

ERGEN ÖĞRENCİLERDE DENETİM ODAĞI-YALNIZLIK DÜZEYİ İLİŞKİSİ

Mustafa BULUŞ

Dokuz Eylül Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü

ÖZET

Bu araştırmada, ergen öğrencilerde denetim odağı ve yalnızlık düzeyi ilişkisi incelenmiştir. Araştırmaya lise ikinci sınıfa devam eden 382 öğrenci (230 kız, 152 erkek) katılmıştır. Öğrencilerin denetim odağı ve yalnızlık düzeyleri RİDKOÖ (Rotter'in İç Dış Kontrol Odağı Ölçeği) ve UCLA Yalnızlık Ölçeği ile ölçülmüştür. Veriler korelasyon, "t" test ve varyans analizi yöntemleri ile analiz edilmiştir. Sonuçlar; denetim odağı düzeyi yükseldikçe yalnızlık düzeyinin de yükseldiğini, içten denetimli öğrencilerin ve içten denetimli kız ve erkek öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin dıştan denetimlilerinkinden daha düşük olduğunu göstermiştir. Ayrıca, yalnızlık ile cinsiyet, kardeş sayısı, annenin öğrenim düzeyi, annenin meslek niteliği ve öğrencilerin aile ortamını algılama şekli (demokratik, otoriter) arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Yalnızlık, Denetim Odağı

ABSTRACT

In this study, the relationship between locus of control and loneliness level of adolescent students was examined. A total of 382 second grade high-school students (230 females, 152 males) participated to the study. The locus of control and the loneliness levels of the students were assessed by RIELOCS (Rotter's Internal-External Locus of Control Scale) and UCLA Loneliness Scale. Correlation, "t" test and analysis of variance techniques were used to analyze the data. The results showed that as the level of locus of control increases, the loneliness level of the students increases, too and the loneliness level of students with internal locus of control was lower than that of the externals. The results also indicated that the loneliness level of internal male and female students was lower than that of the external ones. About the personel and the familial variables, significant relationships existed between loneliness and sex, number of siblings, educational level and the profession of the mothers and students' perceptions of their home environment (democratic and authoritarian).

Key Words: Loneliness, Locus of Control

GİRİŞ

Kişiler arası ilişkilerin ve bunların sonuçlarının insan hayatındaki önemi yadsınamayacak bir gerçektir. Bu gerçek, sosyal bir varlık olarak insanın sosyal ilişki ihtiyacından dolayı, yaşamı boyunca çevresi ile etkileşim içerisinde olmasından kaynaklanmaktadır.

Bireyin hayatının başından sonuna kadar yaşadığı ilişkiler, içine girdiği karşılıklı etkileşimler ve bunları algılama şekli kendisi için bir öğrenme ortamı oluşturmakta ve kişiliğinin şekillenmesinde etkili olmaktadır. Bu anlamda evrensel gelişme ve değişimler de toplumları ve dolayısıyla bireyleri bu doğrultuda etkiler niteliktedir.

Rotter (1966,1975)'in çağdaş psikolojideki iki farklı kuramsal yaklaşım olan davranışçı kuramlarla bilişsel kuramları deneysel çalışmalarla bir araya getirerek oluşturduğu Sosyal Öğrenme Kuramı'na göre, çocukların davranışlarının sonucunda aldığı ceza ve ödüller ilerideki davranışlarının sonuçları hakkında bazı beklentiler geliştirmelerine yol açar. Ancak bu beklentilerin ortaya çıkışı nesnel olmaktan çok öznel, bireye özgüdür. Çünkü birey dışarıdan aldığı uyarıcıları (pekiştireçleri) farklı algılar ve farklı tepki gösterir. Sosyal Öğrenme Kuramı'na göre; bireyin tepkisini etkileyen etkenlerden en önemlisi, onun pekiştireçleri kendi davranışlarına mı yoksa davranışlarından bağımsız, kendi dışındaki güçlere mi bağlı olarak algıladığıdır. Rotter bu algılama şekillerini içsel ya da dışsal kontrol kaynağına inanç olarak isimlendirerek

buna "denetim odağı" adını vermiştir. Kendilerini etkileyen olayların daha çok, kendi denetimlerinde olduğu inancını taşıyan kişilerden içten denetimliler, kendilerine olanların, daha çok kendileri dışındaki güçlerin denetiminde olduğu inancını taşıyan kişilerden dıştan denetimliler olarak söz edilmiştir.

Yapılan araştırmalar, bireylerin bu kişilik boyutu yönünden birbirlerinden farklı olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmalardan elde edilen bulgular, benlik kavramı ve akademik başarının içsel denetim ile pozitif, dışsal denetim ile negatif ilişkili olduğunu (Maqşud ve Rouhani, 1991) içsel denetimin erkekler için ikna ile güçlü korelasyon gösterdiğini (Cooley ve Nowicki, 1984), fiziksel olarak çekici olan erkeklerin ve kadınların yüksek düzeyde içsel denetimliliğe sahip olduğunu (Anderson, 1978), akademik düzeyleri yüksek olan öğrencilerin daha içsel denetimli olduğunu (Boss ve Taylor, 1989; Findley ve Cooper, 1983; Warehime, 1972; Hjelle, 1970), içsel denetimlilerin toplumsal olaylarda daha aktif olduklarını (Pandey ve Khan, 1977), otorite odağı konumunda olan insanlara (polis, öğretmen, asker), daha pozitif tutumlar sergilediğini, depresyonun dışsal denetimlilikle paralel arttığını (Lester, 1988) ortaya koymaktadır.

Tüm bu sonuçlar, içsel denetimli olmanın olumlu bir kişilik özelliği olduğunu ve kişiliğin bu boyutunun oluşmasında toplumsal etmenlerin rol oynadığını vurgulamaktadır.

Bunun yanında "bireyin yaşamakta olduğu sosyal ilişki ile yaşamak istediği ilişki arasında görülen farktan ve çelişkiden dolayı ortaya çıkan, rahatsız edici, psikolojik bir durum" (Peplau ve Perlman, 1982) olarak tanımlanan yalnızlık, toplumda yoğun bir şekilde yaşanmaktadır.

Psikolojik bir durum olan yalnızlık yaşantısı, bir çok kişilik değişkeni ile yakından ilişkilidir. Hojat (1982) yalnızlık ile depresyon, kaygı, nevrozizm, insanlardan kaçış (misanthrophy) ve dışsal denetimlilik arasında pozitif bağlantı bulurken, Sadava ve Thomson (1986) yalnızlığın alkolizme yol açtığını ve dışsal denetimlilikle paralellik taşıdığını, Ponzetti ve Cate (1981) yalnızlığın akademik başarıyı düşürdüğünü, Goswick ve Jones (1981) yalnızlığın olumsuz benlik kavramıyla ve düşük uyumla, Schill ve arkadaşları (1981) duygusal ve somatik yakınmalarla ilişkili olduğunu, Jackson ve Cochran (1990) yalnızlıkla benlik saygısı ve depresyon arasında güçlü bir ilişkinin varlığını, Hanson ve Jones (1981) yalnız insanların düşüncelerinden emin olmadıkları gibi onları geliştirmeye istekli görünmediklerini, yalnız erkeklerin sosyal gruplarda uyum sorunu yaşadıklarını ve işbirliğinden kaçındıklarını, Maroldo (1981), yalnızlığın çekingenlikle ilişkili olduğunu bulgulamışlardır.

Kişilik ile ilgili değişkenler ve sosyal yaşamdan alınan doyum arasında ne kadar kuvvetli bir ilişki olduğu yapılan araştırma sonuçlarından da anlaşılmaktadır. Buradan hareketle denetim odağının içsel ya da dışsal oluşu ile yalnızlık yaşantısı arasında da çok yönlü bir ilişkinin var olduğu söylenebilir.

Son yıllarda yapılan araştırmalar bu kavramların ilişkilerini vurgular niteliktedir. Bu anlamda Lester (1993) depresyon, intihar ve denetim odağı ilişkisini, Cauce ve arkadaşları (1992) erken ergenlik döneminde yaşam stresi, sosyal destek ve denetim odağı ilişkisini, Schill ve arkadaşları (1980) içsel ve dışsal denetimli olmanın yalnızlıkla başa çıkmada nasıl etkili olduğunu, Young ve arkadaşları (1993) Afrikalı'lar ve Amerikalı'lar arasında denetim odağı, depresyon ve kızgınlık ilişkisini, Lester ve arkadaşları (1990) Amerikan, Filipin ve Türk öğrencilerinde denetim odağı, depresyon ve intihar ilişkisini incelemişlerdir.

Ülkemizde yapılan araştırmalarda ise Yüksel (1991) içsel ya da dışsal denetimli olmanın ve bazı değişkenlerin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyine etkisini; Dönmez (1984-1985) belirli toplumsal durumların algılanmasında denetim odağının etkisini; denetim odağı, kendine saygı ve çevre büyüklüğü, yaş, aile ortamı ilişkisini; Yeşilyaprak (1988) lise öğrencilerinin içsel ya da dışsal denetimli olmalarını etkileyen etmenleri; Dağ (1992) denetim odağı, öğrenilmiş güçlülük ve psikopatoloji ilişkisini; Akyıldız (1997) Doğu ve Güneydoğu kökenli ve Bulgaristan göçmeni kadınların bazı psiko-sosyal özellikler ve kontrol odağı inancı açısından karşılaştırılmasını; Kapıkıran (1993) içten ve dıştan denetimliliğe sahip ergenlerin atılganlık düzeylerini; Kapıkıran (1993) 11-12 yaş çocuklarında denetim odağına bağlı öğrenilmiş çaresizlik modelini ve öğrenim durumları üzerindeki etkilerini incelemişlerdir.

Yalnızlık ile ilgili olarak da, Demir (1990) üniversite öğrencilerinin bazı bireysel, sosyal ve ailevi özelliklerinin yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkilerini; Akyıldız (1994) yalnızlık duygusunu sosyal psikoloji açısından üniversite mezunlarından oluşan bir örnekleme etkisini ve Duru (1995) üniversite öğrencilerinde yabancılaşma ve yalnızlık düzeyi ilişkisini incelemişlerdir.

Genel olarak belirtilen görüşlerden ve bulgulardan destek alan bu araştırma, ergen öğrencilerde denetim odağı-yalnızlık düzeyi ilişkisini, bazı bireysel ve ailevi özellikleri de kapsamına alarak incelemeyi amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, İzmir il merkezinde 2. sınıfa devam eden lise öğrencileri oluşturmaktadır.

Örnekleme oluşturmak için, farklı sosyo-ekonomik düzeye (düşük, orta, yüksek) sahip dokuz lise belirlenmiştir. Bu liseler üçü alt, üçü orta ve üçü de üst sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğu kabul edilen ailelerin öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu belirleme İzmir İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün görüşü doğrultusunda yapılmıştır. Uygulama için her liseden bir sınıf seçkisiz olarak örnekleme alınmıştır. Analizlerde toplam 382 kişiden alınan veriler kullanılmıştır. Örneklemin 230'u (% 60,2) kızlardan, 152'si (% 39,2) de erkeklerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada gerekli verileri toplamak için üç veri toplama aracı kullanılmıştır. Öğrencilerin denetim odağı düzeylerini ölçmek için Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği (RİDKOÖ), yalnızlık düzeylerini ölçmek için de UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin bireysel ve ailevi özellikleri hakkında bilgi toplamak için de bir Öğrenci Bilgi Formu geliştirilerek kullanılmıştır.

İşlem Yolu

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, sınıf ortamında, belirlenen ders saatlerinde, araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

Uygulamalar, İzmir Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli onay alındıktan sonra, yaklaşık iki hafta içinde gerçekleştirilmiştir.

Uygulama sırasında öğrencilerin tüm veri toplama araçlarını istekli ve titizlikle cevaplandıkları ve cevaplama süresinin bir ders saatini (45 dakikayı) aşmadığı gözlenmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada, elde edilen veriler SPSS (Statistical Packages For Social Sciences = Sosyal Bilimler İçin Paket Programlar) alt programları kullanılarak analiz edilmiştir.

İstatistiksel analizlerde önce denetim odağı ve yalnızlık puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları elde edilmiştir. Böylece içsel ve dışsal denetimli olan öğrencilerin sayıları ve örnekleme göre %'leri ortaya çıkmıştır. Buna göre; RİDKOÖ üzerinden 11 ve üstü puan alanlar dışsal, 10 ve altı puan alanlar da içsel denetimli olarak kabul edilmiştir. Bu ayırım ilgili literatür doğrultusunda yapılmıştır.

Değişkenler arasındaki ilişkilerin analizinde önce, denetim odağı puanları ile yalnızlık puanları arasındaki korelasyona (r) bakılmış, sonra içsel ve dışsal denetimli öğrencilerin yalnızlık puanı ortalamaları arasındaki farkların önemli olup olmadığı "t" testi uygulanarak araştırılmıştır. Son olarak da, bilgi formundan elde edilen alt değişkenlere ait grupların, sırasıyla denetim odağı ve yalnızlık puanları ile olan ilişkisi F testi uygulanarak araştırılmıştır.

Ortalamalar arasındaki farkların önem kontrolü için .05 önem düzeyi benimsenmiş ve daha yüksek önem düzeyleri de ayrıca belirtilmiştir.

BULGULAR

I- Öğrencilerin Denetim Odağı Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler

1. Denetim Odağı-Yalnızlık Düzeyi İlişkisi

Öğrencilerin denetim odağı-yalnızlık düzeyi ilişkisi ile ilgili olarak, denetim odağı düzeyi yüksek olan ergen öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin de yüksek olacağı düşüncesi test edilmiştir. İfade edilen değişkenlerin puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo-1'de sunulmuştur.

Tablo-1. Denetim Odağı ve Yalnızlık Puanlarının Ortalama ve Standart Sapmaları

Değişkenler	n	x	ss
Denetim Odağı	382	9.50	3.20
Yalnızlık	382	36.35	9.89

Ortalama ve standart sapmaları yukarıda belirtilen denetim odağı ve yalnızlık puanları korelasyon yöntemi ile analiz edilmiş ve sözkonusu değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen sonuç; denetim odağı düzeyi ile yalnızlık düzeyi arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermektedir ($r=0,26;p<0,01$). Bu sonuç; öğrencilerin denetim odağı puanları arttıkça yalnızlık puanları da artmaktadır şeklinde de ifade edilebilir.

2. Denetim Odağı Şekli-Yalnızlık Düzeyi İlişkisi

Denetim odağı şekli-yalnızlık düzeyi ilişkisini test etmek için öğrenciler puanlarına göre "İçten Denetimliler" ve "Dıştan Denetimliler" olmak üzere iki grupta sınıflandırılmıştır. Bu grupların yalnızlık puanları "t testi" ile analiz edilmiş ve sonuçlar Tablo-2'de verilmiştir.

Tablo-2. İçten ve Dıştan Denetimli Öğrencilerin Yalnızlık Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve 't' Değeri

Denetim Odağı	n	x	ss	t	Önem Düzeyi
İçten Denetim	239	35.21	8.69	3.24	0.001
Dıştan Denetim	143	38.24	8.93	-	Önemli

p<0.01

Tablo - 2 incelendiğinde, dıştan denetimli öğrencilerin yalnızlık puanları ortalamasının içten denetimlilerin yalnızlık puanları ortalamasından daha yüksek ve t değerinin 0,01 düzeyinde önemli olduğu görülmektedir.

3. Cinsiyete Göre Denetim Odağı Şekli-Yalnızlık Düzeyi İlişkisi

Kız öğrenciler için, denetim odağı şekli-yalnızlık ilişkisi ile ilgili olarak "içten denetimli olan kız öğrencilerin yalnızlık düzeyleri dıştan denetimli olan kız öğrencilerin yalnızlık düzeylerinden daha düşüktür" şeklinde düşünülen denencenin test edilmesi için, kız öğrenciler "içten denetimliler" ve "dıştan denetimliler" olmak üzere iki kategoriye ayrılmıştır. Bu öğrencilerin yalnızlık puanlarının ortalamaları, standart sapmaları ve t değeri Tablo - 3'te verilmiştir.

Tablo-3. İçten ve Dıştan Denetimli Kız Öğrencilerin Yalnızlık Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve 't' Değeri

Denetim Odağı	n	x	ss	t	Önem Düzeyi
İçten Denetim	145	34.69	8.87	2.06	0.04
Dıştan Denetim	85	37.22	9.09	-	Önemli

p<0.05

Tablo 3'e göre, dıştan denetimli kız öğrencilerin ortalamaları içten denetimlilerinkinden daha yüksektir. Ortalamalar arasındaki bu fark t test yöntemi ile analiz edilmiş ve yalnızlık puan ortalamaları 0,05 düzeyinde önemli çıkmıştır.

Erkek öğrenciler için, denetim odağı şekli-yalnızlık ilişkisi ile ilgili olarak içten denetimli olan erkek öğrencilerin daha düşük yalnızlık düzeyine sahip olacakları düşünülmüştür. İlgili puanlar t test yöntemi ile test edilmiş ve sonuçlar Tablo - 4'te gösterilmiştir.

Tablo- 4. İçten ve Dıştan Denetimli Erkek Öğrencilerin Yalnızlık Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve 't' Değeri

Denetim Odağı	n	x	ss	t	Önem Düzeyi
İçten Denetim	94	36.03	8.37	2.67	0.01
Dıştan Denetim	58	39.74	8.54	-	Önemli

p<0.05

Tablo-4 incelendiğinde içten denetimli erkek öğrencilerin yalnızlık puan ortalamalarının daha düşük ve ortalamalar arasındaki bu farkın 0,05 düzeyinde önemli olduğu görülebilir. Bu sonuçlar beklentilerimizi doğrular niteliktedir.

II- Öğrencilerin Bireysel Özelliklerinin Denetim Odağı ve Yalnızlık Düzeyli İle İlişkisi

Öğrencilerin bireysel özelliklerinden cinsiyet, doğum sırası ve kardeş sayısının denetim odağı ve yalnızlık düzeyi ile ilişkisi varyans analizi yöntemi ile test edilmiştir. Sonuçlar yalnızlık ile cinsiyet ve kardeş sayısı arasında 0.05 düzeyinde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Buna göre; erkek öğrencilerin ve çok kardeşli öğrencilerin yalnızlık düzeyleri daha yüksek çıkmıştır.

III- Öğrencilerin Ailelerine Ait Özelliklerin Denetim Odağı ve Yalnızlık Düzeyi İle İlişkisi

Öğrencilerin ailelerine ait özelliklerden ailenin ekonomik düzeyi, annenin yaşam şekli, babanın yaşam şekli, annenin öğrenim düzeyi, babanın öğrenim düzeyi, annenin mesleği ve aile ortamının (demokratik, otoriter) öğrenci tarafından algılanma şekli ile denetim odağı ve yalnızlık düzeyi ilişkisi incelenmiştir. Yapılan varyans analizi sonuçları; yalnızlık ile annenin öğrenim düzeyi, anne mesleği ve öğrencinin aile ortamını algılama şekli arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir ($p<0,01$). Böylece, annelerinin öğrenim düzeyi ve meslek niteliği daha yüksek olan öğrenciler ile aile ortamlarını demokratik olarak algılayan öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin daha düşük olduğu bulgulanmıştır.

TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, analiz edilen değişkenlere ait bulguların tartışma ve yorumuna yer verilmiştir.

Araştırmada öğrencilerin denetim odağı - yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik olarak elde edilen bulgulara göre; denetim odağı düzeyi ile yalnızlık düzeyi arasında doğrusal bir ilişki bulunmaktadır, içten denetimli olan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri dıştan denetimli olan öğrencilerin yalnızlık düzeylerinden daha düşüktür ve içten denetimli olan kız ve erkek öğrencilerin yalnızlık düzeyleri dıştan denetimli olan kız ve erkek öğrencilerin yalnızlık düzeylerinden daha düşüktür.

Elde edilen bu bulgular; Schill, Toves ve Ramanaiah (1980), Man ve Devisse (1987), Lester (1993), Lester, Castromayor ve İçli (1990), Seeman (1963) (Akt. Korkut, 1986; Akt. Yeşilyaprak, 1988) ve Yüksel (1991) tarafından yapılan araştırma bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir.

Bir kişilik boyutu olarak kabul edilen denetim odağı; kişinin iyi yada kötü, kendisini etkileyen olayları kendi yetenek, özellik ve davranışlarının sonuçları ya da şans, kader, talih ve güçlü başkaları gibi, kendisi dışındaki güçlerin işi olarak algılaması eğilimi şeklinde tanımlanabilir. Kişiliğin bu özelliği yönünden bireylerin anlamlı olarak birbirlerinden ayrıldıkları yapılan pek çok araştırma ile ortaya konmuştur. Araştırmada, denetim odağı düzeyinin yükselmesi dışsal, düşmesi ise içsel denetim eğilimini ifade etmektedir.

Araştırmalardan elde edilen bulgular içsel ve dışsal denetimlilerin özelliklerini belirler niteliktedir. Bu sonuçlar; dışsal denetimlilerle karşılaştırıldığında, içsel denetimlilerin; entellektüel ve akademik etkinliklerde daha fazla zaman harcadıklarını, okul başarılarının daha yüksek olduğunu, toplumsal olaylarda daha aktif olduklarını, olumsuz etkilere daha fazla direnen, kişisel özgürlüklerinin sınırlandırılmasına güçlü bir tepki gösteren, kendilerini daha etkili, güvenli ve bağımsız kişiler olarak algılayan, olumlu benlik imajına sahip, atılgan ve girişimci kişiler olduklarını ortaya koymaktadır. Tüm bunlar, içsel denetimli olmanın olumlu bir kişilik özelliği olduğu kanısını kuvvetle vurgulamaktadır.

Buna karşılık dışsal denetimliler; çevre üzerinde kontrollerinin olmadığına inandıkları ve olayları kontrol altına alamayacakları, sonucu etkileyemeyecekleri kanısından dolayı daha kaygılı, pasif, kuşkucu ve

doğmatiktirler. Yine, bu insanların; hem kendilerine, hem başkalarına daha az güvenen, kendini tanımadaya yetersiz, toplumsal kabul ihtiyaçları az olan, saldırgan ve daha çok savunma mekanizmaları kullanma eğiliminde oldukları bulgulanmıştır (Yeşilyaprak, 1990).

Diğer taraftan, yalnızlık; bireyin sosyal ilişkilerinin kişinin arzu ettiğinden daha az doyumlu olarak yaşanması sonucunda oluşan ve birey için hoş olmayan, rahatsız edici bir duygu olarak ifade edilmektedir. Yalnızlıkla ilgili olarak yapılan araştırmalar, yalnızlık yaşayan insanların düşük benlik saygısına sahip olduklarını, başkalarına ve başkalarından kendilerine yönelik olumsuz değerlendirme beklentisi yaşadıklarını, düşünce ve fikirlerine güvensizlik duyduklarını, çekingenlik, sosyal tepkide bulunamama, sosyal duyarsızlık ve karşı cinsten bir partner ile ilişki kurmadan kaçınma gibi kişilik özelliklerine sahip olduklarını göstermektedir.

Yapılan araştırma sonuçları bu araştırmadan elde edilen bulgularla birlikte ele alındığında, dıştan denetimli olan bireyler ile yalnızlık yaşantısı yaşayanların benzer özellikler taşıdığı söylenebilir. Buradan hareketle dıştan denetimliliğin psikopatolojik sonuçlar doğurabileceği düşüncesine de gidilebilir. Bu bulgular ayrıca, önemli bir kişilik boyutu olan denetim odağı ile psikopatoloji ilişkisini vurgulaması açısından da önemlidir.

Öğrencilerin bireysel özelliklerinin denetim odağı ve yalnızlık düzeyi ilişkisi ile ilgili olarak elde edilen bulgulara göre; sadece yalnızlık ile cinsiyet ve kardeş sayısı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Cinsiyetin öğrencilerin yalnızlık düzeyi ile ilişkisine yönelik bulgulara göre, erkek öğrencilerin yalnızlık düzeyleri kız öğrencilerinkinden daha yüksek çıkmıştır. Cinsiyete ilişkin bu bulgu; Russell, Peplau ve Cutrona (1980), Jones, Freeman ve Goswick (1981), Schultz ve Moore (1986), Demir (1990) tarafından yapılan araştırma bulgularıyla da tutarlılık göstermektedir.

Yalnızlık yaşantısında, erkekler aleyhine bir farklılığın olması cinslere verilen farklı rollerden kaynaklanmış olabilir. Geleneksel olarak erkeklerden bir ilişkiyi başlatma ve sürdürme becerisine sahip olması ve sosyal ilişkilerde daha aktif bir rol oynaması beklenmektedir. Ancak yapılan araştırmalarda sosyal becerilere sahip olma düzeyinin kızlara göre, erkeklerde daha düşük olduğu saptanmıştır (Sermat, 1980; Akt. Demir, 1990). Erkeklerin ilişkilerde atılgan olamamaları ve sosyal ilişkilerden kaçınmaları yalnızlığı daha fazla yaşamalarına neden olabilir.

Bu farklılığın diğer bir nedeni olarak, erkeklerin genellikle duygu ve düşüncelerini bastırırken, kızların bu konuda daha rahat hareket ederek duygu ve düşüncelerini açıklamaları düşünülebilir. Bu nedenle kendini dışa açma davranışı kızlarda erkeklerden daha fazla olabilmekte ve böylece de daha az yalnızlık duygusu yaşamaktadırlar.

Kardeş sayısı - yalnızlık düzeyi ilişkisi ile ilgili olarak, yalnızlığın kardeş sayısı daha çok olan öğrencilerde daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür.

Bunun en önemli sebeplerinden biri, kardeş sayısı fazla olan öğrencilerin aile içinde ilişkiye girebileceği birey sayısı fazla olmasına rağmen, yaşadıkları ilişkilerin niteliğinin kendilerine daha az doyum verebileceğidir. Ayrıca, günümüz ailelerinde genel olarak daha az çocuk edinme isteğinin olmasından dolayı, az çocuklu ailelerde, çocukların aile tarafından sunulan olanaklardan yeterince yararlanabilmelerinin yalnızlık düzeyini düşürmede etkisi olabilir. Diğer bir deyişle, az kardeşli çocuklar

anne babanın ve ailenin imkanlarını daha çok kullanmakta ve böylece sosyal ilişkilerden daha çok doyum aldıklarından, yalnızlık düzeyleri daha düşük çıkmış olabilir.

Öğrencilerin ailelerine ait özelliklerin, denetim odağı ve yalnızlık düzeyi ilişkisi ile ilgili olarak elde edilen sonuçlar, yalnızlık ile annenin öğrenim düzeyi, meslek niteliği ve öğrencinin aile ortamını algılama şekli arasında anlamlı düzeyde ilişkiler olduğunu göstermektedir.

Buna göre, annelerinin öğrenim düzeyi daha yüksek olan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri daha düşük çıkmıştır. Bu sonuç, yüksek eğitim düzeyine sahip annelerin çocuklarıyla kurdukları ilişkinin niteliği, bilinç düzeyi ve yaşama yönelik olarak yapılan yararlı rehberlik ile açıklanabilir.

Yalnızlık düzeyinin düşük olmasını sağlayan bir diğer ailevi özellik annenin meslek niteliğinin daha yüksek olmasıdır. Üst meslek gruplarından olan annelerin öğrenim düzeyleri ve dolayısıyla sosyal ilişki ağları daha yüksek olduğundan, çocuklarının yetişme stilleri ve yaşam düzenekleri bundan etkilenmekte ve bu da çocuklarının daha doyurucu ilişkiler yaşamalarını etkileyebilmektedir.

Aile ortamının algılanma şekli - öğrencilerin yalnızlık düzeyi ilişkisi ile ilgili olarak, aile ortamını demokratik olarak algılayan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri aile ortamını otoriter olarak algılayan öğrencilerin yalnızlık düzeylerinden daha düşük çıkmıştır.

Bu bulgu Gülden (1984)'in konuyla ilgisi bulunan araştırma sonuçlarıyla tutarlıdır. Gülden araştırmasında; ana babalarını "demokratik" olarak algılayan çocukların kişisel, sosyal ve genel uyum puan ortalamalarını, ana-babalarını "otoriter" olarak algılayan çocukların kişisel, sosyal ve genel uyum puan ortalamalarından daha yüksek bulmuştur. Demokratik aile ortamlarında, çocuğa küçük yaşlardan itibaren, belli sınırlar içinde özgürlük verilmekte, ona kendisi ile ilgili kararlar verebilme olanakları sağlanmaktadır. Bu tutum, çocuğun bağımsız bir kişilik geliştirmesine yardım etmektedir. Ayrıca kendini ifade etmeye özendirilen çocuk dışa dönük, etkin, yaratıcı ve liderlik özelliklerine sahip bir birey olmakta, olaylara olumlu bakış açısı nedeniyle etkili ve doyurucu kişiler arası ilişkiler kurabilmektedir. Bu nedenler de, ergen öğrencinin daha düşük düzeyde yalnızlık duygusu yaşamada etkili olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu son bölümünde, elde edilen bulguların genel bir değerlendirmesi yapılmış ve buna bağlı olarak ilgililere yönelik önerilerde bulunulmuştur.

Araştırma sonunda elde edilen bulgulara göre, ergen öğrencilerin denetim odağı şekli ile yalnızlık düzeyleri arasında ilişkiler bulunmuş, öğrencilerin denetim odağı ve yalnızlık düzeylerinin bireysel ve ailevi özellikleri ile değişik derecelerde ilişkili olduğu görülmüştür.

Araştırmada öğrencilerin denetim odağı düzeyi ile yalnızlık düzeyi arasında beklenen ilişki saptanmış, içten denetimli olan öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin daha düşük olduğu bulunmuştur. Denetim odağı şekli ile ilgili olarak ayrıca, içten denetimli olan kız ve erkek öğrencilerin de yalnızlık düzeylerinin diğerlerine göre daha düşük olduğu bulgulanmıştır.

Öğrencilerin bireysel özelliklerine ilişkin değişkenlerden cinsiyet ve kardeş sayısının yalnızlık düzeyi ile ilişkisinin önemli olduğu bulunurken, sözü edilen bu iki değişkenin denetim odağı düzeyi ile ilişkili olmadığı saptanmıştır. Öğrencilerin doğum sıralarının da denetim odağı ve yalnızlık düzeyi ile ilişkili olmadığı görülmüştür.

Aile ile ilgili değişkenlerden annenin öğrenim düzeyi, annenin mesleği ve aile ortamının algılanma şeklinin öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile ilişkisi önemli bulunurken, denetim odağı ile ilişkisi anlamlı bulunmamıştır. Diğer taraftan, ailenin ekonomik düzeyinin, anne babanın yaşam şeklinin ve babanın öğrenim düzeyinin de denetim odağı ve yalnızlık düzeyi ile ilişkili olmadığı görülmüştür.

Görüldüğü gibi, öğrencilerin araştırmada ele alınan bireysel ve ailevi özelliklerinin bir kısmı yalnızlık düzeyi ile ilişkili iken, denetim odağı söz konusu değişkenlerin hiçbiri ile ilişki göstermemektedir.

Ergenlik dönemi biyolojik, duygusal, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı, çocukluktan erişkinliğe geçiş sürecinde önemli bir dönemi teşkil etmektedir. 11-20 yaş dilimleri arasındaki ergenlik çağı ayrıca kişiliğin toplumsal nitelik kazandığı bir arayış dönemidir. Bu nedenle bir kişilik boyutu olarak kabul edilen denetim odağı ve genelde sosyal ilişkilerin yoksunluğu sonucu yaşanan yalnızlık duygusu ilişkisi ve etkileşimi bu dönemdeki işlevi gereği büyük önem taşımaktadır.

Araştırmada denetim odağı ve yalnızlık puanlarının durumlarına bakıldığında; RİDKOÖ'nden 11 ve üstü puan alıp dıştan denetimli olarak kabul edilen öğrencilerin (n = 143) örneklemin % 37,5'ini ve 10 ve altı puan alıp içten denetimli olarak kabul edilen öğrencilerin (n= 239) ise örneklemin % 62,5'ini oluşturduğu görülmektedir. Yalnızlığın görülme yaygınlığına bakılacak olursa, ortalamanın (36,35) bir standart sapma (8,89) üstünde (46 ve üstü) puan alan öğrencilerin (n = 66) örneklemin % 17,3'ünü oluşturduğu dikkat çekmektedir.

Araştırmanın ulaştığı bulgulara dayanarak bu alanda önemli görülen öneriler aşağıda sıralanmıştır.

1. Genel olarak ana-baba-çocuk ilişkilerinin kişilik gelişiminde, sadece denetim odağı açısından değil yalnızlık yaşantısı açısından da kritik bir öneme sahip olduğu düşünüldüğünde, araştırmanın denetim odağı-yalnızlık düzeyi ilişkileri bu yönden anlamlı sonuçlar ortaya koymaktadır. Bu çerçevede yapılacak ilk öneri, anne ve babaların, genel olarak sağlıklı ana-baba-çocuk ilişkilerini oluşturabilmeleri için bilinçlendirilmeleridir. Bu yaklaşımın gerçekleştirilmesi için Ana-Baba-Çocuk Sağlığı Merkezleri, Rehberlik ve Araştırma Merkezleri, Ruh Sağlığı Merkezleri gibi kuruluşlarca belli programlar çerçevesinde bazı uygulamalar yapılabilir. Bunun yanında bilinen belli başlı basın-yayın araçları da etkili olabilirler.

2. Özellikle sosyal psikoloji dalında ağırlıklı olarak ele alınan ve incelenen denetim odağı ve yalnızlık kavramları, üniversitelerde akademik çalışma ortamlarında, öğrencilere daha detaylı olarak verilmeli ve araştırılmalıdır.

3. Yalnızlık yaşantısını yoğun olarak yaşayan ergenlerin bu rahatsızlığı daha yoğun olarak yaşamalarını önlemek için okullarda, öğrencilerin sosyal ilişki ve becerilerini geliştirici çalışmalar daha etkin bir hale getirilmelidir.

4. Ortaöğretim kurumlarında öğrencilerin denetim odağı ve yalnızlık düzeyleri belirli zaman periyotlarında ölçülmeli, dışsal denetimlilik ve yalnızlık düzeyleri yüksek olan öğrencilere yönelik etkinlikler düzenlenmelidir. Bunun sağlanması için sözkonusu kurumlarda Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisleri kurulmalı ve yeterli ilgili uzman bulundurulmalıdır.

5. Öğrencilere yönelik çalışmalara anne-babaların katılımı sağlanmalı ve Okul-Aile Birlikleri daha fonksiyonel bir konuma getirilmelidir.

6. Aile ortamının algılanma şekli, annenin öğrenim düzeyi, mesleği gibi değişkenlerin yalnızlık ile ilişkisi düşünüldüğünde aile ortamlarında, ana-babaların birbirleriyle ve çocuklarıyla olan ilişkileri

konusunda basın, radyo ve televizyon gibi araçlardan yararlanma yollarına gidilmeli, her düzeydeki ana babaya hitap eden, aile içindeki sosyal ilişkilerin önemini vurgulayan programlar hazırlanarak bilinçlenmeleri sağlanmalıdır.

7. Ortaöğretim kurumlarında psikoloji ve alt dallarıyla ilgili derslere yer verilmelidir.

KAYNAKLAR

- Akyıldız, H. (1994). **Yalnızlık Duygusunun Sosyal Psikoloji Açısından Bir Örneklemede Değerlendirilmesi**. DEÜ Buca Eğitim Fakültesi, İzmir.
- _____. (1997). **Doğu ve Güneydoğu Kökenli ve Bulgaristan Göçmeni Kadınların Bazı Psiko-Sosyal Özellikler ve Kontrol Odağı İnancı Açısından Karşılaştırılması: Proje Çalışması**. DEÜ Buca Eğitim Fakültesi, İzmir.
- Anderson, R. (1978). **Physical Attractiveness and Locus of Control**. Journal of Social Psychology, Vol. 105, 213- 216.
- Boss, M.W. and Taylor M.C. (1989). **The Relationship Between Locus of Control and Academic Level and Sex of Secondary School Students**. Contemporary Educational Psychology, Vol. 14, No. 4, 315- 322.
- Cauce, A.M., Sargeant, M. and Sargeant, H. (1992). **Life Stress, Social Support and Locus of Control During Early Adolescence : Interactive Effects**. American Journal of Community Psychology, Vol. 20, No. 6, 787-789.
- Cooley, E.L. and Nowicki, S. (1984). **Locus of Control and Assertiveness in Male and Female College Students**. Journal of Psychology, Vol. 117, 85-87.
- Dağ, İ. (1992). **Kontrol Odağı, Öğrenilmiş Güçlülük ve Psikopatoloji İlişkileri**. Psikoloji Dergisi, Cilt. 7, Sayı. 27, 1-9.
- Demir, A. (1990). **Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler**, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dönmez, A. (1984). **Belirli Toplumsal Durumların Algılanmasında Denetim Odağının Etkisi**. A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, Cilt. 17, No. 1-2, 143-158.
- _____. (1985). **Denetim Odağı, Kendine Saygı ve Üç Değişken: Çevre Büyüklüğü, Yaş, Aile Ortamı**. A.Ü. Eğitim ve Bilim Dergisi, Cilt. 55, 4-15.
- Duru, E. (1995). **Üniversite Öğrencilerinde Yabancılaşma ve Yalnızlık Düzeyi İlişkisi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Findley, M.J. and Cooper, H.M. (1983). **Locus of Control and Academic Achievement: A Literature Review**. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 44, No. 2, 419-427.
- Goswick, R.A. and Jones, W.H. (1981). **Loneliness, Self Concept and Adjustment**. Journal of Psychology, Vol. 107, 237-240.
- Gülден, B. (1984). **Demokratik ve Otoriter Olarak Algılanan Ana-Baba Tutumlarının Çocukların Uyum Düzeylerine Etkisi**. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Hanson, R.O. and Jones, W.H. (1981). **Loneliness, Cooperation and Conformity Among American Graduates**. Journal of Social Psychology, Vol. 115, 103-108.

- Hjelle, L.A. (1970). **Internal-External Control as a Determinant of Academic Achievement.** Psychological Reports, Vol. 26, 326.
- Hojat, M. (1982). **Loneliness as a Function of Selected Personality.** Journal of Clinical Psychology, Vol. 38, No. 1, 137-141.
- Jackson, J. and Cochran, S.D. (1990). **Loneliness and Psychological Distress.** Journal of Psychology, Vol. 125, 257-262.
- Jones, W.H., Freeman, J.E. and Goswick, R.A. (1981). **The Persistence of Loneliness: Self and other Determinants.** Journal of Personality, Vol. 49, 27-48.
- Kapıkıran, N. (1993). **11-12 Yaş Çocuklarında Denetim Odağına Bağlı Öğrenilmiş Çaresizlik Modeli ve Öğrenim Durumları Üzerindeki Etkileri.** Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Kapıkıran, Ş. (1993). **İçten ve Dıştan Denetimliliğe Sahip Ergenlerin Atılganlık Düzeylerinin Saptanması.** Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Korkut, F. (1992). **Gestalt Yaklaşımına Dayalı Olarak Yapılan Bireysel Danışmanın Denetim Odağı Üzerindeki Etkisi.** Eğitim ve Bilim Dergisi, Cilt. 16, Sayı. 85, 51-59.
- Lester, D. (1988). **Relationship Between Locus of control and Depression Mediated by Anger Toward Others.**, Vol. 129, No. 3, 413-414.
- _____. (1993). **Depression, Suicidal Ideation and Locus of Control.** Perceptual and Motor Skills, Vol. 76, 1282.
- Lester, D., Castromayor, I.J. and İçli, T. (1990). **Locus of Control, Depression and Suicidal Ideation Among American, Philippine and Turkish Students.** The Journal of Social Psychology, Vol. 131, No. 3, 447-449.
- Man, A. and Devise, T. (1987). **Locus of Control, Mental Ability, Self Esteem and Alienation.** Social Behavior and Personality, Vol. 15, No. 2, 233-236.
- Maqsd, M. and Rouhani, S. (1991). **Relationship Between Socioeconomic Status, Locus of Control, Self Concept and Academic Achievement of Batswana Adolescents.** Journal of Youth and Adolescence, Vol. 20, No. 1, 107-114.
- Maroldo, G.K. (1981). **Shyness and Loneliness Among College Men and Women.** Psychological Reports, Vol. 48, 885-886.
- Pandey, I. and Khan, M.E. (1977). **Social Action as a Function of Internal-External Control of Reinforcement.** Journal of Social Psychology, Vol. 103, 305-306.
- Peplau, L.A. and Perlman, D. (1982). **Loneliness: A Source Book of Current Theory, Research and Therapy.** New York: Wiley-Interscience.
- Ponzetti, J.J. and Cate, R.M. (1981). **Sex Differences in the Relationship Between Loneliness and Academic Performance.** Psychological Reports, Vol. 48, 758.
- Rotter, J.B. (1966). **Generalized Expectancies for Internal versus External Control of Reinforcement.** Psychological Monographs, Vol. 80, No. 609.
- _____. (1975). **Some Problems and Misconceptions Related to the Construct of Internal versus External Control of Reinforcement.** Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol. 43, No. 1, 56-67.

- Russel, D., Peplau, L.A. and Cutrona, C. E. (1980). **The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence.** Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 39, 472-480.
- Sadava, S.W. and Thompson, M.M. (1986). **Loneliness, Social Drinking and Vulnerability to Alcohol Problems.** Canadian Journal of Behavioral Science, Vol. 18, No. 2, 133-139.
- Schill, T., Toves, C. and Ramanaiah, N. (1980). **Coping with Loneliness and Locus of Control.** Psychological Reports, Vol. 47, 1054.
- _____ (1981). **UCLA Loneliness Scale and Effects of Stress.** Psychological Reports, Vol. 49, 257-258.
- Schultz, N.R. and Moore, D. (1986). **The Loneliness Experience of College Students: Sex Differences.** Personality and Social Psychology Bulletin, Vol. 12, No. 1, 111-119.
- Warehime, R.G. (1972). **Generalized Expectancy for Locus of Control and Academic Performance.** Psychological Reports, Vol. 30, 314.
- Yeşilyaprak, B. (1988). **Lise Öğrencilerinin İçsel ya da Dışsal Denetimli Olmalarını Etkileyen Etmenler.** Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- _____ (1990). **Denetim Odağının Belirleyicileri ve Değişime İlişkin Araştırmalar: Bir Eleştirisel Değerlendirme.** Psikoloji Dergisi, Cilt. 7, Sayı. 25, 40-51.
- Young, T.J., French, L.A. and Wailes, S.N. (1993). **Locus of Control, Depression and Anger Among African-Americans.** Psychological Reports, Vol. 72, 482.
- Yüksel, F. (1991). **İçsel ya da Dışsal Denetimli Olmanın ve Bazı Değişkenlerin Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyine Etkisi.** Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.