

Yaşam Doyumunun Kontrol Odağı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi: Kuzey Kıbrıs Örneği

Examination of Life Satisfaction in Terms of Locus of Control and Some Variables: The Example of Northern Cyprus

Bedriye ALICI¹

Öz

Bu çalışma yaşam doyumunun yaş, cinsiyet, sınıf, çalışma durumu ve kontrol odağı değişkenleri açısından incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bir durumda değişiklik yapabilme yeteneği olarak tanımlanan kontrol odağı iki boyutlu bir yapıyı temsil eden bir kişilik özelliğidir. Pozitif psikoloji içinde ele alınan yaşam doyumu ise bireyin yaşamını bilişsel olarak değerlendirmesini ifade etmektedir. İlişkisel tarama deseni kullanılan bu çalışma kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi ile 2023-2024 eğitim öğretim yılında üniversitelerde öğrenim gören toplam 444 lisans öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada “kişisel bilgi formu”, “Çok Boyutlu Kontrol Odağı Ölçeği” ve “Riverside Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmıştır. Toplanan veriler üzerinde gerçekleştirilen normallik analizleri sonucunda parametrik istatistik yöntemleri (betimsel analizler, korelasyon hesaplaması, varyans analizleri, regresyon analizi) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların hayatından orta düzeyde memnun oldukları, yaş arttıkça yaşam doyumunun anlamlı olarak arttığı, erkeklerin, çalışanların, üst sınıfların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu, iç kontrol odağı düzeyinin yaşam doyumunu yordamada daha çok etkiye sahip olduğu görülmüştür. Çalışmanın bulguları ilgili literatür ışığında tartışılarak çalışma sonuçlarına ilişkin öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Doyumu, İç Kontrol Odağı, Dış Kontrol Odağı, Kuzey Kıbrıs.

Abstract

This study was conducted to examine life satisfaction in terms of age, gender, grade level, working status and locus of control. Locus of control, defined as the ability to make changes in a situation, is a personality trait that represents a two-dimensional structure. Life satisfaction, which is discussed within positive psychology, refers to the individual's cognitive evaluation of his life. This study was used a relational survey design with the easily accessible sampling method on a total of 444 undergraduate students. Personal information form, Multidimensional Locus of Control Scale and Riverside Life Satisfaction Scale were used during the data collection process. As a result of the normality analyses performed on the collected data, parametric statistical methods (descriptive statistics, Correlation calculation, variance analysis, regression analysis) were used. The study results revealed that participants were moderately satisfied with their lives, that life satisfaction increased significantly with age, that males, working people, and upper-class individuals had higher life satisfaction, and that internal locus of control had a greater impact on predicting life satisfaction. The study findings are discussed in light of the relevant literature, and recommendations regarding the study results are presented.

Keywords: Life Satisfaction, Internal Locus of Control, External Locus of Control, North Cyprus.

¹ Dr. Öğretim Üyesi, Kıbrıs İlim Üniversitesi, bedriyealici@csu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-2509-3376>, <https://ror.org/04mk5mk38>

Giriş

Önemi gittikçe artan pozitif psikoloji alanı olumlu ve güçlü yönleri vurgu yapmakta ve yaşam doyumu, pozitif duygulanım, psikolojik iyi oluş gibi kavramları içeren iyi oluşu kapsamaktadır. Yaşam doyumu öznel iyi oluş durumunun bilişsel bileşenini oluşturmaktadır. Yaşam doyumu yaşam amacı, olumlu duygulanım, mutluluk gibi kavramlarla ilişkilidir (Diener, 1984; Kushlev vd., 2021). Bununla birlikte, bireyin yaşamı ile ilgili yargısal süreçleri, değerlendirmeleri söz konusudur (Dağlı & Baysal, 2016). Yaşam doyumu bireyin öznel bilişsel yargısını ifade etmektedir. Bu kapsamda iki farklı bakış açısı bulunmaktadır; Hedonik ve eudaimonik yaklaşımlar. Hedonik yaklaşım iyi oluşu kısa süreli mutluluğa, zevk ve hoş deneyimlere bağlamaktadır ve öznel iyi oluş kapsamındadır. Eudaimonik yaklaşım ise iyi oluşu bireyin kendini gerçekleştirmesine giden yolda bireyin yaptığı ve kendini geliştirmeye katkı sunan psikolojik kaynaklara bağlamaktadır. Bu bakış açısı psikolojik iyi oluş kapsamındadır (Parsons vd., 2019). Yapılan incelemede, iki farklı yapıyı temsil ediyor gibi görünen yaklaşımların bir bütünü oluşturan parçaları olduğu görülmektedir. Buna göre, iyi oluş kavramı öznel iyi oluş (yaşam doyumu, olumlu ve olumsuz duygulanım) ve psikolojik iyi oluş (yaşam amacı, çevresel hâkimiyet, kişisel gelişim, olumlu ilişkiler, öz kabul, otonomi,) kavramlarını kapsayan bütüncül bir yapıdır (Alıcı & Seçim, 2020; Parsons vd., 2019). Yapılan çalışmalarda Finlandiya, Danimarka ve İzlanda gibi ülkelerde yaşam doyumu düzeyinin yüksek olduğu, buna karşılık Hindistan, Türkiye, Bulgaristan gibi birçok ülkede yaşam doyumu düzeyinin düşük olduğu tespit edilmiştir (ör. OECD, 2024, s.111).

Özellikle yaşam doyumu düzeyinin bireysel ve toplumsal bağlamda artırılmasında hangi değişkenlerin etkili olduğunu bulmada yapılan çalışmalar büyük önem arz etmektedir. Bu noktada kontrol odağının nasıl tanımlandığı önem arz etmektedir. Kontrol odağı eylem yoluyla bir durumda değişiklik yapabilme yeteneği olarak tanımlanmış (Chiang vd., 2019) iki boyutlu bir yapıyı temsil eden bir kişilik boyutu olarak açıklanmıştır (Dağ, 1991). İlk olarak 1975 yılında Rotter tarafından tanımlanan kontrol odağı, eylemlerin gerçekleşmeleri ile ilgili beklentileri içermektedir. Buna göre, iç kontrol odağı eylemlerin gerçekleşmesinde bireylerin kendi davranışlarına atıf yaparken, dış kontrol odağı eylemlerin gerçekleşmesinde öngörülemeyen diğerlerinin kontrolüne atıf yapmaktadır. Kontrol odağı dinamik (Devin vd., 2012) ve kişiliğin önemli bir yapısını ifade etmektedir (Popova, 2012, s.1). Bu bağlamda kontrol odağı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin ne yönde olduğu kritik bir noktadır.

Yapılan çalışmalarda kontrol odağının yaşam doyumu ile ilişkili olabileceğine yönelik çalışma bulguları yer almaktadır (ör. Kesavayuth vd., 2022). İç kontrol odağı olan kişilerin doyumlarının geciktirilmesine toleranslı oldukları belirtilmektedir (Dağ, 1991). İç kontrol odağı bireyin kendi psikolojik durumuyla doğrudan ilişkililikten (Eryılmaz, 2012), dış kontrol odağı bireyin çevresiyle ve dış etkenlerle ilgili olduğu bilinmektedir. Kontrol odağı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelendiğinde Taş (2011) gerçekleştirdiği çalışmada yaşam doyumu düzeyi, iç kontrol odağı ve dış kontrol odağı arasında anlamlı bir fark tespit etmemiştir. Eryılmaz (2012) tarafından yapılan çalışmada ise üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları yaşam doyumu, kontrol odağı, benlik saygısı gibi değişkenler açısından incelenmiş ve özgün bir farkın olmadığı anlaşılmıştır. Yapılan diğer bir çalışmada ise iç kontrol odağı yaşam doyumu ile ilişkili bulunmazken, dış kontrol odağının yaşam doyumu ile olumlu yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu rapor edilmiştir (Ajayi vd., 2024). Genel olarak kadın ve erkeklerin yaşam doyumu düzeylerinin benzer olmakla beraber, bazı ülkelerde cinsiyete dayalı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, Danimarka, Litvanya gibi ülkelerde erkekler daha yüksek yaşam doyumu gösterirken; Türkiye, Kore gibi ülkelerde kadınlar daha yüksek yaşam doyumuna sahiptirler. Bununla birlikte, yaşla birlikte yaşam doyumun azaldığı; Litvanya, İsrail gibi ülkelerde gençler daha yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları, Türkiye’de 50 yaş üzerinde yaşam doyumunun en düşük seviyeye indiği belirtilmiştir. Bir işte çalışıyor olmak, öğrenimin

yüksek olması, gelirin yüksek olması ve kentte yaşamak yüksek yaşam doyumu ile ilişkilendirilmiştir (OECD, 2024, s.110).

Bu çalışmanın amacı, yaşam doyumunun yaş, cinsiyet ve kontrol odağı gibi değişkenler açısından incelenmesidir. Bu doğrultuda belirlenen araştırma sorularıyla bu ilişki açıklanmaya çalışılmıştır. Yaşam doyumu düzeyini etkileyen birçok faktör olduğu yapılan çalışmalarda ortaya çıkarılmıştır. Bu faktörlerden birinin kontrol odağı düzeyi olduğu söylenebilir. Bu faktörlerin iyi anlaşılması bireylerin yaşam doyumu düzeyini yükseltmede dolayısıyla yaşam doyumu düzeyleri yüksek toplumların oluşturulmasında önemli görülmektedir. Bu alandaki çalışmalar ülkelerin gelişmişlik düzeylerinin göstergelerinden biri olarak görülmekte, bu yönde araştırmalar yapılmakta ve yapılan çalışmaların sonuçlarının ülke politikalarına yön verdiği söylenebilir. Bununla birlikte yaşam doyumunun bireyin kişiliğinin bir parçası olarak görülen kontrol odağı ile ilişkisini farklı kültürlerde incelemenin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. KKTC kapsamında bu yönde yapılmış olan çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür bu amaçla Google Akademik üzerinde yapılan Türkçe dilindeki taramada “kontrol odağı” ve “yaşam doyumu” ve “KKTC” kelimeleri ile ilgili 35 sonuç bulunurken, İngilizce dilinde yapılan taramada “locus of control” ve “life satisfaction” ve “North Cyprus” kelimeleri ile 114 sonuç bulunmuştur. Kontrol odağı ve yaşam doyumu kavramlarının bireyci ve toplulukçu kültürleri bünyesinde barındıran bir ada ülkesi olan Kuzey Kıbrıs örnekleminde araştırılması konunun kültürel açıdan değişkenliğini ortaya koyması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmanın ana problem cümlesi: *KKTC’de yaşayan bireylerin yaşam doyumu ve kontrol odağı düzeyleri çeşitli değişkenler açısından nasıldır?* Bu problem cümlesine bağlı olarak aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır.

1. Katılımcıların kontrol odağı düzeyi ve yaşam doyumu düzeyi yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi ve çalışma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
2. Katılımcıların kontrol odağı ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Katılımcıların kontrol odağı düzeyleri yaşam doyumu düzeylerini yordamakta mıdır?

1. Yöntem

Yöntem bölümünde araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci gibi konularda bilgiler sunulmuştur. Araştırma yapılmadan önce Kıbrıs İlim Üniversitesi Etik Kurulu’nun 20.03.2024 tarih ve 2024/03.003 nolu kararı ile etik açıdan uygunluk onayı alınmıştır.

1.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada katılımcıların Kontrol Odak düzeyleri ile Yaşam Doyum düzeyleri arasındaki ilişkiler tespit edilmiş ve çeşitli demografik özelliklerin, kontrol odağı ve yaşam doyumu düzeyleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Nicel yöntem ile gerçekleştirilen çalışmada ilişkisel tarama deseni kullanılmıştır. Karasar (2015) tarafından ifade edildiği üzere, ilişkisel tarama, incelenen değişkenler arasında herhangi bir değişimin var olup olmadığını belirlemeyi amaçlayan bir araştırma yöntemidir; bu yöntem, varsa değişimin derecesini belirleme amacını taşır. Bu çalışmada, katılımcıların kontrol odağı düzeyi ile yaşam doyumu düzeyi arasındaki ilişki ile bu ilişkinin gücünü belirlemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

1.2. Çalışma Grubu

Bu çalışmanın katılımcılarını Girne’de 2023-2024 eğitim öğretim yılında üniversitelerde öğrenim gören lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcılara ilişkin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, çalışma durumu ile ilgili demografik bilgiler Tablo 1’de sunulmaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri

Değişken	Katılımcılar	F	%
Yaş	18-20 yaş	121	27,3
	21-24 yaş	133	30,0
	25-28 yaş	117	26,4
	29 yaş ve üstü	73	16,3
Cinsiyet	Kadın	219	49,3
	Erkek	225	50,7
Sınıf	1. Sınıf	102	23,0
	2. Sınıf	129	29,1
	3. Sınıf	99	22,3
	4. Sınıf	114	25,7
Çalışma Durumu	Çalışıyor	182	41,0
	Çalışmıyor	262	59,0

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların demografik özelliklerine göre farklı kategorilerde dağılım gösterdiği gözlemlenmektedir. İlk olarak, yaş değişkenine bakıldığında, katılımcıların en büyük bölümünün 21-24 yaş grubunda (%30) yer aldığı ve bu grubun toplamda 133 kişiyle temsil edildiği görülmektedir. Bu yaş grubunu sırasıyla %27,3 ile 17-20 yaş aralığındaki katılımcılar (n=121), %26,4 ile 25-28 yaş aralığındaki katılımcılar (n=117) ve %16,3 ile 29 yaş ve üstü katılımcılar (n=73) takip etmektedir. Yaş dağılımındaki bu farklılıklar, çalışmanın genç ve orta yaş grupları arasında dengeli bir şekilde katılımcı profili sunduğunu göstermektedir. Cinsiyet dağılımı açısından incelendiğinde, kadın ve erkek katılımcıların oranlarının birbirine çok yakın olduğu dikkat çekmektedir. Kadın katılımcılar, toplam katılımcıların %49,3'ünü (n=219) oluştururken, erkek katılımcılar %50,7'lik (n=225) bir oranla temsil edilmektedir. Bu cinsiyet dağılımı, çalışmanın sonuçlarının cinsiyet açısından dengeli bir temele dayandığını ortaya koymaktadır. Sınıf düzeyi incelendiğinde ise, katılımcıların en yüksek oranının %29,1 ile 2. sınıfta yer aldığı ve toplamda 129 kişiyle temsil edildiği görülmektedir. 1. sınıf öğrencileri %23,0 (n=102), 3. sınıf öğrencileri %22,3 (n=99) ve 4. sınıf öğrencileri %25,7 (n=114) oranında çalışmaya katılım göstermiştir. Sınıf düzeyleri arasındaki bu dengeli dağılım, katılımcıların öğrenim durumları açısından geniş bir yelpazeyi kapsadığını göstermektedir.

Son olarak, çalışma durumu açısından yapılan incelemede, katılımcıların %41,0'ının (n=182) bir işte çalıştığı, %59,0'ının (n=262) ise çalışmadığı görülmektedir. Bu dağılım, katılımcıların yarısından fazlasının çalışmadığını ve bu durumun katılımcıların sosyo-ekonomik koşulları üzerine olası etkilerinin incelenmesi gerektiğini göstermektedir. Genel olarak tablo, çalışmanın katılımcı profili hakkında ayrıntılı bilgi sunmakta ve yaş, cinsiyet, sınıf ve çalışma durumu açısından dengeli bir dağılım sağlandığını göstermektedir. Bu dengeli dağılım, çalışmanın bulgularının genellenebilirliğine katkı sunmaktadır.

1.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada Kişisel bilgi formu, Çok Boyutlu Kontrol Odağı Ölçeği ve Riverside Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Bu bölümde kullanılan ölçüm araçları ile ilgili bilgi verilmektedir.

1.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi ve çalışma durumlarını soran sorulardan oluşmuştur.

1.3.2. Çok Boyutlu Kontrol Odağı Ölçeği

Kendini değerlendirme türü bir ölçüm aracı olan kontrol odağı ölçeği, kontrol beklentilerin içsellik-dışsallık boyutunu belirlemektedir. İç kontrol odağı, güçlü olan diğerleri ve şans ve kader olarak isimlendirilen üç alt boyutu vardır. 24 maddeden oluşan ölçek Levenson (1974) tarafından geliştirilmiştir ve 6'lı likert tipi bir ölçek olarak hazırlanmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik - güvenirlik çalışması Kırıl (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlanan çalışmada toplam 19 madde ve 3 boyut bulunmaktadır. Bu boyutlar iç kontrol odaklılık, başkalarına dayalı kontrol odaklılık ve şans kadere dayalı kontrol odaklılık olarak isimlendirilmiştir. Kırıl (2012) tarafından geliştirilen ölçeğin Cronbach alfa katsayıları, iç kontrol odaklılık için .62, güçlü olan diğerleri için .66 ve şans ve kader için .68 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışma kapsamında ise Cronbach alfa katsayıları, iç kontrol odaklılık için .88, başkalarına dayalı kontrol odaklılık için .90 ve şansa ve kadere dayalı kontrol odaklılık için .89 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin genelinde yer alan 19 maddeye ilişkin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ise .94 olarak hesaplanmıştır.

1.3.3. Riverside Yaşam Doyumu Ölçeği (RYDÖ)

Margolis vd. (2018) tarafından geliştirilen yaşam doyum ölçeği, yaşamdan alınan doyum ya da tatmini ölçmektedir. Riverside Yaşam Doyumu Ölçeği üçü tersten puanlanan (2, 4, 6) toplam 6 maddeden oluşmaktadır. Yedili likert tipi bir ölçektir, 6-42 arasında puanlanmaktadır. Puanların yüksekliği yaşam doyumunu düzeyindeki artışı göstermektedir. Cronbach Alpha katsayısı .78 olarak rapor edilmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlik - güvenirlik çalışması Alıcı ve Seçim (2020) tarafından 18-70 yaş arasındaki bireyler üzerinde yapılmış, Cronbach Alpha katsayısı .78, testi yarılama yönteminde iki yarı test arasında elde edilen korelasyon katsayısı .77 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise ölçeğin güvenirlik katsayısı .72 olarak hesaplanmıştır. Bu değer ölçeğin güvenilir olduğunu bir göstergesidir.

1.4. Veri Toplama Süreci ve Veri Analizi

Veriler kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi ile yüz yüze toplanmıştır. Bu veri toplama yönteminde araştırmacının amacı ulaşabileceği en yakın ve kolay örneklem gurubunu ele almasıdır (Yıldırım & Şimşek, 2013).

Katılımcılardan toplanan verilerin analiz edilebilmesi için SPSS 26 paket programı kullanılmıştır. Toplanan veriler eksik veri bakımından değerlendirilmiş ve ters puanlanması gereken maddeler düzeltilmiştir. Toplanan verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda yaşam doyum ölçeğinin basıklık katsayısı .215, çarpıklık katsayısı -.272 olarak bulunmuştur. Kontrol odağı ölçeğinde iç kontrol odaklılık faktörünün basıklık katsayısı, .387, çarpıklık katsayısı -.574 olarak hesaplanmıştır. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık faktörünün basıklık katsayısı, -.895, çarpıklık katsayısı ise .061 olarak hesaplanmıştır. Şans Kadere dayalı kontrol odaklılık faktörünün basıklık katsayısı, -.965, çarpıklık katsayısı ise .164 olarak hesaplanmıştır. Bu değerlerin -1.5 ve +1.5 değerleri arasında olduğu ve verilerin normal dağıldığı değerlendirilmiştir (Tabachnick & Fidell, 2013). Bu durumda parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. Katılımcıların yaşam doyum düzeyinin ve kontrol odağı düzeyinin yaşlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı Anova testi, cinsiyetlerine ve çalışma durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı T-testi ile yapılmıştır. Anova testinde anlamlı çıkan değerler için farklılığın kaynağının tespit edilmesi için Scheffe testi yapılmıştır. Ayrıca, elde edilen veri setindeki değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanarak, doğrusal bağlantı varsayımının sağlanıp sağlanmadığı değerlendirilmiştir. Büyüköztürk (2011) tarafından belirtildiği üzere, değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarının 0.80 veya daha yüksek olması sonucu çoklu bağlantı sorununun olabileceği dikkate alınmıştır. Değişkenler arasındaki korelasyon değerleri incelenmiş ve çoklu bağlantı sorununa işaret eden herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir. Ayrıca, uç değerler analiz edilerek aykırı değerlerin etkisi Cook's

Distance yöntemi ile değerlendirilmiştir. Green vd. (2000) Cook's Distance değerinin 1'den büyük olması, aykırı değerlerin verilere önemli ölçüde etki ettiğini gösterir. Yapılan analizde, Cook's Distance değerleri minimum .00 ve maksimum .041 arasında olup, 1'den büyük bir değere rastlanmamıştır. Katılımcıların yaşam doyum düzeyleri ile kontrol odak düzeylerinin arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Spearman Korelasyon analizi uygulanmıştır. Ayrıca, katılımcıların görüşleri doğrultusunda Kontrol odak düzeyinin yaşam doyumunu üzerindeki etkisini ortaya koymak için basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Katılımcıların kontrol odağı ve yaşam doyumunu düzeylerinin daha ayrıntılı bir şekilde değerlendirilmesi amacıyla, ortalama ve standart sapma değerleri de incelenmiştir.

2. Bulgular

Bu bölümde alt problemlere cevap aranacaktır. Katılımcıların yaşam doyum düzeylerine ilişkin veriler Tablo 2 üzerinde gösterilmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Yaşam Doyum Düzeyleri

Yaşam Doyum Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss
Madde 1	444	4,68	1,96
Madde 2	444	4,32	2,06
Madde 3	444	4,85	1,79
Madde 4	444	4,42	1,98
Madde 5	444	4,62	1,86
Madde 6	444	4,29	2,14
Toplam	444	4.53	1.28

Tablo 2'deki bulgular incelendiğinde katılımcıların yaşam doyum düzeylerinin orta ($\bar{X}=4,53$) düzeyde olduğu görülmektedir. Ölçekte yaşam doyum düzeyleriyle ilgili maddeler incelendiğinde en yüksek ortalama "hayatımdan memnunum" ($\bar{X}=4,85$) maddesinin sahip olduğu en düşük ortalamanın ise "yaşamımın gidişatını değiştirmek isterim" ($\bar{X}=4,29$) maddesinin sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların kontrol odağı düzeyleri Tablo 3 üzerinde gösterilmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Kontrol Odağı Düzeyleri

Kontrol Odağı Ölçeği	N	$\bar{X}$	Ss
Madde 1	444	4,52	1,52
Madde 2	444	4,07	1,65
Madde 3	444	4,36	1,48
Madde 4	444	3,97	1,75
Madde 5	444	4,31	1,56
Madde 6	444	4,53	1,52
Madde 7	444	4,62	1,40
Madde 8	444	4,61	1,41
Madde 9	444	3,67	1,80
Madde 10	444	4,13	1,62
Madde 11	444	3,56	1,74
Madde 12	444	3,73	1,70
Madde 13	444	3,70	1,68
Madde 14	444	3,92	1,69
Madde 15	444	3,55	1,84
Madde 16	444	3,65	1,71
Madde 17	444	3,59	1,79
Madde 18	444	3,94	1,53
Madde 19	444	4,34	1,45
Toplam	444	4,04	1,14

Tablo 3'teki bulgular incelendiğinde, katılımcıların kontrol odağı düzeylerinin genel olarak orta seviyede olduğu ($\bar{X}=4.04$) görülmektedir. Ölçekte kontrol odağı düzeyleriyle ilgili maddeler incelendiğinde, en yüksek ortalama "yaşadıklarım olacak şeylerin önüne geçemeyeceğimi gösterdi" ($\bar{X}=4.62$) maddesinin sahip olduğu saptanmıştır. Öte yandan, en düşük ortalama "kişisel ilgi alanlarıma ilişkin çalışmaları devam ettirmek benim elimdedir" ifadesidir ($\bar{X}=3.55$). Yaş değişkenine göre, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ve kontrol odakları alt boyutlarına ilişkin görüşleri arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığı Anova testi kullanılarak araştırılmıştır.

Tablo 4. Katılımcıların Yaşam Doyum Düzeyleri ve Kontrol Odak Düzeylerinin Yaşa Göre Anova Testi Analiz Sonuçları

	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	Kareler Top.	Sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Yaşam Doyum	17-20 yaş	121	4,22	1,24	Grup arası	22,10	3	7,36	4,63	0,00*	1<3
	21-24 yaş	133	4,47	1,24	Grup içi	699,64	440	1,59			1<4
	25-28 yaş	117	4,76	1,23	Toplam	721,74	443				
	29 yaş +	73	4,76	1,35							
İç Kontrol Odaklılık	17-20 yaş	121	3,92	1,10	Grup arası	45,12	3	15,04	12,40	0,00*	1<2
	21-24 yaş	133	4,41	1,23	Grup içi	533,48	440	1,21			1<3
	25-28 yaş	117	4,48	,904	Toplam	578,60	443				1<4
	29 yaş +	73	4,88	1,12							2<4
Başkalarına Dayalı Kontrol Odaklılık	17-20 yaş	121	3,41	1,17	Grup arası	40,36	3	13,45	7,62	0,00*	1<2
	21-24 yaş	133	3,95	1,41	Grup içi	776,88	440	1,76			1<4
	25-28 yaş	117	3,83	1,29	Toplam	817,24	443				
	29 yaş +	73	4,32	1,45							
Şans Kadere Dayalı Kontrol Odaklılık	17-20 yaş	121	3,34	1,15	Grup arası	57,54	3	19,18	10,12	0,00*	1<4
	21-24 yaş	133	3,72	1,49	Grup içi	833,23	440	1,89			2<4
	25-28 yaş	117	3,80	1,31	Toplam	890,77	443				
	29 yaş +	73	4,46	1,55							

*p<0,05

Tablo 4'te, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ve kontrol odakları alt boyutlarının yaşa göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği ANOVA testi ile analiz edilmiştir. Yaşam doyumu düzeyi açısından, yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($F=4.63$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 17-20 yaş grubundaki katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ($\bar{X}=4.22$, $p<.05$), 25-28 yaş ($\bar{X}=4.76$, $p<.05$) ve 29 yaş ve üstü ($\bar{X}=4.76$, $p<.05$) gruplarına göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Farklılığın 17-20 yaş grubuyla 25-28 ve 29 yaş ve üstü grupları arasında olduğu saptanmıştır.

İç kontrol odaklılık boyutunda da yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($F=12.40$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 17-20 yaş grubundaki katılımcıların iç kontrol odaklılık düzeyleri ($\bar{X}=3.92$, $p<.05$), 21-24 yaş ($\bar{X}=4.41$, $p<.05$), 25-28 yaş ($\bar{X}=4.48$, $p<.05$) ve 29 yaş ve üstü ($\bar{X}=4.88$, $p<.05$) gruplarına göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, 21-24 yaş grubunun iç kontrol odaklılık düzeyi de 29 yaş ve üstü gruba göre anlamlı şekilde daha düşük çıkmıştır. Farklılıkların 17-20 yaş grubuyla 21-24, 25-28 ve 29 yaş ve üstü grupları arasında olduğu ve ayrıca 21-24 yaş grubuyla 29 yaş ve üstü gruplar arasında anlamlı farklılıklar bulunduğu saptanmıştır. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık boyutunda da yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($F=7.62$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 17-20 yaş ($\bar{X}=3.41$, $p<.05$) grubundaki katılımcıların başkalarına dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 21-24 yaş ($\bar{X}=3.95$, $p<.05$) ve 29 yaş ve üstü ($\bar{X}=4.32$, $p<.05$) gruplarına göre anlamlı

şekilde daha düşük bulunmuştur. Farklılıkların 17-20 yaş grubuyla 21-24 ve 29 yaş ve üstü grupları arasında olduğu saptanmıştır. Şans kadere dayalı kontrol odaklılık boyutunda da yaşa göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($F=10.12$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 17-20 yaş grubundaki katılımcıların şans kadere dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 29 yaş ve üstü katılımcılara göre anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, 21-24 yaş grubunun da 29 yaş ve üstü gruba göre bu boyutta anlamlı şekilde daha düşük olduğu belirlenmiştir. 17-20 yaş grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.34$, $p<.05$), 21-24 yaş grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.72$, $p<.05$), 25-28 yaş grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.80$, $p<.05$) ve 29 yaş üstü grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.46$, $p<.05$) olarak hesaplanmıştır. Farklılıkların 17-20 yaş grubuyla 29 yaş ve üstü grup, 21-24 yaş grubuyla 29 yaş ve üstü grup ve 25-28 yaş grubuyla 29 yaş ve üstü grup arasında olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak, yaş grupları arasında yaşam doyumu düzeyi, iç kontrol odaklılık, başkalarına dayalı kontrol odaklılık ve şans kadere dayalı kontrol odaklılık alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Yaş ilerledikçe yaşam doyumu düzeyinin, iç kontrol odaklılık ve şans kadere dayalı kontrol algısının arttığı görülmektedir. Cinsiyet değişkenine göre, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ile kontrol odakları ölçeği alt boyutlarına ilişkin görüşleri arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığı t-testi ile incelenmiştir (Tablo 5).

Tablo 5. Yaşam Doyumu Düzeyi ve Kontrol Odağının Cinsiyete Göre Değerlendirilmesi

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	T	p
Yaşam Doyum	Kadın	225	4,34	1,29	442	-3,06	,00*
	Erkek	219	4,71	1,23			
İç Kontrol Odaklılık	Kadın	225	4,33	1,22	442	-,83	,40
	Erkek	219	4,42	1,04			
Başarıya Dayalı Kontrol Odaklılık	Kadın	225	3,91	1,44	442	1,22	,22
	Erkek	219	3,75	1,26			
Şans Kadere Dayalı Kontrol Odaklılık	Kadın	225	3,77	1,46	442	,20	,84
	Erkek	219	3,74	1,37			

* $p<.05$

Tablo 5'e göre yaşam doyumu düzeyi açısından, kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($t=-3.06$, $p<.05$). Erkek katılımcıların yaşam doyumu düzeyi ($\bar{X}=4.71$, $p<.05$), kadın katılımcılara göre ($\bar{X}=4.34$, $p<.05$) anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, erkeklerin yaşam doyumunun kadınlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. İç kontrol odaklılık boyutunda ise cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=-0.83$, $p>.05$). Kadınların iç kontrol odaklılık düzeyi ($\bar{X}=4.33$, $p<.05$), erkeklere ($\bar{X}=4.42$, $p<.05$) göre düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre, iç kontrol algısı cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık boyutunda da cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=1.22$, $p>.05$). Kadınların ortalama başarıya dayalı kontrol odaklılık düzeyi 3.91 iken, erkeklerin ortalaması 3.75 olarak belirlenmiştir. Bu sonuç, başarıya dayalı kontrol algısının cinsiyete göre değişmediğini göstermektedir. Son olarak, şans kadere dayalı kontrol odaklılık boyutunda da cinsiyetler arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($t=0.20$, $p>.05$). Kadınların ortalama şans ve kadere dayalı kontrol algısı 3.77 iken, erkeklerin ortalaması 3.74 olarak hesaplanmıştır. Bu durum, şans ve kadere dayalı kontrol algısının da cinsiyete göre farklılık göstermediğini ortaya koymaktadır. Genel olarak tablo, yaşam doyumu açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olduğunu, ancak kontrol odaklılık alt boyutları açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmadığını göstermektedir. Sınıf düzeyi değişkenine göre, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ve kontrol odağı alt boyutlarına ilişkin görüşleri arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığı Anova testi kullanılarak araştırılmıştır.

Tablo 6. Katılımcıların Yaşam Doyumu Düzeyi ve Kontrol Odağının Sınıf Düzeyine Göre Anova Testi Analiz Sonuçları

	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	Kareler Top.	Sd	Kareler Ort.	F	p	Fark
Yaşam Doyum	1. Sınıf	102	3,45	1,30	Grup arası	156,32	3	52,10	40,55	0,00*	1<2
	2. Sınıf	129	4,74	,699	Grup içi	565,42	440	1,28			1<3
	3. Sınıf	99	4,89	1,44	Toplam	721,74	443				1<4
	4. Sınıf	114	4,93	1,04							
İç Kontrol Odaklılık	1. Sınıf	102	3,66	1,22	Grup arası	119,60	3	39,86	38,21	0,00*	1<2
	2. Sınıf	129	4,30	,86	Grup içi	459,00	440	1,04			1<3
	3. Sınıf	99	4,32	1,11	Toplam	578,60	443				1<4
	4. Sınıf	114	5,14	,88							2<4
Başkalarına Dayalı Kontrol Odaklılık	1. Sınıf	102	3,30	1,29	Grup arası	135,96	3	45,32	29,26	0,00*	1<4
	2. Sınıf	129	3,54	1,14	Grup içi	681,28	440	1,54			2<4
	3. Sınıf	99	3,71	1,32	Toplam	817,24	443				3<4
	4. Sınıf	114	4,74	1,23							
Şans Kadere Dayalı Kontrol Odaklılık	1. Sınıf	102	3,12	1,27	Grup arası	172,00	3	57,33	35,09	0,00*	1<3
	2. Sınıf	129	3,44	1,17	Grup içi	718,77	440	1,63			1<4
	3. Sınıf	99	3,66	1,33	Toplam	890,77	443				2<4
	4. Sınıf	114	4,77	1,33							3<4

*p<0,05

Tablo 6'da katılımcıların yaşam doyum düzeyleri ve kontrol odakları alt boyutlarının sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği ANOVA testi ile analiz edilmiştir. Yaşam doyum düzeyi açısından, sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($F=40.55$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 1. sınıf grubundaki katılımcıların yaşam doyum düzeyleri, 2., 3. ve 4. sınıf gruplarına göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. 1. sınıf grubunun ortalama yaşam doyum puanı ($\bar{X}=3.45$, $p<.05$), 2. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.74$, $p<.05$), 3. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.89$, $p<.05$) ve 4. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.93$, $p<.05$) olarak hesaplanmıştır. İç kontrol odaklılık boyutunda da sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($F=38.21$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 1. sınıf grubundaki katılımcıların iç kontrol odaklılık düzeyleri, 2., 3. ve 4. sınıf gruplarına göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, 2. ve 3. sınıf gruplarının iç kontrol odaklılık düzeyleri de 4. sınıf grubuna göre anlamlı şekilde daha düşük çıkmıştır. 1. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.66$, $p<.05$), 2. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.30$, $p<.05$), 3. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.32$, $p<.05$) ve 4. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=5.14$, $p<.05$) olarak hesaplanmıştır. Farklılıkların 1. sınıf grubuyla 2., 3. ve 4. sınıf grupları arasında ve ayrıca 2. ve 3. sınıf gruplarıyla 4. sınıf grubu arasında olduğu saptanmıştır. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık boyutunda da sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($F=29.26$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 1. sınıf grubundaki katılımcıların başkalarına dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 4. sınıf grubuna göre anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur. 1. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.30$, $p<.05$), 2. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.54$, $p<.05$), 3. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.71$, $p<.05$) ve 4. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.74$, $p<.05$) olarak hesaplanmıştır. Farklılıkların 1., 2. ve 3. sınıf grupları ile 4. sınıf grubu arasında olduğu saptanmıştır. Şans kadere dayalı kontrol odaklılık boyutunda da sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($F=35.10$, $p<.05$). Scheffe testi sonuçlarına göre, 1. sınıf grubundaki katılımcıların şans kadere dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 3. ve 4. sınıf gruplarına göre anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur. 1. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.12$, $p<.05$), 2. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.44$, $p<.05$), 3. sınıf grubunun ortalaması ($\bar{X}=3.66$, $p<.05$) ve 4. sınıf

grubunun ortalaması ($\bar{X}=4.77$, $p<.05$) olarak hesaplanmıştır. Farklılıkların 1., 2. ve 3. sınıf grupları ile 4. sınıf grubu arasında olduğu saptanmıştır. Çalışma durumu değişkenine göre, katılımcıların yaşam doyumu düzeyleri ve kontrol odağı alt boyutlarına ilişkin görüşleri arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığı t testi kullanılarak incelenmiştir.

Tablo 7. Yaşam Doyumu Düzeyi ve Kontrol Odağının Çalışma Durumuna Göre Değerlendirilmesi

	Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	Ss	Sd	T	P
Yaşam Doyum	Çalışıyor	182	4,93	1,23	442	5,81	,00*
	Çalışmıyor	262	4,24	1,23			
İç Kontrol Odaklılık	Çalışıyor	182	4,54	,90	442	2,59	,01*
	Çalışmıyor	262	4,26	1,26			
Başkalarına Dayalı Kontrol Odaklılık	Çalışıyor	182	3,75	1,24	442	-1,09	,27
	Çalışmıyor	262	3,89	1,42			
Şans Kadere Dayalı Kontrol Odaklılık	Çalışıyor	182	3,78	1,33	442	,29	,76
	Çalışmıyor	262	3,74	1,47			

* $p<.05$

Tablo 7’da yer alan t-testi sonuçlarına göre, katılımcıların yaşam doyum düzeyleri ve kontrol odakları alt boyutlarının çalışma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yaşam doyum düzeyi açısından, çalışıyor olan katılımcılar ile çalışmıyor olan katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($t=5.81$, $p<.05$). Çalışan katılımcıların yaşam doyum düzeyi ortalaması ($\bar{X}=4.93$, $p<.05$) çalışmayan katılımcılara göre ($\bar{X}=4.24$, $p<.05$) anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. İç kontrol odaklılık boyutunda da çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($t=2.59$, $p<.05$). Çalışan katılımcıların iç kontrol odaklılık ortalaması ($\bar{X}=4.54$, $p<.05$) çalışmayan katılımcılara göre ($\bar{X}=4.26$, $p<.05$) anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık boyutunda ise çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=-1.09$, $p>.05$). Çalışan katılımcıların başarıya dayalı kontrol odaklılık ortalaması ($\bar{X}=3.75$, $p>.05$), çalışmayan katılımcıların ortalaması ($\bar{X}=3.89$, $p>.05$) ile anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Şans kadere dayalı kontrol odaklılık boyutunda da çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($t=0.29$, $p>.05$). Çalışan katılımcıların şans kadere dayalı kontrol odaklılık ortalaması ($\bar{X}=3.78$, $p>.05$) ile çalışmayan katılımcıların ortalaması ($\bar{X}=3.74$, $p>.05$) arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Sonuç olarak, çalışma durumu değişkeni yaşam doyum düzeyi ve iç kontrol odaklılık üzerinde anlamlı bir etkiye sahipken, başarıya dayalı kontrol odaklılık ve şans kadere dayalı kontrol odaklılık açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Tablo 8. Yaşam Doyum Düzeyleri ve Kontrol Odaklılık Ölçeğinin Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Ölçekler	1	2	3	4
Yaşam Doyum	1			
İç Kontrol Odaklılık	,41*	1		
Başkalarına Dayalı Kontrol Odaklılık	,08	,58*	1	
Şans Kadere Dayalı Kontrol Odaklılık	,25*	,72*	,78*	1

* $p<.05$

Tablo 8’de, katılımcıların yaşam doyum düzeyleri, iç kontrol odaklılık, başkalarına dayalı kontrol odaklılık ve şans kadere dayalı kontrol odaklılık arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon analizi ile incelenmiştir. Korelasyon değerleri değişkenler arasındaki ilişkinin yönünü ve gücünü anlamak için incelenmiştir. Korelasyon değerlerinin 0.70-1.00 arası olması yüksek, 0.70-0.30 arası olması orta ve 0.30-0.00 arası olması ise düşük ilişki olarak kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2007). Yaşam doyum düzeyi ile iç kontrol odaklılık arasında

($r=0.41$, $p<.05$) pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Yaşam doyum düzeyi ile başkalarına dayalı kontrol odaklılık arasında ($r=0.08$, $p>.05$) pozitif yönde ancak anlamlı olmayan düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Yaşam doyum düzeyi ile şans kadere dayalı kontrol odaklılık arasında ($r=0.25$, $p<.05$) pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. İç kontrol odaklılık ile başkalarına dayalı kontrol odaklılık arasında ($r=0.58$, $p<.05$) pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İç kontrol odaklılık ile şans kadere dayalı kontrol odaklılık arasında ($r=0.72$, $p<.05$) pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık ile şans kadere dayalı kontrol odaklılık arasında ($r=0.78$, $p<.05$) pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, en yüksek ilişki başkalarına dayalı kontrol odaklılık ile şans kadere dayalı kontrol odaklılık arasında tespit edilirken, en düşük ilişki yaşam doyum ile başkalarına dayalı kontrol odaklılık arasında bulunmuştur. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık ve yaşam doyum arasında bir ilişki bulunulamamıştır. Bu doğrultuda sadece iç kontrol odaklılığın ve şans kadere dayalı kontrol odaklılığın yaşam doyumunu yordayıp yordamadığı incelenmiştir.

Tablo 9. İç Kontrol ve Şans Kadere Dayalı Odağı Düzeyinin Yaşam Doyum Düzeyine Etkisine İlişkin Basit Regresyon Analizi

Değişken	B	Sh	B	T	p	İkili r	Kısmi R
Sabit	2,50	.22	-	11,44	,00		
İç Kontrol Odağı	.55	.07	,49	7,82	,00	.41	.35
ŞK Dayalı KO	-.10	.06	-.112	-1.82	,07	.25	-.08
N=444, R=.418, R ² =.17, F=46,59, $p<.05$							

Tablo 9'a göre, iki bağımsız değişkenin (İç Kontrol Odağı - İKO ve Şansa Kadere Dayalı Kontrol Odağı – ŞK Toplam) yaşam doyumunu (YD) üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilen regresyon analizinin sonuçlarını sunmaktadır. Model Summary kısmında görülen R değeri 0.418'dir. Bu değer, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken olan yaşam doyumunu ile arasında orta düzeyde pozitif bir korelasyon olduğunu göstermektedir. R² değeri ise 0.174 olarak hesaplanmıştır, bu da bağımsız değişkenlerin yaşam doyumundaki toplam varyansın %17.4'ünü açıkladığını ifade etmektedir. Başka bir deyişle, model, yaşam doyumunu üzerinde sınırlı fakat anlamlı bir açıklayıcılık gücüne sahiptir. ANOVA tablosunda F değeri 46.587 olarak görülmektedir ve bu değere ait anlamlılık düzeyi (p) 0.000'dir. Bu sonuç, regresyon modelinin genel olarak anlamlı olduğunu ve bağımsız değişkenlerin yaşam doyumunu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin bulunduğunu göstermektedir. Katsayılar (Coefficients) tablosuna bakıldığında, iç kontrol odağı değişkeninin yaşam doyumunu üzerindeki pozitif etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($B = 0.552$, $p = 0.000$). Bu durum, bireylerin iç kontrol odağı yüksek olduğunda yaşam doyumlarının da arttığını göstermektedir. Diğer yandan, Şansa Kadere Dayalı Kontrol Odağı değişkeninin yaşam doyumunu üzerindeki etkisi negatif olmakla birlikte istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($B = -0.104$, $p = 0.069$).

3. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Katılımcıların yaşam doyumunu düzeylerinin orta düzeyde olduğu görülmektedir. En yüksek ortalama "hayatımdan memnunun" maddesi, en düşük ortalamanın ise "yaşamımın gidişatını değiştirmek isterim" maddesinin olduğu saptandı. Literatürde yaşam doyumunu düzeyini benzer düzeyde bulan çalışmalar bulunmaktadır (Avşar, 2020).

Buna göre katılımcıların çoğunluğunun yaşamlarından belli oranda doyum aldıkları, kontrol odağı düzeylerinin ise orta seviyede olduğu tespit edilmiştir. En yüksek ortalama "yaşadıklarım olacak şeylerin önüne geçemeyeceğimi gösterdi" maddesinin sahip olduğu görülmüştür. Bu, katılımcıların yaşadıkları olaylar üzerinde kontrol sahibi olamadıklarına yönelik bir algıya işaret etmektedir. Öte yandan, en düşük ortalama sahip madde "kişisel ilgi

alanlarıma ilişkin çalışmaları devam ettirmek benim elimdedir" ifadesidir. Bu sonuç, katılımcıların kişisel ilgi alanlarıyla ilgili çalışmaları sürdürme konusunda daha az kontrol hissi taşıdıklarını göstermektedir. Küresel boyutta yaşam doyumunda küçük artışlar görüldüğü fakat pandemi sürecinin bu küçük artışları engellediği belirtilmiştir (Our World in Data, 2023). Koreli ve Finlandiyalı öğrenciler üzerinde yapılan bir çalışmada, Finlandiyalı öğrencilerin Koreli öğrencilere göre daha çok iç kontrol odaklı oldukları tespit edilmiştir (Hwang, 2019). Yapılan bir başka çalışmada orta yaşta bireylerin kontrol algılarının yüksek olduğu ileri yaşta kontrol algısının azaldığı tespit edilmiştir (Robinson, 2021). Bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, kontrol odağı algısının bireyin yaşı, kültür ve sosyal bağlamına göre değişkenlik gösterdiği söylenebilir. Bu bağlamda yaşam doyum ve kontrol odağının durağan bir yapıda olmadığı, bireysel farklılıklar (kişilik yapısı, öz yeterlik algısı vb.), kültür (bireyci veya toplulukçu kültürel yapı), yaş ve olgunluk seviyesi gibi bireysel ve çevresel değişkenlerin devreye girdiği söylenebilir.

Yaşam doyum düzeyinin, yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. 17-20 yaş grubundaki katılımcıların yaşam doyum düzeyleri, 25 yaş ve üstü gruplara göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Bu sonuçlar, yaş ilerledikçe yaşam doyum düzeyinin bu örneklem grubunda arttığını göstermektedir. Birçok çalışmada yaş ile yaşam doyum düzeyinin doğru orantılı olarak arttığı, özellikle gelişmiş ülkelerdeki yaşlı bireylerin yaşam doyum düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır (Becker & Trautmann, 2022). 145 ülkede yapılan bir çalışmada, iyi oluş düzeyinin genel olarak U şeklinde bir trend izlediği, en düşük seviyenin orta yaş civarı olduğu belirtilmiştir (Blanchflower, 2020). Bir başka çalışmada, genç ve orta yaş grubunda yaşam doyum düzeyinin yaşlı bireylere göre daha düşük olduğu (Becker & Trautmann, 2022) bulunmuştur. Bajwa vd. (2016) 26-30 yaş arası katılımcıların 20-25 yaş arası katılımcılara kıyasla yaşam doyum düzeylerinin yüksek olduğunu saptamıştır. Buna göre, farklı yaş dönemlerinde bireyin deneyimleri ve yaşam koşullarına bağlı olarak bireyin yaşamı algılayışı ve yaşamdan aldığı doyumun farklılaştığı söylenebilir. İç kontrol odaklılık boyutunda da yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. 17-20 yaş grubundaki katılımcıların iç kontrol odaklılık düzeyleri, 21 yaş ve üstü gruplarına göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. 21-24 yaş grubunun iç kontrol odaklılık düzeyi 29 yaş ve üstü gruba göre anlamlı şekilde daha düşük çıkmıştır. Bu sonuçlar, yaş ilerledikçe iç kontrol odaklılık düzeyinin arttığını göstermektedir. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık boyutunda da yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. 17-20 yaş grubundaki katılımcıların başkalarına dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 21-24 yaş ve 29 yaş ve üstü gruplarına göre anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur. Bu sonuçlar, yaş ilerledikçe başkalarına dayalı kontrol odaklılık algısının artabildiğini göstermektedir. Bununla birlikte 17-20 yaş grubundaki katılımcıların şans kadere dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 29 yaş ve üstü katılımcılara göre anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur. Yaş faktörünün de kontrol odağını etkileyen etkenlerden biri olduğu görülmekle birlikte kolektivist toplum özellikleri kontrol odağı algılamasının yaş ile birlikte karmaşık ve çok boyutlu bir yapıya dönüştüğü ve ikili bir artışa yol açtığı söylenebilir. Yaş ile beraber birey kendi yaşamı üzerinde daha çok sorumluluk almakla birlikte başkalarının etkisinin hayatlarındaki etkisinin önemini fark etmeleri olasıdır. İç kontrol odağı olan bireylerin hedef belirleyip hedeflerini takip etmede daha başarılı olduklarını belirtilmiştir (Angelova, 2016). Genç bireylerin olayların kontrolünü şans ve başkalarına bağlama eğiliminde oldukları buna karşın yaşlı bireylerin olayların kontrolünü kendilerinde gördükleri saptanmıştır (Berglund vd., 2014; Jacobs-Lawson vd., 2011). Yapılan çalışmalarda ileri yaşlardaki bireylerin hem iç kontrol odağı hem de dış kontrol odağı düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir (Fiori vd., 2007). Özellikle yaşlılık dönemine hazırlık açısından kontrol odağı önemli bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır (Hee-Youn, 2015). Bajwa vd. (2016) 26-30 yaş arası katılımcıların 20-25 yaş arası katılımcılara kıyasla kontrol odağı düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Robinson (2021) ise orta yaşta

bireylerin kontrol algılarının yüksek olduğu, bununla birlikte ileri yaşta kontrol algısının azaldığı tespit etmiştir. KKTC’de yapılan bir çalışmada, denetim odağı ile cinsiyet ve yaş değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır (Beyoğlu, 2025). Yaş ilerledikçe yaşam deneyimlerinin arttığı ve kontrol odağı algısında önemli rol oynadığı, bireyin yaş aldıkça bir diğer deyişle olgunlaştıkça belli bir yaşa kadar kontrol odağı düzeyinin yükseldiği söylenebilir.

Yaşam doyumu düzeyinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların yaşam doyumu düzeyi, kadın katılımcılara göre daha yüksek bulunmuştur. İç kontrol odaklılık, başkalarına dayalı kontrol odaklılık, şans ve kadere dayalı kontrol odaklılık boyutlarında ise cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Genel olarak, yaşam doyumu açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olduğunu, ancak kontrol odaklılık alt boyutları açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmadığını göstermektedir. Yapılan bir çalışma, yaşam doyumunun kadınlarda daha yüksek olduğunu bulmuştur, bununla birlikte bazı ülkelerde erkeklerin yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Becchetti & Conzo, 2022). Kadınların genç yaşta daha yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları buna karşın, erkeklerde yaş ilerledikçe yaşam doyumunun arttığı tespit edilmiştir (Joshnloo & Jovanović, 2020). Kontrol odağı açısından cinsiyet değişkeni incelendiğinde, yapılan bir çalışmada erkeklerin iç kontrol odağı düzeylerinin daha yüksek olduğu, kadınların ise dış kontrol odağı düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Maadal, 2020). Güney Afrika’da yapılan bir çalışmada kadınların iç kontrol odağı düzeyleri yüksek bulunmuştur (Callaghan & Papageorgiou, 2015). Bajwa vd. (2016) yaptıkları çalışmada bu çalışma bulguları ile paralel şekilde kontrol odağı ve yaşam doyumu düzeylerinin cinsiyete göre farklılaştığını saptamışlardır. Buna göre erkeklerin kontrol odağı düzeyleri ve yaşam doyumu düzeyleri kadınlara kıyasla anlamlı olarak daha yüksektir. Cinsiyet değişkeninin yaşam doyumu düzeyi üzerindeki etkisinin çok boyutlu ve karmaşık bir yapıda olduğu, kontrol odağı algısının ise demografik değişkenler ve kültüre göre değişkenlik gösterdiği söylenebilir. Bu sonuçlar erkekler açısından değerlendirildiğinde, toplumsal roller, yetiştirilme biçimi, beklentiler, erkeklerin sosyal ve ekonomik kaynaklara erişiminin daha kolay olması, kültürel farklılıklar ve erkeklerin bireysel özelliklerinin kontrol odağı yapılıp yapılmamasını etkileyebileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada yaşam doyumu düzeyi açısından, sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. 1. sınıf grubundaki katılımcıların yaşam doyum düzeyleri, üst sınıf gruplarına göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Bu sonuçlar, sınıf düzeyi arttıkça yaşam doyum düzeyinin de arttığını göstermektedir. Literatüre bakıldığında bu kapsamda sınırlı çalışma bulunmuş, buna göre sınıf düzeyine göre yaşam doyumu düzeyinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Erus vd., 2019; Köylü, 2022). Yaşam doyumunun sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmamasında aracı olan kültür, cinsiyet, sosyal destek gibi değişkenlerin olduğu düşünülebilir. İç kontrol odaklılık boyutunda ise sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. 1. sınıf grubundaki katılımcıların iç kontrol odaklılık düzeyleri, üst sınıf gruplarına göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Bu sonuçlar, sınıf düzeyi arttıkça iç kontrol odaklılık düzeyinin de arttığını göstermektedir. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık boyutunda ise sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. 1. sınıf grubundaki katılımcıların başkalarına dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 4. sınıf grubuna göre anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur. Bu sonuçlar, sınıf düzeyi arttıkça başkalarına dayalı kontrol odaklılık algısının arttığını göstermektedir. Şans kadere dayalı kontrol odaklılık boyutunda da sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. 1. sınıf grubundaki katılımcıların şans kadere dayalı kontrol odaklılık düzeyleri, 3. ve 4. sınıf gruplarına göre anlamlı şekilde daha düşük bulunmuştur. Buna göre, sınıf düzeyi arttıkça şans kadere dayalı kontrol algısının arttığını göstermektedir. Sınıf düzeyleri arasında yaşam doyum düzeyi, iç kontrol odaklılık, başkalarına dayalı kontrol odaklılık ve şans kadere dayalı kontrol odaklılık alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Alanyazına bakıldığında, kontrol odağının

sınıf düzeyine göre farklılaşmadığına (Durna & Şentürk, 2012; Emeksever, 2020; Emmiler Akdiş, 2021) yönelik çalışmalar olduğu görülmüştür. Kontrol odağı düzeyinin sınıf düzeyine göre incelendiği çalışmaların kısıtlı olduğu ve var olan çalışmalarda bu çalışmanın aksi yönünde bulgular olduğu tespit edilmiştir. Sınıf düzeyine göre kontrol odağı düzeyinde saptanan farklılıkta, Kuzey Kıbrıs'a yurt dışından gelerek hem okuyan hem de çalışan, kendi ayakları üzerinde durmaya çalışan öğrencilerin zamanla olgunlaşmaları ve farklı zorluklarla karşılaşarak edindikleri deneyimlerin etkili olduğu düşünülmektedir.

Çalışan katılımcıların yaşam doyumu düzeyi ortalaması çalışmayan katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Bu bulguyu destekleyen çalışmalar (Aysan & Aysan, 2017; Çevik ve Korkmaz, 2014) bulunmaktadır. Bu sonuçlar, çalışan katılımcıların yaşam doyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. İç kontrol odaklılık boyutunda da çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Çalışan katılımcıların iç kontrol odağı düzeyi çalışmayan katılımcılara göre anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu, çalışan bireylerin iç kontrol odaklılık algılarının daha güçlü olduğunu göstermektedir. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık boyutunda ise çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Şans kadere dayalı kontrol odaklılık boyutunda da çalışma durumu açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Çalışma durumu değişkeni yaşam doyum düzeyi ve iç kontrol odaklılık üzerinde anlamlı bir etkiye sahipken, başkalarına dayalı kontrol odaklılık ve şans kadere dayalı kontrol odaklılık açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Akkaya (2015) ve Emmiler Akdiş (2021), yaptıkları çalışmalarda çalışma durumuna göre kontrol odağının hiçbir boyutunda anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiştir. Elde edilen bulguların değişen yaşam koşulları, çalışma koşulları, iş stresi, gelir düzeyi ve kültür etkisine bağlı olmakla birlikte çalışma yaşamının yaşam doyumu açısından ekonomik katkıları yanında psikososyal (Çevik & Korkmaz, 2014) katkılarının olabileceği, bununla birlikte kontrol odağı açısından iş yaşamının sorumluluk alma, karar ve hedef süreçlerine katkılarının olduğu düşünülmektedir.

Yaşam doyumu düzeyi ile iç kontrol odaklılık arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu, yaşam doyumu arttıkça iç kontrol odaklılığının da arttığını göstermektedir. Bu bulgu literatür ile uyumludur (Bajwa vd., 2016; Hee-Youn, 2015). Yaşam doyum düzeyi ile başkalarına dayalı kontrol odaklılık arasında pozitif yönde ancak anlamlı olmayan düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Yaşam doyum düzeyi ile şans kadere dayalı kontrol odaklılık arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu, yaşam doyumu arttıkça şans ve kadere dayalı kontrol algısının da hafif bir artış gösterdiğini göstermektedir. Başkalarına dayalı kontrol odaklılık ve yaşam doyum arasında bir ilişki bulunulamamıştır. Bu sonuçlar genel olarak değerlendirildiğinde, bireyin yaşamı ile ilgili bir kontrol algısının olması yaşamından doyum almasını sağlamada etkili olduğu söylenebilir.

Regresyon analizine göre, iç kontrol odağı ve şans-kadere dayalı kontrol odağı değişkenlerinin yaşam doyumu üzerinde sınırlı fakat anlamlı bir açıklayıcılık gücüne sahip olduğu görülmüştür. Regresyon modelinin genel olarak anlamlı olduğunu ve bağımsız değişkenlerin yaşam doyumu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin bulunduğunu göstermektedir. İç kontrol odağının yaşam doyumu üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkisinin olduğu, ancak şans-kadere dayalı kontrol odağının anlamlı bir etkiye sahip olmadığı ortaya konulmuştur. Bu bulgular, bireylerin kontrol odağının yaşam doyumuna olan katkısının önemini vurgulamakta, ancak şans-kadere dayalı kontrol odağının yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Kesavayuth ve diğerleri (2022) tarafından iç kontrol odağı düzeyinin yükseltilmesine odaklanmanın sağlıklı davranışlar ve sosyal sermaye ile bağlantılı olarak, daha yüksek bir iyi oluş düzeyine yol açacağı belirtilmiştir. İç kontrol odağı düzeyi yüksek olan bireylerin daha sosyal oldukları ve daha sağlıklı davranışlar sergiledikleri, yaşamlarının kontrolünü kendi ellerinde algıladıkları ve bu durumdan keyif aldıkları dolayısıyla yaşam doyumu düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Aile ve eğitim

faktörleri tarafından etkilenen iç kontrol odağı düzeyinin sağlık sonuçları, eğitim sonuçları, ekonomik sonuçlar ve sosyal sonuçlar gibi yaşamsal sonuçları bulunmaktadır (Kesavayuth vd., 2022; Khaleghinezhad vd., 2016). İç kontrol odağı bireye umut ve özgüven sağladığı, dış kontrol odağı ise strese ve çaresizliğe yol açtığı belirtilmiştir (Fiori vd., 2007). Bireyin yaşamında algıladığı kontrol duygusu arttıkça yaşamını doyumlu hale getirmek için seçim ve davranışlarını yönlendirerek daha doyumlu bir yaşam sürdüğü söylenebilir. Kültürel değişkenlerin çalışma sonuçlarını etkileyebileceği düşünülmektedir.

Bu çalışma Kuzey Kıbrıs örnekleminde kontrol odağı düzeyinin yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma Kuzey Kıbrıs örneklemini ile ve araştırmaya dâhil edilen değişkenler ile sınırlıdır. İleride yapılacak çalışmalarda aracı değişkenlerin (örneğin, fiziksel aktivite, sosyal ilişki, zaman yönetimi vb.) rolü incelenebilir. Yaşam doyumu ve kontrol odağı düzeyinin cinsiyete göre değerlendirilmesinde geniş bir yaş aralığında yaş grupları arasındaki farklılık analiz edilebilir. İleride yapılacak olan çalışmaların kültürel farklılıkları içerecek örneklerde gerçekleştirilmesi önerilmektedir. Yaşam doyumu düzeyinin artırılmasında iç kontrol odağı düzeyini artıracak becerilerin kazandırılmasında psiko-eğitimlerin özellikle daha küçük yaşlardan itibaren düzenlenmesinin etkili olacağı düşünülmektedir.

Değerlendirme/Evaluation:

Çift Taraflı Kör Hakemlik Sistemi
Double Blind Refereeing System

Etik Kurul İzni/ Ethics Committee Permission: Kıbrıs İlim Üniversitesi Etik Kurulu'nun 20.03.2024 tarih ve 2024/03.003 nolu kararı ile etik açıdan uygun görülmüştür.

It was deemed ethically appropriate with the letter dated 20.03.2024 and numbered 2024/03.003 of Kıbrıs İlim University Ethics Committee.

Etik Bildirim/Ethics Notification: info@esosder.org

Yapay Zekâ Kullanımı /Use of Artificial Intelligence:

Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde yapay zekâ tabanlı herhangi bir araç veya uygulama kullanılmamıştır. Çalışmanın tüm içeriği, yazar(lar) tarafından bilimsel araştırma yöntemleri ve akademik etik ilkelere uygun şekilde üretilmiştir.

No artificial intelligence-based tools or applications were used in the preparation of this study. All content of the study was produced by the author(s) in accordance with scientific research methods and academic ethical principles.

Çıkar Çatışması Beyanı/ Declaration of conflict of interest:

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.
There is no potential conflict of interest in this study.

Teşekkür/ Acknowledgement:

Çalışmanın istatistikî analizlerinde destek veren sayın Doç.Dr. Mehmet Yaşar Kılıç'a teşekkür ederim.
I would like to thank Assoc. Prof. Dr. Mehmet Yaşar Kılıç for his support in the statistical analysis of this study.

Kaynakça

- Akkaya, R. (2015). Öğretmenlerin kontrol odağı ile iş doyumunu arasındaki ilişki (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Alıcı, B. & Seçim, G. (2020). The psychometric properties of the Turkish version of the Riverside life satisfaction scale – adult form. Sage Open, 1-8. <https://doi.org/10.1177/2158244020979823> .
- Angelova, N. V. (2016). Locus of control and its relationship with some social-demographic factors. Psychological Thought, 9(2), 248-258. <https://doi.org/10.5964/psyct.v9i2.179> .
- Avşar, N. (2020). Yaşam doyumunun yordanmasında bilinçli farkındalık ve sosyal beceriler (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Aysan, M.F., Aysan, U. (2017). The Effect of Employment Status on Life Satisfaction in Europe. In: Bilgin, M., Danis, H., Demir, E., Can, U. (eds) Empirical Studies on Economics of Innovation, Public Economics and Management . Eurasian Studies in Business and Economics, vol 6. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-50164-2_21
- Bajwa, R. S., Batool, I., Azam, A. & Ali, H. (2016). Impact of locus of control on life satisfaction among distance learning students. Journal of Educational Research,19(1), 50-60. <https://www.tandfonline.com/toc/vjer20/current>
- Becchetti, L., Conzo, G. (2022). The Gender Life Satisfaction/Depression Paradox. Soc Indic Res 160, 35–113. <https://doi.org/10.1007/s11205-021-02740-5>
- Becker, C. K. & Trautmann, S. T. (2022). Does happiness increase in old age? Longitudinal evidence from 20 European countries. Journal of Happiness Studies, 23, 3625-3654. <https://doi.org/10.1007/s10902-022-00569-4> .
- Berglund, E., Lytsy, P. & Westerling, R. (2014). The influence of locus of control on self-rated health in context of chronic disease: a structural equation modeling approach in a cross sectional study. BMC Public Health 14, 492. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-492>
- Beyoğlu, A. (2025). Farklı denetim odaklarına sahip olan ergenlerin denetim odakları ile arkadaşlık ilişkilerinin incelenmesi (Yayınlanmamış doktora tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Blanchflower, D. G. (2020). Is happiness U-shaped everywhere? Age and subjective well-being in 145 countries. Journal of Population Economics, 34, 575-624. <https://doi.org/10.1007/s00148-020-00797-z> .
- Büyüköztürk, Ş. (2007). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum (13. Baskı). Ankara: Pegem.
- Callaghan, C. & Papageorgiou, E. (2015). Gender differences in locus of control and student performance in the South African context of accounting studies. Meditari Accountncy Reseach, 23 (3), 348-368. <https://doi.org/10.1108/MEDAR-02-2014-0018> .
- Chiang, Y., Fang, W., Kaplan, U. & Ng, E. (2019). Locus of control: The mediation effect between emotional stability and pro-environmental behavior. Sustainability, 11, 820. <https://doi.org/10.3390/su11030820> .

- Çevik, N. K., & Korkmaz, O. (2014). Türkiye’de yaşam doyumu ve iş doyumu arasındaki ilişkinin iki değişkenli sıralı probit model analizi. *Niğde Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 126-145.
- Dağ, İ. (1991). Rotter’in iç-dış kontrol odağı (RİDKOÖ)’nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(26), 10-16. [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgglefindmkaj/https://psikolog.org.tr/tr/yayinlar/dergiler/1031828/tpd1300443319910000m000339.pdf](https://psikolog.org.tr/tr/yayinlar/dergiler/1031828/tpd1300443319910000m000339.pdf)
- Dağlı, A. & Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe’ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1263 <https://doi.org/10.17755/esosder.263229>.
- Devin, H. F., Ghahramanlou, F., Fooladian, A. & Zohoorian, Z. (2012). The relationship between locus of control (internal-external) and happiness in pre-elementary teachers in Iran. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 46. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.220>.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Durna, U. & Şentürk, F. K. (2012). Üniversite öğrencilerinin denetim odaklarını çeşitli değişkenler yardımıyla tespit etmeye yönelik bir çalışma. *ZKÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (15), 37-48. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kares>
- Emeksever, A. (2020). Sınıf öğretmeni adaylarının denetim odağı ile yılmazlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü Temel Eğitim Anabilim Dalı. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Emmiler Akdiş, M. G. (2021). Üniversite öğrencilerinin denetim odağı ile beden algısı, akıllı telefon bağımlılığı ve depresyon arasındaki ilişki (Yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Erus, S. M., Zeren, Ş. G., Amanvermez, Y. & Buyruk-Genç, A. (2019). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları, pozitif ve negatif duyguları: İstanbul’da bir devlet üniversitesinde profil çalışması. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 10 (2), 563-595. <https://doi.org/10.23863/kalem.2020.167>.
- Eryılmaz, S. (2012). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Muğla Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Fiori, K. L., Brown, E. E., Cortina, K. S. & Antonucci, (2007). Locus of control as a mediator of the relationship between religiosity and life satisfaction: Age, race, and gender differences. *Mental Health, Religion & Culture*, 9 (3), 239-263. <https://doi.org/10.1080/13694670600615482>.
- Green, B. G., Salkind, N. J., & Akey, T. M. (2000). Using SPSS for windows: Analyzing and understanding data. NJ: Prentice Hall.
- Hee-Youn, L. & Hye-Seong (2015). The influence of the locus of control of middle aged on life satisfaction and preparation for old age among in the times of convergence. *Journal of Digital Convergence*, 13(11), 433-440. <https://doi.org/10.14400/JDC.2015.13.11.433>
- Hwang, J. (2019). Relationship among locus of control, learned helplessness, and mathematical literacy in PISA 2012: Focus on Korea and Finland. *Large-Scale Assessments in Education*, 7 (4). <https://doi.org/10.1186/s40536-019-0072-7>.

- Jacobs-Lawson, J. M., Waddell, E. L. & Webb, A. K. (2011). Predictors of health locus of control in older adults. *Current Psychology*, 30, 173-183. <https://doi.org/10.1007/s12144-011-9108-z>.
- Joshanloo, M., Jovanović, V. (2020). The relationship between gender and life satisfaction: analysis across demographic groups and global regions. *Arch Womens Ment Health* 23, 331–338. <https://doi.org/10.1007/s00737-019-00998-w>
- Karasar, N. (2015). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel
- Kesavayuth, D., Tran, D. B. & Zikos, V. (2022). Locus of control and subjective well-being: Panel evidence from Australia. *PLoS ONE*, 17(8), <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0272714>.
- Khaleghinezhad, S. A., Shabani, M., Hakimzadeh, R., Shaker, H. N. & Amerian, M. (2016). Prediction of high schoolstudents' life satisfaction and academic performance based on locus of control and self-esteem. *Int J School Health*, 3(3), 1-7. <https://doi.org/10.17795/intjsh-31924>.
- Kıral, E. (2012). İlköğretim okulu yöneticilerinin mükemmeliyetçilik algısı ve kontrol odağı ile ilişkisi. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Kırcı Çevik, N. & Korkmaz, O. (2014). Türkiye’de yaşam doyumu ve iş doyumu arasındaki ilişkinin iki değişkenli sıralı probit model analizi. *Niğde Üniversitesi İİBF Dergisi*, 7 (1), 126-145. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ohuiibf>
- Köylü, A. Ü. (2022). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu ve serbest zaman doyumlarının incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmet bey Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Kushlev, K., Radosic, N., & Diener, E. (2021). Subjective well-being and prosociality around the globe: Happy people give more of their time and money to others. *Social Psychological and Personality Science*. <https://doi.org/10.1177/19485506211043379>
- Maadal, A. (2020). The relationship between locus of control and conformity. *Journal of Cognition and Culture*, 20 (1-2), 100-115. <https://doi.org/10.1163/15685373-12340076>.
- Margolis, S., Schwitzgebel, E., Ozer, D. J. & Lyubomirsky, S. (2018). A new measure of life satisfaction: The Riverside Life Satisfaction Scale. *Journal of Personality*, 101, 621-630. <https://doi.org/10.1080/00223891.2018.1464457>.
- OECD (2024), Society at a Glance 2024: OECD Social Indicators, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/918d8db3-en>.
- Ajayi, O., Mokuolu, B. O., Ojo, A. E. & Akeredolu, A. Y. (2024). Inner worlds and digital realm: Life satisfaction, locus of control, self-esteem, extraversion and social media addiction. *Nigerian Journal of Behavioural Studies*, 1 (2), 202-222.
- Our World in Data (2023). <https://ourworldindata.org/data-insights/peoples-self-reported-life-satisfaction-varies-widely-across-countries>. Erişim tarihi: 04.10.2024.
- Parsons, H., Houge Mackenzie, S., Filep, S., Brymer, E. (2019). Subjective Well-Being and Leisure. In: Leal Filho, W., Wall, T., Azul, A., Brandli, L., Özuyar, P. (eds) *Good Health and Well-Being. Encyclopedia of the UN Sustainable Development Goals*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69627-0_8-1
- Popova, S. (2012). Locus of control-Predictor of health and subjective well-being. *European Medical Health and Pharmaceutical Journal*, 4. <https://doi.org/10.12955/emhpj.v4i0.367>.

- Robinson, S.A., Lachman, M.E. (2021). Locus of Control. In: Gu, D., Dupre, M.E. (eds) Encyclopedia of Gerontology and Population Aging. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-22009-9_103.
- Rotter, J. B. (1975). Some Problems and Misconceptions Related to the Construct of Internal versus External Control of Reinforcement. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 43(1), 56-67. <http://dx.doi.org/10.1037/h0076301>
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). Using Multivariate Statistics (6th ed.). England: Pearson.
- Taş, İ. (2011). Öğretmenlerde yaşamın anlamı yaşam doyumu sosyal karşılaştırma ve iç-dış kontrol odağının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Yıldırım, B. (2020). Serbest zaman tatmini ile yaşam doyumu ve duygusal zekâ arasındaki ilişki (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://docs.neu.edu.tr/library/7032844723.pdf.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. Seçkin yayıncılık.