

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ERGENLERDE KONTROL HİSSİ VE ÖZYETERLİK ARASINDAKİ
İLİŞKİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

AYŞE AKTAŞ EROĞLU

Tez Danışmanı

Prof. Dr. AHMET AKIN

İSTANBUL – 2017

TEZ TANITIM FORMU

YAZAR ADI SOYADI : AYŞE AKTAŞ EROĞLU

TEZİN DİLİ : Türkçe

ENSTİTÜ : SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ANABİLİM DALI : PSİKOLOJİ

TEZİN TÜRÜ : Yüksek Lisans

TEZİN TARİHİ : 13.04.2017

SAYFA SAYISI : 57

TEZ DANIŞMANI : Prof. Dr. AHMET AKIN

DİZİN TERİMLERİ : Kontrol Hissi, Öz-Yeterlilik, Öz-güven İnanç, Öz Güven, Öz-denetim

TÜRKÇE ÖZET : Bu çalışmanın amacı, ergenlerin kontrol hissi ile özyeterlilik arasındaki ilişkileri ile kontrol hissi ve özyeterlilik düzeyinin cinsiyet, fiziki görünüm algısı, gelir düzeyi, ebeveyn tutumları, sınıf düzeyi ve akademik başarı algısı açısından farklılaşma durumunu incelemektir. Araştırma 129'u bayan ve 128'i erkek toplam 257 kişiden elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaşları 12 ve 15 arasında değişmektedir.

DAĞITIM LİSTESİ : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

AYŞE AKTAŞ EROĞLU

T.C.

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ERGENLERDE KONTROL HİSSİ VE ÖZYETERLİK ARASINDAKİ
İLİŞKİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

AYŞE AKTAŞ EROĞLU

Tez Danışmanı

Prof. Dr. AHMET AKIN

İSTANBUL – 2017

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimseli ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

AYŞE AKTAŞ EROĞLU

13.04.2017

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, ergenlerin kontrol hissi ile özyeterlilik arasındaki ilişkileri ile kontrol hissi ve özyeterlilik düzeyinin cinsiyet, fiziki görünüm algısı, gelir düzeyi, ebeveyn tutumları, sınıf düzeyi ve akademik başarı algısı açısından farklılaşma durumunu incelemektir. Araştırma 129'u bayan ve 128'i erkek toplam 257 kişiden elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaşları 12 ve 15 arasında değişmektedir.

Araştırmadan elde edilen veriler kişisel bilgi formu, Ergenler İçin Kontrol Ölçeği ve Ergenler İçin Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği ile elde edilmiştir. Ergenler İçin Kontrol Ölçeği, 17 maddeden, Öğrenci Özyeterlilik Ölçeği, 10 maddeden oluşmaktadır. Verileri elde etmek için Pearson Korelasyon Katsayısı, t testi ve F testi analiz teknikleri kullanılmıştır.

Katılımcıların kontrol hissi ve özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek için yapılan korelasyon bu iki değişkenin birbiriyle pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermiştir. Kız ve erkek katılımcıların, kontrol hissi ve özyeterlilik düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Ergenlerin kontrol hissi düzeyleri ve özyeterlilik düzeyi arasında fiziki durum, ebeveyn tutumları, gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Akademik başarı düzeyleri farklı olan ergenlerin, öğrenci öz-yeterlilik ve kontrol hissi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu sonuca göre akademik başarı durumu başarısız olan öğrencilerin öğrenci öz-yeterlilik ve kontrol hissi düzeylerinin, akademik başarı durumu yüksek olan öğrencilere göre daha düşük olduğu söylenebilir.

SUMMARY

The purpose of this study is to examine the relationships sense of control in adolescence and self efficacy and to examine if there are significant differences between sense of control in adolescence and self efficacy level in terms of gender, perception of physical appearance, income level, class level and perception of academic achievement. This study was conducted on 129 female and 128 male, overall 257. The age level of students ranged between 12 and 15.

To collect data a personal information form that includes the age, gender, parental attitudes, class level, education level, and economic status of participants. Also Sense of Control for Adolescence Scale and Self Efficacy Scale were used to measure the variables. To analyze the data Pearson Correlation, t-test, and One way ANOVA (F test) were used.

Results demonstrated that there is positive significant link between sense of control and self efficacy. In terms of gender, physical condition, parental attitudes, income situation no significant differences between were found between sense of control and self efficacy level. On the other hand findings showed that there is a significant difference between sense of control and self efficacy in terms of levels of academic achievement. According to this result, it can be said that the level of self-efficacy and control feeling of students with low academic success status is lower than the level of student self-efficacy and control feeling of students with high academic achievement status. Results were discussed in light of related literature.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
SUMMARY	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLolar LİSTESİ	v
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ	3
1.1 Araştırmanın Problemi.....	3
1.2 Araştırmanın Alt Problemleri.....	3
1.3 Araştırmanın Amacı.....	4
1.4 Araştırmanın Önemi	4
İKİNCİ BÖLÜM: KONTROL HİSSİ KAVRAMI	5
2.1 Ergenlerde Kontrol Hissi:.....	5
2.1.2 Ergenlikte Kontrol Altında Olmanın Algısı:	9
2.1.3 Birincil ve İkincil Kontrol:.....	11
2.1.4 Kontrol Hissi Alanında Yapılan Araştırmalar:	12
2.2 Öz-Yeterlik Kavramı ve Öz-Yeterlik inancı.....	15
2.2.1 Sosyal Bilişsel Kuram	20
2.2.2 Öz-Yeterliğin Kaynakları.....	21
2.2.3 Özyeterlik ile İlgili Yapılan Çalışmalar	24
2.2.4 Yüksek ve Düşük Özyeterliğe Sahip Bireylerin Özellikleri	26
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM	27
3.1. Araştırmanın Modeli	27
3.2. Araştırmanın Örnekleme.....	27
3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları	27
3.3.1. Bilgi Toplama Formu	27
3.3.2. Ergenler için Kontrol Hissi Ölçeği	27
3.3.3. Ergenler için Öğrenci Öz-yeterlik Ölçeği	28
3.4. Veri Analiz Teknikleri.....	28
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	30
4.1. Ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik puanları birbiriyle anlamlı düzeyde ilişkili midir?.....	30

4.2. Kız ve erkek ergenlerin kontrol hissi puanları arasında cinsiyet açısından farklılık var mıdır?.....	30
4.3. Kız ve erkek ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında cinsiyet açısından farklılık var mıdır?.....	30
4.4. Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?	31
4.5. Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında farklılık var mıdır?	31
4.6. Ebeveyn tutumları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?.....	32
4.7. Ebeveyn tutumları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında farklılık var mıdır?.....	32
4.8. Gelir düzeyleri farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?.....	33
4.9. Gelir düzeyleri farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında farklılık var mıdır?.....	34
4.10. Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?.....	34
4.11. Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında farklılık var mıdır?	35
BEŞİNCİ BÖLÜM:	37
SONUÇ VE ÖNERİLER	37
KAYNAKÇA	40

TABLolar LİSTESİ

Sayfa No:

TABLO 1. KONTROL HISSİ VE ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK ARASINDAKİ İLİŞKİ.....	30
TABLO 2. KIZ VE ERKEK ERGENLERİN KONTROL HISSİ DÜZEYLERİNİN CINSİYET AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI	30
TABLO 3. KIZ VE ERKEK ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK DÜZEYLERİNİN CINSİYET AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI	31
TABLO 4. FİZİKİ GÖRÜNÜMÜNDEN MEMNUN OLAN VE OLMAYAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI	31
TABLO 5. FİZİKİ GÖRÜNÜMÜNDEN MEMNUN OLAN VE OLMAYAN ERGENLERİN ÖZ-YETERLİK DÜZEYLERİ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI.....	31
TABLO 6. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ	32
TABLO 7. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU.....	32
TABLO 8. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ	33
TABLO 9. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU.....	33
TABLO 10. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HİSSİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ	33
TABLO 11. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HİSSİ PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU.....	33
TABLO 12. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖZ- YETERLİK DÜZEYLERİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ.....	34
TABLO 13. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖZ- YETERLİK PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU	34
TABLO 14. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HİSSİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ	35
TABLO 15. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HİSSİ PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU.....	35

TABLO 16. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ	35
---	----

TABLO 17. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU.....	36
---	----



ÖNSÖZ

Öz-yeterlilik kavramı Sosyal bilişsel kuramın temel unsurlarından biridir. Son zamanlarda da bir çok araştırmaya da konu olmuştur. Alanında önemli olan ve öğrencilerin yaşamlarını büyük oranda etkileyen öz-yeterlilik kavramı araştırmacılar tarafından yoğun ilgi görmektedir.

Bireylerin kendilerini bir görevi yerine getirmeye yönelik inançları olarak ele alınan bu kavram, onların kendilerine güven duymalarında ve yapacakları işe yönelik kontrol hissi elde etmelerinde belirleyici bir rol oynayabilmektedir. Bu çalışmada ergenlerin özyeterlilik ve kontrol hissi düzeyleri incelenmektedir.

Çalışmanın her aşamasında akademik desteğini esirgemeyen, kıymetli danışmanım Hocam Prof.Dr. Ahmet Akın'a teşekkürlerimi sunarım.

GİRİŞ

Öğrencilerin okul yaşamlarında elde ettikleri kazanımların nedenlerinin incelenerek, okul ve ülke eğitim kararlarının alınması ve düzenlenmesinin, eğitim sektöründeki kaliteyi ve öğrenci başarısını arttırdığı bilinmektedir. Öğrencilerin daha başarılı olabilmeleri için aileleri veya başkaları tarafından kontrol edilmeleri, aynı zamanda kendilerini kontrol etmeleri gerekmektedir. Kontrol hissi, ergenlik döneminde bireyin gelişimi için gerekli olan faktörlerden biridir. Kontrol hissi kavramının, ergenlerin hayatlarında ne gibi etkiler yarattığı günümüzün önemli konulardan birini oluşturmaktadır.

Bireyin bu dönemde önemli yaşam olaylarını ve sonuçlarını kontrol etme hissi, sosyal psikologlar, bilişsel psikologlar ve klinik psikologlar için merkezi bir ilgi alanıdır. Kendini kontrol altında tutma eğilimi ile ilgili kavramlar¹, özyeterlilik², özdeğer³, ve özgüven⁴ kavramlarıdır. Kontrol hissi ve öz yeterlik kavramları ergenlik döneminde bireyin gelişimi için gerekli olan faktörlerden biridir. Özyeterlik kavramı kontrol hissiyle yakından ilişkili olan kavramlardan biri olup bireyin karakterine, tek kelime ile hayatına büyük etkisi olan kavramlardan biridir. Özyeterlik inancı, bireyin davranışlarının en önemli yordayıcılarından ve başarıyı etkileyen faktörlerden biridir ve yüksek özyeterlik bireyin gerekli bilgi ve becerilere sahip olmasıyla gerçekleşmektedir⁵. Bireyler bir görevi gerçekleştirmek için gerekli güce ve yeterliğe sahip olduklarına inanırlarsa kararlı bir yapıya sahip olarak gerekli olan davranışları sergileyebilirler⁶.

Ergenlik döneminde bireylere yüklenen görevleri yerine getirebilmeleri oldukça önem taşımaktadır. Ayrıca bu görevlerde başarılı olacaklarına dair kendilerine olan inançları da onların öz yeterlik düzeylerini belirlemektedir. Ergenliğe giren bireyler, kendilerini yetersiz hissedip çevrelerinin beklentilerine karşı daha hassas ve kırılgan bir şekilde davranabilirler ve bu şekilde hazırlıksız yakalandıkları sorunlara karşı nasıl tepki verileceğini öğrenip deneyimleyerek yeterlik duygusunu geliştirebilmektedirler⁷.

¹ Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seongryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol. 56, No.5, p. 597-611.

² Albert Bandura, "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change." *Psychological Review*, 1997, Vol. 84, No. 2, p. 191.

³ Edward Deci, *The Psychology of Self-determination*, Free Press, 1980, p.40-56.

⁴ Morris Rosenberg, "Self-concept From Middle Childhood Through Adolescence.", *Psychological Perspectives on The Self*, 1986, Vol. 3, No. 1, p. 107-136.

⁵ Dale H. Schunk, "Self-efficacy and Academic Motivation." *Educational Psychologist*, 1991, Vol. 26, No.3-4, p.207-231.

⁶ Dale H. Schunk, "Self-efficacy for Reading and Writing: Influence of Modeling, Goal Setting, and Self-evaluation.", *Reading & Writing Quarterly*, 2003, Vo. 19, No. 2, p. 159-172.

⁷ Bandura, a.g.e, p. 191.

Ergenlik dönemi bireyler için gerek meslek seçimi gerekse bu dönemde sosyal kargaşa yaşamaları yüzünden kritik bir dönemdir. Bu nedenle, öz-yeterlik inancı bu dönemde daha da önem taşımaktadır. Araştırmalar aynı zamanda, öz-yeterliliğin akademik başarının önemli bir yordayıcısı olduğunu⁸, öğrenci başarısını tahmin etmede etkili olduğunu göstermektedir⁹.

Bu yüzden ergenlerde öğrenci öz yeterlik düzeyinin araştırılması ve bununla birlikte ergenlerin kontrol hissini öz yeterlik düzeyine ne derecede etkili olduğunu saptamak oldukça önem taşımaktadır. Ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında nasıl bir ilişki olduğu ve ergenlerin kontrol hissi düzeyleri arttıkça öğrenci öz-yeterlik düzeylerine nasıl bir katkı sağladığını saptamak bu araştırmanın temel amaçlarından biridir.

Tez çalışması kapsamında; giriş kısmından sonra araştırmanın problem ve alt problemleri, amacı, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları ve tanımları belirlenmiştir. Birinci bölümde: kontrol hissi, ergenlikte kontrol altında olmanın algısı, birincil ve ikincil kontrol, ve kontrol hissi alanında yapılan araştırmalar incelenmiştir. İkinci bölümde; özyeterlik ve özyeterlik inancı, sosyal bilişsel kuramı, özyeterliğin kaynakları ve özyeterlik ile ilgili yapılan çalışmalar üzerinde durulmuştur.

Üçüncü bölümde; yöntem, araştırmanın modeli, araştırmanın örnekleme, kullanılan veri toplama araçları, kullanılan bilgi toplama formu, kullanılan ölçekler ve özellikleri ve veri analizi yöntemi bu bölümde yer almaktadır. Dördüncü bölümde; araştırmada kullanılan analizler ile elde edilen bulgular detaylı olarak incelenmiştir ve aynı zamanda araştırmanın tartışması, önerileri ve sonuçları da bu bölümde yer almaktadır.

⁸ Lorraine B. Robbins, et al. "Exercise Self-efficacy, Enjoyment, and Feeling States Among Adolescents." *Western Journal of Nursing Research*, 2004, Vol. 26, No.7, p. 699-715.

⁹ Robert E. Wood and Edwin A. Locke, "The Relation of Self-efficacy and Grade Goals to Academic Performance." *Educational and Psychological Measurement*, 1987, Vol. 47, No.4, p.1013-1024.

BİRİNCİ BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

1.1 Araştırmanın Problemi

Ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri birbiriyle ilişkili midir ve ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri cinsiyet, gelir düzeyi, sınıf düzeyi, fiziki görünüm algısı ve akademik başarı algısı gibi değişkenler açısından farklılık sergilemekte midir?

1.2 Araştırmanın Alt Problemleri

- 1) Ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik seviyeleri birbiriyle anlamlı düzeyde ilişkili midir?
- 2) Kız ve erkek ergenler kontrol hissi düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 3) Kız ve erkek ergenler öz-yeterlik düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 4) Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenler kontrol hissi düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 5) Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenler öz-yeterlik düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 6) Gelir düzeyi farklı olan ergenler kontrol hissi düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 7) Gelir düzeyi farklı olan ergenler öz-yeterlik düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 8) Akademik başarı düzeyini farklı algılayan ergenler kontrol hissi düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 9) Akademik başarı düzeyini farklı algılayan ergenler öz-yeterlik düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 10) Ebeveyn tutumlarını farklı algılayan ergenler kontrol hissi düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?
- 11) Ebeveyn tutumlarını farklı algılayan ergenler öz-yeterlik düzeylerine göre anlamlı olarak farklılık sergilemekte midir?

1.3 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkilerin cinsiyet, ebeveyn tutumları, gelir düzeyi, akademik başarı düzeyi ve fiziki görünüm algısı gibi çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmaktadır.

1.4 Araştırmanın Önemi

Bu araştırmada ergenlerde kontrol hissi ve özyeterlik kavramları incelenmiştir. Bilindiği gibi ergenlik dönemi bireyin hayatında önemli rol oynayan dönemlerden biridir. Bu dönemde bireyin benlik, karakter, sosyal kimlik vs. gibi gelişimleri söz konusudur. Bu dönemde meydana gelen gelişimler bireyi hayatı boyunca etkilemektedir. Bundan dolayı ergenlik dönemi bireyin hayatında büyük bir önem taşır. Kontrol hissi ve öz yeterlik kavramları ergenlik döneminde bireyin gelişimi için gerekli olan faktörlerden biridir. Ergenlerin aileleri veya başkaları tarafından kontrol edilmesi aynı zamanda kendilerini kontrol etmeleri, kontrol hissi ve bunun hayatlarında ne gibi etkiler yarattığı günümüzün önemli konulardan birini oluşturur. Diğer taraftan özyeterlik kavramı kontrol hissiyle yakından ilişkili olan kavramlardan biri olup bireyin karakterine, tek kelime ile hayatına büyük etkisi olan kavramlardan biridir.

1.5 Tanımlar

Tez de kullanılan ana kavramların tanımlarını aşağıdaki gibi verebiliriz:

Kontrol Hissi: Kişinin kendi hayatını kontrol etmesi, kendisini yönetmesi, otoriter bir kişilik özelliğine sahip olduğu anlamını taşımaktadır¹⁰.

Özyeterlik: Bireyin, herhangi bir performans göstermeye yönelik gerekli faaliyetleri planlaması, organize etmesi ve bu performansı başarılı bir biçimde yapabileceğine yönelik yargısıdır¹¹.

¹⁰ Paul Jose, and Kirsty Weir, "Adolescent Sense of Control: A Downward Extension of The Shapiro Control Inventory to Pre-and Early Adolescents." *The Journal of Genetic Psychology*, 2013, Vol. 174, No.5 ,p. 494-513.

¹¹ Albert Bandura, *Self-efficacy: The Exercise of Control*, New York, US, W H Freeman, 1997'den Aktaran Aşkar, Petek ve Aysun Umay. "İlköğretim Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Bilgisayarla İlgili Öz-Yeterlik Algısı." *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2001, Cilt. 21, Sayı 21, s.1-8.

İKİNCİ BÖLÜM: KONTROL HİSSİ KAVRAMI

2.1 Ergenlerde Kontrol Hissi:

Ergenlik dönemi bireyin hayatında kısa, ancak zor bir dönemdir. Geçiş dönemi olarak ifade edilmektedir. Birey bu dönemde ilkokuldan ortaokul/liseye bir geçiş dönemi gerçekleştirip aynı zamanda (kısa dönemlik bile olsa) iş hayatına katılabilir. Sonuç olarak birey bu nedenden dolayı stresli bir dönem geçirmektedir. Aynı zamanda yeni sorumluluklar, kişisel tercihler üzerinde kontrol kalıplarını değiştirme ve farklı insanlarla iletişime girme zamanıdır¹².

Bireyin önemli yaşam olaylarını ve sonuçlarını kontrol etme hissi, sosyal psikologlar, bilişsel psikologlar ve klinik psikologlar için merkezi bir ilgi alanıdır. Kendini kontrol altında tutma eğilimi ile ilgili kavramlar¹³, iç kontrol odağının kendilik etkinliği¹⁴, özyeterlilik¹⁵, özdeğer¹⁶, algılanan yetkinlik¹⁷, yetkinlik¹⁸, özgüven¹⁹ ²⁰ ve ustalık kavramlarıdır²¹. Diğer psikolojik yapılar, subjektif kontrol eksikliğine işaret eder. Bunlar; dış denetim odağı, öğrenilmiş çaresizlik, yabancılaşma, kadercilik ve güçsüzlüktür. Yetkin bir kişi olmanın anahtar bileşeni ise, bireyin çevre tarafından istenen etkiler setini üretip üretemeyeceğidir²².

Bireyin yaşamının üzerinde bir kontrol hissi hissetmesi uzunca bir dizi psikolojik ve sağlık açısından faydası olduğu ileri sürülmektedir. Bunun aksi, yaşam üzerindeki kontrol hissi eksikliği, yeme bozuklukları, çocukluk kaygısı ve çocukluk çağı depresyonu gibi çeşitli olumsuz psikolojik sonuçlar ile ilişkilendirilmiştir. Bir bireye kontrol hissini

¹² Fausta Petito, and Robert Cummins, "Quality of Life in Adolescence: The Role of Perceived Control, Parenting Style, and Social Support.", *Behaviour Change*, 2000, Vol. 17, No.3, p.196-207.

¹³ Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seong Ryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol. 56, No. 5, p. 597-611.

¹⁴ Julian Rotter, "Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement.", *Psychological Monographs: General and Applied*, 1996, Vol. 80, No.1, p.1.

¹⁵ Albert Bandura, "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change." *Psychological Review*, 1977, Vol. 84, No. 2, p. 191.

¹⁶ Edward Deci, *The Psychology of Self-determination*, Free Press, 1980.

¹⁷ Susan Harter, "The Perceived Competence Scale for Children." *Child Development*, 1982, Vol. 53, No. 1, p. 87-97.

¹⁸ Jeylan Mortimer, and Jon Lorence, "Work Experience and Occupational Value Socialization: A Longitudinal Study." *American Journal of Sociology*, 1979, Vol. 84, No .6, p. 1361-1385.

¹⁹ Morris Rosenberg, "Self-concept From Middle Childhood Through Adolescence.", *Psychological Perspectives on The Self*, 1986, Vol. 3, No.1, p. 107-136.

²⁰ Melvin Kohn, and Carmi Schooler, *Work and Personality: An Inquiry Into The Impact of Social Stratification*, Ablex Pub, 1983.

²¹ Leonard Pearlin, "Role Strains and Personal Stress.", *Psychosocial Stress: Trends in Theory and Research*, 1983, No. 3, p. 3-32.

²² Finch vd., a.g.e., p. 597-611.

yararlı olabilmesi için bu kontrolün çok sıkı olması gerekmez. Bunlar aynı zamanda bir yapı olarak denetim mantığı²³, kontrol odağı²⁴ öğrenilmiş çaresizlik²⁵, öğrenilen çaresizlik için yeniden formüle edilmiş teori ve öz-yeterlik²⁶ gibi çeşitli şekillerde kavramsallaştırılmıştır²⁷.

Kişinin kendi hayatını kontrol etmesi, kendisini yönetmesi, otoriter bir kişilik özelliğine sahip olduğu anlamını taşımaktadır. İnsanlar kendi hayatları üzerinde algılanan kontrol derecesinde değişiklik göstermektedirler. Bazı kişiler, akıllarına taktıkları herşeyi yapabileceklerini düşünürler. Kendi başarıları ve başarısızlıkları için kendilerini sorumlu tutarlar ve talihsizliği kişisel hataların sonucu olarak görürler. Kendi yaşamlarını idare edebilecek, kontrol edebilecek ve şekillendirebileceklerine ve durumlarının sonuçlarını kendi seçimleri ve eylemlerine bağlı olduğunu düşünürler. Başkaları ise, gerçekleşen iyi şeylerin çoğunlukla arzuladıkları ancak tasarlamadıkları şansla, şanslı sonuçlardan kaynaklandığını düşünürler²⁸.

Kişisel problemlerin çoğunlukla hayatlarında verdikleri aralar (kötü molalar) sonucu olduğunu düşünürler ve gerçekleşen kötü şeyleri düzenlemeye veya bunlardan kaçınma konusunda kendilerini çok az yetenekli hissederler. Bu kişiler istenilen amaçlara ulaşmak için kendilerinin güçsüz olduklarını düşünürler, çünkü bu durumların ortaya çıkış nedeninin kendileri dışındaki güçler tarafından belirlendiğine inanırlar. Kısacası, kişisel kontrol kavramının anlamı, bireyin bazı duygularının hangi derecede olduğuna bağlıdır. Bunlar bireyin ne kadar kaderci, çaresiz ve güçsüz olduğuna, diğer taraftan ise sağlam bir ustalık ve öz-yeterlik duygusunun derecesine göre değişir²⁹.

Kontrol yapısının odağı, insanların kendi hayatlarının kontrolü altında olduklarına inandıkları derecede değiştiği fikrine dayanmaktadır. Bir yandan, yaşamlarındaki yörüngelerinin çaba ve beceri gibi kontrol edilebilir faktörlere bağlı olduğuna inanan insanlar, iç kontrol odağı oluşturur. Öte yandan, eylemlerinin

²³ Paul Jose, and Kirsty Weir, "Adolescent Sense of Control: A Downward Extension of The Shapiro Control Inventory to Pre-and Early Adolescents." *The Journal of Genetic Psychology*, 2013, Vol. 174, No. 5, p. 494-513.

²⁴ Julian Rotter, "Internal Versus External Control of Reinforcement: A Case History of a Variable." *American Psychologist*, 1990, Vol. 45, No. 4, p. 489.

²⁵ Martin Seligman, *Helplessness: On Depression, Development, and Death*, WH Freeman/Times Books/Henry Holt & Co, xv, 1975, p. 182.

²⁶ Albert Bandura, "Human Agency in Social Cognitive Theory." *American Psychologist*, 1989, Vol. 44, No. 9, p. 1175.

²⁷ Jose and Weir, a.g.e., p. 494-513.

²⁸ Catherine Ross, and John Mirowsky, "Age and The Gender Gap in The Sense of Personal Control." *Social Psychology Quarterly*, 2002, Vol. 65, No. 2, p. 125-145.

²⁹ Ross and Mirowsky, a.g.e., p. 125-145.

sonucunun kader veya şans gibi kontrol edilemeyen faktörlere bağlı olduğuna inanan insanlar, harici kontrol odağına sahiptirler³⁰

Günümüzde araştırmacılar, kişisel kontrol yapısının aslında çok boyutlu olduğunu belirtmektedirler. Yani, algılanan kontrol, en iyi farklı yönlerinin birleşimi olarak tanımlanmaktadır. Örneğin, Thompson algılanan kontrolün atıf tarzından ve özyeterlilikten oluştuğunu iddia etmektedir (örn, denetim yeri). Aynı zamanda kontrol hissi, kontrol odağı, özyeterlilik, öğrenilmiş çaresizlik ve bireyin kontrol isteği kombinasyonu olarak kavramsallaştırılmıştır³¹.

Bandura'ya göre, bireyin kişisel etkililik duygusu, o bireyin stresli durumlarda baş etme davranışını veya mücadele etme davranışını başlatacaktır. Kişisel etkililik aynı zamanda başa çıkma davranışı başarısız olduğunda, bireyin bir soruna uygulanan çaba ve ısrarını etkilemektedir. Bu, kontrol yönelimlerinin mesleki başarının öncülerinden oluştuğunu ve yetişkin işçilerin birkaç çalışmasının bu hipotezi desteklediğini ortaya koymaktadır. Ancak, mesleki başarıların ve başarısızlıkların (mesleki prestij ve gelir, yükselme ve indirgemeyle ve işsizlikle ölçülen) yetişkinlerin iç kontrol ve yeteneğini etkilediğini gösteren kanıtlar da bulunmaktadır³².

Pearlin ve ark. (1981) yaptığı bir çalışmada ekonomik gerginliğin Chicago menşeli bir kadının panelinde dört yıllık bir süre boyunca ustalık düzeyinde düşüşe neden olduğu bulmuştur. Diğer araştırmalar, iş deneyiminin içsel boyutlarının (özellikle kendine yöneltilen eylem için fırsatlar sunan karmaşık çalışmaların) kontrol hissi geliştirilmesinin önemini ortaya koymaktadır³³.

Yapılan çalışmalarda davranışsal ve psikolojik kontrol arasında bir ayrım olduğu ve bunun nasıl ve neden ergenlik davranışlarıyla ve ayarlarıyla bağlantılı hale geldikleri açıklığa kavuşturulmuştur. Ortaya konulan bu iddalar psikoloji alanında tartışmalara sebep olmuştur. Bu tartışmaların özü şöyledir: Davranış düzenlemesinin, terimlerin ima ettiği gibi, davranışların düzenlenmesi, denetimi ve yönetimi ile ilgili olduğu ifade edilmiştir. Gözetim, etkili davranışsal düzenlemenin, özellikle orta-çocukluk ve ergenlik yıllarında temel bir bileşen olduğu ve genellikle ebeveynlerin çocuklarının nerede

³⁰ Boris Nikolaev, and Daniel Bennett, "Give Me Liberty and Give Me Control: Economic Freedom, Control Perceptions and The Paradox of Choice." *European Journal of Political Economy*, 2016, No. 45, p.39-52.

³¹ Jose and Weir, a.g.e., p. 494-513.

³² Albert Bandura, and Richard Walters, *Social Learning Theory*, General Learning Press,1977, p.2-15.

³³ Pearlin, L. I., Lieberman, M. A., Menaghan, E. G., & Mullan, J. T. "The stress process". *Journal of Health and Social Behavior*, 1981, No. 22, p.337-356'den aktaran Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seong Ryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol. 56, No. 5, p. 597-611.

olduğu, aktivitelerinin ne olduğu ve arkadaşlarının gözetimi ve denetimi gibi açılardan tanımlanmaktadır³⁴.

İzleme ve davranış düzenlemesinin aksine, psikolojik kontrol, çocuğu duygusal olarak ebeveyne bağımlı tutarak çocukların bağımsızlık ve kendi kendine yetişmelerinin gelişmesini engelleyen veya bunlara müdahale eden kontrol girişimleri anlamına gelmektedir. Erken ergenlik, özerklik için çabalamış bir dönemdir ve normal gelişim, ebeveynlerle bağlantıyı devam ettirirken ergene, bağımsız bir kimlik duygusu ortaya koymak için yeterli "alan" kazanmasını gerektirir. Psikolojik olarak kontrol edici olan davranışların yaygın kullanımının (örneğin, suçluluk indüksiyonu, sevginin geri çekilmesi), psikolojik özerkliğin ortaya çıkmasına engel olduğu düşünülmektedir³⁵.

Kontrol odağı terimi literatürde büyük tartışmalara ve eleştirilere neden olmuştur. Bu konu hakkında en temel eleştiri şöyledir: Öncelikle, insanların eylem sonuçlarının ihtimalleri üzerine nedensel inançların ötesinde kontrolün, karmaşık ve sofistike anlamları olduğu savunulmaktadır. Örneğin, bir bireyin kontrolle ilgili inançları hem denetim deneyimleri hem de nesnel kontrol koşullarından ayırddedilebilir. Her nasılsa, bu ayrımlar klinik açıdan önemlidir. Örneğin "bunu yapabilirim", "bunu gerçekleştireceğim", gerçek kontrol koşullarının doğru olarak tanınması arasındaki farkı temsil eder³⁶.

İkincisi, kontrol odağı; kontrol ajanları (kontrol yürüten bireyler veya gruplar), kontrol araçları (kontrolün uygulandığı yollar) ve kontrolü sona erdiren (istenilen ve istenmeyen sonuçlar) kontroller arasında ayırım yapmakta başarısızdır³⁷.

Üçüncüsü, kontrol inançlarının uygulanmasının, duruma özel (ör., ilişkilerdeki kontrol, iş rolleri) genel düzene kadar bir süreklilik içerisinde ele alınması gerektiği savunulmaktadır. Örneğin, kontrol ilişkilerinde veya işte önemli olmakla birlikte, aynı kontrol stilleri veya tercihleri yaşamın tüm alanlarına yayılmayabilir. Son olarak, sağlık psikolojisi paradigmalarına ek bir eleştiri getirilmiştir. Bunlar genellikle "daha fazla" kontrolün "daha iyi" olduğunu ve "daha fazla" daima daha fazla içselliği ima ettiğini varsaymaya devam etmektedir. Bu önyargının egemen olduğu toplumsal grupların,

³⁴ Gregory Pettit, Robert Laird, Kenneth Dodge, John Bates, Michael Criss, "Antecedents and Behavior-Problem Outcomes of Parental Monitoring and Psychological Control in Early Adolescence.", *Child Development*, 2001, Vol. 72, No.2, p. 583-598.

³⁵ Gregory Pettit, a.g.e, p. 583-598.

³⁶ Lois Surgenor, Jacqueline Horn, Stephen Hudson, Helen Lunt, and Joss Tennent", Metabolic Control and Psychological Sense of Control in Women With Diabetes Mellitus: Alternative Considerations of the Relationship." *Journal of Psychosomatic Research*, 2000, Vol. 49, No.4, p. 267-273.

³⁷ Surgenor vd., a.g.e, p. 267-273.

özellikle Kuzey Amerika'nın sahip olduğu toplumsal ve kültürel ideallerden kaynaklandığı öne sürülmektedir³⁸.

Kişisel kontrol kavramı bilimsel açıdan çok önemli roller taşımaktadır. Kişisel kontrol kavramı, kişinin atfedilen ve elde edilen statülerinin gerçek kısıtlamalarını ve fırsatlarını yansıtmaktadır. Bu kavram gruplar arasında toplu olarak görüntülendiğinde, yapılandırılmış eşitsizlik izi verir. Kısacası, kontrol algısı gerçekçi olarak bireyin objektif statüsüyle uyum sağlamaktadır. Kontrol hissi eğitim, gelir, istihdam, mesleki statü, iş özerkliği, iş yerine getirme ve köken statüsüyle birlikte artmaktadır³⁹.

2.1.2 Ergenlikte Kontrol Altında Olmanın Algısı:

Ergenlik, kendini kontrol altında tutma ve ebeveyn ve diğer yetişkinlerin gözetiminde özgürlüğün yaygınlaştığı bir dönem olarak kabul edilmektedir. Araştırmacılar tarafından, ergenlerin bilişsel beklentilerinin ve kontrol yönelimlerinin mevcut olması, gelecekteki başarıları için önemli bir rol oynadığı ifade edilmiştir. Coleman ve arkadaşlarının eğitim fırsatları üzerine yaptıkları çalışmada, kişinin yaşamı üzerindeki kontrol hissini, akademik başarı ile anlamlı derecede ilişkili olduğunu ortaya koymuştur⁴⁰.

Mainquist ve Eichorn'na göre, bireylerin ergenlik çağında kurduğu hayaller veya ümitler, yetişkinlik dönemine pek fazla etki etmemektedir⁴¹. Bu görüşü destekleyen diğer bir çalışma ise, ergenlik çağında planlama, sorumluluk ve geleceğe yönelik bir yönlendirme yeteneğinin, genç erkeklerin mesleki başarısının 25 yaşında başlamasına neden olduğunu ileri sürmektedir⁴².

Ergenler, önemli kararlar üzerinde etkilerinin olmadığını düşünürse, bunun sonucunda kişisel kontrol kavramının etkisi zayıflayacaktır. Kendilik, dünya ve geleceğe

³⁸ Surgenor vd., a.g.e., p. 267-273.

³⁹ Catherine Ross, and John Mirowsky, "Age and The Gender Gap in The Sense of Personal Control." *Social Psychology Quarterly*, 2002, Vol. 65, No.2, p. 125-145.

⁴⁰ Coleman, James vd., *Equality of Educational Opportunity*. Washington, D.C.: Government Printing Office, 1966'dan aktaran Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seong Ryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol. 56, No. 5, p. 597-611.

⁴¹ Mainquist S, Eichorn D. "Competence in Work Settings". Eds. Stern D. and Eichorn D. *Adolescence and Work: Influences of Social Structure, Labor Markets, and Culture*. Lawrence Erlbaum; Hillsdale, NJ: 1989. pp. 327-367'den aktaran Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seong Ryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol.56, No.5, p. 597-611.

⁴² Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seong Ryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol.56, NO. 5, p. 597-611.

ilişkin olumsuz görüşler (ör. Bilişsel üçlü) ve çaresizlik duyguları göz önüne alındığında, düşük algılanan kontrol seviyeleri sergileyen bireylerin, depresif belirtiler yaşamaları ve riskli davranışlarla meşgul olma olasılığı daha yüksek olduğu söylenebilir. Gençlik örnekleri arasındaki geçmişte yapılan kesitsel araştırmalarda, daha düşük algılanan kontrol düzeylerinin daha yüksek seviyelerde depresif belirtilerle ilişkili olduğu anlaşılmıştır. Daha spesifik olarak, Weisz ve Southam-Gerow vd. (2001) yaptıkları çalışmada düşük algılanan kontrol düzeylerinin prospektif açıdan daha fazla depresif belirtilere neden olduğu bulunmuştur⁴³.

Öte yandan, Muris, Schouten, Meesters ve Gijbers (2003) algılanan kontrolün daha düşük seviyelerinin kesitsel olarak yüksek depresif semptom seviyeleri ile ilişkili olduğunu tespit ettiyse de, algılanan kontrolün daha düşük seviyelerinin dördünde de depresyon semptomlarının daha yüksek seviyelerininin olmadığı öngörülmüştür. Daha araştırmacı bir yapıya sahip olan ve daha aktif olan ergenlerin bu konu hakkında daha olumlu sonuçlar elde ettikleri gözlemlenmiştir⁴⁴.

Benzer şekilde, Oakland Büyüme ve Berkeley Rehberlik Araştırmalarından elde edilen verilerden yapılan analizler, ergenlik çağındaki "planlı yetkinlik" in orta yaştaki erkek mesleki durumunu öngördüğü ortaya konulmuştur. Ergenlik çağında hırslı, yaratıcı, güvenilir erkeklerin yetişkinlik çağında başarılı bireyler olduğu görülmüştür⁴⁵.

Aynı zamanda, O'Brien ve Feather'ın (1990) yaptıkları araştırmada okulda kontrol ve özyeterlilik seviyeleri yüksek olan bireylerin iki yıl sonra yüksek kalitedeki işlere sahip oldukları belirtilmiştir. Özyeterlilik skorları düşük olan bireylerin işsiz kaldıkları belirtilmiştir⁴⁶.

⁴³ Weisz, J. R., Southam-Gerow, M. A., and McCarty, C. A."Control-Related Beliefs and Depressive Symptoms in Clinic-Referred Children and Adolescents: Developmental Differences and Model Specificity". *Journal of Abnormal Psychology*, 2001, No. 110, 97-109. doi:10.1037/0021-843X.110.1.97i, 'den aktaran Auerbach, Randy, Beatrice Tsai, and John Abela, "Temporal Relationships Among Depressive Symptoms, Risky Behavior Engagement, Perceived Control, and Gender in a Sample of Adolescents.", *Journal of Research on Adolescence*, 2010, Vol. 20, No.3, p. 726-747.

⁴⁴ Muris, P., Schouten, E., Meesters, C., & Gijbers, H. "Contingency-competence Control Related Beliefs and Symptoms of Anxiety and Depression in a Young Adolescent Sample". *Child Psychiatry & Human Development*, 2003, No.33, p.325-339'den aktaran Auerbach, Randy, Beatrice Tsai, and John Abela, "Temporal Relationships Among Depressive Symptoms, Risky Behavior Engagement, Perceived Control, and Gender in a Sample of Adolescents.", *Journal of Research on Adolescence*, 2010, Vol.20, No.3, p. 726-747.

⁴⁵ Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seong Ryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol. 56, No. 5, p. 597-611.

⁴⁶ Gordon E. O'Brien and N.T. Feather, "The Relative Effects of Unemployment and Quality of Employment on The Affect, Work Values and Personal Control of Adolescents", *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 1990, Vol. 63, No. 2, June, p. 151-165'den aktaran Michael Finch, Michael Shanahan, Jeylan Mortimer, Seong Ryeol Ryu, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", *American Sociological Review*, 1991, Vol. 56, No. 5, p. 597-611.

Literatürden kontrol algılamalarıyla ilgili önemli ders, sosyo-ekonomik arka plan ve istihbarat kontrolünden sonra bile dahili kontrol odağına sahip kişilerin yaşamın birden çok alanında daha başarılı olduğu anlaşılmaktadır. Örneğin, hayatları üzerinde daha fazla kontrole sahip olduklarına inanan insanların, olumsuzluklar karşısında, başarıya ilişkin davranışları takip etmek, ahlaki açıdan ilgili eylemde bulunmak ve grup baskısına daha az duyarlı olma olasılıkları daha yüksektir. Yapılan araştırmaların sonucunda elde edilen bulgularda, hayatlarında kontrolün daha yüksek düzeyde olan kişilerin, hayatlarından daha memnun oldukları ortaya çıkmaktadır⁴⁷.

2.1.3 Birincil ve İkincil Kontrol:

Rothbaum, Weisz ve Snyder (1982) yaptıkları araştırmaların sonucunda birincil ve ikincil kontrol modelini geliştirmişlerdir. Bireyi kişisel gereksinimlerine, arzularına ve gelişim potansiyellerine uyacak şekilde değiştirmek ya da şekillendirmek için harici çevreye doğru yöneltilen davranış yönelimli bir süreçtir. Bu tür birincil kontrollerin kaybedilmesinin, bireyin refahı için olumsuz sonuçlar doğurması beklenirken, bu tür bir kaybın ikincil kontrol stratejileri tarafından telafi edilebileceği belirtilmektedir. Bunlar, mevcut gerçekleri kabul ederek veya bunlara uyum sağlayarak bireyin kendisini dünyayla buluşturmayı içermektedir⁴⁸.

Diğer taraftan, ikincil kontrol, kişinin gelişimini yavaşlatan aynı zamanda bilişsel olgunluk ile daha sınırlı olmasını içermektedir. Bu varsayım, 7 ila 17 yaş arasındaki kontrol seviyelerini araştıran Band (1990) ve 5 ila 12 yaş arası seviyeleri araştıran Altshuler ve Ruble (1989) tarafından desteklenmektedir. Yapılan birçok çalışma birincil kontrolün tüm yaş grupları tarafından tutarlı bir şekilde kullanıldığını, ikincil kontrol stratejilerinin yaşla birlikte arttığı tespit etmektedir⁴⁹.

⁴⁷ Boris Nikolaev, and Daniel Bennett, "Give me Liberty and Give Me Control: Economic Freedom, Control Perceptions and The Paradox of Choice." *European Journal of Political Economy*, 2016, No. 45, p.39-52.

⁴⁸ Fausta Petito, and Robert Cummins, "Quality of Life in Adolescence: The Role of Perceived Control, Parenting Style, and Social Support.", *Behaviour Change*, 2000, Vol. 17, No. 3, p.196-207.

⁴⁹ Petito and Cummins, a.g.e, p.196-207.

2.1.4 Kontrol Hissi Alanında Yapılan Araştırmalar:

Bireylerin kontrol odağı üzerinde etkili olan kişilik özelliklerinin sıklıkla genetik olarak tespit edildiği düşünülürken, Maier ve Seligman'ın (1976) öğrenilmiş çaresizlik üzerine yaptığı çok sayıda deneysel çalışma, bireylerin yaşadığı ve dolayısıyla öğrenebildiği ortamda bu kişilik özelliklerinin etkilenebileceği düşünülmektedir. Örneğin önceki çalışmalarda, bu tür özelliklerin gelişimi, aile yetiştirme, sosyo-ekonomik geçmiş, kültürel istikrar ve ödüllere yol açan çaba deneyimleri gibi faktörlere bağlı olduğu belirtilmiştir. Bunun sonucunda kontrol algılamalarının makroekonomik ve kurumsal belirleyicileri hakkında çok daha az şey anlaşıldığı ortaya koyulmaktadır. Ekonomik bakımdan daha özgür ülkelerde, eylemlerinin önemli olduğuna inanan bireylerin üretme ihtimali daha mı yüksek? Ayrıca ekonomik açıdan daha gelişmiş toplumlarda yaşayan insanların, hayatları üzerinde daha yüksek kontrol seviyeleri algılama olasılıkları, daha mı yüksektir? Bu soruların cevapları, politika analizi için önemlidir ve sağlık, zenginlik ve mutluluk için çok kapsamlı sonuçlar doğurmaktadır⁵⁰.

O'Connor ve Shimizu (2002) tarafından yapılan bir araştırmada, kontrol inançlarındaki farklılıkların baş etme davranışlarını belirlemede önemli bir rol oynadığı tespit edilmiştir. Bu araştırma Leeds Üniversitesi'nden 82 öğrenci ve Obihiro Chikusan Üniversitesi'nden 84 Japon öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Bu katılımcıların tümünün yaş ortalaması 21.79'dur. Aynı zamanda bu araştırma Britanya'da da yapılmıştır. Britanya örneğinde ise katılımcıların yaş aralığı 18-33 dür. Japonya örneğinde ise katılımcıların yaş aralığı 18-27dir. Britanya örneğini 36 erkek ve 44 kadın, Japonya örneğini ise 36 erkek ve 48 kadın oluşturmaktadır⁵¹.

Etnik köken açısından, Japon öğrencilerin kişisel muamele duygusu İngiliz katılımcılarla kıyaslandığında önemli ölçüde az olduğu görülmüştür. İlk olarak sorun odaklı başa çıkma için, etnisite, cinsiyet veya etnisite için toplumsal cinsiyet etkileşimi açısından önemli bir ana etken bulunmamıştır. Bu analiz, İngiliz ve Japon örnekleri arasında önemli farklılıklar ortaya koymuştur. Kontrolün dışında bu örnekte, kaçak kaçınma ve pozitif yeniden değerlendirme stratejileri arasında önemli farklılıklar tespit edilmiştir⁵².

⁵⁰ Nikolaev and Bennett, a.g.e., p.39-52.

⁵¹ Daryl O'Connor and Mikiko Shimizu, "Sense of Personal Control, Stress and Coping Style: A Cross-Cultural Study.", *Stress and Health*, 2002, Vol.18, No.4, p. 173-183.

⁵² O'Connor and Shimizu, a.g.e, p. 173-183.

Petito ve Cummins (2000) tarafından yapılan diğere bir çalışmada ergenlerin öznel yaşam kalitesi araştırılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda ergenler arasında düşük memnuniyetsizlik seviyesi bulunmuştur. Aynı zamanda, ergenlerin ikincil kontrol düzeylerinde herhangi bir telafi edici artış olmadan daha düşük birincil kontrol düzeylerine sahip oldukları bulgusu dikkat ekmektedir⁵³.

Yapılan başka bir araştırmada ise, akademik başarının benlik saygısını ve kişisel kontrol duygusunu artırdığı, aynı zamanda kontrolün akademik başarıyı etkilediği tespit edilmiştir. Bu araştırmanın sonucunda 8. sınıftaki öğrencilerin akademik başarısının iç denetim odağıyla ilişkili olduğu ve bunun 12. sınıftaki akademik başarıyı etkilediği ifade edilmektedir. Bu etkinin, kontrol hissi üzerindeki etkisi kadar geniş olmasa da, erken akademik başarıda benlik saygısına katkıda bulunduğu söylenbilir. Ayrıca, benlik saygısı, öğrencilerin notlarını ve test puanlarını çok da önemli lde iyileştirmedeği belirtilmektedir. Bu araştırmanın sonucunda elde edilen bulgularda kişisel kontrol hissini benlik hissi duyguları ile pozitif yönde ilişkili olduğu ifade edilmiřtir⁵⁴.

Surgenor ve arkadaşları (2003) tarafından Yeni Zelanda Christchurch'deki Diyabet Merkezinde yapılan araştırmada kadınlarda geniş bir şekilde psikolojik kontrol incelenmiştir. Bu çalışmanın amacı, 51 kadında anoreksiya nervoza'nın (yeme bozukluğu) psikolojik kontrol anlamı ve klinik değişkenliği arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Katılımcıların üçte biri anoreksiya nervoza'nın ilk başlangıcını 12 ay içinde bildirmiş, üçte birinde daha önce 1-5 yıl arasında bir başlangıç bildirilmişken, geri kalan ilk 6 yıl önce anoreksiya nervoza yaşamıştır. Anoreksiya nervoza bulunan kişilerde genel kontrol hissi; azalmış olumlu kontrol hissi, artan negatif kontrol hissi, genel alan kontrolü azalmış ve olumlu bir mod aracılığıyla azaltılmış kontrol ile negatif modu incelenmiřtir⁵⁵.

Negatif kontrol modu ile ilk anoreksiya nervoza tanısı, yani 12 aydan daha kısa, 1-5 yıl arası ve 6 yıl veya daha uzun olan kategoriler arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. 6 yıl veya daha önce ilk tanı bildirenlerin, son bir yılda ilk tanı koyanlara göre negatif stratejiler kullandığı belirtilmiřtir⁵⁶.

⁵³ Petito and Cummins, a.g.e., p.196-207.

⁵⁴ Catherine Ross, and Beckett Broh, "The Roles of Self-esteem and The Sense of Personal Control in The Academic Achievement Process.", *Sociology of Education*, 2000, Vol.73, No. 4, p. 270-284.

⁵⁵ Lois Surgenor, Jacqueline Horn, and Stephen Hudson. "Empirical Scrutiny of a Familiar Narrative: Sense of Control in Anorexia Nervosa.", *European Eating Disorders Review*, 2003, Vol.11, No. 4, p.291-305.

⁵⁶ Surgenor et. al., a.g.e, p.291-305.

Wen ve arkadaşları tarafından yapılan bir deneysel çalışmada, katılımcılar belirli bir hedef olmadan (kontrol durumu) sol ve sağ tuşlara basarak hareketli bir noktanın yönünü kontrol etmeleri istenilmiş. Katılımcılar bu hareketli noktayı olabildiğince sık bir hedefe yönlendirmeleri (güçlü hedef koşulu), veya hareketli noktayı ekranın merkezi alanına (zayıf hedef koşulu) mümkün olduğunca uzun tutmaları istenilmiş. Bu araştırmanın sonucunda, güçlü hedefin kontrol hissini bozduğunu; zayıf hedefe de bir etki yaratmadığı belirtilmiştir. Hedefe dayalı beklentinin kontrol hissini etkilediği, ancak hedefe yönelik aksiyon seçimi yapılmadığı sonucuna varılmıştır. Bu araştırmanın sonucunda kontrol anlamında yer alan prediktif ve atılgan süreçlerin bütünleştirilmesine umut verici bir yaklaşım sunulan, kontrol hissi modifiye edilmiş bir karşılaştırmacı modeli önerilmiştir⁵⁷.

Başka bir çalışmada, ergenlerin yaşam deneyimleri, kontrol odağı ve okul tatmin raporları arasındaki ilişkilerin modelleri incelenmiştir. Bu araştırmanın demografik değişkenleri okul tatmini ile ilgili değildir. Bunlar çevresel deneyimler (akut major olaylar ve hem pozitif hem de negatif kronik yaşantılar) ile alakalıdır. Bu çalışmada çevresel deneyimler akut major olaylar, hem pozitif hem de negatif kronik yaşantılar ergenlerin okul tatmini ile orta düzeyde ilişkili olduğu belirtilmiştir. Her ne kadar ergenlerin kontrol yönelimi odağı okul memnuniyetini orta düzeyde tutmuyor olsa da, olumsuz yaşam deneyimleri ile okul tatmini arasındaki ilişkiye aracılık etmiştir. Ergenlerin okul memnuniyetine, çevresel stresörler ve kaynaklar kadar, kişisel faktörlerin de etki ettiği sonucuna varılmıştır. Bu araştırmanın sonunda ergenlerin okula yönelik olumlu tutumlarının yaygınlaştırılması, muhtemelen, kişisel risk ve koruyucu faktörlere ek olarak çeşitli okul ve okul dışı bağlamsal faktörlere (ör. Aile kaynaklı ve diğer stresörler) dikkat edilmesi önerilmiştir⁵⁸.

Rosenthal ve Wilson tarafından yapılan ampirik bir çalışmada, 947 farklı ergen arasında toplumsal şiddete maruz kalma ile psikolojik sıkıntı arasındaki ilişkide iki faktörün (duygusal sosyal destek, kişisel kontrol anlamında) korunmanın üç mekanizması (önleyici, telafi edici, tamponlayıcı) araştırılmıştır. Bulgular, sosyal desteğin ve kişisel kontrol anlayışının koruma sağladığını göstermektedir. Ancak,

⁵⁷ Wen Wen, Atsushi Yamashita and Hajime Asama, "The Influence of Goals on Sense of Control.", *Consciousness and Cognition*, 2015, No.37, p. 83-90.

⁵⁸ Scott Huebner, Chris Ash and James Laughlin, "Life Experiences, Locus of Control, and School Satisfaction in Adolescence.", *Social Indicators Research*, 2001, Vol. 55, No. 2, p. 167-183.

birincil mekanizmanın telafi edici olduğu ve kontrol önleyici işlevini gördüğü ifade edilmiştir⁵⁹.

2.2 Öz-Yeterlik Kavramı ve Öz-Yeterlik İnancı

Sosyal öğrenme kuramının temel bir kavramı olan öz yeterlilik inancı Albert Bandura tarafından ilk defa 1977 yılında ortaya atılmıştır. Bu kurama göre bireyin sahip olduğu yetenekleri, becerileri kullanabilmesi için herşeyden önce öz güvene sahip olması gerekir⁶⁰. Bireylerin karşılaştıkları farklı durumlar ile başatma becerilerine dair kendilerine olan kişisel inançlarıdır. Kişinin karşılaşmış olduğu güçlüklerde uygun performans gösterip harekete geçmesidir. Bir işi ne kadar mükemmel yada iyi yaptığıyla ilgili kendi farkındalığıdır⁶¹. Öz-yeterlilik, kişinin kendi kapasitesinin farkında olması istediği hedefe ulaşma konusunda yeteneklerine güvenmesidir. Kısaca kişinin kendi kapasitesiyle yaptığı eylemlerin örtüşmesidir. Kendi var olan kapasitesinin üstüne çıkma çabasıdır⁶².

Öz-yeterlik, kişide var becerilerden daha çok bu becerilerinden daha fazlasını yapabileceğine dair kendine olan inancıdır⁶³. Öz-yeterlilik, kişilerin başkalarının deneyimlerinden, kendi bireysel tecrübelerinden, pozitif geri bildirimler başatma isteğini güdüler. Kişideki öz-yeterlilik duygusu şu hususlar tarafından desteklenir; daha önceki yaşamışlıklar, başkalarının deneyimleri, pozitif geri dönüşlerdir⁶⁴. Öz-yeterliliğin odaklandığı konuları da şöyle sıralayabiliriz; karşılaşılan zorluklarla başatma, bireylerin var olan kapasitelerini artırma, faaliyet tercihi, bir amacı gerçekleştirmek için gereken çaba⁶⁵.

Bireyin harekete geçebilmesi, söz konusu durum ya da iş için yeterli olmasına bağlıdır. Kişinin, bunun için kendi özelliklerinin, yeteneklerinin, deneyimlerinin ve bilgi

⁵⁹ Rosenthal Beth Spenciner and Cody Wilson, "Community Violence and Psychological Distress: The Protective Effects of Emotional Social Support and Sense of Personal Control Among Older Adolescents.", *Adolescence*, 2008, Vol. 43, No. 172, p. 693.

⁶⁰ Frank Pajares, "Self-efficacy Beliefs in Academic Contexts: An Outline." Emory University, <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/efftalk.html>. (Erişim Tarihi: 03.01. 2017.)

⁶¹ Hande Derbedek, İlköğretim Okul Müdürlerinin Öğretimsel Liderlik Özelliklerinin Öğretmenlerin Öz Yeterlikleri Üzerindeki Etkileri (Bursa İli Örneği), Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) s.8-53.

⁶² Bahar Varol, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Öz Yeterlilikleri (Niğde Üniversitesi Örneği) Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) s.7-30.

⁶³ Buket Akkoyunlu, Feza Orhan ve Aysun Umay, Bilgisayar Öğretmenleri için "Bilgisayar Öğretmenliği Öz-Yeterlik Ölçeği" Geliştirme Çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2005, Sayı 29, s.1-8.

⁶⁴ Fatma Yıldırım ve İnci Özgür İlhan, "Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması". *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2010, Cilt 21, Sayı 4, s. 301-308.

⁶⁵ Petek Aşkar ve Aysun Umay, "İlköğretim Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Bilgisayarla İlgili Öz-Yeterlilik Algısı", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2001, Sayı 2, s.1-8.

düzeyinin farkında olması gerekir. Bu saydığımız hususların farkında olarak, bir görevi yerine getirebilmesi, kendi yeteneklerine olan inancını ifade eder. Buradan hareketle öz-yeterlilik, kişinin kendisi ile ilgili yeteneklerinin ve yeterliklerinin farkında olması, bireysel yeterliğine olan inancını ifade eder. Öz-yeterlik inancı bireyin hedeflediği işi başarma güdüsü, üretme kapasitesi hakkında kendi kişisel algısı, kendisi ile ilgili değerlendirmesidir⁶⁶.

Bandura'ya göre, bireylerin davranışlarını aynı şekilde, değiştirmeden, devam ettirmelerinin temel sebebi, değişim konusundaki isteksizlikleri, kesin olmayan tutumları ve yeterli efor harcamamalarıdır. Bu konu ile ilgili iki temel kavram üzerinde durmaktadır. İlki sonuç beklentileri, ikincisi ikna beklentileridir. İlk kavram, bireyin eylemlerinin belirli bir neticeye ulaşmada ne ölçüde başarılı olacağı ile ilgili beklentileri ifade ederken, ikincisi, yani İkna beklentisi, bireyin hedef olarak tespit ettiği bir neticeye ulaşmada ne ölçüde başarılı olacağına ilişkin inancını ifade eder⁶⁷. İkisi arasındaki fark, sonuç beklentisinin kişinin bir işin olacağına inanmasını açıklarken, ikna beklentisinin kişinin hedefini gerçekleştirebileceğine inanmasını tanımlamasıdır. Sonuç beklentisi kişinin davranışını daha iyi kestirebilir. Gerçekten problemlerin üstesinden gelmek, çaba harcamayı gerektirir ve harcanan çabada ısrarcı olmak da, çaba sonucunda bir değişim yapılabileceğine inanmayı gerektirir⁶⁸.

Birey, davranışlarını kendisiyle alakalı oluşturmuş olduğu inançları ile yönlendirmektedir. Buna göre birey kendi kapasitesinin farkında olmasıyla birlikte farklı farklı alanlarda ne kadar yeterli olduğunun kararını kendi verebilir. Bireyin, kendisi için oluşturmuş olduğu ve davranışlarının belirleyicisi durumundaki bu inançlar, "öz-yeterlik inancı" olarak kabul edilmektedir. Sosyal öğrenme kuramının kurucularından olan Bandura'ya göre, öz-yeterlik inancı bireyin davranışlarının şekil almasında rol oynayan ve davranışların oluşmasında etkili olan bir usurdur. Belli bir performansı göstermek için gerekli aktiviteleri üreten kişinin kendine ilişkin yargısıdır⁶⁹. Bandura'nın üzerinde çalıştığı özyeterlik kavramı bir çok araştırma ve yayına konu olmuştur. Bu özyeterlilik

⁶⁶ Emine Kesgin, Okul Öncesi Eğitim Öğretmenlerinin Öz-Yeterlilik Düzeyleri İle Problem Çözme Yaklaşımlarını Kullanma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Denizli İli Örneği), Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,2006 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) s.6-32.

⁶⁷ Albert Bandura, "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change." *Psychological Review*, 1997, Vol. 84, No. 2, p. 191.

⁶⁸ Jerry M. Burger, *Kişilik*, Çev. İnan Deniz Saroğlu, Kaknus Yayinlari, Istanbul, 2004, s.50-55.

⁶⁹ Bandura, a.g.e., p. 191.

algısının bireyin davranışları; tercihler yapma, gayret gösterme, kararlılık, girişkenlik gibi birçok insan davranışı üzerinde etkili olduğunu saptamıştır⁷⁰.

Wood ve Bandura, bireyin özyeterliliğinin, birçok alt yetenekten oluştuğu ve bunların birbiri ile uyumlu bir şekilde hareket ettiği, bu yüzden benzer becerilere sahip bireylerin becerilerini ne oranda olumlu kullandıklarıyla ilgili farklılıkların görüleceğini belirtmektedirler. Kendine inancı olmayan bireylerin, birçok fırsata rağmen kendilerini yetersiz olarak gördüklerini ifade etmektedirler⁷¹. Bandura özyeterliliği bireyin bir işi başarılı şekilde yapma kapasitesi hakkında kendine karşı olan yargısı olarak tanımlamıştır. Kişinin bir işi yapabileceğine ilişkin yeteneği varken, özyeterlilik algısı düşük olması durumunda başaramayacağına inanması durumunda hiç denememesinin mümkün olduğu saptanmıştır. Kavramı ayrıca bireyin bir beceriyi yapabilmeye yeterliliğinden çok bir beceriyi yapabileceğine inanma inancı olarak tanımlamıştır⁷².

Pajares ise özyeterliliğin ilişkili olduğu kavramlar diğer inançlar, akademik seçimler ve başarıdır. Bandura, özyeterlilik inancı ile ilgili olarak iki farklı kavramdan bahsetmektedir; yeterlilik beklentisi ve sonuç beklentisi. Pajares'in anlatımına göre insanların farklı düşünce biçimi ve bunun sonucundaki duygusal etkileri öz-yeterlilik inancından etkilenmektedir. Olumlu öz-yeterlilik inancı kişinin kendisini iyi hissetmesini sağlayacak bu da performansı ve çalışmasını artıracaktır. Olumlu öz-yeterlilik inancı bireylerin ilgi alanlarına giren zor hedeflere ulaşma süreçlerinde devamlılık ve hedefe bağlanmayı daha kolay sağlar. Olumsuz öz-yeterlilik inancı ise bireylerin algılarını negative yönde etkileyerek yapacakları işleri tehdit olarak algılamalarına, kendilerini çaresiz hissetmelerine zorluklar karşısında gereken çabayı gösterememelerine, hemen vazgeçip pes etmelerine sebep olacaktır. Bu da başaramayacaklarına dair inançlarının sonucudur⁷³. Bireyler etraflarında birçok imkan olsa dahi, eğer kendilerine inançları yoksa kendilerini yetersiz hissedecek ve fırsatları kullanamayacaktır⁷⁴. Özyeterlilik algısı düşük olduğu için bireyin yetenekli olduğu halde başarısızlığa uğradığı, bunun aksine

⁷⁰ Dale H. Schunk, " Self-efficacy, Adaptation, and Adjustment", içinde **Self-efficacy and Education and Instruction**, Ed. James E. Maddux, Springer US, 1995, p.281-303.

⁷¹ Albert Bandura, and Robert Wood. "Effect of Perceived Controllability and Performance Standards on Self-Regulation of Complex Decision Making." **Journal of Personality and Social Psychology**, 1989, Vol. 56, No. 5, p. 805.

⁷² Barry J. Zimmerman, "Self-efficacy: An Essential Motive To Learn." **Contemporary Educational Psychology**, 2000, Vol.25, No.1, p. 82-91.

⁷³ Hande Derbedek, İlköğretim Okul Müdürlerinin Öğretimsel Liderlik Özelliklerinin Öğretmenlerin Öz Yeterlilikleri Üzerindeki Etkileri (Bursa İli Örneği), Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) s.8-48.

⁷⁴ Bandura and Wood.a.g.e., p. 805.

yetenekleri sınırlı olduğu halde kendine güveni fazla olan pek çok bireyin olduğu anlaşılmıştır.

Schunk'un anlatımına göre davranışların en temel yordayıcısı yeterlilik inancıdır⁷⁵. Bir birey verilen bir işi gerçekleştirmek için gerekli olan denetim ve yeteneğin kendisinde olduğuna inanırsa o işi yerine getirmek için daha arzulu, kararlı olur ve iş için gerekli olan davranışları yerine getirir⁷⁶. Ayrıca Schunk, yüksek öz-yeterlilik için gerekli bilgi ve yeteneklerle donanmayı gerektirdiği ve bununda başarıyı etkileyen en önemli unsur olduğunu söylemektedir. Bireylerin eğitim ve bilgi seviyesi arttıkça öz-yeterlilik inançları da artacaktır⁷⁷. Bu yüzden Schunk başka çalışmasında da yukarıda ifade ettiği gibi bireylerin bir görevi yerine getirebilmeleri için uygun özelliklerin kendilerinde bulunduğu inanılırsa daha araştırmacı, daha özverili, daha istekli eylemlerde bulunacaklarını daha arzulu ve kararlı olacaklarını bir kez daha vurgular⁷⁸.

Bandura, öz-yeterlilik inancının bireylerin, duyguları, düşünceleri ve eylemleri üzerinde kontrol sağlayan kişisel bir sistem olduğunu da ortaya sürmüştür. Bu sistem bireyin duygu, düşünce ve eylemlerini algılama, düzenleme ve değerlendirme gibi süreçlerden geçerek, bireyin bilişsel süreçlerini etkilemektedir. Bu yüzden, öz-yeterlilik, bireyin kendi ile alakalı farkındalığını ve yeteneklerini nasıl algıladığını ortaya koymaktadır⁷⁹. Öz-yeterlilikle ilgili yapılan diğer biimsel çalışmalarda Bandura'dan farklı tanımlar da görmek mümkündür. Hoy ve Woolfolk⁸⁰, sosyal bilişse kuramının temelini teşkil eden Bandura'nın öz-yeterlilik kavramını kişilerin kendilerinin ve becerilerinin farkında olması, zayıf ve güçlü yönlerinin farkında olarak değişik durumlarla karşılaştığında bireysel çözüm üretebileceğine dair kendine olan inancı ve güveni olarak ifade etmişlerdir. Hoy ve Woolfolk ile Tschannen-Moran yaptıkları bir başka araştırmada ise öz-yeterlilik yeni bir durum karşısında bireyin, başarı seviyesinin ne olacağına ilişkin beklentisi olarak tanımlanmıştır⁸¹.

⁷⁵ Dale H. Schunk, "Self-efficacy and Academic Motivation." *Educational Psychologist*, 1991, Vol. 26, No. 3-4, p.207-231.

⁷⁶ Martin J. Eaton and Myron H. Dembo, "Differences in The Motivational Beliefs of Asian American and Non-Asian Students." *Journal of Educational Psychology*, 1997, Vol. 89, No. 3, p.433.

⁷⁷ Schunk, a.g.e., p. 207-231.

⁷⁸ Dale H. Schunk, " Self-efficacy, Adaptation, and Adjustment", içinde *Self-efficacy and Education and Instruction*, Ed. James E. Maddux, Springer US, 1995, p.281-303.

⁷⁹ Frank Pajares, "Self-efficacy Beliefs in Academic Contexts: An Outline." Emory University, <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/efftalk.html>, (Erişim Tarihi: 03.01. 2017.)

⁸⁰ Wayne K. Hoy and Anita Woolfolk Hoy, "Teachers' Sense of Efficacy and The Organizational Health of Schools." *The Elementary School Journal*, 1993, Vol. 93, No. 4, p.355-372.

⁸¹ Moran Tschannen-Megan and Anita Woolfolk Hoy. "Teacher Efficacy: Capturing an Elusive Construct." *Teaching and Teacher Education*, 2001, Vol. 17, No. 7, p.783-805.

Bandura yüksek öz-yeterliliğe sahip insanların, yaşamlarını etkileyen davranışları kontrol etme yetisine sahip olduğunu söylemiştir⁸². Snyder ve Lopez'e göre ise öz-yeterlik, değişik koşullarla karşılaşan bireyin "nasıl davranırım, ne yapabilirim" gibi sorulara verdiği cevaplarla ilgili hissettiği inanaçlarıdır. Öz-yeterlilik gözlemlenen, dışarıdan algılanan bir yetenek değildir⁸³.

Bireylerin öz-yeterlilik algıları kendilerinde var olan güdülerin düzenlenmesinde etkili olur. Öz-yeterlik kişinin tamamen yeteneklerine bağlanamaz, daha çok bireyin kendini algılaması ile ilintilidir. Ya da daha doğru bir ifade ile, kişinin yetenekleri ile başarabileceklerine ilişkin kararlarının neticesidir. Karşılaşan değişik durumların üstesinden gelme, bir faaliyeti yerine getirme kabiliyeti ve kapasitesi ile ilintili inancı, kararı ve algılayışıdır.⁸⁴

Öz-yeterliği, kişinin yeni bir faaliyete girişme ve o faaliyeti olması gerektiği gibi bitirme açısından kendisine olan inancı ve yargıları olarak da tanımlayabiliriz. Yüksek öz-yeterlik inancı olan kişiler, başladıkları işi tamamlamak için büyük gayret göstermekte, sabırlı ve ısrarlı bir şekilde olumsuzluklara mukavemet etmektedirler⁸⁵. Öz-yeterli, hedef koyma motivasyonunu da etileyerek, yüksek öz-yeterlik, yüksek hedefleri de beraberinde getirir. Başarısızlıktan daha az korkular, kötü sonuçlarda hemen yeni taktiklere kolayca geçilir⁸⁶ Öz-güven bireyin karşılaştığı her durumda kendisine olan inanç derecesidir. Öz-yeterlilik ise sadece belirli alanlarda başarılı olacağına olan öznel inancıdır. Bu yüzden de bireyler yetenekli olduğu alanlarda yüksek öz-yeterlilik gösterirken yetenekli olmadıkları alanlarda zayıf öz-yeterlilik gösterirler. Bundan dolayı öz-yeterlik inancı, öz-güven kavramından farklıdır. Öz-güven beden, zihnin, yüreğin ve sezgilerin sesine kulak verme yeteneğidir. Bir çok insan bir ya da bir çok işte başarılıysa özgüvene sahip olduğunu düşünür⁸⁷. Öz-yeterlik; öz-güven gibi, öz saygı kavramıyla da karıştırılmaktadır. Öz-saygı doğuştan gelen karakteristik bir

⁸² Albert Bandura, "The Explanatory and Predictive Scope of Self-efficacy Theory." *Journal of Social and Clinical Psychology*, 1986, Vo. 4, No. 3, p. 359-373.

⁸³ Charles R. Snyder and Shane J. Lopez. *Oxford Handbook of Positive Psychology*, Oxford University Press, USA, 2009.

⁸⁴ Nuray Senemoğlu, "Çocuk Hakları, Çalışan Çocuklar ve Eğitim Sorunları." *Milli Eğitim Dergisi*, 2001, No. 151, s.25-35.

⁸⁵ Albert Bandura, "Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective." *Annual Review of Psychology*, 2001, Vol. 52, No.1, p.1-26.

⁸⁶ Anita Woolfolk Hoy, *Eğitim Psikolojisi*, Çev. Duygu Özen, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2015, s. 713.

⁸⁷ Frank Pajares, "Self-efficacy Beliefs in Academic Contexts: An Outline." Emory University, <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/efftalk.html>, (Erişim Tarihi: 03.01. 2017.)

özelliğken, öz-yeterlik edinilen, kazanılan bir değeri ifade etmektedir ve öz-saygıdan farklılık göstermektedir⁸⁸.

2.2.1 Sosyal Bilişsel Kuram

Sosyal Bilişsel Kuram, başkalarının hareketlerini ve bu hareketlerin sonuçlarını gözlemlemeyi öğrenmekle ilgilidir ve öğrenme sürecindeki davranış çevre ve birey gibi değişkenlerin etkileşimidir⁸⁹. Eğitim ortamında davranışlar, hedefe yönelme, motivasyon ve öğrenmeyi içerir. Kişisel değişkenler hedefleri, beklenti sonuçlarını, kişisel katkıları, öz değerlendirmede ilerleme, kendini düzeltmede ilerleme ve özyeterliği içerir.

Sosyal bilişsel kuramın kurucusu Albert Bandura'ya göre değişkenler kendi içinde birbirinden bağımsız, ve aynı eşit güç ile etkileşim içinde değillerdir anlamına gelmektedir⁹⁰. Bununla beraber değişkenler birbirini etkileyen ve birbirinden etkilenen sürekli bir etkileşim içindedirler. Örneğin geri bildirim sağlayan bir öğretmen öğrencileri yüksek çaba ve motivasyon göstermeye yönlendirebilir. Bir başka örnekte ise öğretmen, öğrencilere yüksek motivasyon göstermelerine yönlendirmeye adapte eden ve başarılabilir sonuç beklentisi göstermelerini sağlayan kişidir⁹¹.

Öz-yeterlik kavramı, sosyal bilişsel teori ile birlikte ele alınmalıdır⁹². Kendilerine olan yeterlik inançlarıyla, bireyler, hayatlarına yön vermektedirler. Nihayet öz-yeterlikle ilgili şunu da söylemek mümkündür. Öz yeterlilik bireyin yaşam içinde karşılaştığı depresyon, stress, başarısızlık gibi engellere direnme ve dayanıklılık süresini etkileyen önemli bir unsurdur. Bireyin yapmakta olduğu eyleme karşı duyduğu heyecan, stres, korku gibi duygusal hisler gerçekleştirmekte olduğu işin başarılı yada başarısız olacağı konusunda bireye ip ucu verir. Tekrar eden ve başarıyla sonuçlanan öz yeterlilik algısı daha sonra yaşanan başarısız deneyimlerin de etkisini azaltacaktır.⁹³

Sosyal bilişsel kurama göre, bireylerin kendi davranışlarını düzenleme ve kontrol etme süreçlerinde merkezi rol oynayan mekanizmalardan bir tanesi kendi özyeterliklerine dair olan inançlarıdır.

⁸⁸ Moran Tschannen-Megan, Anita Woolfolk Hoy and Wayne K. Hoy, "Teacher Efficacy: Its Meaning and Measure." *Review of Educational Research*, 1998, Vol. 68, No. 2, p.202-248.

⁸⁹ Bandura and Wood.a.g.e., p. 805.

⁹⁰ Bandura, and Wood. a.g.e., p. 805.

⁹¹ Albert Bandura and Richard H. Walters. *Social Learning Theory*, 1977, p.2-46.

⁹²Albert Bandura, "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change." *Psychological Review*, 1977, Vol. 84, No. 2, p. 191.

⁹³ Bandura and Wood. a.g.e, p. 805.

2.2.2 Öz-Yeterliğin Kaynakları

Bandura'dan aktaran Akkoyunlu ve Kubanoğlu'na göre⁹⁴, özyeterlik inancının birbiri ile bağlantılı dört temel kaynağı bulunmaktadır. Bu kaynaklar şu şekilde sıralanabilir; daha önceki yaşamışlıklardan elde edinilen tecrübeler (tamamlanmış deneyimler), başka insanları rol model alma (dolaylı yaşantılar), sözel ikna, fizyolojik ve güdüsel reaksiyonlar.

i.Daha Önceki Tecrübeler

Kişilerin öz-yeterlikle ilgili inançları, dört temel faktör tarafından oluşur. Her faktörün Öz-yeterlilikle ilgili etki derecesi farklıdır. Yaşanan tecrübelerle ilgili algılanan bilginin duyum derecesine göre değişik kategorilerde her kaynak etki etmektedir. Bireyin geçmişte yapmış olduğu başarılı işler gelecekte benzer işlerdeki girişimlerinin de başarılı olacağına göstergesidir. Bu nedenle yapılan işlerdeki başarı aslında bir ödüdür ve gelecekteki işlerinin başarısında önemli bir etkidir. Pozitif deneyimler kişinin olumlu bir öz-yeterlik hissi oluşturmaya neden olur. Kazanılan başarıların sürekli olması öz-yeterlilik inancını pekiştirir. Kişinin kapasitesini zorlamasına ve daha zor işleri başarabileceğini hissetmesine neden olur. Kişiler yaptıkları eylemlerin sonuçlarına göre bir sonraki eyleme karar verdikleri için eğer başarısız bir deneyim yaşamışlarsa öz-yeterlilik algıları düşecek ve aynı davranışı yapmaktan çekinecektir. Başarılı bir sonuç, başarıya duygusunu pekiştirir. Kişinin kendini başarılı ya da başarısız hissetmesi içinde bulunduğu koşullara bağlıdır. Pozitif tecrübelerin kişinin öz-yeterlilikle ilgili düşüncelerinin oluşmasına etkisi;

- Bireyin kendi becerisine dair deneyimlediği tecrübelerle,
- Göstereceği performansın oranına,
- İşin güçlük derecesine,
- Sosyal desteğin oranına,
- Etkinlik gerçekleşirken bulunulan ortama,
- Performansın, pozitif ve negative olduğu anlara
- Tecrübelerden ders çıkarmaya,

⁹⁴ Buket Akkoyunlu and Serap Kubanoğlu, "Öğretmenlerin Bilgi Okuryazarlığı Öz-Yeterlik İnancı Üzerine Bir Çalışma." *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2004, Cilt 27, Sayı 27, s.11-20.

– Başka zamanlarda tekrarlanan tecrübelerin miktarına bağlıdır⁹⁵.

Yaşam içindeki gündelik etkinliklerimizi başarıyla sonuçlandırmamız o iş için harcadığımız emek ve zamana bağlıdır. Yaptığımız işlerdeki yeterlilik artışı, karşılaşacağımız daha güç durumları da daha sakin karşılamamızı sağlar. Gösterdiğimiz sebat ve azim yaptığımız işte ısrarcı olmamıza yardımcı olur. Eğer birey yeterli şartlara sahip ve çok çaba sarf etmesine rağmen etkin sonuç alamıyorsa o bireyin gelişimsel seviyesi öğrenme ve kavrama kabiliyetine uyuşmuyordur diyebiliriz⁹⁶.

Günlük yaşam içinde yapacağımız işlerle ilgili yaptığımız planların gerçekleşme oranı o işi hayalimizde nasıl canlandırdığımız, kendimizi nasıl motive ettiğimizle doğrudan ilintilidir. Hissettiğimiz başarıma güdüsünün kaynağı öz-yeterlilik inancının gücüyle orantılıdır. Bundan dolayı yeterlilik duygusu başarıyı; başarı da yeterlilik duygusunu besler⁹⁷.

ii. Rol Model Alma

Başka insanları rol model alma, o kişilerin deneyimlerinin sonuçlarını gözlemleyerek öğrenme, bireylerin öz-yeterlilik duygusunu artırabilir. Seçilen model ile bireyin ortak yönleri ne kadar çok ise seçtiği rol model birey üzerinde o kadar etkili olacaktır. Rol modelin davranışlarının olumlu ya da olumsuz olmasına göre bireyin tutumu değişecektir. Başkalarını izleyerek öğrenme, bireyin kendi tecrübelerinden elde ettiği kazanımlar kadar yeterlilik duygusunu artırmayacaktır. Fakat bireyin model aldığı durumlarla ilgili önceden bir tecrübesi yoksa veya azsa birey modelden daha fazla etkilenecektir⁹⁸. Kişilerin Öz-yeterlilik duygularının şekillenmesinde sadece kendi tecrübelerinin sonuçları değil, başka insanların benzer olaylarda gösterdikleri başarı performansları da etkili olacaktır. Öz-yeterlilik düzeyini artıracaktır. Bireyler, kendi eylemlerinin sonuçlarını değerlendirmenin yanı sıra, başkalarını gözleyerek de, başka bir deyişle, başkalarının deneyimlerinden yola çıkarak da öz-yeterlilik algısı geliştirirler⁹⁹.

iii. Sözel İkna

⁹⁵ Albert Bandura, *Self-efficacy: The Exercise of Control*. Macmillan, 1997, p.30.

⁹⁶ Bandura, a.g.e, p., 30.

⁹⁷ Barry J. Zimmerman and Albert Bandura, "Impact of Self-regulatory Influences on Writing Course Attainment." *American Educational Research Journal*, 1994, Vol. 31, No. 4, p. 845-862.

⁹⁸ Akkoyunlu ve Kurbanoglu, a.g.e., s.11-20.

⁹⁹ Akkoyunlu ve Kurbanoglu, a.g.e., s.11-20.

Bireylerin önemseydiği, değer verdiği ve beğendikleri kişilerin kendi yaptıkları etkinliklerle ilgili söyledikleri sözler, pozitif veya negative geri dönütler, bireyin öz-yeterlilik algısını etkileyecektir. Kişinin güvendiği, sevdiği insanlardan gelen geri bildirimler, moral ve motivasyonu artıran konuşmalar, teşvik eden sözler, nasihatlar, pozitif telkinler, bireyin öz-yeterlilik inancı üzerinde etkili olur ve pozitif yönde inancını artırır. Sözel ikna öz-yeterlilik artışı için tek başına yeterli değildir. Fakat kişilerdeki var olan potansiyeli harekete geçirmeye, öğrenme gayretini teşvik etmeye, farklı yöntemler geliştirmeye ve bu yöntemleri denemeye teşvik eder. Bununla beraber birey daha fazla başarılı olabileceğine ikna edilmişse ve başaracağına dair inancı oluşmuşsa karşılaşacağı sorunlarla ilgili olarak tereddüt etmeden gereken çabayı gösterecektir. Daha sıkı çalışarak başarıyı yakalayacaktır. Olumsuz eleştirel tutumlar ise bireyin moral ve motivasyonunu düşürerek kendine olan inancını azaltacaktır¹⁰⁰.

Öz-yeterlilik inancının meydana gelmesi ve güçlenmesinde kişinin sözel olarak etkilenmesi ve ikna edilmesi oldukça önemlidir. İkna edicinin güvenilir ve ilgili konuda bilgili olması bu süreci olumlu yönde etkilemektedir¹⁰¹. Öz-yeterliliği ilgili konuda yüksek olanlar, etraflarındakilerin de öz-yeterlilik inançlarını artırabilmektedirler. Hatta, sözel iknadan beklenen yararı da aşarak, ortaya çıkabilecek sorunları önceden bildirerek yeni yöntem ve yönergeler önererek çok daha fazla yardım ve destek sağlayabilirler¹⁰².

liV.Fiziksel ve Duygusal Durum

Bireyin Öz-yeterlilik kaynakalarını etkileyen bir diğer sebep de kişinin içinde bulunduğu psikolojik duygu-durum halidir. Korku, heyecan, stres, panik, aceleci davranma, dikkat ve konsantrasyon eksikliği kişinin gerçekleştirmekte olduğu performansın üzerinde direkt etkisi olan psikolojik süreçlerdir. Bu süreçler kişiyi fizyolojik ve psikolojik olarak denetimi altına alır ve kişinin performansını doğrudan etkiler. Bireyin Öz-yeterlilik göstereceği performansın da hissettiği duygusal uyarılmışlık seviyesi bu uyarılmanın nasıl algılandığına bağlı olarak öz-yeterlilik düzeyini etkiler. Yapmak istediği etkinliği yerine getirirken bireyin içinde bulunduğu duygu durumu gergin, öfkeli, korkak, kaygılı, panik hallerinden biri veya birkaçı ise kişinin performansı

¹⁰⁰ Frank Pajares, "Self-efficacy Beliefs in Academic Contexts: An Outline." Emory University, <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/efftalk.html>, (Erişim Tarihi: 03.01. 2017.)

¹⁰¹ Zimmerman and Bandura, a.g.e., p. 845-862.

¹⁰² Eyüp Yurt, "Öz-Yeterlilik Kaynaklarının Matematik Başarısını Yordama Gücü." *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 2014, Cilt 39, Sayı 176, s.159-169.

düşecektir. Aynı şekilde fiziksel olarak yorgun, depresif, isteksiz, güçsüz olduğu durumlarda da iyi bir performans sağlayamayacaktır.

Kişi bir eylemi gerçekleştirirken fiziksel ve ruhsal olarak kendini iyi hissederse başarıya heyecanı artar, bu da etkinliğinin seviyesini yükseltir¹⁰³.

Özyeterlik belirleme noktasında Bandura, bu dört etmenin etkili olduğunu belirtirken, bu etmenlerden en kuvvetli olanın ise tam ve doğru deneyimler olduğunu belirtmiştir. Yani bireyin geçmiş deneyimleri özyeterliliğin oluşmasında en önemli faktör olarak ön plana çıkmaktadır¹⁰⁴.

2.2.3 Özyeterlik ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Yurt içinde yapılan araştırmaların bir kısmında özyeterlik inancının yüksek veya düşük olması öğretmenin, öğretimde yenilikleri uygulama, sınıf hakimiyeti ve etkili öğretmenlikle ilgili olduğu belirtilmiştir. Özyeterlik konusunda farklılıklar olduğunu ve bu inancın öğrenci başarısını ve motivasyonu etkilediği araştırma sonuçlarında açıklanmıştır. Bu düşünce doğrultusunda öğretmen ve öğrencinin değişiminde ve gelişiminde özyeterlik algısı etkinlik sağlayarak önemli düzeyde farklılık oluşturmaktadır¹⁰⁵.

Yurt dışında yapılan araştırmalarda, bireyler kendilerini yeterli buldukları işleri yapma ve yetersiz buldukları işleri yapmama veya istedikleri sonuçla karşılaşmayacaklarsa, bir işi yapmada isteksiz olduklarını belirtmişlerdir. Bu anlamda bireyin özyeterlik durumunun yüksek olması başarı durumunu da etkileyerek yükselttiği düşünülmektedir¹⁰⁶. Bir grup bilim adamı; "bireylerin gerçek performanslarını, gözlenebilir yaşantılarını, başkalarını ikna etme biçimleri ve psikolojik kanıtları bireyin özyeterlik inançları hakkındaki bilgidir" diyerek özyeterliliğin önemini vurgulamıştır¹⁰⁷. Yapılan bir başka çalışmada özyeterlilik arttıkça gösterilen efor, istek ve kararlılığın da

¹⁰³ Albert Bandura, "The Explanatory and Predictive Scope of Self-efficacy Theory." *Journal of Social and Clinical Psychology*, 1986, Vol. 4, No. 3, p. 359-373.

¹⁰⁴ Bandura, a.g.e., p. 359-373.

¹⁰⁵ Özlem Özkan, Ceren Tekkaya ve J. Çakıroğlu. "Fen Bilgisi Aday Öğretmenlerin Fen Kavramlarını Anlama Düzeyleri, Fen Öğretimine Yönelik Tutum Ve Öz-Yeterlik İnançları." *V. Fen Bilimleri Eğitimi Kongresi*, 2002. Ve Cem Gerçek vd., "Biyoloji Eğitimi Öğretmen Adaylarının Öğretiminde Öz-Yeterlik İnançları." *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2006, Cilt 39, Sayı 1, s.57-73.

¹⁰⁶ Frank Pajares and Dale Schunk. "The Development of Academic Self-efficacy." Eds. A. Wigfield and J. Eccles, *Development of Achievement Motivation*, San Diego, CA: Academic Press, United, 2001, p.2-27. Ve Albert Bandura, "Perceived Self-efficacy in Cognitive Development and Functioning." *Educational Psychologist*, 1993, Vol. 28, No.2, p.117-148

¹⁰⁷ Dale H. Schunk, Antoinette R. Hanson, and Paula D. Cox. "Peer-Model Attributes and Children's Achievement Behaviors." *Journal of Educational Psychology*, 1987, Vol. 79, No.1, p.54.

arttığını, özyeterliği düşük olan bireylerin zor işlerden ve zorluklardan çok kolay pes ettiklerini ve bunun daha fazla strese, daha düşük performansa ve başarısızlığa sebep olduğu belirtilmiştir¹⁰⁸.

Pajares yapmış olduğu bir çalışmada özyeterliliğin farklı alanlarda ve seviyelerde öğrencinin başarısının ve başarıma inançlarının öğretmen özyeterliliğini etkilediğini belirtmiş ve öğretmenin özgüvenini öğrencilerin kolayca yakalayabileceğini, özgüvene sahip öğretmenlerin öğrencilerin özgüven hissetmelerine sebep olduğunu, aksi durumda ise kendine güveni olmayan öğretmenlerin kendine güven duymayan öğrencilerin yetişmesine neden olduğunu vurgulamıştır¹⁰⁹. Say, 2005 yılında yapmış olduğu çalışmada, erkeklerin, kadınlara göre özyeterlik inançları açısından kendilerini daha yeterli gördükleri sonucuna varmıştır¹¹⁰.

1990 yılında Pintrich ve De Groot, gerçekleştirdikleri araştırmada kadınlarda Öz-yeterlilik inancı düzeyinin daha az, erkeklerde ise daha fazla olduğunu ileri sürmüşlerdir¹¹¹. Netz ve Raviv, 2004 yılında yürüttükleri bir araştırmalarda Öz-yeterlilik duygusunun cinslere göre kıyaslandığında erkeklerde bu oranın kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır¹¹². Kişinin güdülenmesi hususunda öz-yeterlik inancı direkt ve pozitif rol oynar. Bunun sebebidе bireyin kendinlik bilinci ve yeteneğine duyduğu güvendir.¹¹³. Nitekim, düşük öz yeterliğe sahip ergenlere nazaran yüksek öz yeterlik inancına sahip olan öğrenciler, zorluklarla karşılaştıklarında daha etkili ve uzun süre mücadele etmekte, daha fazla öğrenme etkinliklerine yatkın olup efor harcamakta ve daha iyi performans sergilemektedirler¹¹⁴. Bandura çalışmasında güçlü yeterlik inancının, süreç içinde geliştiğini söyler. Kişinin pozitif deneyimleri sonucunda bu duygusu pekişir ve başarıyı sürekli hale getirir. Güçlü yeterlik olgusu bir kez oluştuğu zaman ise kararlı bir nitelik kazanır ve zaman zaman ortaya çıkan başarısız

¹⁰⁸ Moran Tschannen-Megan and Anita Woolfolk Hoy. "Teacher Efficacy: Capturing an Elusive Construct." *Teaching and Teacher Education*, 2001, Vo. 17, No.7, p.783-805.

¹⁰⁹Frank Pajares, "Self-efficacy Beliefs in Academic Contexts: An Outline." Emory University, <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/efftalk.html>. (Erişim Tarihi: 03.01. 2017)

¹¹⁰ Murat Say, "Fen Bilgisi Öğretmenlerinin Öz-Yeterlilik İnanışları." Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Fen Bilgisi Öğretmenliği Bilim Dalı, İstanbul, 2005 (**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) s.11-34.

¹¹¹ Paul R. Pintrich and Elisabeth V. De Groot. "Motivational and Self-regulated Learning Components of Classroom Academic Performance." *Journal of Educational Psychology*, 1990, Vo. 82, No.1, p. 33.

¹¹² Yael Netz and Shulamith Raviv, "Age Differences in Motivational Orientation Toward Physical Activity: An Application of Social Cognitive Theory." *The Journal of Psychology*, 2004, Vol. 138, No. 1, p. 35-48.

¹¹³ Jonathan F. Zaff, vd., "Implications of Extracurricular Activity Participation During Adolescence on Positive Outcomes." *Journal of Adolescent Research*, 2003, Vol. 18, No. 6, p. 599-630.

¹¹⁴ Robert E. Wood and Edwin A. Locke, "The Relation of Self-efficacy and Grade Goals to Academic Performance." *Educational and Psychological Measurement*, 1987, Vol. 47, No. 4, p.1013-1024.

durumlarında bu süreci etkilemez¹¹⁵. Buna ilave olarak Prages ve Shunk'un 2001 yılında yürüttükleri başka bir çalışma göstermiştir ki, özyeterlik ile başarı arasındaki ilişkide, ortaya çıkan başarının kişinin kendi yetenek ve çabalarının sonucu olduğunu düşünmesi, başarıyı denetlenebilir ve içsel sebeplere yüklemesi gerekir. Nihayet sadece başarı veya başarısızlığın değil, güçlkle karşılaşınca bireyin sergilediği duruş, çaba ve kararlılığın da özyeterlik algısını değiştirdiğini unutmamak gerekir¹¹⁶.

2.2.4 Yüksek ve Düşük Özyeterliğe Sahip Bireylerin Özellikleri

Bilimsel incelemelerinin sonuçlarına istinaden Albert Bandura, yüksek ve düşük Öz-yeterliliğe sahip bireylerin özelliklerini aşağıda şöyle sıralamıştır:

Öz-yeterlilik oranı az olan kişiler;

- Bireysel tehdit olarak gördükleri zorlu işleri yapmak istemezler.
- Gerçekleştirmek istedikleri hedefleriyle ilgili kendilerine güvenleri azdır.
- Hedefleriyle ilgili beklentileri düşüktür, karar verme mekanizmaları zayıftır.
- Başarı yöntemlerine odaklanmak yerine kişisel analize yönelirler.
- Güç bir durumla yüzleştiklerinde bireysel eksikliklerine, olası engellere ve çeşitli zıt görüşlere odaklanırlar
- Daha az gayret sarfederler ve engeller karşısında hemen pes ederler.

Öz-yeterlilik oranı yüksek olan kişiler;

- Zorlu ve çaba gerektiren amaçları benimserler ve kararlılıkla bu amaçlarını sürdürürler.
- Başarı elde edemediklerinde daha çok gayret gösterirler.
- Başarısızlıklarının sebebini, eksik gayert ve yetersiz bilgiye bağlayarak bu durumlardan ders çıkarırlar.
- Başarısız olmalarının ardından ivedilikle Öz-güvenlerini geri kazanırlar¹¹⁷.

¹¹⁵ Bandura and Wood. a.g.e, p. 805.

¹¹⁶ Frank Pajares and Dale Schunk. "The Development of Academic Self-efficacy." *Development of Achievement Motivation, United States*, 2001, No. 7, p.2-27.

¹¹⁷Albert Bandura, "Perceived Self-efficacy in Cognitive Development and Functioning." *Educational Psychologist*, 1993, Vol. 28, No. 2, p.117-148.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, “ilişkisel tarama modeli”ne uygun olarak düzenlenmiştir. “İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma desenlerinin tümü “ilişkisel tarama modelleri” olarak tanımlanır”¹¹⁸.

3.2. Araştırmanın Örneklemi

Bu araştırma İstanbul’un farklı orta okullarında öğrenim gören 257 orta öğretim öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. 129’u kız ve 128’i erkek olan öğrenciler 12 ile 15 yaş arasındadır. Öğrencilerin yaş ortalaması 13,64’tür. Öğrencilerin 45’i yetersiz gelir düzeyine, 62’si orta gelir düzeyine ve 150’si yüksek gelir düzeyine sahip olduklarına yönelik algılara sahiptir. Öğrencilerin 49’u 7. sınıf, 208’i 8. sınıfta okumaktadır. Öğrencilerin 39’u ebeveynlerini ilgisiz, 62’si ebeveynlerini demokratik, 36’sı ebeveynlerini otoriter ve 120’si ebeveynlerini koruyucu tutumlar sergiliyor olarak algılamaktadır. Öğrencilerin 34’ü akademik açıdan kendini başarılı bulurken, 107’si orta seviyede ve 116’sı yüksek seviyede başarılı olarak görmüştür.

3.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

3.3.1. Bilgi Toplama Formu

Araştırmacının hazırlamış olduğu bilgi toplama formunun kullanım amacı katılımcılar hakkında sosyo-demografik bilgiler elde etmektir. Bu formda öğrencilerin yaşları, cinsiyetleri, fiziki görünüm algıları, gelir düzeyleri, akademik başarı düzeyleri, ebeveyn tutumları ve sınıf düzeylerini belirlemeyi amaçlayan sorular bulunmaktadır.

3.3.2. Ergenler için Kontrol Hissi Ölçeği

Ergen Kontrol Hissi Ölçeği¹¹⁹ 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçek pozitif kontrol ve negatif kontrol olarak iki boyutlu bir yapı içermektedir. Ölçeğin derecelendirmesi “1” Hiçbir zaman, “2” nadiren, “3” Sık sık, “4” Genellikle ve “5” Her zaman şeklinde 5’li Likert türüdür. Ölçeğin Türkiye’deki geçerlik ve güvenirlik analizleri Akın ve diğerleri (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçekten toplam puan elde etmek için negatif control alt

¹¹⁸ Niyazi Karasar, *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2005.

¹¹⁹ Paul Jose, and Kirsty Weir, "Adolescent Sense of Control: A downward Extension of The Shapiro Control Inventory to Pre-and Early Adolescents.", *The Journal of Genetic Psychology*, 2013, Vol. 174, No. 5, p. 494-513.

boyutu ters kodlanır. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar yüksek düzeyde kontrol hissini göstermektedir. Ergen Kontrol Hissi Ölçeği Ölçeğinin yapı geçerliğini incelemek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizinde, orijinal yapısındaki gibi iki boyutta (olumlu kontrol hissi ve olumsuz kontrol hissi) uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2= 216.63$, $sd= 114$, $RMSEA= .056$, $GFI= .92$, $CFI= .93$, $IFI= .93$, $SRMR= .056$). Ergen Kontrol Hissi Ölçeği Ölçeğinin Cronbach alfa kat sayıları olumlu kontrol hissi alt boyutu için .79, olumsuz kontrol hissi alt boyutu için .85, tamamı için .75 olarak bulunmuştur. Ergen Kontrol Hissi Ölçeği Ölçeğinin düzeltilmiş madde-test korelasyonları .25 ile .66 arasında değişmektedir.

3.3.3. Ergenler için Öğrenci Öz-yeterlik Ölçeği

Rowbotham ve Schmitz (2013)¹²⁰ tarafından geliştirilen Öğrenci Öz-Yeterlik Ölçeği'nin Türk Ergenler üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Akın, Özen, Akın ve Ertürk (2016) tarafından yapılmıştır. 10 maddelik ve tek boyutlu bir ölçme aracı olan ölçek 1= Kesinlikle Katılmıyorum, 2= Katılmıyorum, 3= Kararsızım, 4= Katılıyorum şeklinde 4'lü bir derecelendirmeye sahiptir. Ters puanlanan madde bulunmayan ölçekten elde edilen yüksek puanlar yüksek öğrenci öz-yeterlik düzeyini göstermektedir. Ölçeğin yapı geçerliği için uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, orijinal formda olduğu gibi tek boyutta uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2= 111.74$, $sd= 33$, $RMSEA= .090$, $GFI= .93$, $CFI= .94$, $IFI= .94$, $SRMR= .059$). Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayıları .48 ile .73 arasında sıralanmaktadır.

3.4. Veri Analiz Teknikleri

Elde edilen verilerin normal dağılımını incelemek amacıyla çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Ergen kontrol hissi puanlarının çarpıklık katsayısı -1,05, basıklık katsayısı .67, öğrenci öz-yeterlik puanlarının çarpıklık katsayısı ,00, basıklık katsayısı -.69 olarak bulunmuştur. Buna göre verilerin normal dağıldığı söylenebilir. Katılımcılara uygulanan ölçeklere öncelikler numara verilmiş ve her bir veri kodlanarak, SPSS (Statistical Package For Social Sciences) 11,5 windows paket programı kullanılarak bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Katılımcıların ergen kontrol hissi ve

¹²⁰ Melodie Rowbotham, and Gerdamarie Schmitz. "Development and Validation of a Student Self-efficacy Scale.", *Journal of Nursing and Care*, open access journal, 2013, Vol. 2, No. 126, doi:10.4172/2167-1168.1000126, p.1-6.

öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Katılımcıların ergen kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeylerinin cinsiyet ve fiziki görünüm algıları açısından farklılık sergileyip sergilemediğini belirlemek amacıyla “t testi” kullanılmıştır. Katılımcıların ergen kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeylerinin algılanan gelir düzeyi, algılanan akademik başarı düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları açısından farklılık sergileyip sergilemediğini belirlemek amacıyla “ANOVA” kullanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR

4.1. Ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik puanları birbiriyle anlamlı düzeyde ilişkili midir?

Kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan korelasyon analizi bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir.

TABLO 1. KONTROL HISSİ VE ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK ARASINDAKİ İLİŞKİ

Faktör	1	2
1. Kontrol hissi	—	
2. Öğrenci öz-yeterliği	.47**	—
Ortalama	61,73	12,12
Standart Sapma	31,77	7,17

** p <.01

Tabloya bakıldığında kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik puanlarının pozitif ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmektedir ($r = .47$, $p <.01$).

4.2. Kız ve erkek ergenlerin kontrol hissi puanları arasında cinsiyet açısından farklılık var mıdır?

Kontrol hissi açısından kız ve erkek ergenler arasındaki farklılıklar “t” testi ile incelenmiştir.

TABLO 2. KIZ VE ERKEK ERGENLERİN KONTROL HISSİ DÜZEYLERİNİN CINSİYET AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

Değişken	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	Sd	p
Kontrol hissi	Erkek	128	62,84	11,40	1,473	255	,142
	Kız	129	60,62	12,75			

Tablo 2 incelendiğinde, kontrol hissi puanları açısından kız ve erkek ergenler arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı gözlenmektedir ($t_{0.05; 255} = 1,473$).

4.3. Kız ve erkek ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında cinsiyet açısından farklılık var mıdır?

Öğrenci öz-yeterlik düzeyleri açısından kız ve erkek ergenler arasındaki farklılıklar “t” testi ile incelenmiştir.

TABLO 3. KIZ VE ERKEK ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK DÜZEYLERİNİN CINSİYET AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

Değişken	Cinsiyet	N	Ort.	Ss	t	Sd	p
Öğrenci öz-yeterliği	Erkek	128	32,24	6,73	1,052	255	,294
	Kız	129	31,30	7,57			

Tablo 2 incelendiğinde, öğrenci öz-yeterlik puanları açısından kız ve erkek ergenler arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı gözlenmektedir ($t_{0,05: 255} = 1,052$).

4.4. Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?

Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıklar “t” testi ile incelenmiştir.

TABLO 4. FIZIKI GÖRÜNÜMÜNDEN MEMNUN OLAN VE OLMAYAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

Değişken	Fiziki görünümünüzden memnun musunuz?	N	Ort.	Ss	t	Sd	p
Kontrol hissi	Evet	200	62,45	12,34	1,797	255	,074
	Hayır	57	59,19	11,07			

Tablo 4.'e bakıldığında fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin kontrol hissi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı gözlenmektedir ($t_{0,05: 255} = 1,797$).

4.5. Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında farklılık var mıdır?

Fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasındaki farklılıklar “t” testi ile incelenmiştir.

TABLO 5. FIZIKI GÖRÜNÜMÜNDEN MEMNUN OLAN VE OLMAYAN ERGENLERİN ÖZ-YETERLİK DÜZEYLERİ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

Değişken	Fiziki görünümünüzden memnun musunuz?	N	Ort.	Ss	T	Sd	p
Öğrenci öz-yeterliği	Evet	200	32,22	7,18	1,872	255	,062
	Hayır	57	30,21	6,96			

Tablo 5.'e bakıldığında fiziki görünümünü beğenen ve beğenmeyen ergenlerin öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı gözlenmektedir ($t_{0,05: 255} = 1,872$).

4.6. Ebeveyn tutumları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?

Ebeveyn tutumları algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla ANOVA yapılmış ve sonuçlar Tablo 6. ve Tablo 7.'de sunulmuştur.

TABLO 6. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ

Ebeveyn tutumları	N	Ortalama	Std. Sapma
İlgisiz	39	60,56	11,22
Demokratik	62	60,29	12,19
Otoriter	36	60,50	12,81
Koruyucu	120	63,22	12,14
Toplam	257	61,73	12,12

TABLO 7. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	501,203	3	167,068	1,138	,334
Grup içi	37127,731	253	146,750		
Toplam	37628,934	256			

Ebeveyn tutumları algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek için yapılan varyans analizi sonucunda, anlamlı farklılık olmadığı gözlenmiştir ($F_{3-253} = 1,138, p > .05$).

4.7. Ebeveyn tutumları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında farklılık var mıdır?

Ebeveyn tutumları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla ANOVA yapılmış ve sonuçlar Tablo 8. ve Tablo 9.'da sunulmuştur.

TABLO 8. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ

Ebeveyn tutumları	N	Ortalama	Std. Sapma
İlgisiz	39	30,33	8,00
Demokratik	62	31,87	7,47
Otoriter	36	31,50	6,42
Koruyucu	120	32,27	6,96
Toplam	257	31,77	7,17

TABLO 9. EBEVEYN TUTUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	113,354	3	37,785	,734	,533
Grup içi	13032,101	253	51,510		
Toplam	13145,455	256			

Ebeveyn tutumları algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek için yapılan varyans analizi sonucunda, anlamlı farklılık olmadığı gözlenmiştir ($F_{3-253} = ,734, p > .05$).

4.8. Gelir düzeyleri farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?

Gelir düzeyleri farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla ANOVA yapılmış ve sonuçlar Tablo 10. ve Tablo 11.'de sunulmuştur.

TABLO 10. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ

Gelir durumları	N	Ortalama	Std. Sapma
Yetersiz	45	61,49	14,20
Orta düzey	62	60,50	10,58
Yüksek	150	62,31	12,09
Toplam	257	61,73	12,12

TABLO 11. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	146,296	2	73,148	,496	,610
Grup içi	37482,638	254	147,569		
Toplam	37628,934	256			

Gelir durumları algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek için yapılan varyans analizi sonucunda, anlamlı farklılık olmadığı gözlenmiştir ($F_{2-254} = ,496$, $p > .05$).

4.9. Gelir düzeyleri farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasında farklılık var mıdır?

Gelir durumları algıları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla ANOVA yapılmış ve sonuçlar Tablo 12. ve Tablo 13.'de sunulmuştur.

TABLO 12. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖZ-YETERLİK DÜZEYLERİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ

Gelir durumları	N	Ortalama	Std. Sapma
Yetersiz	45	30,44	7,91
Orta düzey	62	31,05	7,30
Yüksek	150	32,47	6,83
Toplam	257	31,77	7,17

TABLO 13. GELİR DURUMLARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖZ-YETERLİK PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	184,156	2	92,078	1,804	,167
Grup içi	12961,299	254	51,029		
Toplam	13145,455	256			

Gelir durumları algıları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasındaki farklılıkları incelemek için yapılan varyans analizi sonucunda, anlamlı farklılık olmadığı gözlenmiştir ($F_{2-254} = 1,804$, $p > .05$).

4.10. Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasında farklılık var mıdır?

Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla ANOVA yapılmış ve sonuçlar Tablo 14. ve Tablo 15.'de sunulmuştur.

TABLO 14. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ

Akademik başarı durumları	N	Ortalama	Std. Sapma
Başarısız	34	55,85	11,91
Orta	107	59,57	10,49
Yüksek	116	65,44	12,51
Toplam	257	61,73	12,12

TABLO 15. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN KONTROL HISSİ PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	3269,867	2	1634,934	12,086	,000
Grup içi	34359,067	254	135,272		
Toplam	37628,934	256			

Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek için yapılan varyans analizi sonucunda, anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir ($F_{2-254} = 12,086$, $p < .05$). Bu farklılık akademik başarı durumu başarısız olan öğrencilerin kontrol hissi puan ortalamalarının (ort: 55,85), akademik başarı durumu yüksek olan öğrencilerin kontrol hissi puan ortalamalarından (ort: 65,44) düşük olmasından kaynaklanmaktadır. Buna göre akademik başarı durumu başarısız olan öğrencilerin kontrol hissi düzeylerinin, akademik başarı durumu yüksek olan öğrencilerin kontrol hissi düzeylerinden daha düşük olduğu söylenebilir.

4.11. Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında farklılık var mıdır?

Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin kontrol hissi puanları arasındaki farklılıkları incelemek amacıyla ANOVA yapılmış ve sonuçlar Tablo 16. ve Tablo 17'de gösterilmektedir.

TABLO 16. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARININ BETİMSEL İSTATİSTİKLERİ

Akademik başarı durumları	N	Ortalama	Std. Sapma
Başarısız	34	29,62	7,99
Orta	107	30,26	7,36
Yüksek	116	33,79	6,20
Toplam	257	31,77	7,17

TABLO 17. AKADEMİK BAŞARI ALGILARI FARKLI OLAN ERGENLERİN ÖĞRENCİ ÖZ-YETERLİK PUANLARINA İLİŞKİN VARYANS ANALİZİ TABLOSU

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	875,718	2	437,859	9,064	,000
Grup içi	12269,737	254	48,306		
Toplam	13145,455	256			

Akademik başarı algıları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puanları arasındaki farklılıkları incelemek için yapılan varyans analizi sonucunda, anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir. Akademik başarı durumları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, ergenlerin puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($F_{2-254} = 9,064$, $p < .05$). Bu farklılık akademik başarı durumu başarısız olan öğrencilerin öğrenci öz-yeterlik puan ortalamalarının (ort: 29,62), akademik başarı durumu yüksek olan öğrencilerin öğrenci öz-yeterlik puan ortalamalarından (ort: 33,79) düşük olmasından kaynaklanmaktadır. Buna göre akademik başarı durumu başarısız olan öğrencilerin öğrenci öz-yeterlik düzeylerinin, akademik başarı durumu yüksek olan öğrencilerin öğrenci öz-yeterlik düzeylerinden daha düşük olduğu söylenebilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM: SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında ilişkileri çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Diğer bir deyişle ergenlerin kontrol hissi düzeyleri arttıkça öğrenci öz-yeterlik düzeyleri de artmaktadır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde kendini kontrol altında tutma eğilimi ile öz yeterlik kavramı birbirlerine yakından ilişkili olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buna göre kız veya erkek olmanın ne kontrol hissi ne de öğrenci öz-yeterlik düzeyleri açısından bir fark oluşturmadığı görülmektedir. Literatür incelendiğinde kadınların erkeklere göre daha düşük bir kontrol hissi duyma eğiliminde oldukları saptanmıştır¹²¹. Say tarafından 2005 yılında yapılan bir çalışmada, erkeklerin, kadınlara göre özyeterlik inançları açısından kendilerini daha yeterli gördükleri sonucuna varmıştır¹²². Pintrich ve De Groot, 1990 yılında yaptıkları çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde özyeterlik inancına sahip olduklarını ortaya çıkarmışlardır¹²³. Netz ve Ravi ise, 2004 yılında yapmış oldukları çalışmalarında öz yeterlik düzeyinin cinsiyet açısından farklılaştığını, erkeklerde daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir¹²⁴.

Ergenlerin fiziki görünüm algılarına göre kontrol hissi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Buna göre fiziki görünümünden memnun olan ve olmayan ergenlerin kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında fiziki görünüm algısına göre bir farklılık olmadığı söylenebilir. Literatür incelendiğinde, ergenlerin fiziksel görünümleri ve kontrol hissleri arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalara rastlanmamıştır, fakat ergenlerin öz yeterlik düzeyleri ve fiziksel görünümünü araştıran çalışmalar bulunmaktadır. Ryan ve Dzewaltowski tarafından 6. ve 7. sınıf öğrencilerine uygulanan çalışmada farklı tipteki öğrencilerin özyeterlilik inançlarına olan etkileri incelenmiş ve fiziksel görünüşün öğrencilerin kendilerine olan güvenini artırdığı,

¹²¹ Britt Slagsvold and Annemette Sørensen, "Age, Education, and The Gender Gap in The Sense of Control." *The International Journal of Aging and Human Development*, 2008, Vol. 67, No. 1, p. 25-42.

¹²² Murat Say, "Fen Bilgisi Öğretmenlerinin Öz-Yeterlilik İnanışları." Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2005 (**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**) s.11-34.

¹²³ Paul R. Pintrich and Elisabeth V. De Groot. "Motivational and Self-regulated Learning Components of Classroom Academic Performance." *Journal of Educational Psychology*, 1990, Vol. 82, No. 1, p. 33.

¹²⁴ Yael Netz and Shulamith Raviv, "Age Differences in Motivational Orientation Toward Physical Activity: An Application of Social Cognitive Theory." *The Journal of Psychology*, 2004, Vol. 138, No. 1, p. 35-48.

kendilerine çevre edinmede engellerin üstesinden gelebildikleri ve ergenlerin daha girişken oldukları saptanmıştır¹²⁵.

Ebeveyn tutumları farklı olan ergenlerin kontrol hissi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Buna göre ergenlerin ebeveynlerini demokratik, otoriter, ilgisiz ya da koruyucu olarak algılamaları; onların kontrol hissi ve öğrenci öz-yeterlik düzeylerini etkilememektedir. Yapılan bir çalışmaya göre ise ebeveyn tutumlarının demokratik olması ergenlerde kontrol hissini arttırdığını saptamıştır¹²⁶.

Ebeveyn tutumları farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde Weiser ve Riggio'nun, 2010 yılında yaptıkları bir araştırmada aile katılımı ile öğrencilerin genel öz yeterlikleri, akademik öz yeterlikleri ve başarı beklentileri arasında pozitif yönde ilişki olduğu saptanmıştır¹²⁷.

Gelir düzeyleri farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik ve kontrol hissi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Buna göre ergenlerin algıladıkları gelir düzeylerinin, yetersiz, yüksek veya orta düzeyde olmasına göre onların öğrenci öz-yeterlik veya kontrol hissi düzeyleri farklılaşmamaktadır. Literatüre göz atıldığı zaman, ergenlerin algıladıkları gelir düzeyleri ve kontrol düzeylerini araştıran çalışmalara rastlanmamıştır, fakat ergenlerin öz-yeterlik düzeyleri ve gelir düzeylerini araştıran bir çalışmaya göre, sosyo-ekonomik düzeyini yüksek algılayan ergenlerin sosyal ve genel öz-yeterlik düzeyleri daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır¹²⁸.

Akademik başarı düzeyleri farklı olan ergenlerin öğrenci öz-yeterlik ve kontrol hissi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu sonuca göre akademik başarı durumu başarısız olan öğrencilerin öğrenci öz-yeterlik ve kontrol hissi düzeylerinin, akademik başarı durumu yüksek olan öğrencilerin öğrenci öz-yeterlik ve kontrol hissi düzeylerinden daha düşük olduğu söylenebilir. Literatüre göz atıldığında,

¹²⁵ Gregory J. Ryan and David A. Dzewaltowski. "Comparing The Relationships Between Different Types of Self-efficacy and Physical Activity in Youth." *Health Education & Behavior*, 2002, Vol. 29, No. 4, p. 491-504.

¹²⁶ Canan Çelik Özden, Ebeveyn Kontrol Davranışlarının Ergenlerin Öz Düzenleme Becerileri ve Duygusal Sorunları Üzerine Etkisi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2013, (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**), s. 22-40.

¹²⁷ Dana A. Weiser and Heidi R. Riggio. "Family Background and Academic Achievement: does Self-efficacy Mediate Outcomes?." *Social Psychology of Education*, 2010, Vol. 13, No. 3, p. 367-383.

¹²⁸ Fatma İkiz, E., and Bülent B. Telef. "The Effects of Socioeconomic Status and Gender Besides The Predictive Effect of Self-efficacy on Life Satisfaction in Adolescence." *International Journal of Social Science*, 2013, Vol. 6, No. 3, p. 1201-1216.

özyeterlik algısı yüksek olan bireylerin akademik başarılarının da yüksek olduğu saptanmıştır ¹²⁹.

Öneriler:

1. Kontrol hissi ve özyeterlik kavramlarının ne kadar önemli oldukları literatürde görülmüştür. Bundan dolayı bireylerin bu konular hakkında daha fazla duyarlı olmaları önerilmektedir.
2. Ergenlik döneminin bireyin hayatında önemli rol oynayan dönemlerden biri olduğu bilinmektedir. Ergenlerin kontrol etme hisleri ve özyeterliklerinin gelişiminde ebeveynlerin büyük bir etkisi vardır. Bundan dolayı ebeveynlerin bu konu hakkında dikkatli olmaları; eğer bu konu hakkında bilgi sahibi değillerse bir uzmana danışmaları önerilmektedir.
3. Ergenlik çağında olan bir birey genellikle zamanının bir çoğunu okulda geçirmektedir. Bu demek oluyor ki, ergenlik çağında olan bir bireyin kişisel gelişimini okul ve öğretmenler etkilemektedir. Öğretmenlerin, aynı zamanda bütün eğitimcilerin ergenlik çağında olan öğrencilere karşı daha duyarlı ve dikkatli olmaları önerilmektedir.
4. Bu konu hakkında eğitimcilerin ailelere ve ergenlik çağında olan bireylere daha fazla seminerler veya eğitimler düzenlemeleri önerilmektedir.
5. Aynı zamanda, bireyin kendisinden sorumlu olduğunu bilmeli ve kendini geliştirmek için çeşitli kişisel gelişim eğitimlerine katılmaları gerekmektedir.

¹²⁹ Hamza Akengin, vd. "Öğrencilerin Coğrafya Dersine İlişkin Öz Yeterlik Algıları İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi." *Marmara Coğrafya Dergisi*, 2014, Cilt 29, Sayı 1, s. 150-167.

KAYNAKÇA

KİTAPLAR:

- BANDURA Albert., *Self-efficacy: The Exercise of Control*. Macmillan, 1997.
- BURGER Jerry M., *Kişilik*, Çev. İnan Deniz Sarioğlu, Kaknus Yayınları, İstanbul, 2004.
- DECI Edward, *The Psychology of Self-determination*, Free Press, 1980.
- HOY, Anita Woolfok., *Eğitim Psikolojisi*, Çev. Duygu Özen, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2015.
- KARASAR Niyazi, *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2005.
- KOHN Melvin, and SCHOOLER Carmi, *Work and Personality: An Inquiry into the Impact of Social Stratification*, Ablex Pub., 1983.
- PAJARES Frank and SCHUNK Dale, "The Development of Academic Self-efficacy." Eds. A. Wigfield and J. Eccles, *Development of Achievement Motivation*, San Diego, CA: Academic Press, United, 2001.
- PEARLIN Leonard, "Role Strains and Personal Stress.", Ed. H.B. Kaplan, *Psychosocial Stress: Trends in Theory and Research*, New-York Academic Press, 1983.
- SCHUNK Dale H., " Self-efficacy, Adaptation, and Adjustment", içinde *Self-efficacy and Education and Instruction*, Ed. James E. Maddux, Springer US, 1995.
- SCHUNK Dale H. and ERTMER Peggy A., "Self-Regulation and Academic Learning: Self-efficacy Enhancing Interventions", Eds. Boekaerts, M., Pintrich, P. R. and Zeidner, M., *Handbook of Self-regulation*, San Diego, CA, US: Academic Press, 2000. pp. 631-649.
- SELIGMAN Martin, *Helplessness: On depression, development, and death*, WH Freeman/Times Books/Henry Holt & Co, 1975.
- SNYDER Charles R. and LOPEZ Shane J., *Oxford Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press, USA, 2009.

MAKALELER:

AKENGİN Hamza vd., "Öğrencilerin Coğrafya Dersine İlişkin Öz Yeterlik Algıları İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi." **Marmara Coğrafya Dergisi**, 2014, Cilt 29, Sayı 1, s. 150-167.

AKIN Ahmet, AKIN Ümran ve ERTÜRK Kafiye, "Öğrenci Özyeterlik Ölçeğinin Türkçe Formunun Ergenler Üzerinde Geçerlik ve Güvenirliğinin İncelenmesi", **Sosyal Bilimler Dergisi**, 2016, Cilt 3, Sayı 6, s. 607-614.

AKKOYUNLU Buket and KURBANOĞLU Serap, "Öğretmenlerin Bilgi Okur-yazarlığı Öz-yeterlik İnancı Üzerine Bir Çalışma." **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2004, Cilt 27, Sayı 27, s.11-20.

AKKOYUNLU Buket, FEZA Orhan ve UMay Aysun, Bilgisayar Öğretmenleri için "Bilgisayar Öğretmenliği Öz-Yeterlik Ölçeği" Geliştirme Çalışması, **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2005, Sayı 29, s.1-8.

AŞKAR Petek ve UMay Aysun, "İlköğretim Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Bilgisayarla İlgili Öz-Yeterlik Algısı", **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2001, Sayı 2, s. 1-8.

AUERBACH Randy, TSAI Beatrice, and ABELA John, "Temporal Relationships Among Depressive Symptoms, Risky Behavior Engagement, Perceived Control, and Gender in a Sample of Adolescents.", **Journal of Research on Adolescence**, 2010, Vol. 20, No. 3, p. 726-747.

BANDURA Albert and WOOD Robert, "Effect of Perceived Controllability and Performance Standards on Self-regulation of Complex Decision Making." **Journal of Personality and Social Psychology**, 1989, Vol. 56, No. 5, p. 805.

BANDURA Albert, "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change." **Psychological Review**, 1997, Vol. 84, No. 2, p. 191.

BANDURA Albert, "Human Agency in Social Cognitive Theory.", **American Psychologist**, 1989, Vol. 44, NO. 9, p. 1175.

BANDURA Albert, "Perceived Self-efficacy in Cognitive Development and Functioning", **Educational Psychologist**, 1993, Vol. 28, No. 2, p.117-148.

BANDURA Albert, "Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change", **Psychological Review**, 1997, Vol. 84, No. 2, p. 191.

BANDURA Albert, "Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective." **Annual Review of Psychology**, 2001, Vol.52, No.1, p.1-26.

BANDURA Albert, "The Explanatory and Predictive Scope of Self-efficacy Theory." **Journal of Social and Clinical Psychology**, 1986, Vol. 4, No. 3, p. 359-373.

BANDURA Albert, and WALTERS Richard, "Social Learning Theory", **General Learning Press**, 1977, p.2-15.

EATON Martin J. and DEMBO Myron H., "Differences in The Motivational Beliefs of Asian American and non-Asian Students.", **Journal of Educational Psychology**, 1997, Vol. 89, No.3, p.433.

FINCH Michael, SHANAHAN Michael, MORTIMER Jeylan, RYU Seongryeol, "Work Experience and Control Orientation in Adolescence.", **American Sociological Review**, 1991, Vol. 56, No. 5, p. 597-611.

GERÇEK Cem et al., "Biyoloji Eğitimi Öğretmen Adaylarının Öğretiminde Öz-yeterlik İnançları.", **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, 2006, Vol. 39, No.1, s.57-73.

HARTER Susan, "The Perceived Competence Scale for Children." **Child Development**, 1982, Vol. 53, No. 1, p. 87-97.

HOY Wayne K. and WOOLFOLK Anita H., "Teachers' Sense of Efficacy and The Organizational Health of Schools." **The Elementary School Journal**, 1993, Vol. 93, No. 4, p.355-372.

HUEBNER Scott, ASH Chris, and LAUGHLIN James, "Life Experiences, Locus of Control and School Satisfaction in Sdolescence.", **Social Indicators Research**, 2001, Vol. 55, No. 2, p. 167-183.

İKİZ Fatma and TELEF Bülent, "The Effects of Socioeconomic Status and Gender Besides The Predictive Effect of Self-efficacy on Life Satisfaction in Adolescence." **International Journal of Social Science** 2013, Vol. 6, No. 3, p. 1201-1216.

JOSE Paul, and WEIR Kirsty, "Adolescent Sense of Control: A Downward Extension of The Shapiro Control Inventory to Pre-and Early Adolescents." **The Journal of Genetic Psychology**, 2013, Vol. 174, No. 5, p. 494-513.

MORTIMER Jeylan, and LORENCE Jon, "Work Experience and Occupational Value Socialization: A Longitudinal Study." **American Journal of Sociology**, 1979, Vol. 84, No. 6, p. 1361-1385.

NETZ Yael and RAVIV Shulamith, "Age Differences in Motivational Orientation Toward Physical Activity: An Application of Social—Cognitive Theory." **The Journal of psychology**, 2004, Vol. 138, No.1, p. 35-48.

NIKOLAEY Boris, and BENNETT Daniel, "Give me liberty and give me control: Economic Freedom, Control Perceptions and The Paradox of Choice." **European Journal of Political Economy**, 2016, No. 45, p.39-52.

O'CONNOR Daryl, and SHIMIZU Mikiko, "Sense of Personal Control, Stress and Coping Style: A Cross-cultural Study.", **Stress and Health**, 2002, Vol. 18, No. 4, p.173-183.

PAJARES Frank, "Self-efficacy Beliefs in Academic Contexts: An Outline." Emory University, <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/efftalk.html>.(Erişim Tarihi: 03.01. 2017)

PETITO Fausta, and CUMMINS Robert, "Quality of Life in Adolescence: The Role of Perceived Control, Parenting Style, and Social Support.", ***Behaviour Change***, 2000, Vol. 17, No. 3, p.196-207.

PETTIT Gregory, LAIRD Robert, DODGE Kenneth, BATES John, CRISS Michael, "Antecedents and Behavior-problem Outcomes of Parental Monitoring and Psychological Control in Early Adolescence.", ***Child Development***, 2001, Vol. 72, No. 2, p. 583-598.

PINTRICH Paul R. and DE GROOT Elisabeth V., "Motivational and Self-regulated Learning Components of Classroom Academic Performance.", ***Journal of Educational Psychology***, 1990, Vol. 82, No. 1, p. 33.

ROBBINS Lorraine B. vd., "Exercise Self-efficacy, Enjoyment, and Feeling States Among Adolescents." ***Western Journal of Nursing Research***, 2004, Vol. 26, No. 7, p. 699-715.

ROSENBERG Morris, "Self-concept From Middle Childhood Through Adolescence.", ***Psychological Perspectives on The Self***, 1986, Vol. 3, No. 1, p. 107-136.

ROSS Catherine, and BROH Beckett, "The Roles of Self-esteem and The Sense of Personal Control in The Academic Achievement Process.", ***Sociology of Education***, 2000, Vol.73, No. 4, p. 270-284.

ROSS Catherine, and MIROWSKY John, "Age and The Gender Gap in the Sense of Personal Control." ***Social Psychology Quarterly***, 2002, Vol. 65, No.2, p. 125-145.

ROTTER Julian, "Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement.", ***Psychological Monographs: General and Applied***, 1996, Vol. 80, No.1, p.1.

ROTTER Julian, "Internal Versus External Control of Reinforcement: A Case History of a Variable." ***American psychologist***, 1990, Vol. 45, No. 4, p. 489.

ROWBOTHAM and SCHMITZ Gerdamarie. "Development and Validation of a Student Self-efficacy Scale.", ***Journal of Nursing and Care***, an open access journal, 2013, Vol. 2, No.126, doi:10.4172/2167- 1168.1000126, p.1-6.

RYAN Gregory J. and DZEWALTOWSKI David A., "Comparing the Relationships Between Different Types of Self-efficacy and Physical Activity in Youth." ***Health Education & Behavior***, 2002, Vol. 29, No. 4, p. 491-504.

SCHUNK Dale H. "Self-efficacy for Reading and Writing: Influence of Modeling, Goal Setting, and Self-evaluation.", ***Reading &Writing Quarterly***, 2003, Vol. 19, No. 2, p. 159-172.

SCHUNK Dale H., "Self-efficacy and Academic Motivation." ***Educational Psychologist***, 1991, Vol. 26, No. 3-4, p. 207-231.

SCHUNK Dale H., HANSON Antoinette R., and COX Paula D., "Peer-Model Attributes and Children's Achievement Behaviors." ***Journal of Educational Psychology***, 1987, Vol. 79, No. 1, p.54.

SEMEMOĞLU Nuray, "Çocuk Hakları, Çalışan Çocuklar ve Eğitim Sorunları." **Milli Eğitim Dergisi**, 2001, Sayı 151, s.25-35.

SLAGSVOLD Britt and SORENSEN Annemette, "Age, Education, and The Gender Gap in The Sense of Control." **The International Journal of Aging and Human Development**, 2008, Vol. 67, No. 1, p. 25-42.

SPENCIER Rosenthal Beth, and WILSON Cody, "Community Violence and Psychological Distress: The Protective effects of Emotional Social Support and Sense of Personal Control Among Older Adolescents.", **Adolescence**, 2008, Vol. 43, No. 172, p. 693.

SURGENOR Lois, HORN Jacqueline, HUDSON Stephen, "Empirical Scrutiny of a Familiar Narrative: Sense of Control in Anorexia nervosa.", **European Eating Disorders Review**, 2003, Vo. 11, No. 4, p.291-305.

SURGENOR Lois, HORN Jacqueline, HUDSON Stephen, LUNT Helen, and TENNENT Joss, "Metabolic Control and Psychological Sense of Control in Women with Diabetes Mellitus: Alternative Considerations of The Relationship." **Journal of Psychosomatic Research**, 2000, Vol. 49, No. 4, p. 267-273.

TSCHANNEN-MEGAN Moran and WOOLFOLK Anita H. and HOY Wayne K., "Teacher efficacy: Its Meaning and Measure." **Review of Educational Research**, 1998, Vol. 68, No. 2, p.202-248.

TSCHANNEN-MEGAN Moran and WOOLFOLK Anita H., "Teacher efficacy: Capturing an Elusive Construct." **Teaching and Teacher Education**, 2001, Vol. 17, No. 7, p.783-805.

WEISER Dana A. and RİGGİO Heidi R., "Family Background and Academic Achievement: Does Delf-efficacy Mediate Outcomes?" **Social Psychology of Education**, 2010, Vol. 13, No. 3, p. 367-383.

WEN Wen, YAMASHITA Atsushi, and ASAMA Hajime, "The influence of Goals on Sense of Control.", **Consciousness and Cognition**, 2015, No. 37, 2015, p. 83-90.

WOOD Robert E. and LOCKE Edwin A., "The Relation of Self-efficacy and Grade Goals to Academic Performance." **Educational and Psychological Measurement**, 1987, Vol. 47, No. 4, p.1013-1024.

YAEL Netz and RAVIV Shulamith, "Age Differences in Motivational Orientation Toward Physical Activity: An Application of Social-Cognitive Theory." **The Journal of Psychology** 2004, Vol. 138, No. 1, p.35-48.

YILDIRIM Fatma ve İLHAN İnci, "Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması", **Türk Psikiyatri Dergisi**, 2010, Cilt 21, Sayı 4, s. 301-308.

YURT Eyüp, "Öz-Yeterlik Kaynaklarının Matematik Başarısını Yordama Gücü," **Eğitim ve Bilim Dergisi**, 2014, Cilt 39 Sayı 176.

ZAFF Jonathan F., vd. "Implications of Extracurricular Activity Participation During Adolescence on Positive Outcomes." **Journal of Adolescent Research**, 2003, Vol. 18, No. 6, p. 599-630.

ZİMMERMAN Barry J., "Self-efficacy: An Essential Motive to Learn." **Contemporary Educational Psychology**, 2000, Vol. 25, No. 1, p. 82-91.

ZİMMERMAN Barry J. and BANDURA Albert, "Impact of Self-regulatory Influences on writing Course Attainment.", **American Educational Research Journal**, 1994, Vol. 31, No. 4, p. 845-862.

TEZLER:

ÇELİK ÖZDEN Canan, "Ebeveyn Kontrol Davranışlarının Ergenlerin Öz Düzenleme Becerileri ve Duygusal Sorunları Üzerine Etkisi", Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2013. (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

DERBEDEK Hande, "İlköğretim Okul Müdürlerinin Öğretimsel Liderlik Özelliklerinin Öğretmenlerin Öz Yeterlikleri Üzerindeki Etkileri (Bursa İli Örneği)", Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2008 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

KESGİN Emine, "Okul Öncesi Eğitim Öğretmenlerinin Öz-Yeterlilik Düzeyleri İle Problem Çözme Yaklaşımlarını Kullanma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Denizli İli Örneği)", Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2006 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

SAY Murat, "Fen Bilgisi Öğretmenlerinin Öz-Yeterlilik İnanışları." Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2005 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

VAROL Bahar, "Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Öz Yeterlilikleri (Niğde Üniversitesi Örneği) ", Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2007 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

TEBLİĞLER:

ÖZKAN Özlem, TEKKAYA Ceren and ÇAKIROĞLU Jale, "Fen Bilgisi Aday Öğretmenlerin Fen Kavramlarını Anlama Düzeyleri, Fen Öğretimine Yönelik Tutum ve Öz-Yeterlilik İnançları." **V. Fen Bilimleri Eğitimi Kongresi**, 2002.