

---

## Denetim Odakları Farklı Lise Öğrencilerinin Bazı Kişisel Özelliklerine Göre Karar Vermede Öz-Saygı ve Stres Düzeyleri\*

### Decisional Self-Esteem and Stress Levels of High School Students with Different Locus of Controls According to Some Personal Variables\*

Seçil ÖZCAN CANDANGİL\*\*

Aydoğan Aykut CEYHAN\*\*\*

**Öz:** Bu çalışmada, lise öğrencilerinin denetim odağı düzeylerine göre karar vermede öz-saygı ve karar vermede stres düzeylerinin önemli bir biçimde farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Ayrıca, içten ve dıştan denetimli lise öğrencilerinin cinsiyetlerine ve fiziki görünümünü algılama biçimine göre karar vermede öz-saygı ve karar vermede stres düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği de incelenmiştir. Araştırma, 1796 resmi lise öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Karar Verme Davranışı Ölçeği ve Nowicki-Strickland Denetim Odağı Ölçeği ile toplanılan verilerin analizinde, bağımsız gruplar için t testi ve Faktöriyel Varyans Analizi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre; içten denetimli lise öğrencilerinin karar vermede öz-saygı düzeyleri dıştan denetimli lise öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte, içten denetimli lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeyleri dıştan denetimli lise öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, cinsiyet ve fiziki görünümünü algılama biçimleri açısından, karar vermede öz-saygı ve karar vermede stres düzeylerinin temel etkisinin önemli bir biçimde farklılık gösterdiği, ancak etkileşimlerinin önemli olmadığı ortaya çıkmıştır.

**Anahtar sözcükler:** Denetim odağı, karar vermede öz-saygı, karar vermede stres, lise öğrencisi.

**Abstract:** In this research, it was investigated whether decisional self-esteem levels and decisional stress levels of high school students differ according to levels of locus of control. Moreover, it was also examined whether decisional self-esteem levels and decisional stress levels of high school students with internal and external locus of controls differ according to gender and perception of their physical appearance. This study was carried out with 1796 public high school students. Data collected by Decision Making Questionnaire and Nowicki-Strickland Locus of Control Scale were analyzed by means of t test for independent groups and Factorial Analysis of Variance. According to the findings, decisional self-esteem levels of high school students with internal locus of control were significantly higher than those from high school students with external locus of control. However, decisional stress levels of high school students with internal locus of control were significantly lower than those from high school students with external locus of control. In addition, it was also found that main effects of decisional self-esteem levels and decisional stress levels of high school students significantly differed according to gender and perception of physical appearance, but their interactions between those variables were not significant either.

**Key words:** locus of control, decisional self-esteem, decisional stress, high school student.

\* Bu çalışma, Yard. Doç. Dr. A. Aykut Ceyhan danışmanlığında Seçil Özcan Candangil tarafından gerçekleştirilen "Denetim Odakları Farklı Lise Öğrencilerinin Bazı Kişisel, Sosyal ve Ailesel Özelliklerine Göre Karar Vermede Öz-Saygı ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezinin bir bölümünden hazırlanmıştır.

\*\* Psikolojik Danışman, Yıldırım Belediyesi İlköğretim Okulu, Bursa. E-mail: mcandangil@hotmail.com

\*\*\* Yard. Doç. Dr., Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü  
26470 Eskişehir, Tel: 0-222-3350580/3526 E-mail: aceyhan@anadolu.edu.tr

## 1. GİRİŞ

Birey, yaşamı süresince karar verme durumunda olduğu çeşitli durumlara karşı karşıya kalmaktadır. Bireyin vereceği kararlar, bazı durumlarda onun yaşamını önemli bir biçimde etkileyebilmektedir. Örneğin, ergenlik dönemi bireylerin gelecekteki yaşamlarına ilişkin önemli kararların verildiği yıllardır. Bu dönemde, genel olarak okul seçimi, meslek seçimi, arkadaş seçimi gibi önemli kararlar alınabilir (Kulaksızoğlu, 2000). Verilecek bu kararlar, ergenin uyumunu etkileyebilir ve gelecekteki yaşamını biçimlendirebilir.

Karar verme davranışı, genel olarak amaca ilişkin gerekli bilgiyi toplamak için amaçları belirleme, böyle bir bilgiyi dikkate alarak ve değerlendirerek seçenekler oluşturma, ve mevcut seçeneklerden amaca en uygun olanını seçmeyi içerir (Güçray, 1996; Güçray, 2003). Karar verme davranışında bireyin seçimi, onun sahip olduğu kişisel ve çevresel faktörlerden etkilenebilir. Bazı bireyler, karar verme sürecinde karar verme davranışına ilişkin kontrolün kendilerinde olduğuna inanırlarken, bazıları ise bu kontrolün dışsal faktörler tarafından belirlendiğine inanırlar. Dolayısıyla, karar verme davranışında bireyin sahip olduğu denetim odağının biçimi önemli bir faktördür. Denetim odağı, bireylerin geçmişteki pekiştirici yaşantılarına dayalı olarak, davranışlarının sonuçlarını kendi kontrollerine ya da kendileri dışındaki güçlerin (şans, kader vb.) kontrollerine bağlamaları sonucu oluşan bir özelliktir (Dağ, 1992). İçten denetimli bireyler, yaşadıkları olayların sonuçlarını kendi çaba ve yeteneklerine bağladıkları için bu olayları kontrol edebildiklerini dolayısıyla, bu olayların sonuçlarını değiştirebilme gücünün de kendi ellerinde olduğunu düşünürler. Dıştan denetimli bireyler ise, yaşadıkları başarı ve başarısızlıkları kendi dışlarındaki şans, kader gibi güçlerde arar ve olayların sonuçlarını değiştirmenin kendi ellerinde olmadığını düşünürler (Gültekin, 2003; Manger, Eikeland ve Asbjornsen, 2002).

Denetim odağı, karar verme davranışını doğrudan etkileyen bir kişilik özelliğidir ve denetim odağının gelişiminde, ergenlik dönemi önemlidir. Çünkü, bu dönemde ergenin içten veya dıştan denetimli olmasına bağlı olarak, karar verirken sergileyeceği davranışlar da farklılaşabilmektedir. İçten denetimli bir ergen, kararlarının üzerinde kendisinin etkili olduğunu farkındadır ve kararlarının sonuçlarının sorumluluklarını üstlenmiştir. Dıştan denetimli bir ergen ise, şans ya da diğer insanların kendi yaşantısını kontrol ettiğine inandığı için karar vermeyi bile düşünmeyebilir (Demir, 1998; Gordon, 1996; Kulas, 1996).

Ergenlik dönemi, yaşamın geçiş döneminde bir dönüm noktasıdır (Güçray, 2003). Bu dönemde, ergenler yaşamıyla ilgili önemli kararlar alırlar ve bir kimlik kazanmak durumundadırlar (Çolakadıoğlu, 2003; Demir, 1998; Gordon, 1996; Jaffe, 1998). Bununla birlikte, bazı yetişkinler, ergenlerin karar verme gibi bilişsel süreçlerde kontrol altında tutulma ihtiyacında olduğunu düşünürler, ergenin yaşamına ilişkin kararlar vermesini pek cesaretlendirmezler ya da çok az destek ve yardım sağlarlar. Bunun sonucunda da, çoğu ergende etkili karar verme alışkanlığı yeterince gelişmez ve pek çok ergende, geleceğini olumsuz etkileyebilecek hatalı kararlar verebilir (Güçray, 2003).

Alanyazında, ergenlik döneminin en önemli görevlerinden biri olan karar verme davranışının pek çok değişkenle ilişkisi araştırılmıştır. Cinsiyet, karar verme davranışı ile ilgili olan (Güçray, 2003) ve sıklıkla araştırılan değişkenlerden biridir. Cinsiyet ve karar verme davranışı arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmalarda, kızların içtepsel karar verme stilini kullandıkları (Tiryaki, 1997), kızların mantıklı karar verme stilini erkeklerden daha yüksek düzeyde kullandıkları (Kesici, 2002), ilgisizlik ve kaçınma karar stillerini erkeklerin, aşırı uyarılmışlık karar stilini ise kızların kullandıkları (Güçray, 1998) bulunmuştur. Diğer bir

araştırmada da kız öğrencilerin bağımlı karar verdikleri, erkek öğrencilerin ise bağımsız karar verdikleri sonucu bulunmuştur (Karakaş, 1999). Ayrıca, kız ergenlerin erkeklere göre karar verme sürecinde öz-saygılarının daha düşük olduğu ve daha çok stres yaşadıkları ortaya çıkmıştır (Güçray, 2003). Bu araştırmalara göre, karar verme biçimlerinde cinsiyete göre farklılık olduğu görülmektedir.

Alanyazında kişisel-sosyal nitelikler açısından karar verme davranışı da araştırılmıştır. Araştırmalarda kendine saygı (Tiryaki, 1997), kendine güven (Trudeau, Lillehoj, Spoth ve Redmeond, 2003), suçlu ve suçlu olmayan ergenlerin karar stratejileri (Demirbaş, 1992), depresif semptomlar (Okwumabua, Wong ve Duryes, 2003), psikolojik ihtiyaç örüntüleri (Kesici, 2002), devam edilen okul tipi (Güçray, 2003) gibi değişkenlerin, karar verme davranışıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu araştırma sonuçları, bireylerin kişisel özellikleri ve sosyal niteliklerinin karar verme davranışlarının gelişiminde ve karar verme stillerinin belirlenmesinde önemli faktörler olduğunu göstermektedir. Alanyazında, lise öğrencilerinin karar verme davranışları ile ilgili olabileceği düşünülen denetim odağı ve kişisel-sosyal niteliklerin birlikte ele alındığı bir araştırmaya rastlanamamaktadır. Bununla birlikte, alanyazında denetim odağının çeşitli değişkenle ilişkisini ortaya koyan çok sayıda araştırma vardır. Denetim odağı ve kişisel-sosyal nitelikler ile ilişkili olarak yapılan bazı araştırmalarda, yaratıcı düşünce (Yılmaz, 1996), yaş ve cinsiyet (Korkut, 1991), kendini kabul düzeyi (Yazar, 1996), kaygı düzeyi (Ulutaş, 1999) gibi değişkenlerin denetim odağı ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Alanyazında denetim odağı ile stresle başa çıkma ve problem çözme stratejileri arasındaki ilişkilere yönelik araştırmalarda ise stresle başa çıkma (Çoruh, 2003), riskli alkol kullanma ve stresli yaşam olayları (Post ve Robinson, 1998), stresle başa çıkma stratejileri (Adalbjarnardottir, 1995; Aydın, 1999; Demir, 1998), sürekli kaygı düzeyi (Balkuvvar, 1998), suçlu ve suçlu olmayan ergenlerin özellikleri (Çakıl, 1992), savunma mekanizmalarının kullanımı (Basgall ve Snyder, 1998) gibi değişkenlerin, denetim odağı ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Araştırma sonuçları, dıştan denetimli bireylerin problemlerini çözmekten kaçındıklarını, savunma mekanizmaları kullanmaya daha eğilimli olduklarını göstermektedir. Buna karşın içten denetimli bireylerin, stresle başa çıkma ve yaşadıkları problemleri çözmekte sağlıklı stratejiler kullandıkları görülmüştür. Sonuç olarak; bu araştırmalar, denetim odağı ile ilgili olabilecek ve denetim odağının yönü (içten veya dıştan olmak üzere) üzerinde etkili olabilecek değişik faktörleri ve değişkenleri ortaya koymaktadır.

Bireyin sosyal ve kişisel nitelikleri, karar verme davranışı üzerinde önemli rol oynamaktadır. Alanyazında ergenlerde denetim odağı ve karar verme davranışına ilişkin, günümüze kadar yapılan çalışmalarda, ana- baba tutumları, yaş, cinsiyet ve okul başarısının geniş yer tuttuğu görülmektedir. Bununla birlikte, karar verme süreçleri, özellikle ergenlerde geniş biçimde çalışılmamıştır (Güçray, 2003). Ergenlerde, karar verme davranışı ile denetim odağı ve kişisel-sosyal niteliklerini birlikte inceleyen araştırmaya ise rastlanamamıştır.

Bu araştırmada, denetim odakları farklı olan lise öğrencilerinin bazı kişisel niteliklerinin karar vermede öz- saygı ve stres düzeyleri ile ilişkisinin betimlenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma bulgularının öğrenciler ile ilgili araştırmacılara, okul yöneticilerine, okul psikolojik danışma ve rehberlik servislerine, öğretmenlere, ailelere ve eğitim sistemimizde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri ile ilgili kurumlara mevcut duruma ilişkin betimlemeler oluşturarak, önemli katkılar sağlayacağına inanılmaktadır. Çünkü, lise döneminde

etkili karar veremeyen öğrencilerin, geleceklerinin olumsuz yönde etkilendiği görülmektedir. Ergenler sağlıklı kararlar vermek istemekte, ama sorumluluk almaktan çekinmektedirler, ancak ergen, karar verme deneyimi kazandıkça daha uygun kararlar verebilmektedir (Güçray, 1995). Buna bağlı olarak, okul aile işbirliğinin sağlanması, öğrencilere yönelik uygun tutum ve davranış biçimlerinin bilinmesi ve iç denetim odaklarının geliştirilmesi için eğitim ortamlarının düzenlenmesi gereği ortaya çıkmaktadır. Günümüz eğitim sistemi de, bireylerin sorumluluk bilinci ile problemlere yaklaşma ve çözüme yönelik doğru kararlar verme yeterliliğini geliştirmeyi amaçlamaktadır (Güçray, 2003).

## 2. ARAŞTIRMANIN AMACI

1. Denetim odakları farklı lise öğrencilerinin karar vermede öz- saygı ve karar vermede stres düzeyleri önemli farklılık göstermekte midir?
2. Denetim odakları farklı olan lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre karar vermede öz- saygı ve karar vermede stres düzeyleri önemli farklılık göstermekte midir?
3. Denetim odakları farklı olan lise öğrencilerinin fiziki görünümünü algılama biçimlerine göre karar vermede öz- saygı ve karar vermede stres düzeyleri önemli farklılık göstermekte midir?

## 3. YÖNTEM

Araştırma, ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiş olup, yönteme ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

### 3.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini, 2004- 2005 eğitim- öğretim yılında Bursa il merkezindeki 54 farklı türdeki resmi liseyi temsil edecek şekilde seçkisiz olarak belirlenen 11 resmi liseye devam eden öğrencilerden oluşturulmuştur. Örnekleme alınan okullarda öğrenim gören 8285 öğrenciden; sınıf düzeyi ve Fen, Sosyal, Yabancı Dil ve Türkçe-Matematik alanları dengesi gözetilerek 2045'i araştırmaya katılmıştır. Bu öğrencilerin %49.73'ü kız ve %50.27'si erkek olup; %31.44'ü lise birinci sınıf, %34.77'si lise ikinci sınıf, %33.79'u lise üçüncü sınıftır. Ancak, bu öğrencilerden veri toplama aracındaki eksik bilgiler nedeniyle 1796 resmi lise öğrencisinin verileri üzerinde istatistiksel işlemler yapılmıştır. Bu sayı uygulama yapılan liselerde öğrenim gören lise öğrencilerinin %21.68'ini ve Bursa ilindeki liselerde öğrenim gören tüm lise öğrencilerinin %2.95'ini oluşturmaktadır.

### 3.2. Veri Toplama Araçları

#### 3.2.1. Denetim Odağı Ölçeği

Denetim Odağı Ölçeği, davranışı denetleyen pekiştirmelerin içte ya da dışta odaklaşmasının algılama düzeyini değerlendirmek için Nowicki- Strickland tarafından 1973 yılında geliştirilmiş ve Yeşilyaprak (1988) tarafından Türkçe'ye çevirisi, uyarlanması, lise öğrenci-

lerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçme aracının maddeleri akademik yeterlik, sosyal olgunlaşma, bağımsızlık, olayların üstesinden gelme ve kendi başına güdülenme ile ilgili davranışları betimlemektedir (Yeşilyaprak, 1988).

Toplam 40 sorudan oluşan ölçeğin maddeleri evet veya hayır tepkilerinden birinin işaretlenmesini gerektiren zorunlu seçme yöntemine göre belirlenmiştir. Puanın yüksekliği dıştan denetimliliği; bireylerin olayları kendi davranışlarından bağımsız ve dış güçlerin kontrolünde algıladıklarını, sonucu değiştirmenin genellikle kendi ellerinde olmadığına inanmalarını ifade etmektedir. Puanın düşüklüğü ise içten denetimliliği; bireylerin olayları kendi davranışlarına bağlı olarak algıladıklarını, sonuçlar üzerinde kendilerinin etkili olduklarını göstermektedir. Ülkemizde yapılan güvenilirlik çalışmalarında, ölçeğin testin tekrarı yöntemi ile güvenilirlik katsayısı .87, Kuder Richardson 21 formülü ile .71 olarak elde edilmiştir. Ölçeğin benzer ölçekler geçerlik çalışmasında ise Kişisel Yönelim Envanteri'nin, Benlik Saygısı ve Desteği İçten Alma Alt ölçeklerini kullanarak yapılan uygulamada Denetim Odağı ile Benlik Saygısı arasında geçerlik katsayısını .58, Desteği İçten Alma ile .40 olarak ters yönde ilişki bulunmuştur. Denetim Odağı Ölçeği'nden elde edilen puanlar yükseldikçe, Benlik Saygısı ve Desteği İçten Alma puanlarının düştüğü anlaşılmaktadır. Bu sonuç, benzer ölçekler geçerliği yönünden yeterli bir veri olarak kabul edilmiştir (Yeşilyaprak, 1988).

### **3.2.2. Karar Verme Davranış Ölçeği (KDÖ)**

Karar Verme Davranış Ölçeği (Decision Behavior Questionnaire), Radford ve ark. tarafından 1993'de bireylerin karar vermede öz-saygı, stres ve karar verme stillerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (Güçray, 1996, 1998). Güçray (1996) tarafından da Türkçe'ye çevrilerek geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. KDÖ; karar vermede öz-saygı (KÖS), karar vermede stres (KVS) ve karar verme tepki stili (KTS) olarak adlandırılan üç bölümden oluşmaktadır. (Güçray, 1996, 1998). Bu çalışmada, sadece KÖS ve KVS alt ölçekleri kullanılmıştır.

KDÖ, toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler, "her zaman", "çoğunlukla", "bazen" ve "hiçbir zaman" kategorilerinden birisi işaretlenerek yanıtlanmaktadır. KÖS, altı maddeden oluşmakta olup, karar vermedeki önemi yönünden öz-saygıyı ölçmektedir. Puanın yüksekliği karar vermede öz-saygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. KVS, 10 maddeden oluşmakta olup, karar verme durumunda kalındığında hissedilen stres ve kaygı derecesini ölçmektedir. Puanın yüksekliği, karar vermede stres düzeyinin yüksek olduğunu işaret etmektedir. KTS, her biri altı maddeden oluşan dört alt ölçek içermektedir. Bunlar; ilgisizlik, kaçınma, aşırı uyarılmışlık, ve seçicilik alt ölçekleridir. KTS, bireyin karar verme şeklini, kararsal stresle ilgili başa çıkma stilini belirlemektedir (Güçray, 1996).

KDÖ'nün, Türkiye'deki güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Güçray (1995) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmalarda, cronbach alpha katsayılarının .42 ile .74 arasında değiştiği bulunmuştur. Testin tekrarı güvenilirliği ise KÖS için .66, KVS için .88, ve KTS'nin alt ölçekleri için sırasıyla .62, .68, .71 ve .62 olarak bulunmuştur. Maddelerin iç tutarlığına ilişkin korelasyonlar katsayıları KÖS için .62 ile .71, KVS için .39 ile .62 ( $p<.01$ ) arasında değiştiği bulunmuştur. KDÖ'nün eşdeğer geçerliliği Karar Stratejileri Ölçeği (Kuzgun, 1993) ile incelenmiş, KTS ile bu ölçek arasındaki korelasyonların .29 ile .46 arasında değiştiği ortaya çıkmıştır (Güçray, 1996). KDÖ, araştırmacılar tarafından bireylerin karar verme davranışlarını ölçmek üzere çeşitli araştırmalarda kullanılmaktadır.

### 3.2.3. Kişisel Bilgi Anketi

Araştırmanın bağımsız değişkenlerine ilişkin veri toplamak amacıyla, lise öğrencilerinin kişisel ve sosyal niteliklerine ilişkin bilgileri ortaya koyacak bir kişisel bilgi anketi hazırlanmıştır. Kişisel Bilgi Anketinde, lise öğrencilerinin cinsiyet (kız/erkek) ve fiziki görünümünü algılama biçimi (fiziki görünümünüzden genel olarak hoşnut musunuz? Evet/Hayır) gibi çeşitli sorular yer almıştır.

### 3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada veriler, örnekleme alınan resmi liselerde uygulamanın yapılacağı gün ve ders saatlerinde derste hazır bulunan öğrencilerden elde edilmiştir. Uygulama, 2004-2005 eğitim-öğretim yılında Nisan ayında gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında öğrencilerin denetim odağı düzeylerinin, onların karar vermede öz-saygı ve stres düzeylerini farklılaştırıp farklılaşmadığının belirlenmesi amaçlandığından yüksek ve düşük olmak üzere üç gruplar oluşturulmuştur. Bunun için de aşağıda belirtilen işlemler gerçekleştirilmiştir.

Örneklemdaki öğrencileri denetim odağı düzeyi açısından yüksek ve düşük olmak üzere iki farklı gruba ayırmak için, Denetim Odağı Ölçeği'ne ilişkin puanların aritmetik ortalaması ve standart sapması hesaplanmıştır. Örneklemin denetim odağı aritmetik ortalaması 11.85 ve standart sapması 4.20 olarak bulunmuştur. Örneklemin denetim odağı aritmetik ortalamasından bir standart sapma aşağısındaki puan ( $X=7.65$ ) ve yukarısındaki puan ( $X=16.05$ ) arasında kalan 1192 öğrenci analiz dışında bırakılmıştır. Böylece örnekleme 274 öğrenci (% 15.26) "içten denetimli" ve 330 öğrenci (% 18.37) "dıştan denetimli" olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. İstatistiksel analizler de toplam 604 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir.

### 3.4. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada veri toplama araçları ile elde edilen bilgilerin çözümlemesi, SPSS for Windows paket programı kullanılarak bilgisayar ortamında gerçekleştirilmiştir. İçten ve dıştan denetim odağına sahip lise öğrencilerinin karar vermede öz-saygı ve stres düzeyleri ile ilgili puanlarına ilişkin ortalamalar arasındaki farkların önem kontrolü, bağımsız gruplar için uygulanan t testi ile yapılmıştır. İçten ve dıştan denetim odağına sahip lise öğrencilerinin karar vermede öz-saygı ve stres düzeylerinin cinsiyet ve fiziki görünümünü algılama biçimi açısından incelemek için iki değişkenli seçkisiz gruplar deseninde Faktöriyel Varyans Analizi uygulanmıştır. Tüm istatistiksel çözümler için önemlilik düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

## 4. BULGULAR

Araştırmada elde edilen bulgulara ilişkin ulaşılan sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

### 4.1. Denetim Odaklarına Göre Karar Vermede Öz- Saygı ve Karar Vermede Stres Düzeylerine İlişkin Bulgular

Araştırmada, denetim odakları içten ve dıştan olan lise öğrencilerinin, karar vermede öz-saygı ve karar vermede stres düzeyleri açısından farklılık gösterip göstermediklerini ortaya koymak amaçlanmıştır. Bu amaçla, denetim odağı içten ve dıştan olan lise öğrencilerinin

karar verme davranışı ölçeğinin alt ölçeklerinden özsaygı ve stres alt ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamaları arasındaki farkların önemli olup olmadığı t testi ile kontrol edilmiş ve sonuçlar, Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1. Denetim Odakları İçten ve Dıştan Olan Lise Öğrencilerinin Karar Vermede Öz-Saygı ve Karar Vermede Stres Düzeylerine İlişkin Ortalamalar, Standart Sapmalar ve t Değeri**

Karar Vermede	İçten Denetimli			Dıştan Denetimli			t Değeri
	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s	
Öz- Saygı	274	13.57	2.58	330	11.36	3.29	9.26*
Stres	274	9.38	4.65	330	14.91	5.15	13.72*

\* p< .0001

Tablo 1'de görüldüğü gibi içten denetimli lise öğrencilerinin karar vermede öz- saygı puan ortalamaları dıştan denetimli lise öğrencilerine göre önemli ölçüde daha yüksektir. Bununla birlikte, dıştan denetimli lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeylerinin puan ortalamaları ise, içten denetimli lise öğrencilerinden önemli ölçüde daha yüksektir. Ortalamalar arasındaki bu farklar, içten denetimli öğrencilerin dıştan denetimli olanlara göre karar vermede öz- saygı düzeylerinin daha yüksek ve karar vermede stres düzeylerinin daha düşük olduğunu göstermektedir.

## 4.2. Cinsiyete Göre Karar Vermede Öz-Saygı ve Karar Vermede Stres Düzeylerine İlişkin Bulgular

### 4.2.1. Cinsiyete Göre Karar Vermede Öz-Saygı Düzeyi

İç ve dış denetim odağına sahip lise öğrencilerinin karar vermede öz-saygı düzeylerinin, cinsiyetlerine göre değişiklik gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik olarak elde edilen ortalamalar ve standart sapmalar Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2. Denetim Odakları İçten ve Dıştan Olan Lise Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Karar Vermede Öz-Saygı Düzeylerine İlişkin Ortalamalar ve Standart Sapmalar**

Cinsiyet	Karar Vermede Öz-Saygı Düzeyi								
	İçten Denetimli			Dıştan Denetimli			Toplam		
	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s
Kız	147	13.36	2.67	181	11.07	3.24	328	12.09	3.20
Erkek	127	13.81	2.46	149	11.72	3.30	276	12.68	3.12



Tablo 2’de erkeklerin karar vermede öz-saygı düzeyinin, kızlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Denetim odağı açısından bakıldığında da hem içten denetim hem de dıştan denetimli erkeklerin, kızlara göre, karar vermede öz- saygı düzeylerinin biraz daha yüksek olduğu görülmektedir. Grupların ortalamaları arasında gözlenen bu farkların istatistiksel yönden önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi sonuçları; denetim odağı değişkeninin lise öğrencilerinin karar vermede öz- saygı düzeyleri üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğunu göstermiştir ( $F=80.86$ ,  $p<.0001$ ). Böylece, Tablo 1’deki bulgulara paralel bir biçimde, içten ve dıştan denetimli olan lise öğrencilerinin karar vermede öz-saygı düzeyleri arasındaki farkın (içten:  $\bar{X} =13.57$ , dıştan:  $\bar{X} =11.36$ ) içten denetimli olanlar lehine önemli olduğu ortaya çıkmıştır.

Analiz sonuçları, “cinsiyet” değişkeninin de karar vermede öz-saygı puanları üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğunu göstermiştir ( $F=5.11$ ,  $p<.02$ ). Tablo 2’den izlenebileceği gibi, erkeklerin karar vermede öz- saygı puan ortalamaları ( $\bar{X} = 12.68$ ) kızlardan ( $\bar{X}=12.09$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir. Ancak, karar vermede öz- saygı düzeyleri yönünden, iç ve dış denetim odağına sahip gruplar ile cinsiyet arasındaki etkileşimin ise önemli olmadığı bulunmuştur.

#### 4.2.2. Cinsiyete Göre Karar Vermede Stres Düzeyi

İç ve dış denetim odağına sahip lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeylerinin, cinsiyetlerine göre değişiklik gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik olarak elde edilen ortalamalar ve standart sapmalar Tablo 3’de verilmiştir.

**Tablo 3. Denetim Odakları İçten ve Dıştan Olan Lise Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Karar Vermede Stres Düzeylerine İlişkin Ortalamalar ve Standart Sapmalar**

Cinsiyet	Karar Vermede Stres Düzeyi								
	İçten Denetimli			Dıştan Denetimli			Toplam		
	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s
Kız	147	9.76	4.33	181	15.62	5.20	328	12.99	5.63
Erkek	127	8.94	4.98	149	14.07	4.99	276	11.71	5.59

Tablo 3’de erkeklerin karar vermede stres düzeyinin, kızlardan daha düşük olduğu görülmektedir. Denetim odağı açısından bakıldığında, hem içten denetimli hem dıştan denetimli erkeklerin kızlara göre karar vermede stres düzeylerinin daha düşük olduğu görülmektedir. Grupların ortalamaları arasında gözlenen bu farkların istatistiksel yönden önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları; denetim odağı değişkeninin lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeyleri üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğunu göstermektedir ( $F=186.55$ ,  $p<.0001$ ). Böylece, Tablo 1’deki bulgulara paralel bir biçimde, içten ve dıştan denetimli olan lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeyleri arasındaki farkın (içten:  $\bar{X} = 9.38$ , dıştan:  $\bar{X} =14.91$ ) dıştan denetimli olanlar lehine önemli olduğu ortaya çıkmıştır.

Analiz sonuçları, “cinsiyet” değişkeninin de karar vermede stres puanları üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğu göstermiştir ( $F=8.68$ ,  $p<.003$ ). Tablo 3’den izlenebileceği gi-



bi, erkeklerin karar vermede stres puan ortalamaları ( $\bar{X} = 11.71$ ) kızlardan ( $\bar{X} = 12.99$ ) önemli düzeyde daha düşüktür. Ancak, karar vermede stres düzeyleri yönünden, iç ve dış denetim odağına sahip gruplar ile cinsiyet arasındaki etkileşimin ise önemli olmadığı bulunmuştur.

### 4.3. Fiziki Görünümlerini Algılama Biçimlerine Göre Karar Vermede Öz- Saygı ve Karar Vermede Stres Düzeylerine İlişkin Bulgular

#### 4.3.1. Fiziki Görünümlerini Algılama Biçimlerine Göre Karar Vermede Öz-Saygı Düzeyi

İç ve dış denetim odağına sahip lise öğrencilerinin karar vermede öz- saygı düzeylerinin, fiziki görünümlerini algılama biçimlerine göre değişiklik gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik olarak elde edilen ortalamalar ve standart sapmalar Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4. Denetim Odakları İçten ve Dıştan Olan Lise Öğrencilerinin Fiziki Görünümlerini Algılama Biçimlerine Göre Karar Vermede Öz-Saygı Düzeylerine İlişkin Ortalamalar, Standart Sapmalar

Fiziki Görünümü Algılama Biçimi	Karar Vermede Öz-Saygı Düzeyi								
	İçten Denetimli			Dıştan Denetimli			Toplam		
	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s
Beğenen	248	13.65	2.55	229	11.90	3.07	477	12.81	2.94
Beğenmeyen	26	12.81	2.76	101	10.13	3.41	127	10.68	3.45

Tablo 4’de; fiziksel görünümünü beğenmeyenlerin karar vermede öz-saygı puan ortalamalarının beğenenlerden daha düşük olduğu dikkati çekmektedir. Grupların ortalamaları arasında gözlenen bu farkların, istatistiksel yönden önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonuçları; denetim odağı değişkeninin lise öğrencilerinin karar vermede öz- saygı düzeyleri üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğunu göstermektedir ( $F=40.43$ ,  $p<.0001$ ). Böylece, Tablo 1’deki bulgulara paralel bir biçimde; içten ve dıştan denetimli olan lise öğrencilerinin karar vermede öz-saygı düzeyleri arasındaki farkın (içten:  $\bar{X} = 13.57$ , dıştan:  $\bar{X} = 11.36$ ) içten denetimli olanlar lehine önemli olduğu ortaya çıkmıştır.

Analiz sonuçları, “fiziki görünümü algılama biçimi” değişkeninin de karar vermede öz-saygı puanları üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğunu göstermiştir ( $F=14.14$ ,  $p<.0001$ ). fiziki görünümlerini beğenenlerin ( $\bar{X} = 12.81$ ) karar vermede öz- saygı puan ortalamaları, fiziki görünümlerini beğenmeyenlerden ( $\bar{X} = 10.38$ ) önemli düzeyde daha yüksektir. Ancak, karar vermede öz- saygı düzeyleri yönünden iç ve dış denetim odağına sa-

hip gruplar ile fiziki görünümünü algılama biçimi arasındaki etkileşimin ise, önemli olmadığı bulunmuştur.

#### 4.3.2. Fiziki Görünümünü Algılama Biçimlerine Göre Karar Vermede Stres Düzeyi

İç ve dış denetim odağına sahip lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeylerinin, fiziki görünümünü algılama biçimlerine göre değişiklik gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik olarak elde edilen ortalamalar ve standart sapmalar Tablo 5’de verilmiştir.

*Tablo 5. Denetim Odakları İçten ve Dıştan Olan Lise Öğrencilerinin Fiziki Görünümünü Algılama Biçimlerine Göre Karar Vermede Stres Düzeylerine İlişkin Ortalamalar, Standart Sapmalar*

Fiziki Görünümü Algılama Biçimi	Karar Vermede Stres Düzeyi								
	İçten Denetimli			Dıştan Denetimli			Toplam		
	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s	n	$\bar{X}$	s
Beğenen	248	9.09	4.55	229	14.12	5.00	477	11.50	5.39
Beğenmeyen	26	12.19	4.72	101	16.73	5.05	127	15.80	5.30

Tablo 5’den görüldüğü, fiziki görünümünü beğenmeyenlerin karar vermede stres puan ortalamaları beğenenlerden daha yüksektir. Grupların ortalamaları arasında gözlenen bu farkların istatistiksel yönden önemli olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizi sonuçları; denetim odağı değişkeninin lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeyleri üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğunu göstermektedir ( $F=69.43$ ,  $p<.0001$ ). Böylece, Tablo 1’deki bulgulara paralel bir biçimde, içten ve dıştan denetimli olan lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeyleri arasındaki farkın (içten:  $\bar{X} = 9.38$ , dıştan:  $\bar{X} =14.91$ ) dıştan denetimli olanlar lehine önemli olduğu ortaya çıkmıştır.

Analiz sonuçları, “fiziki görünümü algılama biçimi” değişkeninin de karar vermede stres puanları üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğunu göstermiştir ( $F=24.79$ ,  $p<.0001$ ). Tablo 5’den izlenebileceği gibi, fiziki görünümünü beğenenlerin karar vermede stres düzeyi puan ortalamalarının ( $\bar{X} =11.50$ ), fiziki görünümünü beğenmeyenlerden ( $\bar{X} =15.80$ ) önemli biçimde daha düşük olduğu görülmektedir. Ancak, karar vermede stres düzeyleri yönünden iç ve dış denetim odağına sahip gruplar ile, fiziki görünümü algılama biçimi arasındaki etkileşimin ise önemli olmadığı bulunmuştur.

## 5. TARTIŞMA

Araştırma bulguları, içten denetimli öğrencilerin, dıştan denetimli olanlara göre, karar vermede öz-sayıgı düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ergenin kimlik kazanımı için özsaygısını geliştirmesi önemlidir. Ergenlerin karar verme becerileri, onların öz-sayıgı düzeylerinin yüksek olması ile daha sağlıklı olabilir (Brown ve Mann, 1991). Alan-

yazında, kendine saygı düzeyleri düşük olan öğrencilerin, yüksek olan öğrencilere oranla daha fazla içtepisel ve kararsızlık stillerini kullandıklarını, kendine saygı düzeyi yüksek olan öğrencilerin ise mantıklı karar verme stilini kullandıkları belirtilmektedir (Tiryaki, 1998). Ayrıca, araştırmalar, içten denetimli bireylerin başarıma, özerklik, başatlık, değişiklik ve sebat özelliklerine; dıştan denetimli bireylerin ise, uyarlık ve kendini suçlama özelliklerine sahip olduklarını ortaya koymaktadır (Kesici, 2002; Korkut, 1991).

İçten denetimli birey, kararlarının üzerinde kendisi etkilidir ve verdiği kararlarının sonuçlarının sorumluluklarını üstlenmiştir. Dıştan denetimli birey ise, şans yada diğer insanların hayatında olanları kontrol ettiğine inandığı için kararları üzerinde kendisinin etkili olmadığına inanır (Aksoy,1992; Çolakkadıoğlu, 2003; Gordon, 1996; Güçray; 1996; Onur, 1995). Böylece, denetim odağının, bireylerin amaçlarına ulaşmada başarılı olması, karar verme sürecinde öz-saygı düzeylerinin yüksek olması ve etkin karar verme stilleri kazanmaları açısından önem taşıdığı ifade edilebilir. İçten denetimli lise öğrencilerinin karar vermede öz- saygı düzeylerinin daha yüksek olduğu ve kararlarının üzerinde etkilerinin daha fazla olduğu da söylenebilir.

Araştırmada, içten denetimli lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeylerinin anlamlı düzeyde daha düşük olduğu da bulunmuştur. Araştırmalar, denetim odağı ile karar vermede stres düzeyi arasındaki ilişkiye yönelik olarak, dıştan denetimli bireylerin stres yönetiminde, stresle başa çıkma becerilerinde daha zayıf olduğu ve karar verme davranışlarından kaçındıklarını ortaya koymaktadır (Adalbjarnardottir,1995). Ayrıca yüksek derecede kaygılı bireylerin, düşük özsaygı ve yüksek dış denetim odağına sahip oldukları belirlenmiştir (Adalbjarnardottir,1995; Balcı, 1997; Post ve Robinson, 1998; Ulutaş, 1999). Dıştan denetim odağının yüksek olması, bireyin kendine güven düzeyinin düşük olmasına ve problem çözme ve karar verme sürecinde uyumsuz ve bağımlı olmasına neden olmaktadır (Demir, 1998; Lease, 2004; Yazar, 1996). Araştırma bulguları, alanyazındaki bu bulguları destekler niteliktedir.

Ergenlik dönemi bağımsızlığa geçiş dönemidir. Ergen, anne babasının desteğinden belirli ölçüde kopmak, hayatı ile ilgili kararlar almak ve bu kararlarının sorumluluğunu taşımak istemekte, ancak özerk birey olma isteği kaygıya da neden olmaktadır (Brown ve Mann, 1991; Bilgin, 1995; Jaffe, 1998; Yavuzer, 2003). Bu açıklamalar çerçevesinde, karar verme sürecinde yaşanan çatışmalarda, ergenlerin stres, kaygı, güvensizlik ve engellenmişlik duygularını yoğun olarak hissettikleri ifade edilebilir. Kaygı ile başa çıkabilme, kendi sorumluluğunu üstüne alma ve yüksek öz-saygı düzeyi, ergenlerin gelecekteki problemlerinde başarılı olmalarına yardımcı olmaktadır (Post ve Robinson, 1998). Dıştan denetimli lise öğrencilerinin karar vermede stres düzeyleri, içten denetimlilere göre daha yüksektir. Ergenlik döneminde bireylerin, tüm yaşamını etkileyecek kararlar verme çabalarının stresli ve yıpratıcı olduğu; bu nedenle, kendilerini yalnız ve çaresiz hissettikleri için dış güçlere daha bağımlı oldukları söylenebilir. Aynı zamanda, içten denetime sahip ergenlerin, problem çözmek ve karar vermek için düşündükleri, kendi farkındalıklarını kontrol ettikleri ve problem çözme ve karar verme aşamalarını değerlendirdikleri gözlenmektedir. Dıştan denetimli ergenlerin ise yaşadıkları problemlerde ve kararlarının sonucunda diğer bireyleri suçladıkları ya da şansın bir sonucu olarak değerlendirdikleri gözlenmektedir (Adalbjarnardottir,1995; Balcı, 1997; Balkuvvar, 1998; Basgall ve Snyder, 1998).

Araştırma bulguları, erkeklerin karar vermede öz- saygı düzeylerinin kızlardan önemli düzeyde daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu, alanyazındaki erkeklerin karar vermede öz- saygı düzeylerinin, kızlara göre daha yüksek olduğuna ilişkin araştırma bul-

gularını (Güçray, 2003; Mann ve diğ., 1993'den aktaran Güçray, 1996) desteklemektedir. Bununla birlikte, karar vermede öz-saygı açısından kızlar lehine fark ortaya koyan diğer bir araştırma bulgusu (Güçray, 1996) ile tutarsızdır. Ayrıca, araştırmalar kızların mantıklı karar verme stilini erkeklerden daha yüksek düzeyde kullandıklarını (Kesici, 2002), erkeklerin ilgisizlik ve kaçınma karar stillerini kızların ise aşırı uyarılmışlık karar stilini kullandıkları (Güçray, 1998), kızların içtepisel karar verme stilini kullandıkları (Tiryaki, 1997) ortaya konmuştur. Bu bulgular, cinsiyete göre karar verme stillerinin değişiklik gösterdiğini, ancak bu bulguların birbirleri ile tutarlılık göstermediği görülmektedir. Öte yandan, denetim odağı ve cinsiyet arasındaki ilişkileri ortaya koyan araştırma bulgularında ise denetim odağının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği (Korkut, 1991), erkeklerin iç denetim odağına, kızların ise dış denetim odağına sahip oldukları (Demir, 1998; Kuzgun, 1993; Yılmaz, 1996) yönünde tutarsız sonuçlar bulunmaktadır.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre erkeklerin karar vermede öz-saygı düzeylerinin ve iç denetim odaklarının yüksek olması, alanyazındaki bazı araştırma bulguları ile tutarlılık gösterirken bazıları ile tutarsızdır. Bu araştırmada, kızların karar vermede öz-saygılarının daha düşük bulunmasının olası bir nedeni, kızların çevrenin beklentilerine erkeklerden daha duyarlı olmaları ve çevrelerine daha fazla sorumluluk hissetmeleri nedeniyle, karar verme sürecinde kendilerine olan güvenlerinin daha düşük olmasından kaynaklanabilir. Bunun yanı sıra kızların, çevrenin kontrolünü daha yoğun hissetmelerinden dolayı daha fazla kararsızlık yaşadıkları söylenebilir. Nitekim, kültürümüzde kızların daha kontrollü davranmaları yönündeki beklentinin onların daha bağımlı ve içtepisel davranmalarına neden olduğu belirtilmektedir (Kuzgun, 1993).

Araştırmada, cinsiyet değişkeninin karar vermede stres puanları üzerinde de önemli bir temel etkiye sahip olduğu ve kızların karar vermede stres düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu da bulunmuştur. Benzer biçimde, alanyazındaki diğer araştırmalarda kızların erkeklerden karar verme sürecinde daha çok stres yaşadıklarını (Güçray, 2003; Mann ve ark., 1993'den aktaran Güçray, 1996) ortaya koymaktadır. Ayrıca, kız öğrencilerin bağımlı karar verdikleri, erkek öğrencilerin ise bağımsız karar verdikleri belirtilmektedir (Karakaş, 1999). Bu bulgular araştırma bulgusu ile tutarlı olmakla birlikte, karar vermede stres yönünden cinsiyetler arasında önemli bir farklılık ortaya koymayan diğer bir araştırma bulgusu (Güçray, 1996) ile de tutarsızlık göstermektedir. Bu araştırma bulguları çerçevesinde, kızların erkeklere oranla daha duygusal olmaları nedeniyle karar verme sürecinde de duygularının etkisi altında kalabileceği ifade edilebilir. Böylece, çevrenin kontrolüne daha fazla bağımlı olmalarının da etkisiyle stres düzeylerinin artabileceği söylenebilir. Araştırmada, karar vermede öz-saygı ve stres düzeyleri yönünden iç ve dış denetim odağı ile cinsiyet arasındaki etkileşimlerin ise önemli olmadığı bulunmuştur. Bu bulgu, denetim odağı ve cinsiyetin birbirinden bağımsız bir biçimde karar verme davranışı ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Fiziki görünümü algılama biçimi değişkeninin de karar vermede öz-saygı puanları üzerinde önemli bir temel etkiye sahip olduğu da bulunmuştur. Ergen yeni gelişen bedenine uyum sağladığı ölçüde, kendini kabul yönünde de önemli bir adım atmış sayılmaktadır. Kendini kabul ise, özgüvenin ve sağlıklı benlik tasarımı geliştirilmesinin temel göstergelerinden birini oluşturmaktadır (Yavuzer, 2003). Bu açıklamalar, araştırmanın bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Ergenin sağlıklı özgüven ve benlik tasarımı geliştirmesi sonucunda, problem çözüme becerileri ve etkili karar verme becerilerinin de olumlu yönde gelişeceği söylenebilir. Burnet (1991), bireylerin kendilerine güven düzeyleri arttıkça, etkili karar verme stilleri kullandıklarını belirtmiştir. Tiryaki (1997) ise, kendine saygı düzeyi düşük olan öğren-

cilerin içtepisel ve kararsızlık stillerini kullandıkları, kendine saygı düzeyi yüksek olan öğrencilerin de mantıklı karar verme stilini kullandıklarını belirtmiştir. Bu bulgular, araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Topses'e (2004) göre de ergen, bedenindeki erişkin olmaya yönelik değişmelerle birlikte, yetişkin bir birey olma sürecinde, kendisiyle bütünleşmiş bir kişilik ya da özerk bir birey olmak istemektedir. Ergen gelişen fiziksel yapısına uyum sağlamanın yanı sıra, sosyalleşme ve özdeşim süreci içinde kendini ve çevresini tanıma, kimliğini oluşturma çabası içindedir (Yörükoğlu, 1993). Dolayısıyla, ergenlik dönemindeki lise öğrencilerinin fiziki görünümüne aşırı önem vermelerinin, denetim odaklarının gelişimini ve karar vermede öz-saygı düzeylerini doğrudan etkileyebileceği düşünülebilir. Araştırmanın bulguları da bunu destekler niteliktedir.

Fiziki görünümü algılama biçimi değişkenin karar vermede stres puanları üzerinde de önemli bir temel etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Ergen, öncelikle değişen ve gelişen bedenine uyum sağlamaya çalışmaktadır. Oransız yüz yapısına, sivilcelerine, boyundaki ve ağırlığındaki değişmelere uyum sağlama uğraşı içinde olmaktadır. Bu hızlı değişime uyum süreci, ergeni oldukça kaygılandırmaktadır (Onur, 1995). Topses (2004), ergenin fizyolojik dengesizliğinin, duygusal dengesizliğinin de önemli nedeni olduğunu belirtmiştir. Bu yüzden ilgileri ve mesleki eğilimleri çabuk değişmektedir. Bedenin hızlı değişimi, kararsız yapısı tüm bu davranışsal özelliklerin gerçek nedenini oluşturmaktadır. Kendini kabul etmeyen ve bedenini beğenmeyen ergen kendisiyle barışık olmadığı için; yaşamına ilişkin olumsuz kararlar verebilir ya da planlama yapmaktan kaçınabilir. Kendini olumsuz algıladığı ölçüde; benliğini, kişiliğini ve sosyalleşme sürecini geliştirmede güçlükler yaşayabilir (Gordon, 1996). Bu açıklamalar, araştırmanın bulguları ile tutarlılık göstermektedir.

Ergenin ideal fiziksel görünümünü algılaması ile gerçek fiziksel görünümünü algılaması arasında önemli uyumsuzluklar olabilmektedir. Bu uyumsuzluklar da ergenin kaygı düzeyini arttırabilir. Ergenin yaşadığı bu çatışmaların ve kaygıların, etkili karar vermesi gereken bu dönemi, olumsuz etkileyebileceği söylenebilir. Bu araştırmada fiziki görünümünü beğenmeyen öğrencilerin karar vermede stres düzeylerinin anlamlı biçimde yüksek olduğu bulgusu, alanyazındaki açıklamalar ile tutarlılık göstermektedir. Ayrıca ergenlerin, diğer insanların düşünce ve tepkilerine aşırı önem vermeleri ve diğer insanların onlarla çok fazla ilgilendiklerini algılamalarının da (Gordon, 1996), karar verme sürecinde stres düzeylerini arttırabileceği de ifade edilebilir.

Araştırma sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, denetim odağının karar vermede öz-saygı ve stres düzeylerinin farklılaşmasında önemli bir faktör olduğu ortaya çıkmaktadır. Denetim odağı, bireylerin karar verme davranışlarında oldukça önemli bir özelliktir. Bu nedenle, ergenlerin iç denetim odağına sahip olarak geliştirilmesi ve karar vermede öz-saygı düzeyinin yükseltilmesine ilişkin beceri kazandırılması konusunda gerekli çalışmaların yapılması gerektiği belirtilebilir. Öğrencilerin iç denetim odaklarını geliştirmeleri amacıyla okul psikolojik danışma ve rehberlik servisleri tarafından ailelere, öğretmenlere, okul yöneticilerine ve öğrencilere yönelik çalışmalar yapılabilir. Özellikle ergenlik dönemindeki lise öğrencilerinin etkileşim grupları yoluyla lise öğrencilerinin denetim odaklarına ilişkin farkındalıkları arttırılabilir. Bu çalışmada, lise öğrencilerinin denetim odağı ile bazı kişisel nitelikler açısından karar vermede öz-saygı ve karar vermede stres düzeylerinin farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bunun yanında, bu araştırma bulgularının zenginleştirilmesine ve geliştirilmesine ihtiyaç vardır. Değişik araştırmalarla etkileşimler yeniden araştırılabilir, farklı değişkenlerle benzer araştırmalar tekrarlanabilir ve karar vermede tepki stili incelenebilir.

## KAYNAKÇA

- Adalbjarnardottir, Sigrun (1995).** How school children propose to negotiate: The role of social withdrawal, social anxiety, and locus of control. *Child Development*, 66: 1739-1751.
- Aksoy, Ayşe (Cerit) (1992).** Lise son sınıf öğrencilerinin özsaygı ve denetim odağını etkileyen bazı değişkenlerin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 1992.
- Aydın, Ö. (1999).** Denetim odakları farklı olan ergenlerin problem çözme becerilerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi.
- Balcı, S. (1997).** Lise öğrencilerinin denetim odağı ile sınav kaygısı arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Balkuvvar, N. G.(1998).** Farklı liselerin öğrencilerinin denetim odağı ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenip karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 1998.
- Basgall, J.o A. ve Snyder, C.R. (1998).** Exuces in waiting: External locus of control and reactions to success- failure feedback. *Journal of Personality And Social Psychology*. 54, 4 : 656- 662, 1998.
- Bilgin, A. (1995).** Grup rehberliğinin ve grupla psikolojik danışmanın lise öğrencilerinin anne- babalarından bağımsız meslek kararı verme davranışına etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Brown, J.E. ve Mann, L. (1991).** Decision-making competence and self-esteem: A comparison of parents and adolescent. *Journal of Adolescence*. 14: 363- 371.
- Burnett, P.(1991).** Decision making style and self concept. *Australian Psychologist*. 26, 1: 55- 58, 1991.
- Çakıl, N. (1992).** Suç işleyen ve işlemeyen çocuklarda denetim odağını etkileyen bazı değişkenler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi.
- Çolakkadıoğlu, O. (2003).** Ergenlerde karar verme ölçeğinin uyarılama çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi.

- Çoruh, Y. (2003).** Denetim odağı ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi .
- Dağ, İ. (1992).** Kontrol odağı, öğrenilmiş güçlülük ve psikopatoloji ilişkileri. Ankara: *Psikoloji Dergisi*. 7, 27: 1-9, 1992.
- Demir, N. (1998).** Stresle başa çıkma stratejileri ile denetim odağı arasındaki ilişki: bir grup lise öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırma.. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Demirbaş, H.(1992).** Suçlu ve suçlu olmayan ergenlerin karar verme davranışlarının karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Gordon, C. P. (1996).** Adolescent decision making: Abroadly based theory and its application to the prevention of early pregnancy. *Adolescence*. 31, 123: 561- 585.
- Güçray, S. S.(1996).** Karar verme davranışları ölçeğinin (kdö) geçerlik ve güvenilirliği. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2, 4: 60-68.
- Güçray, S. S.(1998).** Bazı kişisel değişkenler, algılanan sosyal destek ve atılğanlığın karar verme stilleri ile ilişkisi. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 2, 9: 7-16.
- Güçray, S. S. (2001).** Ergenlerde karar verme davranışlarının öz- saygı ve problem çözme becerileri algısı ile ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 8,8:106- 121.
- Güçray, S. S. (2003).** The analysis of decision making behaviors and perceived problem solving skills in adolescents. The Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET, 2 (2), Article 5. <http://www.tojet.net/articles/222.htm>
- Gültekin, M. (2003).** Ergenlerde kontrol odağı algısı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi.
- Jaffe, M L.(1998).** *Adolescence*. USA: R.R. Donneley And sons Company.
- Karakaş, E. (1999).** İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin günlük yaşamlarındaki problemlerini ölçmeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi.
- Kesici, Ş.(2002).** Üniversite öğrencilerinin karar verme stratejilerinin psikolojik ihtiyaç örüntüleri ve özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi.



- Korkut, F. (1991).** Yetiştirme yurdundaki öğrencilerle, gestalt yaklaşımına dayalı olarak yapılan bireysel danışmanın sürekli kaygı ve denetim odağı üzerindeki etkileri. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Kulaksızoğlu, A. (2000).** *Ergenlik Psikolojisi*. 3. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kulas, H. (1996).** Locus of control in adolescence. A longitudinal study. *Adolescence*. 31, 123: 721- 729.
- Kuzgun, Y. (1993).** Karar stratejileri ölçeği geliştirilmesi ve standardizasyonu. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları. Editör: Rüveyde Bayraktar ve İhsan Dağ. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayını, 161- 170.
- Lease, S.H.(2004).** Effect of locus of control, work knowledge, and mentoring on career decision- making difficulties: testing the role of race and academic institution. *Journal Of Career Assessment*. 12, 3: 239- 254.
- Manger, T., Eikeland, O.J. ve Ashjornsen, A. (2002).** Effects of social cognitive training on students' locus of control. *School Psychology International*. 23, 3: 342-354.
- Okwumaba, J. O.; Wong, S.P. and Duryea, E. J.(2003).** Depressive symptoms and decision making among African American youth. *Journal of Adolescent Research*. 18, 5 :436- 453.
- Onur, B.(1995).** *Gelişim Psikolojisi*. 3. Basım. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Post, P. ve Bryan, E. R. (1998).** School- age children of alcoholics and non- alcoholics: their anxiety, self- esteem, and locus of control. *Professional School Counseling*.15,36- 41.
- Tiryaki, M. G.(1997).** Üniversite öğrencilerinin karar verme davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Topses, G. (2004).** 11- 18 yaş ergenlik döneminde ergenlik. *Gelişim ve Öğrenme*. Editör: Ayşegül Ataman. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık, 2004.
- Trudeau, L.; Lillehoj, C.; Spoth, R. ve Redmond, C. (2003).** The role of assertiveness and decision making in early adolescent substance initiation: mediating processes". *Journal Of Research On Adolescence*. 13, 3: 301- 328.

- Ulutaş, İ. (1999).** İlköğretim okullarına devam eden on yaş çocuklarının denetim odağı ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Yavuzer, H. (2003).** *Çocuk Psikolojisi*. 24. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazar, O. Z. (1996).** Kendini kabul düzeyi düşük ve yüksek olan üniversite öğrencilerinin denetim odağı algılamaları ile kendini ayarlama becerileri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun: On Dokuz Mayıs Üniversitesi.
- Yeşilyaprak, B. (1988).** Lise öğrencilerinin içsel ya da dışsal denetimli olmalarını etkileyen etmenler. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Yılmaz, Z. (1996).** Girişimcilik açısından endüstri meslek lisesi son sınıf öğrencilerinin yaratıcı düşünme ve denetim odağı özelliklerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi.
- Yörükoğlu, A. (1993).** *Gençlik Çağı*. İstanbul: Yayın- Dağıtım.

