinin denetim odağı eğilimleri ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Balıkesir.
- Şahin, A. (2002). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13, 143-157.
- Şahin, C. (2009). Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 271-86.
- Şahin, N. H., Basım, H. N., Çetin, F. (2008). Kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarında kendilik algısı ve kontrol odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2):153-163.
- Şara, P. (2012). *Sınıf öğretmeni adaylarının öğrenme ve ders çalışma stratejileri, problem çözme becerileri ve denetim odağı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi. İzmir.
- Şeker, G. (2013). *Lise öğrencilerinde meslek kararı verme yetkinliği ve kariyer denetim odağının incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi. Ankara.
- Tümkaya, S. (2000). İlkokul Öğretmenlerindeki Denetim Odağı Ve Tükenmişlikle İlişkisi. *Paü Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 8, 1-8.

Tümkaya, S. (2005). Ailesi yanında ve yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması. *Türk Eēitim Bilimleri Dergisi*, 3(4), 445-459.

Tümkaya, S., elik, M., Aybek, B. (2011). Lise ērencilerinde boyun eēici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. *.. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 77-94.

Uēur, D. (2007). *Dünyayı adil algılama ve geleceēēe dair umut/umutsuzluk: depresyon tanısı alan ve almayan kişilerde adil dünya inancı*. (Yayımlanmamış yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Mersin.

nal, F. (2016). *Lise ērencilerinin Yabancı Dil ērenme Kaygısı İle Yabancı Dil ēreniminde Motivasyon Tutumlarının İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi Eēitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.

ngren, E. Ve Ehtiyar, R. (2009). Türk ve Alman ērencilerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi: turizm eēitimi alan ērenciler üzerinde bir araştırma. *Journal Of Yaşar University*, 4(14), 2093-2127.

Yalçın, B., Tetik, S. ve Aıkēz, A. (2010). Yüksekokul ērencilerinin problem çözme becerisi algıları ile kontrol odaēı düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Organizasyon Ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2(2), 19-27.

- Yaycı, L. (2016). Lise öğrencilerinde aileden algılanan sosyal destek ile denetim odağı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (3), 829-843.
- Yenilmez, K., (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin matematik dersine yönelik umutsuzluk düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38(307-317).
- Yerlikaya, İ. (2014). Devlet ve özel ortaokul öğrencilerinin umutsuzluk düzeyinin belirlenmesi ve çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 9(8), 865-877.
- Yeşilyaprak, B. (1990). Denetim odağının belirleyicileri ve değişimine ilişkin araştırmalar: Bir eleştirel değerlendirme. *Psikoloji Dergisi*, 7(25), 41-52.
- Yeşilyaprak, B. (2017). *Eğitimde bireysel farklılıklar*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Yıldırım, B., Keskin Kılıç Kara, S. B. (2017). Öğretmenlerin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi., *Ulakbilge*, 5(11), 571-587.
- Yıldız, M. (2013). İlköğretim 3, 4 ve 5. sınıf öğrencilerinin okuma motivasyonlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(168), 260-271.
- Yılmaz, N. (2016). *Lise öğrencilerinin akademik erteleme davranışı ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Trabzon.

Yorgancı, S., Kolçak, M., Terzioğlu, Ö., Kartal, Z., Bilici, N. (2014). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin matematik dersine yönelik umutsuzluk düzeyleri. *Elektronik Mesleki Gelişim Ve Araştırma Dergisi*, 2(1), 1-16.



EKLER

Ek-1: Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu

Bu anket formu; Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji yüksek lisans programı kapsamında yürütülen tez çalışmamda kullanılmak amacıyla hazırlanmıştır.. Bu çalışma, Üniversite Sınavına Hazırlanan Lise Öğrencilerindeki Denetim Odakları ile Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkiyi incelemek adına yapılmaktadır. Vereceğiniz yanıtların doğruluğu, araştırmanın sağlıklı ve başarılı bir sonuç üretebilmesi açısından son derece önemlidir. Ankete vermiş olduğunuz yanıtlar, bireysel olarak değerlendirilmeyip, genel bir değerlendirilme ile bilimsel bir amaca hizmet etmek için kullanılacak ve kesinlikle gizli kalacaktır. Katılımınız için teşekkür ederim.

Pınar Çiftgöz

1. Yaşınız?

2.Cinsiyetiniz?

- a) Kadın
- b) Erkek

3. Okul türünüz?

- a) Devlet
- b) Özel

4.Lise Kaçınıcı Sınıftasınız?

- a) Lise 1
- b) Lise 2
- c) Lise 3
- d) Lise 4

5. Soyoekonomik durumunuz?

- a) Düşük
- b) Orta
- c) Yüksek

6. Üniversite Sınavına Hazırlanıyor musunuz?

- a) Evet
- b) Hayır



Ek-2: Rotter Denetim Odağı Ölçeği

Rotter Denetim Odağı Ölçeği

Aşağıdaki her maddede “a” ya da “ b “ harfiyle gösterilen iki seçenek bulunmaktadır. Lütfen, her seçenek çiftinde sizin kendi görüşünüze göre gerçeği yansıttığına en çok inandığınız cümleyi (yalnız bir cümleyi) seçiniz.

1. a) Ana babaları çok fazla cezalandırdıkları için çocuklar çok problemli oluyor.
b)Günümüz çocuklarının çoğunun problemi, ana-babaları tarafından aşan serbest bırakılmalarıdır.
2. a) İnsanların yaşamındaki mutsuzlukların çoğu biraz da şanssızlıklarına bağlıdır.
b) İnsanların talihsizlikleri yaptıkları hataların sonucudur.
3. a) Savaşların başlıca nedenlerinden biri, halkın siyasetle yeterince ilgilenmemesidir.
b) insanlar savaşı önlemek için ne kadar çaba harcarsa harcasın, her zaman savaş olacaktır.
4. a) İnsanlar bu dünyada hak ettikleri saygıyı er geç görenen.
b) insan ne kadar çabalarsa çabalasın ne yazık ki değeri genellikle anlaşılmaz.
5. a) Öğretmenlerin öğrencilere haksızlık yaptığı fikri saçmadır.
b) Öğrencilerin çoğu, notların tesadüfi olaylardan etkilendiğini fark etmez.
6. a) Koşullar uygun değilse insan başarılı bir lider olamaz.
b) Lider olamayan yetenekli insanlar, fırsatları değerlendirememiş kişilerdir.
7. a) Ne kadar uğraşsanız da bazı insanlar sizden hoşlanmazlar.
b)Kendilerini başkalarına sevdiremeyen kişiler, başkalarıyla nasıl geçinileceğini bilmeyenlerdir.
8. a) İnsanın kişiliğinin belirlenmesinden en önemli rolü kalıtım oynar.
b) İnsanların nasıl biri olacaklarını kendi hayat tecrübeleri belirler.
9. a) Bir şey olacaksa eninde sonunda olduğuna sık sık tanık olmuşumdur.
b) Ne yapacağıma kesin karar vermek kadere güvenmemekten daima daha iyidir.
10. a) İyi hazırlanmış bir öğrenci için, adil olmayan bir sınav hemen hemen söz konusu olamaz
b) Sınav sorulan derste işlenenle çoğu kez o kadar ilişkisiz oluyor ki çalışmanın anlamı kalmıyor.
11. a) Başarılı olmak çok çalışmaya bağlıdır; şansın bunda ya hiç ya da çok küçük payı vardır.
b) İyi bir iş bulmak, temelde, doğru zamanda doğru yerde bulunmaya bağlıdır.
- 12- a) Hükümetin kararlarında sade vatandaş da etkili olabilir.
b) Bu dünya güç sahibi birkaç kişi tarafından yönetilmektedir. Ve sade vatandaşın bu konuda yapabileceği fazla bir şey yoktur.

- 13- a) Yaptığım planları yürütebileceğimden hemen hemen eminimdir.
b) Çok uzun vadeli planlar yapmak her zaman akıllıca olmayabilir, çünkü birçok şey zaten iyi ya da kötü şansa bağlıdır.
14. a) Hiçbir yönü iyi olmayan insanlar vardır.
b) Herkesin iyi bir tarafı vardır.
15. a) Benim açımdan istediğimi elde etmenin talihle bir ilgisi yoktur.
b) Çoğu durumda, yazı tura atarak da isabetli kararlar verebiliriz.
16. a) Kimin patron olacağı genellikle, doğru yerde ilk önce bulunma şansına kimin sahip olduğuna bağlıdır.
b) İnsanlara doğru şeyi yaptırmak bir yetenek işidir; şansın bunda payı ya hiç yoktur yada çok azdır.
17. a) Dünya meseleleri söz konusu olduğunda çoğumuz, anlayamadığımız ve kontrol edemediğimiz güçlerin kurbanıyız.
b) İnsanlar, siyasal ve sosyal konularda aktif rol alarak dünya olaylarını kontrol edebilirler.
18. a) Birçok insan, rastlantıların yaşamlarını ne derece etkilediğinin farkında değildir.
b) Aslında “şans” diye bir şey yoktur.
19. a) İnsan, hatalarını kabul edebilmelidir.
b) Genelde en iyisi insanının hatalarını örtbas etmesidir.
20. a) Bir insanın sizden gerçekten hoşlanıp hoşlanmadığını bilmek zordur
b) Kaç arkadaşınızın olduğu, ne kadar iyi olduğuna bağlıdır.
21. a) Uzun vadede yaşamımızdaki kötü şeyler, iyi şeylerle dengelenir.
b) Çoğu talihsizlikler yetenek eksikliğinin, ihmalin, tembelliğin ya da her üçünün birden sonucudur.
22. a) Yeterli çabayla siyasal yolsuzlukları ortadan kaldıracakları.
b) Siyasetçilerin kapalı kapılar ardında yaptıkları üzerinde halkın fazla bir kontrolü yoktur
23. a) Öğretmenlerin verdikleri notları nasıl belirlediklerini bazen anlamıyorum.
b) Aldığım notlarla çalışma derecem arasında doğrudan bir bağlantı vardır.
24. a) İyi bir lider, ne yapacaklarına halkın bizzat karar vermesini bekler.
b) İyi bir lider herkesin görevinin ne olduğunu bizzat belirler.
25. a) Çoğu kez başıma gelenler üzerinde çok az etkiye sahip olduğumu hissedirim.
b) Şans ya da talihin yaşamında önemli bir rol oynadığına inanmam.
26. a) İnsanlar arkadaşça olmaya çalışmadıkları için yalnızdırlar.
b) İnsanları memnun etmek için çok fazla çabalamanın yararı yoktur, sizden hoşlanırsa hoşlanırlar.
27. a) Okullarda atletizme gereğinden fazla önem veriliyor.
b) Takım sporları kişiliğin oluşumu için mükemmel bir yoldur.

28. a) Başıma ne gelmişse kendi yaptıklarımıdır.
b) Yaşamımın alacağı yön üzerinde bazen yeterince kontrolümün olmadığını hissediyorum.
29. a) Siyasetçilerin neden öyle davrandıklarını çoğu kez anlamıyorum.
b) Yerel ve ulusal düzeydeki kötü idareden uzun vadede halk sorumludur.



EK-3: Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)

Beck Umutsuzluk Ölçeği

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuyarak bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Size uygun olanlar için ‘evet’, uygun olmayanlar için ise ‘hayır’ sütununu işaretleyiniz.

1	Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.	Evet	Hayır
2	Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.	Evet	Hayır
3	İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.	Evet	Hayır
4	Gelecek on yıl içinde hayatimin nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.	Evet	Hayır
5	Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.	Evet	Hayır
6	Benim için çok önemli konularda ileride basarılı olacağımı umuyorum.	Evet	Hayır
7	Geleceğimi karanlık görüyorum.	Evet	Hayır
8	Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum.	Evet	Hayır
9	İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiç bir neden yok	Evet	Hayır
10	Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.	Evet	Hayır
11	Gelecek benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu görünüyor.	Evet	Hayır
12	Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum.	Evet	Hayır
13	Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.	Evet	Hayır
14	İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor.	Evet	Hayır
15	Geleceğe büyük inancım var.	Evet	Hayır
16	Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.	Evet	Hayır
17	Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.	Evet	Hayır
18	Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.	Evet	Hayır
19	Kötü günlerden çok, iyi günler bekliyorum.	Evet	Hayır
20	İstediğim her şeyi elde etmek için caba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.	Evet	Hayır

Ek-4: Ölçek İzin Formu

Rotter Denetim Odağı Ölçeği İzin Formu

Yeni | Yanıtla | Sil | Arşivle | Gereksiz | Söpür | Taşı

RE: Ölçek İzni

 **İhsan Dağ** <ihsandag@hacettepe.edu.tr>
9.5 (Çar), 11.14
Siz ✕

 **KO Ölcegi.doc**
93 KB

 **Dağ 2002 KOÖ Geçerlik ...**
424 KB

4 ekin (1 MB) tümünü göster Tümünü indir Tümünü OneDrive - Kişisel konumuna kaydet

Sayın Pınar Çiftteğöz,

Çalışmanızda, uyarlamasını yaptığım Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği'ni (RIDKOÖ) ya da Likert tipte cevaplanan uyarlamam Kontrol Odağı Ölçeği'ni (KOÖ) kullanabilirsiniz. Ölçekler ve Başarılar dilerim.

Prof. Dr. İhsan DAĞ

Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü
Beytepe Kampüsü 06800 - Ankara - Türkiye

Tel (S): 0 312 297 83 26 Tel (P): 0 312 760 53 26
E-posta: ihsandag@hacettepe.edu.tr Web Sitesi: www.ihsandag.psn.tr

Twitter: @profdrhsandag Instagram 1: @ihsandag1959 Instagram 2: @flowerstherapy20



Ek-5: Etik Kurul Onayı



BEYKENT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

10.05.2018

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji (tezli) programı öğrencisi **Pınar ÇİFTGÖZ'** ün "**Üniversite Sınavına Hazırlanan Lise Öğrencilerinde Denetim Odağı İnancının Umutsuzluk Düzeylerine Etkisi (Avcılar-Beylikdüzü Örnekleme)**" konulu tezine anket çalışması yapması Etik Kurulumuzca uygun görülmüştür.

ETİK KURUL ÜYELERİ

Prof. Dr. Ebru URAL
BAŞKAN


Prof. Dr. Akile Reşide GÜRSOY
ÜYE


Prof. Dr. Selahattin SARI
ÜYE


Prof. Dr. Turgut ÖZKAN
ÜYE


Prof. Dr. Tekin MEMİŞ
ÜYE


Prof. Dr. Ali Vahit TURHAN
ÜYE


Prof. Dr. Oguz MAKAL
ÜYE


Prof. Dr. Nihat KÜÇÜKSAVAŞ
ÜYE


Prof. Dr. Erdoğan TAŞKIN
ÜYE

Beykent Üniversitesi İletişim Hattı: 444 1997 - 0850 340 34 34 - www.beykent.edu.tr

Ayazağa-Maslak Yerleşkesi: Ayazağa Mahallesi Hadım Kuru Yolu Cad. No: 19, Sarıyer 34396 İstanbul / Faks: (0212) 289 64 90

Beylikdüzü Yerleşkesi: Cumhuriyet Mah. Gürpınar Yolu Cad. No: 3/A, Beykent Siteleri, Büyükkçekmece 34500 İstanbul / Faks: (0212) 867 55 68

Taksim Yerleşkesi: Siraselviler Cad. No: 65, Taksim, Beyoğlu 34437 İstanbul / Faks: (0212) 243 02 78 info@beykent.edu.tr

ÖZGEÇMİŞ

1 Ağustos 1989 tarihi, İstanbul ili Şişli ilçesi doğumluyum. İlk, Orta ve Liseyi Avcılar ilçesinde tamamladıktan sonra, İstanbul Bilgi Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji bölümüne kayıt oldum. Bu bölümden 2011 yılında mezun olduktan sonra özel bir dershanede rehber ve psikolojik danışman olarak göreve başladım. 2015 yılında Beykent Üniversitesi Klinik psikoloji yüksek lisans programına kayıt oldum. Bilişsel Davranışçı Terapi Eğitimi, çocuklarda objektif testler eğitimi, çocuklarda oyun ve masal terapisi eğitimi, MMPI, hipnoterapi eğitimi, travma ve depresyonda bilişsel davranışçı terapi eğitimi, çözüm odaklı terapi ve wisc-r gibi alan içi eğitimlerimi tamamladım.

Özel ilgi alanlarım, çocuk ve ergen psikolojisi ve sanat terapileridir.

Yabancı dilim İngilizce olup, evli ve iki çocuk annesiyim.

Aday: Pınar Çiftegöz