

YAŞAM TATMİNİNİN ÖNCÜLLERİ OLARAK ALGILANAN STRES VE KONTROL ODAĞI: İŞKUR MESLEK EDİNDİRME KURSU KATILIMCILARI ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA

Mustafa Kemal TOPCU¹, Memduh BEĞENİRBAŞ², Tuğrul OĞUZHAN³

Öz

Bu çalışmada İŞKUR tarafından finanse edilen meslek edindirme kurslarına katılan iş arama eğiliminde bulunan işsizlerin algılanan stresleri, kontrol odakları ve demografik özelliklerinin yaşam tatminlerini nasıl etkiledikleri araştırılmıştır. Araştırma, algılanan stres seviyesinin ortalama seviyede olması ile birlikte stresle mücadele ortalamasının nispeten daha yüksek bir seviyede olduğunu ortaya koymaktadır. Katılımcıların yaşam tatminlerinin de ortalama düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada algılanan stres ile yaşam tatmini arasında anlamlı ve aynı yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buradan hareketle, iş arama döneminde stresin faydalı olabileceği ve stresle mücadele yaklaşımlarının benimsenmesinin yaşam tatmini de olumlu etkileyebileceği sonucuna varılabilir. Çalışmada ulaşılan diğer bir konu da kontrol odağı ile yaşam tatmini arasında anlamlı ve aynı yönlü bir ilişki bulunmasıdır. Bu nedenle, dış kontrol odaklı kursiyerlerin iç kontrol odaklılara kıyasla daha fazla yaşam tatmini sağladığı ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Tatmini, Algılanan Stres, Kontrol Odağı

¹ Dr., Misafir Öğretim Görevlisi, Milli Savunma Üniversitesi, Kara Harp Okulu Dekanlığı, İstanbul, e-posta: topcumustafakemal@gmail.com

² Doç.Dr., Kara Kuvvetleri Komutanlığı Ankara, e-posta: mbegenirbas@yahoo.com

³ Dr., Kara Kuvvetleri Komutanlığı Ankara, e-posta: tugruloguzhangoktug@gmail.com

PERCIEVED STRESS AND LOCUS OF CONTROL AS DETERMINANTS OF LIFE SATISFACTION: A STUDY ON THE PARTICIPANTS OF İŞKUR VOCATIONAL COURSE

Abstract

This study researches the effects of perceived stress, locus of control, and demographic factors on life satisfaction of the unemployed, seeking a job and participating in vocational training financed by İŞKUR. The study shows that level of perceived stress is average whilst mean of coping strategies is a bit higher than average. Similarly, life satisfaction of participants is a bit higher than average. It is contended that there is positive and significant relation between perceived stress and life satisfaction. We may conclude that stress is beneficial during job-seeking process and adopting coping strategies may positively affect life satisfaction. Another finding is that relation between locus of control and life satisfaction is positive and significant. Therefore, satisfaction level of trainees with external locus of control is higher than that with internal locus of control.

Keywords: Life Satisfaction, Percieved Stress, Locus of Control

Giriş

İş-aile yaşamı veya iş-yaşam dengesi, sosyal sermaye ve boş zamanı değerlendirme gibi iş dışı aktivitelerin örgütsel hayata etkileri son dönemlerde araştırmacı ve akademisyenlerin dikkatini çekmeye başlamıştır. Özellikle yaşam tatmini gibi daha genel algıların öncüllerinin belirlenmesi bireylerin iş performanslarının açıklanmasında da faydalı olmaktadır. Yaşam tatmininin örgütsel tutum ve davranışlar üzerindeki etkisinin fazla olduğu bilinmektedir. Diğer taraftan iş hayatına ilişkin araştırmaları çalışma ortamına indirmek yerine farklı açılardan ele almak gerekmektedir (Rice vd., 1992). Bu açıdan daha proaktif bir yaklaşımla tedbir alabilmek ve politika üretebilmek için araştırmaların kapsayıcılığının genişletilmesine ihtiyaç bulunmaktadır. Bu noktada meslek hayatına başlayabilmek için meslek edindirme kursuna katılanların yaşam tatmininin öncüllerinin çalışılması alanyazına katkı sağlayıcı olacaktır.

Ayrıca alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde çalışmaların ağırlıklı iş görenler örnekleminde yapıldığı, ancak özel bir gruba yönelik yapılmadığı da görülmektedir. Düzenli iş hayatında yer almayan bir grubun kariyer öngörülerini tespit etmek, ihtiyaçlarını analiz etmek, geliştirmek ve güçlendirmek oldukça güçtür. Böyle bir grubun doğası gereği aşırılık ve farklılıkları barındırması sebebiyle, insan kaynakları uygulamaları bağlamında hazırlıklı olmak zaruri görünmektedir. Buradan hareketle iş gücüne katılmaya çalışan ve iş arayışında olan bu tür gruplara yönelik çalışmaların yapılması alanyazına ve saha uygulamalarına katkı sağlaması açısından önemlidir.

Bireylerin amaçlarının yaşam tatmini seviyesini artırmak gerçeğinden hareketle yaşam tatmininin öncülleri ortaya konarak bu amaca hizmet edecek düzenlemeleri yapmak insan kaynakları uygulamaları açısından yol gösterici olacaktır. Bu bağlamda bu araştırmada algılanan stres ve kontrol odağı ile yaşam tatmini arasındaki ilişki tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu doğrultuda çalışmada akademisyen, araştırmacı, uzman ve politika yapıcılara bir kısım öneriler sunulması hedeflenmektedir. Bu çerçevede öncelikle araştırma değişkenleri kavramsal olarak ele alınmış, değişkenler arasındaki ilişkiler kuramsal olarak tartışılmış ve araştırma hipotezleri oluşturulmuştur. Sonraki bölümde araştırmanın yöntemi açıklanmış ve araştırma bulgularına yer

verilmiştir. Sonuç bölümünde ise bulgulardan hareketle elde edilen sonuçlara, önerilere ve kısıtlara değinilmiştir.

Kuramsal Çerçeve ve Hipotezler

Pozitif psikoloji bağlamında ele alınan temel yapılardan da birisi olan yaşam tatmini (Proctor vd., 2009), pozitif ve negatif duygusallık ile birlikte bireylerin öznel iyilik halinin bir belirleyicisi olarak ele alınmıştır (Diener, 1984; Diener vd., 1999). Bilişsel-yargısal bir süreç olan yaşam tatmini bireyin şahsi yargılarından şekillenen bir mahremiyet alanıdır (Diener, 1984). Yaşam tatmini yaşam kalitesini somut olarak belirlemek maksadıyla kullanılan bir ölçüm aracıdır (Rice vd., 1992, s. 156). Daha genel bir ifade ile yaşam tatmini, bireyin kişisel kırtirlerine göre yaşam kalitesini genel olarak değerlendirmesidir (Shin ve Johnson, 1978). Bu nedenle yaşam tatmininin kısmi etkilerinden ziyade bireyin hayatının tamamının nasıl etkilendiğine ilişkin araştırılması önemlidir (Arrindell vd., 1991, s. 117). Buradan hareketle, çalışmanın bu kısmında hipotezleri üretebilmek için yaşam tatmini ile algılanan stres ve kontrol odağının arasındaki ilişki açıklanmıştır.

Yaşam Tatmini ve Algılanan Stres

Alanyazında yer alan çalışmalara göre yaşam tatminini olumsuz etkileyen faktörler arasında stres ilk sırada yer almaktadır (Abbey ve Andrews, 1984; Marshall vd., 2008). Stresin kavramsallaştırılmasını Cannon'a kadar götürmek mümkündür. Cannon stresi biyolojik sistemin kimyasal olaylara verdiği tepki olarak nitelendirirken, Selye stresi vücudun geliştirdiği bir savunma mekanizması olarak tanımlamıştır (Hobfoll, 1989, s. 513). Stresi, bedeninin denge durumundan gösterdiği sapma olarak da nitelendirmek mümkündür (Lazarus, 1993). Ancak stresin bir algı mı, kişilik özelliği mi ya da çevresel bir faktör mü olduğu netlik kazanamamıştır (Hobfoll, 1989, s. 513). Stresin günümüzdeki kullanımı; Lazarus ve Folkman (1986) tarafından kavramsallaştırıldığı gibi bireyin çevresi ile etkileşimi sonucunda bireyin iyilik hâlini tehdit eden ya da bireyin kabiliyetini aşan belirli olaylar anlamındadır. Nitekim olayların stres yaratıp yaratmadığı tamamen bireyin algısı ile ilgili bir durumdur (Cohen vd., 1983, s. 385). Stres bireyden beklenen talepler üzerine oluşmamakta, taleplere cevap verebilecek kaynakların varlığı ile ilintili olarak karşımıza çıkmaktadır

(Lazarus vd., 1985). Diğer bir ifade ile çevresel faktörlerin bireylerin statü, ekonomik düzen, pozisyon, temel değerleri veya sevdikleri gibi kaynakları tüketecek şekilde tehdit yaratmasıyla stres algısı oluşmaktadır (Hobfoll, 1989, ss. 516-517).

Abbey ve Andrews (1984) tarafından yapılan boylamsal çalışma sonucunda stresin yaşam tatminini olumsuz etkilediği rapor edilmiştir. Chang (2002), Marshall ve arkadaşları (2008), Extremera ve arkadaşları (2009), Abolghasemi ve Varaniyab (2009) ve Malinauskas (2010) tarafından yapılan kesitsel çalışmada da benzer şekilde iki değişken arasındaki ters yönlü ilişkiden bahsedilmektedir. Eskin ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan ölçek uyarılama çalışmasında da yaşam tatmini ile algılanan stres arasında ters yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Açıklamalardan anlaşılacağı üzere stres bir algıdan oluşmakta ve stresi oluşturan faktörlerle birlikte bireyin stresle baş edebilme kapasitesi algısı şekillendirmektedir. Stres, bireyin ruhsal ve fiziksel sağlığı ile doğrudan ilişkili olarak yaşam tatminini olumsuz etkilemektedir. Yukarıdaki kuramsal tartışmalar ve araştırma bulgularına dayanarak aşağıdaki hipotez geliştirilebilir.

H1: Algılanan stres ile yaşam tatmini arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Yaşam Tatmini ve Kontrol Odağı

Kontrol odağı; endüstriyel psikoloji, klinik psikoloji, gelişim psikolojisi ve sosyal psikoloji gibi psikolojinin hemen hemen her alanında araştırma konusu yapılan bir kişilik özelliğidir (Wang vd., 2010, s. 761). Sosyal öğrenme teorisine dayanan kontrol odağı bireyin güç kaynağını yorumlayış tarzı şeklinde tanımlanabilir (Rotter, 1966). Kontrol odağını kavramsallaştıran Weiner ve arkadaşları (1972) başarıyı veya başarısızlığı kendi yeteneklerine bağlayan bireyleri iç kontrol odaklı; kadere veya işin güçlüğü gibi çevresel faktörlere bağlayanları dış kontrol odaklı olarak nitelendirmektedir. İç kontrol odaklılar kendi tutum ve davranışlarını ön plana çıkarırken, dış kontrol odaklılar kendisi ile ilgili gelişmeleri dahi kendilerinden daha güçlü olanlara, şansa veya kadere dayandırmaktadır (Rotter, 1966, s. 618). İç kontrol odaklı bireyler dış kontrol odaklılara kıyasla daha yüksek hedefler belirlemekte ve

hedeflerine doğru daha ısrarcı hareket etmektedir (McDermott, 2002, s. 8). İç kontrol odaklılar elde ettikleri sonuçların kendi tercih ve eylemlerine bağlı olduklarının farkındadır (Fiori vd., 2006, s. 241).

Wang ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan meta analiz çalışmasında kontrol odağı ile yaşam tatmini arasında güçlü bir ilişki olduğu rapor edilmiştir. Fiori ve arkadaşları (2006, s. 250) ve Judge ve arkadaşları (1998) da kontrol odağı ile yaşam tatmini arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Dış kontrol odaklıların yaşam tatmin seviyelerinin daha düşük olduğu tespit edilen bulgular arasındadır (Mirowsky ve Ross, 2003). Gilman ve Huebner (2006) de gençlerde yaşam tatmini ile dış kontrol odağı arasında negatif bir ilişki olduğundan bahsetmektedir. Abbey ve Andrews (1984) da iç kontrol odağının yaşam tatminini olumlu etkilediğini belirtmiştir. Okulu erken terk edenler arasında yapılan bir araştırmada işsiz olanların çalışanlara kıyasla daha dış kontrol odaklı oldukları ve daha düşük yaşam tatminine sahip oldukları aktarılmaktadır (Proctor vd., 2009, s. 549). Yukarıdaki kuramsal tartışmalar ve araştırma bulgularına dayanarak aşağıdaki hipotez geliştirilebilir.

H2: Kontrol odağı ile yaşam tatmini arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Yöntem

Katılımcılar

Çalışmanın amacı doğrultusunda ele alınan ilişkileri test edebilmek için Ankara'da İŞKUR tarafından finanse edilen meslek edindirme kurslarına katılım sağlayan 258 kursiyerden veri toplanmıştır. Araştırma kapsamında kursiyerlerin tamamına ulaşılmış ve kursun birinci ayının içerisinde kurs gördükleri eğitim merkezinde derslere girilerek araştırmacılar tarafından bizzat anket yapılmıştır. Mazereti nedeniyle katılmayanlar ve eksik bilgi verenler çıkarılınca analize tabi tutulan katılımcı sayısı 226 olmuştur. Katılımcılardan toplanan veriler SPSS 21.0 ve AMOS 16.0 paket programları ile analiz edilmiştir. Katılımcılara demografik özelliklerine ait frekans dağılımı Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Özellikler

		f	%
Cinsiyet	Kadın	198	87,6
	Erkek	28	12,4
Eğitim Durumu	İlk/Orta Öğretim	140	61,9
	Lisans	82	36,3
	Yüksek Lisans	2	1,8
Medeni Durum	Evli	74	32,7
	Bekâr	152	67,3
Çalışma Deneyimi	Bulunan	110	48,7
	Bulunmayan	116	51,3
Yaş	Ort.=31,3; s.s.=10,25; min.=16; maks.=53		

Tablo 1'deki verilere göre 198'i (%87,6) kadın ve 28'i (%12,4) erkek olan katılımcılardan 74'ü (%32,7) evli ve 152'si (%67,3) bekârdır. Katılımcıların eğitim durumları incelendiğinde 140'ının (%61,9) orta veya ilköğretim, 82'sinin (%36,3) lisans ve 2'sinin (%1,8) yüksek lisans mezunu olduğu görülmektedir. Yaşları 16 ile 53 arasında değişen katılımcıların yaş ortalaması 31,3 (s.s.=10,25) olup 116'sı hiç çalışmamıştır. Çalışmanın örneklemini genel hatlarıyla 30 yaş üstü lise ve daha düşük seviyede eğitime sahip ve çalışma deneyimi çok az olan kadınlar oluşturmaktadır.

Araştırmada Kullanılan Ölçüm Araçları

Yaşam tatmini ölçeği Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilmiş ve ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,87 olarak rapor edilmiştir (Arrindell vd., 1991, s. 120). Yedili Likert puanlama sistemi kullanılan ölçekte yüksek alınan puanlar yüksek yaşam tatminine işaret etmektedir.

Algılanan stres ölçeği Cohen ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilmiş ve Baltaş ve arkadaşları (1998) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Basım (2016) tarafından ölçeğin iki boyutlu yapısının daha geçerli ve güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Araştırmacı tarafından algılanan stres ve algılanan baş etme olarak isimlendirilen boyutların Cronbach Alfa katsayıları 0,82 ve 0,78 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada algılanan stresin boyutları stres algısı ve stresle mücadele olarak isimlendirilmiştir. Beşli Likert puanlama sistemi

kullanılan ölçekte alınan yüksek puanlar yüksek seviyede strese ya da stresle mücadeleyle işaret etmektedir.

Rotter (1966) tarafından geliştirilen kontrol odağı ölçeği Dağ (2002) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış ve Cronbach Alfa katsayısı 0,71 olarak rapor edilmiştir. Beşli Likert puanlama sistemi kullanılan ölçekte alınan yüksek puanlar dış kontrol odaklılığa işaret etmektedir.

Ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapıldığından bu çalışma kapsamında yapısal geçerlikleri tespit etmek için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılmıştır. DFA daha önce başka araştırmacılar tarafından belirlenmiş modelin test edilmesinde kullanılan bir analiz çeşididir (Büyüköztürk, 2008). Böylelikle daha önce yapısı keşfedilmiş ölçeklerin araştırma örneğinde benzer olup olmadığı test edilmektedir (Meydan ve Şeşen, 2011, s. 21; Gürbüz ve Şahin, 2016, s. 334).

Test edilen modelin eldeki veriler için uygunluğu uyum indeksleri ile ölçülmektedir. DFA yapabilmek için kullanılan AMOS veya LISREL gibi farklı hazır programlar çeşitli uyum iyilik indeksleri üretebilmektedir. Bu çalışmada Ki-kare uyum testi ($\Delta\chi^2/sd$), ortalama hataların karekökü (root mean square – RMR), iyilik uyum indeksi (goodness of fit index – GFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (comparative fit index – CFI) ve yaklaşık hataların ortalama karekökü (root mean square error of approximation – RMSEA) kullanılmıştır.

Önerilen model ile verinin uyumunu ölçen $\Delta\chi^2/sd$ için eşik değeri 3, kabul edilebilir değeri 5 olarak ifade edilmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2016, s. 337). Araştırma evreni ile örneklemin kovaryans matrisleri arasındaki artık kovaryansları test eden RMR'nin 0,05'ten daha az olması iyi uyumu, 0,08'den daha az olması kabul edilebilir uyumu göstermektedir (Kline, 2004). Modelin uyumunu örneklem büyüklüğünden bağımsız olarak test eden GFI'nin 0,90'dan daha fazla olması iyi uyum, 0,85'ten daha fazla olması kabul edilebilir uyum anlamına gelmektedir (Meydan ve Şeşen, 2011, s. 37).

Bentler (1990) tarafından önerilen CFI, test edilen modeli temel modele göre kıyaslama yapmakta ve 0 ile 1 arasında bir uyum değeri vermektedir. CFI için iyi uyum değerinin 0,95'ten daha fazla olması, kabul edilebilir uyum değerinin ise 0,90'dan daha fazla olması beklenmektedir (Gürbüz ve Şahin,

2016, s. 337). Modelin örneklem kovaryansı ile ne derece uyumlu olduğunu gösteren RMSEA için iyi uyum göstergesi 0,05'den daha az olması, kabul edilebilir uyum göstergesi ise 0,08'den daha az olmasıdır (Gürbüz ve Şahin, 2016, s. 337). DFA sonucu elde edilen uyum indeks değerleri ile birlikte ölçeklerin Cronbach alfa katsayıları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Ölçeklerin Geçerlik ve Güvenirlik Analizleri

Ölçekler ^a		Uyum İndeksleri					α
Δχ ² /sd		RMR	GFI	CFI	RMSEA		
Algılanan Stres	Stres Algısı ^b						0,67
	Stresle Mücadele	2,400	0,076	0,918	0,923	0,079	0,84
	Toplam						0,82
Kontrol Odağı		1,646	0,077	0,959	0,945	0,054	0,78
Yaşam Tatmini		0,479	0,043	0,997	1,000	0,000	0,75

RMSEA= Root Mean Square Error of Approximation; CFI= Comparative Fit Index; GFI= Goodness of Fit Index; RMR= Root Mean Square.

a: Modifiye edilmiş ölçeklere ilişkin bilgiler yer almaktadır.

b: Bir adet soru güvenirlilik analizi sonucu çıkarılmıştır.

Daha önce başka araştırmacılar tarafından yapısal geçerlik çalışması yapılan ölçme araçlarının bu araştırmanın verilerine uygunluğunu test etmek için kullanılan DFA sonucunda elde edilen uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Tablo 2'de verilen DFA uyum indeks değerleri modifiye edilmiş modele ait değerlerdir. Hazır programlar tarafından üretilen modifikasyon değerleri ölçme aracının uyum değerinin artırılması için ipuçları vermektedir (Kline, 1998). Ancak Pai ve arkadaşları (2006) tarafından da belirtildiği gibi modeli modifiye edebilmek için yapılacak iyileştirmelerin kavramsal dayanakları olması gerekmektedir. Bu doğrultuda yapılan inceleme neticesinde boyutların maddeleri arasında ilişkiler değerlendirilmiş ve algılanan stres ölçme aracının stres algısı boyutundan bir madde çıkarılmıştır.

Ölçme araçlarının güvenirliliklerini belirlemek amacıyla Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Güvenirlilik analizi bir ölçüm aracının ne derece tutarlı

ölçüm yaptığını göstermektedir (Gürbüz ve Şahin, 2016, s. 323). Cronbach alfa katsayısı ölçüm aracındaki maddelerin birbiri ile tutarlı olup olmadığını ve bu maddelerin söz konusu değişkeni ölçüp ölçmediğini belirlemektedir (Gürbüz ve Şahin, 2016, s. 161).

Özdamar'a (1999, s. 522) göre Cronbach alfa katsayısının 0.00–0.40 arasında olması ölçme aracının güvenilir olmadığını, 0.40–0.60 arasında olması düşük güvenilirlikte olduğunu, 0.60–0.80 arasında olması oldukça güvenilir olduğunu ve 0.80–1.00 arasında olması ise yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir. Ölçme araçlarının güvenilirlik katsayılarının 0,67 ile 0,84 arasında değiştiği görülmektedir. Algılanan stresin genel olarak güvenilirlik katsayısı 0,82 iken stres algısı için 0,67 ve stresle mücadele için 0,84 olarak hesaplanmıştır. Kontrol odağı ölçeğinin güvenilirlik katsayısı 0,78 ve yaşam tatmini için 0,75 olarak bulunmuştur. Bu şartlarda ölçme araçlarının güvenilirliği yeterli değerlendirilmiştir.

Değişkenler Arası İlişkiler

Araştırma kapsamında değişkenler arası ilişkileri tespit etmek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Analizler öncesinde verinin normal dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiş ve Kolmogorow-Smirnov normallik testi sonucunda verinin normallik varsayımını karşıladığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Korelasyon analizi yapabilmek için bu araştırma için kullanılmasının uygun olduğu belirlenen ölçme araçlarının ortalama puanları hesaplanarak Tablo 3'te gösterilmiştir. Katılımcıların stres algısının ortalama düzeyde (ort.=2,49; s.s.=0,65), stresle mücadele düzeylerinin ise orta düzeyin biraz üzerinde olduğu (ort.=3,47; s.s.=0,69) görülmektedir. Algılanan stresin bir bütün olarak ise orta seviyede olduğu anlaşılmaktadır (ort.=3,00; s.s.=0,53). Algılanan strese ve boyutlarına ilişkin standart sapmaların düşük olması katılımcıların verdikleri cevapların birbirine yakın olduğunu göstermektedir. Kontrol odağı puan ortalamalarının beşli ölçek üzerinden 3,71 (s.s.=0,57) olması katılımcıların daha dış kontrol odaklı bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Yaşam tatmini puanları açısından ise katılımcıların ortalama düzeyde olduğu belirtilebilir (ort.=3,83; s.s.=1,28).

Tablo 3. Korelasyon Analizi Bulguları ve Belirleyici İstatistikler

Değişkenler	1	2	3	4	Ort.	s.s.
1 Stres Algısı	1				2,49/5,00	0,65
2 Stresle Mücadele	,413	1			3,47/5,00	0,69
3 Kontrol Odağı	,017	-,024	1		3,71/5,00	0,57
4 Yaşam Tatmini	,307	,346	,148	1	3,83/7,00	1,28

Anlamli ilişkiler koyu renkle işaretlenmiştir ($p < 0,05$).

Korelasyon analizi bulguları Tablo 3'te yer almaktadır. İlişkiler analiz edildiğinde stres algısı ile yaşam tatmini arasında anlamli, orta seviyede ve pozitif yönde bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r=0,307$; $p < 0,05$). Benzer şekilde stresle mücadele ile yaşam tatmini arasında da anlamli, orta seviyede ve pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır ($r=0,346$; $p < 0,05$). Buradan hareketle araştırmada algılanan stres ile yaşam tatmini arasındaki ilişkiye yönelik geliştirilen H1 hipotezinin desteklendiği ifade edilebilir.

Kontrol odağı ile yaşam tatmini arasındaki ilişki incelendiğinde anlamli, düşük seviyede ve pozitif yönde ($r=0,148$; $p < 0,05$) bir ilişki bulunduğu anlaşılmaktadır. Buradan hareketle araştırmada kontrol odağı ile yaşam tatmini arasındaki ilişkiye yönelik geliştirilen H2 hipotezinin desteklendiği ifade edilebilir.

Diğer taraftan kontrol odağı ile algılanan stres arasında anlamli bir ilişki olmadığı görülmektedir ($r=0,017$; $p > 0,05$). Benzer şekilde kontrol odağı ile stresle mücadele arasında da anlamli bir ilişki olmadığı belirtilebilir ($r=-0,024$; $p > 0,05$).

Sonuç

Bu çalışmada İŞKUR tarafından finanse edilen meslek edindirme kursuna katılan iş arama eğiliminde bulunan işsizlerin algılanan stresleri, kontrol odakları ve demografik faktörlerin yaşam tatminlerini nasıl etkiledikleri araştırılmıştır. İŞKUR tarafından desteklenen meslek edindirme kurslarının %50 istihdam garantili olmasına karşın istihdam edilme oranına ilişkin net bir bilgiye ulaşmak mümkün olmamıştır. Genç işsizlik oranındaki artış trendi

meslek edindirme kurslarının gençlerin istihdam edilirligini artırıcı bir işlev kazanması gerektiğini ortaya koymaktadır. Genç çalışan tanımı değışmekle birlikte TÜİK tarafından 15-24 yaş arası olarak kabul edilmektedir. Bu çalışmanın yaş ortalamasının 31 olduğu düşünöldüğünde sübvans ve teşvik edilen bu tür meslek edindirme faaliyetlerinin amacına tam ulaşamadığı ortaya çıkmaktadır.

Ancak kursiyerlerin yaş ortalamasının yüksek olması, kadınların fazla olması gibi demografik faktörler sosyalleşme ortamı sağlandığını göstermektedir. Jahoda (1981) tarafından önerilen gizli yoksunluk modelinin de öngördüğü gibi işsizler psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmek için sosyal kurumlardan yararlanmaktadır. Ayrıca işsiz kalınan zaman uzadıkça bireyin sosyal destekten de mahrum kalmaya başladığı belirtilmektedir (Creed ve Bartrum, 2008). Bu açıdan araştırmada literatürle uyumlu sonuçlar elde edildiği belirtilebilir.

Araştırma, bir meslek edinmek ve güvencesi olan bir işte çalışmak için İŞKUR meslek edindirme kursuna devam katılımcıların algılanan streslerinin ortalama seviyede olduğunu, bununla birlikte stresle mücadele konusunda nispeten daha yüksek bir ortalama sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Katılımcıların verdikleri cevapların standart sapmalarının düşük olması da homojen bir grup olduğuna işaret etmektedir. Katılımcıların yaşam tatmin seviyeleri ise ortalama düzeydedir. Çalışmayanların yaşam tatmininin çalışanlara kıyasla daha düşük olduğunu ortaya koyan meta analiz araştırması bulunmaktadır (McKee-Ryan vd., 2005). Bu çalışmayla da uyumlu olarak kursiyerlerin yaşam tatminlerinin yüksek olmadığı görölmektedir.

Bağımsız değışkenler olarak araştırmada kullanılan algılanan stres ile yaşam tatmini arasında anlamlı, düşük seviyede ve pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Halbuki Abbey ve Andrews (1984), Marshall ve arkadaşları (2008) ve Malinauskas (2010) stresin yaşam tatminini olumsuz etkilediğini tespit etmiştir. Araştırma bulguları doğrultusunda iş arama döneminde stresin faydalı olabileceği ve stresle mücadele yaklaşımlarının benimsenmesinin yaşam tatminini de olumlu etkileyebileceği sonucuna varılabilir.

Çalışmada ulaşılan diğeri bir konu da kontrol odağı ile yaşam tatmini

arasında anlamlı, düşük seviyede ve pozitif yönde ilişki bulunmasıdır. Buradan hareketle dış kontrol odaklı kursiyerlerin iç kontrol odaklılara kıyasla daha fazla yaşam tatmini sağladığı ifade edilebilir. Bu bulgu Abbey ve Andrews (1984) ve Mirowsky ve Ross (2003) ile örtüşmezken, Fiori ve arkadaşları (2006, s. 250) ve Judge ve arkadaşları (1998) tarafından desteklenmektedir. Bu noktada kursiyerlerin sosyoekonomik özellikleri bilinmeden yorum yapılması doğru olmayacaktır. Ancak örneklemin eğitim seviyesinin ilk ve orta öğretim ağırlıklı olması, kadın sayısının fazla olması ve yaş ortalamasının yüksek olması gibi ipuçları kursa katılanların inançlarının, toplumsal kültürün, gelenek ve göreneklerin daha fazla etkisinde kaldığını göstermektedir. Bu doğrultuda dış kontrol odaklı olmaları ve yaşam tatminlerinin dış kontrol odaklılıkla doğru orantılı bir şekilde artması doğal karşılanabilir.

Tüm sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde Hobfoll (1989) tarafından geliştirilen kaynakların korunması yaklaşımının stresi daha uygun açıkladığı, meslek edindirme kursuna katılanların stres algısı geliştirmelerini gerektiren bir kaynak koruma duygusunu taşımadıkları, daha dış kontrol odaklı oldukları için kursa bir beceri kazanma niyetinden daha çok sosyalleşme maksadıyla gelerek psikososyal ihtiyaçlarını karşıladıkları sonucuna ulaşılabilir.

Politika yapımı açısından, işsiz gençlerin katılımını sağlayacak teşvik mekanizmalarının geliştirilmesi, bununla birlikte kursların sosyal ortamlar olarak katılımcıların ihtiyaçların karşılanmasına devam edilmesi faydalı olacaktır.

Kurs sonunda istihdam sağlanması durumunda ise insan kaynakları yöneticilerinin oryantasyon programlarında bireylerin imkân ve kabiliyetlerini belirleyici, öz yeterlik inançlarını güçlendirici eğitimlere ağırlık vermeleri daha uygun olacaktır.

Son olarak çalışmanın kısıtlarından bahsedilmesi çalışmanın genellenebilirliği ve yorumlanması açısından önemlidir. Çalışma kesitsel bir yaklaşımla belirli bir dönem içerisinde belirli bir amaçla bir araya gelmiş bir örnekleme uygulanmıştır. Bu nedenle çalışmanın başka örneklemlerde uygulanması hâlinde farklı sonuçlar elde edilmesi mümkündür. Bu çalışmayı sosyoekonomik faktörleri de dâhil ederek genişletmek yorumları daha geçerli

kılabilecektir. Bu noktada araştırmacıların bu örnekleme benzer katılımcılar üzerinde yapacağı araştırmalarda sosyoekonomik faktörlere de yer vermesi bazı kısıtları ortadan kaldırabilecektir. Araştırmanın bir diğer kısıtı katılımcıların sosyal beğenirlik etkisi olabilir. Zira sorulara verilen cevapların mevcut durumdan ziyade arzu edilen durumu yansıtmaya ihtimalini göz ardı etmemek gerekmektedir.

Kaynakça

- Abbey, A., Andrews, F. M. (1985). Modeling the Psychological Determinants of Life Quality. *Social Indicators Research*, 16(1), 1-34.
- Abolghasemi, A. ve Varaniyab, S. T. (2010). Resilience and Perceived Stress: Predictors of Life Satisfaction in the Students of Success and Failure. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 748-752.
- Arrindell, W. A., Meeuwesen, L., Huyse, F. J. (1991). The Satisfaction With Life Scale (SWLS): Psychometric properties in a non-psychiatric medical outpatients sample. *Personality and Individual Differences*, 12(2), 117-123.
- Baltaş, Z., Atakuman, Y., Duman, Y. (1998). Standardization of the Perceived Stress Scale: Perceived Stress in Turkish Middle Managers. *Stress and Anxiety Research Society*, 19th International Conference, İstanbul.
- Basım, A. (2016). *Algılanan Streste Duygusal Emek ve Kendilik Değerlendirmelerinin Rolü: Avukatlar Üzerine Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Türk Hava Kurumu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative Fit Indexes in Structural Models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246.
- Büyüköztürk, Ş. (2008). *Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Chang, E. C. (2002). Optimism–Pessimism and Stress Appraisal: Testing a Cognitive Interactive Model of Psychological Adjustment in Adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 675–690.
- Cohen, S., Kamarck, T., Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health Social Behavior*, 24, 385-396.
- Creed, P. A., Bartrum, D. A. (2008). Personal Control as a Mediator and Moderator Between Life Strains and Psychological Well-Being in the Unemployed. *Journal of Applied Social Psychology*, 38(2), 460-481.
- Dağ, İ. (2002). Locus of Control Scale: Scale Development, Reliability and Validity Study. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 77-92.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., Dereboy, Ç. (2013). Algılanan Stres Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Güvenirlik ve Geçerlik Analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Extremera, N., Durán, A., Rey, L. (2009). The Moderating Effect of Trait Meta-Mood and Perceived Stress on Life Satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 47(2), 116-121.
- Fiori, K. L., Brown, E. E., Cortina, K. S., Antonucci, T. C. (2006). Locus of Control as a Mediator of the Relationship between Religiosity and Life Satisfaction: Age, Race, and Gender Differences. *Mental Health, Religion and Culture*, 9(03), 239-263.
- Gilman, R., Huebner, E. S. (2006). Characteristics of Adolescents who Report Very High Life Satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 311-319.
- Gürbüz, S., Şahin, F. (2016). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri: Felsefe – Yönetim – Analiz* (3. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*, 44(3), 513.
- Jahoda, M. (1981). Work, Employment, and Unemployment: Values, Theories, and Approaches in Social Research. *American Psychologist*, 36(2), 184-191.
- Judge, T. A., Locke, E. A., Durham, C. C., Kluger, A. N. (1998). Dispositional Effects on job and Life Satisfaction: The Role of Core Evaluations. *Journal of Applied Psychology*, 83(1), 17.
- Kline, R. B. (1998). Software Review: Software Programs for Structural Equation Modeling: Amos, EQS, and LISREL. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 16(4), 343-364.
- Kline, R. (2004). *Beyond Significance Testing: Reforming Data Analysis Methods in Behavioral Research*. Washington, D.C.: American Psychological Association
- Lazarus, R. S. (1993). From Psychological Stress to the Emotions: A History of Changing Outlooks, *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.
- Lazarus, R. S., DeLongis, A., Folkman, S., Gruen, R. (1985). Stress and Adaptational Outcomes: The Problem of Confounded Measures. *American Psychologist*, 40(7), 770-785.

- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1986). Cognitive Theories of Stress and the Issue of Circularity. Appleyve, M. H., Trumbull, R. (Ed.), *Dynamics of Stress. Physiological, Psychological, and Social Perspectives* (ss. 63-80). New York: Plenum.
- Malinauskas, R. (2010). The Associations among Social Support, Stress, and Life Satisfaction as Perceived by Injured College Athletes. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 38(6), 741-752.
- Marshall, L. L., Allison, A., Nykamp, D., Lanke, S. (2008). Perceived Stress and Quality of Life among Doctor of Pharmacy Students. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 72(6), 1-8.
- McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C. R., Kinicki, A. J. (2005). Psychological and Physical Well-Being During Unemployment: A Meta-Analytic Study. *Journal of Applied Psychology*, 90(1), 53.
- McDermott, B. J. (2002). *The Utility of Perceived Stress, Locus of Control, and Type A Behavior Pattern as Predictors of Doctoral Degree Completion in a Non-traditional Ed. D. Program* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). West Virginia University, ABD.
- Meydan, C. H., Şeşen, H. (2011). *Yapısal Eşitlik Modellemesi AMOS Uygulamaları*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Mirowsky, J., Ross, C. E. (2003). *Education, Social Status, and Health. Series Title: Social Institutions and Social Change*. Hawthorne, NY: Aldine de Gruyter.
- Özdamar, K. (1999). *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi*. Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Pai, A. L., Mullins, L. L., Drotar, D., Burant, C., Wagner, J., Chaney, J. M. (2006). Exploratory and Confirmatory Factor Analysis of the Child Uncertainty in Illness Scale among Children with Chronic Illness. *Journal of Pediatric Psychology*, 32(3), 288-296.
- Proctor, C., Alex Linley, P., Maltby, J. (2009). Youth Life Satisfaction Measures: A Review. *The Journal of Positive Psychology*, 4(2), 128-144.
- Rice, R. W., Frone, M. R., McFarlin, D. B. (1992). Work—Nonwork Conflict and the Perceived Quality of Life. *Journal of Organizational Behavior*, 13(2), 155-168.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80, 1-28.
- Shin, D. C., Johnson, D. M. (1978). Avowed Happiness as an Overall Assessment of the Quality of Life. *Social Indicators Research*, 5(1-4), 475-492.

- Wang, Q., Bowling, N. A., Eschleman, K. J. (2010). A Meta-Analytic Examination of Work and General Locus of Control. *Journal of Applied Psychology*, 95(4), 761–768.
- Weiner, B., Heckhausen, H., Meyer, W., Cook, R. (1972). Causal Ascriptions and Achievement Behavior: A Conceptual Analysis of Effort and Reanalysis of Locus of Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 21(2), 239–248.