



## An Examination of University Students' the Locus of Control Levels According to the Satisfaction of Basic Psychological Needs, Unconditional Self-Acceptance and Rumination<sup>#</sup>

Esmanur Bolat<sup>1,a</sup>, Fulya Yüksel Şahin<sup>2,b\*</sup>

<sup>1</sup>Graduate School of Social Sciences, Yıldız Technical University, İstanbul, Türkiye

<sup>2</sup>Faculty of Education, Yıldız Technical University, İstanbul, Türkiye

\*Corresponding author

### Research Article

#### Acknowledgment

<sup>#</sup>This study is a part of a master's thesis

#### History

Received: 30/01/2024

Accepted: 13/02/2025



This paper was checked for plagiarism using iThenticate during the preview process and before publication.

Copyright © 2017 by Cumhuriyet University, Faculty of Education. All rights reserved.

### ABSTRACT

This study adopted descriptive survey research model that aimed to examine whether the satisfaction of basic psychological needs, unconditional self-acceptance, rumination, gender and perceived parental attitudes significantly predicted university students' locus of control levels. The participants of the research were 487 university students. "Locus of Control Scale", "Psychological Needs Scale", "Unconditional Self-Acceptance Scale", "Rumination Scale", and "Personal Information Form" were used to collect the research data. Linear Regression Analysis was performed to analyze the data. The significance level was set at .05. The results indicated that satisfaction of basic psychological needs, rumination, gender and maternal attitudes were significant predictors of university students' locus of control levels. Furthermore, the results highlighted that unconditional self-acceptance and paternal attitudes were not significant predictors of university students' locus of control levels. The study was cross-sectional. Applying the scales to the same individuals at different times and examining the changes over time may provide more reliable data.

**Keywords:** Locus of control, psychological needs, unconditional self acceptance, rumination, university students, mother attitudes, father attitudes

## Üniversite Öğrencilerinin Denetim Odağı Düzeylerinin Temel Psikolojik İhtiyaçların Doymuna, Koşulsuz Kendini Kabule ve Ruminasyona Göre İncelenmesi<sup>#</sup>

#### Bilgi

<sup>#</sup>Bu çalışma yüksek lisans tezinin bir parçasıdır.

\*Fulya Yüksel Şahin

#### Süreç

Geliş: 30/01/2024

Kabul: 13/02/2025

Bu çalışma ön inceleme sürecinde ve yayımlanmadan önce iThenticate yazılımı ile taranmıştır.

#### Copyright



This work is licensed under Creative Commons Attribution 4.0 International License

### Öz

Bu araştırma temel psikolojik ihtiyaçların doymunun, koşulsuz kendini kabulün, ruminasyonun, cinsiyetin ve algılanan anne-baba tutumlarının üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığını incelemeyi amaçlayan betimsel bir tarama araştırmasıdır. Araştırmanın katılımcıları, 487 üniversite öğrencisidir. Araştırma için gerekli olan verileri elde etmek amacıyla "Denetim Odağı Ölçeği", "Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği", "Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği" ve "Ruminasyon Ölçeği" ile "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizi için Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Araştırmada, anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, temel psikolojik ihtiyaçların doymunun, ruminasyonun, cinsiyetin ve anne tutumlarının üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Araştırma sonucuna göre, koşulsuz kendini kabulün ve baba tutumlarının ise üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur. Bu araştırma kesitsel olarak yapılmıştır. Aynı bireylere farklı zaman dilimlerinde ölçeklerin uygulanması ile zaman içinde ortaya çıkan değişimleri görmek daha güvenilir verileri sağlayabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Denetim odağı, temel psikolojik ihtiyaçlar, koşulsuz kendini kabul, ruminasyon, anne tutumları, baba tutumları, üniversite öğrencileri

<sup>a</sup> [bolatesmanur@gmail.com](mailto:bolatesmanur@gmail.com)

<sup>id</sup> <https://orcid.org/0000-0002-1839-6213>

<sup>b</sup> [fusahin@yildiz.edu.tr](mailto:fusahin@yildiz.edu.tr)

<sup>id</sup> <https://orcid.org/0000-0003-3454-2142>

**How to Cite:** Bolat, E., & Yüksel Şahin, F. (2025). An examination of university students' the locus of control levels according to the satisfaction of basic psychological needs, unconditional self-acceptance and rumination. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 14(1):44-56

## Giriş

Günümüzde bireyler Covid 19 gibi pandemileri, çeşitli ekonomik zorlukları, şiddet içeren davranışları, göçleri, deprem vb. gibi afetleri ve stres oluşturan diğer olayları yaşamaktadırlar. Ayrıca kendi yaşamları ile ilgili kararlar alıp seçimler yapmaktadırlar. Bu yaşanan durumlar bireylerin bugünleri ve gelecekleri hakkında bir çok bilinmezliği de beraberinde getirir. Buna bağlı olarak bireyin yaşadığı bu durumları denetlemeye ihtiyacı olur. Leotti & diğerlerine (2010) göre insan çevresinde olanları anlayabilmek, olabilecekleri tahmin edebilmek ve güvenliğini sürdürebilmek için denetlemeye ihtiyaç duyar. Denetleme, bireye düzen, istikrar, güvenlik ve mutluluk hissini verir. Evrimsel bakış açısından bakıldığında, birey çevresini denetlerse, hayatta kalma şansı çok daha yüksek olur (Siegel, 2010). Diğer yandan, denetimin olmadığı belirsizlik, rahatsız edicidir ve kaygıya neden olur (Gu vd., 2020). Tüm insanların denetim ve bilinmeyen ile ilgili algı ve tepkileri aynı değildir. Burada devreye denetim odağı teorisi girmektedir.

Denetim odağı kavramı, Rotter (1966) tarafından kişinin yaşam sonuçlarının kimin ya da neyin denetiminde olduğuna dair öznel algılarını tanımlamak için ortaya konulmuştur. Kieffer (1984), bireydeki denetim algılarının, bir ucunda güçsüzlük duygusunun, diğer ucunda ise hayat üzerinde artan içsel denetim algılarının olduğunu belirtmiştir. Sosyal Öğrenme Teorisi içinde yer alan denetim odağı içsel ve dışsal denetim olarak ikiye ayrılır (Rotter, 1966; Nowicki vd., 2021). İçten denetimli bireyler, kendi yaşamlarını olumlu ya da olumsuz etkileyen olayları kendi davranışlarının bir sonucu olarak görürler (Rotter, 1966). İçsel denetime sahip olan bireyler kararlı ve sakinlerdir. Olumsuz durumlara zihinsel olarak daha sağlıklı bir tavırla yaklaşırlar (Leontopoulou, 2006). Mutluluk ve yaratıcılık düzeyleri daha yüksektir (Pannells & Claxton, 2008). Dışsal denetimli bireyler ise kendi yaşamlarını olumlu ya da olumsuz etkileyen olayları kendi davranışlarının bir sonucu olarak değil de, güçlü olan başka kişiler, talih, şans vb. gibi durumların sonucu olarak görürler (Rotter, 1966). Bir kişinin denetim odağı dışsal olduğu ölçüde, başına gelenleri diğer kişilere, şansa ve bireysel denetimi dışındaki koşullara atfedip, yaşamının gidişatını etkilemek için sınırlı yetkisi olduğunu düşünebilir (Kelley & Stack, 2000; Martin vd., 2005). Glasser'in Seçim Teorisine göre dış denetim odaklılık öğrenilir ve eğitim yoluyla değiştirilebilir (Robey vd., 2017). Yapılan araştırmalarda, yüzlerce ikizden elde edilen bulgulara göre, denetim odağı büyük ölçüde kalıtsal olmayan eğitim, gelir, kazanç, evlilik kalitesi, yaş, tek ebeveynlik (Bullers & Prescott, 2001) ve anne baba davranışları (Nowicki, 2016) gibi psikososyal faktörler tarafından belirlenmektedir. Bu araştırmada ele alınan psikolojik ihtiyaçların doyumunun da denetim odağıyla ilişkili olabilecek faktörlerden birisi olabileceği düşünülmektedir.

## Psikolojik İhtiyaçlar

Psikolojik ihtiyaç kavramını Glasser, hayatta kalma, sevgi ve ait olma, özgürlük, güç ve eğlence ihtiyacı olarak açıklamaktadır (Glasser, 1999). Hayatta kalma ihtiyacı; yemek, su, barınma, güvenlik, emniyet, fiziksel sağlık, hastalıktan korunma ve cinselliği içerir. Cinselliğin sevgi duyarak yaşanılmasının önemli olduğu belirtilmektedir. Hayatta kalma ihtiyacının temelinde bu temel ihtiyaçların karşılanmasına yönelik bireyin kendini güvende hissetmesi vardır (Gençtanırım Kurt, 2018; Murdock, 2012). Sevgi ve ait olma ihtiyacı; ilişkileri, bağlılığı ve samimiyeti içerir. Özgürlük ihtiyacı; bağımsız olmayı, hareketli olmayı, seçimi, yaratıcılığı (Glasser, 2003) ve bireyin nasıl yaşayacağını kendisinin belirlemesini içerir (Sharf, 2014). Eğlence ihtiyacı; neşeli olmayı ve eğlenmeyi içerir. Güç ihtiyacı denetimi, başarıyı, rekabeti (Glasser, 2003) ve içsel olarak kendini değerli olarak görmeyi içerir (Gençtanırım Kurt, 2018). Psikolojik ihtiyaçların doyumunu, bireylerin sağlıklı ve mutlu olmaları için çok önemlidir. Psikolojik ihtiyaçların engellenmesi ise psikolojik bozukluk riskini arttırdığından (Ryan & Deci 2000; Vansteenkiste & Ryan, 2013) üzerinde durulması gereken önemli bir konudur.

İnsanda var olan hayatta kalma, sevgi ve ait olma, özgürlük, güç ve eğlence ihtiyacını bebeklikten itibaren anne ve babanın ya da bakım verenlerin karşılaması beklenir. Glasser (2003) sevgi ve ait olma ihtiyacının en temel ihtiyaç olduğunu belirtmektedir. Bireyin bu ihtiyacını karşılayan ya da karşılamayan en temel kişiler, bireyin annesi ve babasıdır (Corey, 2008). Yapılmış olan araştırmalarda anne ve babasından sevgi ve şefkati alan bireylerde kendine güven duygusunun geliştiği, bu bireylerin özgürce davranabildiği, kendi davranışlarını yönetebildiği ve içten denetim odağını geliştirebildikleri belirtilmektedir. İlgili ve şefkat gösterilmeyen bireylerde ise dışsal denetim odağının geliştiği görülmektedir (Yeşilyaprak, 1988). Birey, psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında öncelikle ailesine ve başkalarına ihtiyaç duyar. Bu beş temel ihtiyacın karşılanması ile kendisini daha iyi hisseder. İçsel motivasyonu artar. Seçimler yapar ve çeşitli davranışlarda bulunur (Corey, 2008). Hayatta kalma, sevgi ve ait olma, özgürlük, güç ve eğlence şeklinde belirtilen psikolojik ihtiyaçları çocuklukta karşılanmış ve sonrasında bu ihtiyaçlarını kendisi karşılayabilen bireyler bunu yapabildiklerini gördükleri için içten denetimli olma olasılıkları daha yüksek olacaktır. Psikolojik ihtiyaçlarını karşılayamayan bireyler ise bu olumsuz durumunu şans, talih, diğer insanlar vb. durumların sonucu olarak görebilirler.

Literatürde temel psikolojik ihtiyaçlar ve denetim odağı arasındaki ilişkiyi doğrudan ortaya koyan araştırmalar bulunmasa da, dolaylı yapılan araştırmalar vardır. Örneğin; yüksek güç ihtiyacı duyan (Deutchman, 1985); ve seçim özgürlüğüne sahip olan bireylerin daha yüksek düzeyde içsel denetim odağına sahip oldukları bulunmuştur (Verme, 2009). Kendi davranışları

üzerinde daha fazla denetime sahip olduğunu hisseden bireylerin iyimser olma, olumlu sağlık davranışları sergileme, sıkıntı karşısında depresyona daha az eğilimli olma (Ryon & Gleason, 2014); kararlı, sakin ve zihinsel olarak sağlıklı bir tavırla olumsuz durumlara yaklaşma olasılıklarının daha yüksek olduğu da görülmektedir (Leontopoulou, 2006). Bu özelliklere sahip olan bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını daha yüksek düzeyde karşılamaları mümkün görünmektedir. Bu açıklamalardan anlaşılacağı üzere, psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile içsel denetime sahip olmak karşılıklı bir etkileşim içindedir. Denetim odağının psikolojik ihtiyaçların doyumunun yanısıra, koşulsuz kabul ile de ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

### **Koşulsuz Kendini Kabul**

Ryff (1989) kendini kabulü, psikolojik iyi oluşu besleyen, kendine karşı olumlu bir tutum olarak açıklamıştır. Kendini kabul kavramı bir çok terapide ele alınmıştır. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi literatüründe, koşulsuz kendini kabul, bireyin kendisini tam olarak kabul etmesini ve özdeğeri içermektedir (Chamberlain & Haaga, 2001). Kaplanova' ve Gregor'a (2021) göre birey, kendini kabul edememe nedeniyle kendine karşı olumsuz bir tutum geliştirirse kendine olan güveni azalabilmekte ve zorluklar üzerinde daha zayıf bir denetim hissedebilmektedir. Bu durum dışsal denetimli olmasına neden olabilir. Yapılan araştırmalarda yüksek düzeyde kendini kabul etme ile içsel denetim odağı (Shojaee & French, 2014); dış stresörlerle başarılı bir şekilde başa çıkma, kendi davranışlarına olan güvenlerinin artışı (Popov vd., 2016) arasında pozitif ilişkiler bulunmuştur. Diğer yandan dışsal denetimli olma ile kendini kabullenme arasında negatif bir ilişki bulunmuştur (Lombardo & Berzonsky, 1975). Boyraz ve Waits (2015) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, kendini kabulü düşük olan bireylerin ruminasyon düzeylerinin yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bu nedenle kendini kabul gibi, ruminasyon ile denetim odağı arasında da ilişki olduğu düşünülmektedir.

### **Ruminasyon**

Düşünel geviş getirme olarak tanımlanan ruminasyon (Gür & Çapri, 2023), bireyin kendisi, üzücü deneyimleri ve sorunları hakkında tekrarlayıcı ve uzun süreli olan olumsuz düşünceleridir (Matthews & Wells, 2004; Watkins, 2008). Ruminasyon, ısrarcı, döngüsel, depresif düşünce olarak da tanımlanmaktadır (Rippere, 1977). Ruminasyon başlangıçta hedefe ulaşmaya odaklanmanın bir yolu gibi görünse de, aslında sorunların ve olumsuz duyguların şiddetlenmesine yol açar (Watkins, 2008). Herkes yaş ya da ayrılık gibi kişisel kayıplar hakkında uzun uzun düşünme deneyimi yaşasa da, çoğu insan için bu tür derin düşünme nispeten daha kısadır (Watkins, 2016).

Yapılan araştırmaların sonucunda, ruminasyonun fazlaca olduğu depresyon tedavisinden en az yararlanan bireylerin, dışsal denetime sahip olan

bireyler olduğu (Hooke & Page, 2002); içsel denetim odağı arttıkça, öfke ruminasyonunun ve depresyonun azaldığı (Abdolmanafi vd., 2011); boşanmış anne-babanın çocuklarının, daha yüksek ruminasyona ve dışsal denetim odağına sahip oldukları bulunmuştur (Besharat vd., 2018). Bu araştırma bulgularında görüldüğü gibi, kişinin kendisi ve üzücü deneyimleri hakkında tekrarlayıcı, uzun süreli ve yineleyici olumsuz düşüncelere sahip olması, içten denetimli davranmalarını engellemektedir.

### **Mevcut Araştırma**

Üniversite öğrencilerinde temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun, koşulsuz kendini kabulün ve ruminasyonun denetim odağını etkileyebileceği düşünülmektedir. Üniversite yılları, insanın yaşamındaki en stresli dönemlerden biri olarak kabul edilmektedir (Hale vd., 2009). Arnett (2000), gelişmekte olan yetişkinlerin yüksek öğretime girişinin hem fırsatları, hem de riskleri içerdiğini belirtmektedir. Üniversite yılları, öğrencilerin zaman kısıtlamaları, mali zorluklar, akademik iş yükü, akranlar ve diğer önemli kişilerle olan kişilerarası güçlükler, mezuniyet sonrası iş arama gibi durumların en sık yaşandığı zamanlardır. Üniversite öğrencilerinin kendi hayatları ve karşılaştıkları olaylarla ilgili denetim algılarının bugünlerini ve geleceklerini şekillendirmede önemli rol oynayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun, koşulsuz kendini kabulün, ruminasyonun, cinsiyetin ve algılanan anne-baba tutumlarının üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığını incelemektir. Temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun, koşulsuz kendini kabulün ve ruminasyonun denetim odağını ne düzeyde yordadığını ele alan bir çalışmaya literatürde rastlanılmamıştır. Araştırmadan elde edilecek bulgularla, alanyazına kısmen de olsa katkı sunabileceği umulmaktadır.

### **Yöntem**

Araştırma betimsel yöntemle yapılmış olan kesitsel bir tarama çalışmasıdır. Betimsel tarama yöntemi ile bireylerin ve grupların özellikleri nicel olarak ortaya konularak, betimlenir (Creswell, 2017). Kesitsel yöntem ise bir grup bireyin "anlık görüntüsünü" almak olarak tanımlanır. Belirli bir zaman dilimindeki bir popülasyonun özelliklerini tanımlamak için bu popülasyondan toplanan verilerin analiz edilmesidir. Kesitsel araştırmalar birçok bulguyu derinlemesine inceleyerek, değerlendirilmesini sağlar ve ekonomiktir (Wang & Cheng, 2020).

### **Çalışma Grubu**

Araştırmanın katılımcıları, uygun örnekleme yoluyla seçilmiştir. Uygun örneklemede, ihtiyaç duyulan büyüklükteki bir gruba ulaşana kadar örneklem oluşturulmaya başlanır (Ravid, 1994). Araştırmanın

katılımcıları, Hacettepe Üniversitesi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, İstanbul Üniversitesi, TOBB Ekonomi ve Teknoloji Üniversitesi ve Gaziantep Üniversitesi'nde okuyan 487 üniversite öğrencisidir. Araştırmaya toplamda 487 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların %58.5'i kadın ve %41.5'i erkektir.

### **Veri Toplama Araçları**

Bu araştırmada "Denetim Odağı Ölçeği", "Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği", "Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği", "Ruminasyon Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır.

### **Denetim Odağı Ölçeği**

Dağ (1991) tarafından geliştirilen ölçek, 47 maddelik, 7 alt boyutlu ve 5'li Likert tipinde bir ölçektir. Ölçeğin alt boyutları başarı durumlarında denetim inancı, kişilerarası ilişkilerde denetim inancı, sağlıklı ilgili denetim inancı, güçlü diğerleri inancı, kadercilik, adil olmayan dünya inancı ve şansa inanmadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar dışsal denetim odağı inancını yansıtmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliliği için faktör yapısı incelenmiştir. Temel Bileşenler tekniğiyle, varimax döndürmesi uygulayarak ve beş faktör çözümlenmesiyle elde edildiği görülmüştür. Alt ölçekler birbirleriyle .24 ile .58; ölçek toplam puanıyla da .55 ile .81 arasında korelasyon göstermiştir. Beş faktöre uygulanan ikinci düzey faktör analizi sonucunda, tüm varyansın %50.63'ünü açıklayan tek bir faktör çıkarmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışması için Cronbach Alfa katsayısı .92; bu araştırma için .82 olarak bulunmuştur.

### **Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği**

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Eşici (2021) tarafından yetişkin bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumunu belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, Glasser'in seçim teorisinde yer alan özgürlük, eğlence, sevgi ve ait olma ile güç şeklindeki temel psikolojik ihtiyaçlara göre geliştirilmiştir. 25 maddelik ve 5'li Likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe bireylerin psikolojik ihtiyaçlarının doyum seviyesinin artmış olduğunu göstermektedir. Geçerlik çalışması için Açıklayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Dört boyutlu ölçeğin açıklanan toplam varyansı %48.21'dir. Analizler sonucunda oluşan faktörlerin faktör yükleri sevgi ve ait olma için .64 -.75, güç için .38 -.70, özgürlük için .55 -.69, ve eğlence için .45 -.65 arasında değişmektedir. Ölçeğin güvenilirliği için faktörlerin Cronbach Alfa değerleri sırasıyla  $\alpha = .87$ ,  $\alpha = .69$ ,  $\alpha = .66$  ve  $\alpha = .76$ 'dır. Bu araştırma için Cronbach Alfa değeri .89'dur.

### **Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği**

Kapıkıran & Kapıkıran (2010), Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği'nin kültürümüz için uygunluğunu 229

üniversite öğrencisinden oluşan örneklem ile incelemiştir. Ölçek, 7'li likert tipinde olup, 20 maddeden oluşmaktadır. Ayrıca koşullu ve koşulsuz kendini kabul olarak iki alt boyutludur. Ölçekten elde edilen puanlar yükseldikçe koşulsuz kendini kabülün olduğu ifade edilmiştir. Ölçeğin geçerlik çalışması için Faktör analizi yapılmış ve ayırt edici geçerlilik için Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği, Kısa Semptom Ölçeği ve Otonomi-Sosyotropi Ölçeğinden yararlanılmıştır. Faktör analizine göre ölçek iki boyutludur ve ölçek toplam varyansı %36.77'i oranında açıklamıştır. Ölçeğin ayırt edici geçerlik çalışmasında, kısa semptom envanteri, fonksiyonel olmayan tutumlar ve sosyotropi ölçeği puanlarıyla anlamlı düzeyde ilişki bulgulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği'nin her bir maddesi ile madde toplam puanları arasındaki ilişki  $r = .36$  ile  $r = .72$  anlamlıdır ( $p < .001$ ). Ölçeğin test-tekrar testi  $r = .62$ ,  $p < .001$  düzeyinde anlamlıdır. Ölçeğin iç tutarlılığı için 19 maddenin toplamalarının Cronbach  $\alpha = .76$ 'dır. Koşulsuz Kendini Kabul alt ölçeği için Cronbach  $\alpha = .71$ , Koşullu Kendini Kabul alt ölçeği için Cronbach  $\alpha = .77$ 'dir (Kapıkıran & Kapıkıran, 2010). Bu araştırma için Cronbach Alfa değeri, .62'dir.

### **Ruminasyon Ölçeği**

Erdur Baker & Bugay (2012), Nolen-Hoeksema ve Morrow (1991)'un geliştirdiği Ruminatif Yanıt Ölçeği (RRS)'nin uzun versiyonunun ve Treynor ve diğerlerinin (2003) geliştirdiği Ruminatif Yanıt Ölçeği'nin kısa versiyonunun özelliklerini Türk örneklemeyle incelemiştir. Ölçek, 10 maddelik, 4'lü Likert tarzdadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar ruminatif yanıtın varlığını göstermektedir. Ölçeğin geçerlik çalışması için Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucu, RRS'nin uzun versiyonu için yeterli model uyum indekslerine işaret etmiştir. RRS'nin kısa versiyonu da iyi bir uyum göstermiştir. Ölçeğin güvenilirlik çalışması için Cronbach Alfa derin düşünme alt boyutu için .77, saplantılı düşünme alt boyutu için .75, ölçeğin tümü için .85'dir. Bu araştırma için Cronbach Alfa değeri .75'dir.

### **Kişisel Bilgi Formu**

Formda, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyetini, anne tutumunu ve baba tutumunu belirlemeye yönelik soruları içermektedir.

### **Verilerin Toplanması**

Araştırmamızda veri toplama araçlarını kullanabilmek için ölçekleri geliştiren/ uyarlayan uzmanlardan e-posta yoluyla izin alınmıştır. Araştırma için Yıldız Teknik Üniversitesi Etik Kurulundan onay alınmıştır (E.004089). Veriler, Google Formlar aracılığı ile toplanmıştır. Bilgilendirilmiş Onay Formu ile katılımcıların onayları alınmıştır. Katılımcılar, araştırmaya katılmakta gönüllülüğün esas olduğu konusunda bilgilendirilmiştir.

### Verilerin Analizi

Araştırmada, öncelikle “Denetim Odağı Ölçeği”nden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğinin tespiti için çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) katsayıları incelenmiştir. Durbin-Watson Testi ile sistematik hatalara sebep olan otokorelasyonun olup olmadığı incelenmiş; ve otokorelasyonun olmadığı belirlenmiştir. Durbin-Watson Testi değerinin 1.5-2.5 olması, otokorelasyonun olmadığını göstermektedir (Taşdan & Erdem, 2010).

Araştırmada, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun, koşulsuz kendini kabülün, ruminasyonun, cinsiyetin, algılanan anne tutumunun ve baba tutumunun üniversite öğrencilerinin denetim odağını anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığını belirleyebilmek için Doğrusal Regresyon analizi yapılmıştır. Bağımsız değişken bir ve bağımlı değişken bir ise yapılan analize “Doğrusal Regresyon Analizi” denir (Büyüköztürk, 2002). Araştırmada anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir.

### Bulgular

Problemin çözümü için öncelikle, “Denetim Odağı Ölçeği”nden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için alınan puanların çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılmış ve sonuçları

Çizelge 1’de gösterilmiştir. Çizelge 1’de görüldüğü gibi Denetim Odağı Ölçeği için çarpıklık katsayısı .71; basıklık katsayısı ise 2.92’dir. Mayers’in (2013) önerdiği  $\pm 3.29$  değerine göre veriler normal dağılım göstermiştir.

Araştırmada, yordayıcı değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi ve çoklu doğrusal bağlantının olup olmadığını görmek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Analizi yapılmış ve sonuçları Çizelge 2’de sunulmuştur. Çizelge 2 incelendiğinde bağımsız değişkenler arasındaki ilişkilerin anlamlı olsa bile oldukça düşük güçlükte olduğu gözlenmektedir. Araştırmanın yordayıcı değişkenleri arasındaki korelasyon katsayıları -.39 ile .45 arasındadır. Değişkenler arasında .90 ve üzerinde ilişki çıkması çoklu bağlantı sorunun olduğunu gösterir (Tabachnick & Fidell, 2015). Sistematik hatalara neden olan otokorelasyonun olup olmadığını görmek için, Durbin-Watson Testinin sonucunda değişkenler arasında çoklu bağlantı sorununun bulunmadığı belirlenmiştir. Araştırmada, üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun, koşulsuz kendini kabülün, ruminasyonun, cinsiyetin, algılanan anne tutumunun ve baba tutumunun denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordayıp yordamadığını tespit için doğrusal regresyon analizi yapılmış ve sonuçları Çizelge 3, 4, 5, 6, 7 ve 8’de gösterilmiştir.

Çizelge 1. Denetim Odağı Ölçeği Skewness ve Kurtosis Değerleri

Değişken Çarpıklık	Basıklık
Denetim Odağı .71	2.92

Çizelge 2. Değişkenlere Ait Pearson Korelasyon Analizi Değerleri

	1	2	3	4	5	6
1 Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Toplam Puanı	--					
2 Koşulsuz Kendini Kabul Ölçeği Toplam Puanı	.45**	--				
3 Ruminasyon Ölçeği Toplam Puanı	-.19**	-.22**	--			
4 Cinsiyet	-.06	-.11*	-.09*	--		
5 Algılanan Anne Tutumu	-.35**	-.18**	.18**	-.20**	--	
6 Algılanan Baba Tutumu	-.39**	-.04	.21**	-.01	.32**	--

\* $p < .05$ , \*\* $p < .001$

Çizelge 3. Psikolojik İhtiyaçların Üniversite Öğrencilerinin Denetim Odağını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi ile Betimsel İstatistik Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	Standart B	t	P	F	P	R	R2 DW
Sabit	132.54		38.85	.001	7.54	.01	.14	.02 2.15
Psikolojik İhtiyaç	-5.93	-.14	-2.75	.01				
		Betimsel	İstatistikler					
Psikolojik İhtiyaç		$\bar{X}$	Ss					
Düşük		126.61	26.15					
Yüksek		120.69	15.88					

Çizelge 4. Koşulsuz Kendini Kabulün Üniversite Öğrencilerinin Denetim Odağını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi ile Betimsel İstatistik Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup> DW
Sabit	129.688		35.33	.001	2.11	.15	.07	.01 2.16
Koşulsuz Kabul	-3.247	.073	-1.45	.15				
		<b>Betimsel</b>	<b>İstatistikler</b>					
<b>Koşulsuz Kabul</b>		$\bar{X}$	<b>Ss</b>					
Düşük		126.69	20.18					
Yüksek		123.19	23.22					

Çizelge 5. Ruminasyonun Üniversite Öğrencilerinin Denetim Odağını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi ile Betimsel İstatistik Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup> DW
Sabit	116.6		31.85	.001	4.78	.001	.11	.01 2.23
Ruminasyon	5.12	.113	2.19	.03				
		<b>Betimsel</b>	<b>İstatistikler</b>					
<b>Ruminasyon</b>		$\bar{X}$	<b>Ss</b>					
Düşük		121.72	24.97					
Yüksek		126.84	19.85					

Çizelge 6. Cinsiyetin Üniversite Öğrencilerinin Denetim Odağını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi ile Betimsel İstatistik Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup> DW
Sabit	110.720		35.73	.001	21.99	.001	.22	.05 2.31
Cinsiyet	9.88	.222	4.69	.001				
		<b>Betimsel</b>	<b>İstatistikler</b>					
<b>Cinsiyet</b>		$\bar{X}$	<b>Ss</b>					
Kadın		120.60	20.22					
Erkek		130.47	22.58					

Çizelge 7. Algılanan Anne Tutumunun Üniversite Öğrencilerinin Denetim Odağını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi ile Betimsel İstatistik Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup> DW
Sabit	113.82		36.23	.001	12.65	.001	.17	.03 2.02
Anne Tutumu	8.03	.171	3.56	.001				
		<b>Betimsel</b>	<b>İstatistikler</b>					
<b>Algılanan Anne Tutumu</b>		$\bar{X}$	<b>Ss</b>					
Demokratik		121.85	16.76					
İlgisiz ve Otoriter		129.89	29.33					

Çizelge 8. Algılanan Baba Tutumunun Üniversite Öğrencilerinin Odağını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi ile Betimsel İstatistik Sonuçları

Yordayıcı Değişken	B	Standart B	t	P	F	P	R	R <sup>2</sup> DW
Sabit	123.23		38.16	.001	.18	.67	.02	.00 2.16
Baba Tutumu	.91	.021	.42	.67				
		<b>Betimsel</b>	<b>İstatistikler</b>					
<b>Algılanan Baba Tutumu</b>		$\bar{X}$	<b>Ss</b>					
Demokratik		124.14	14.67					
İlgisiz ve Otoriter		128.10	34.61					

Çizelge 3'te görüldüğü gibi, temel psikolojik ihtiyaçların doymu değişkeninin, üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin düşük düzeyde anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R = .14$ ,  $R^2 = .02$ ;  $F = 7.54$ ,  $p < .05$ ;  $t = -2.75$ ,  $p < .05$ ). Ayrıca Çizelge 3'te görüldüğü gibi, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim puan ortalamasının ( $X = 126.61$ ,  $Ss = 26.15$ ), temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim puan ortalamasından ( $X = 120.69$ ,  $Ss = 15.88$ ) anlamlı düzeyde ( $t = 2.75$ ,  $p < .05$ ) yüksek olduğu bulunmuştur.

Çizelge 4'te görüldüğü gibi, koşulsuz kendini kabul değişkeninin, üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur ( $R = .07$ ,  $R^2 = .01$ ;  $F = 2.11$ ,  $p > .05$ ;  $t = -1.45$ ,  $p > .05$ ). Ayrıca Çizelge 4'te görüldüğü gibi, koşulsuz kendini kabul düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim puan ortalaması ile ( $X = 126.69$ ,  $Ss = 20.18$ ), koşulsuz kendini kabul düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim puan ortalaması ( $X = 123.19$ ,  $Ss = 23.22$ ) arasında anlamlı düzeyde ( $t = 1.45$ ,  $p > .05$ ) bir farklılık bulunmamıştır.

Çizelge 5'te görüldüğü gibi, ruminasyon değişkeninin, üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R = .11$ ,  $R^2 = .01$ ;  $F = 4.78$ ,  $p < .05$ ;  $t = 2.19$ ,  $p < .05$ ). Ayrıca Çizelge 5'te görüldüğü gibi, ruminasyon düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim puan ortalamasının ( $X = 121.72$ ,  $Ss = 24.97$ ), ruminasyon düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim puan ortalamasından ( $X = 126.84$ ,  $Ss = 19.85$ ) anlamlı düzeyde ( $t = 2.19$ ,  $p < .05$ ) düşük olduğu bulunmuştur.

Çizelge 6'da görüldüğü gibi, cinsiyet değişkeninin, üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin düşük düzeyde anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R = .22$ ,  $R^2 = .05$ ;  $F = 21.99$ ,  $p < .05$ ;  $t = 4.69$ ,  $p < .05$ ). Ayrıca Çizelge 6'da görüldüğü gibi, kadın üniversite öğrencilerinin dışsal denetim odağı puan ortalamasının ( $X = 120.60$ ,  $Ss = 20.22$ ), erkek üniversite öğrencilerinin dışsal denetim odağı puan ortalamasından ( $X = 130.47$ ,  $Ss = 22.58$ ) anlamlı düzeyde ( $t = 4.69$ ,  $p < .05$ ) düşük olduğu bulunmuştur.

Çizelge 7'de görüldüğü gibi, algılanan anne tutumu değişkeninin, üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin düşük düzeyde anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $R = .17$ ,  $R^2 = .03$ ;  $F = 12.65$ ,  $p < .05$ ;  $t = 3.56$ ,  $p < .05$ ). Ayrıca Çizelge 7'de görüldüğü gibi, algılanan anne tutumu demokratik olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim odağı puan ortalamasının ( $X = 121.85$ ,  $Ss = 16.76$ ), algılanan anne tutumu ilgisiz ve otoriter olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim odağı puan ortalamasından ( $X = 129.89$ ,  $Ss = 29.33$ ) anlamlı düzeyde ( $t = 3.56$ ,  $p < .05$ ) düşük olduğu bulunmuştur.

Çizelge 8'de görüldüğü gibi, algılanan baba tutumu değişkeninin, üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin anlamlı düzeyde bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur ( $R = .02$ ,  $R^2 = .00$ ;  $F = .18$ ,  $p > .05$ ;  $t = .42$ ,  $p$

$> .05$ ). Algılanan baba tutumu demokratik olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim odağı puan ortalaması ( $X = 124.14$ ,  $Ss = 14.67$ ) ile algılanan baba tutumu ilgisiz ve otoriter olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetim odağı puan ortalaması ( $X = 128.10$ ,  $Ss = 34.61$ ) birbirlerine yakın bulunmuştur.

## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın sonuçlarına göre, temel psikolojik ihtiyaçların doymununun, ruminasyonun, cinsiyetin ve anne tutumlarının üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Ancak, koşulsuz kendini kabulün ve baba tutumlarının üniversite öğrencilerinin denetim odağı düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı bulunmuştur.

### Temel Psikolojik İhtiyaçların Doymunun, Denetim Odağını Yordaması

Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçların doymununun, denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur. Araştırma bulgusu, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetimli olduğunu gösterirken; temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin içsel denetimli olduğunu göstermiştir. Araştırmamızda temel alınan William Glasser'in geliştirdiği Seçim Kuramı, içsel denetim odaklıdır. Çünkü seçim teorisinde birey istediğini elde etmesine yardımcı olacak davranışları seçmek için içsel olarak motive olur. Literatürde sınırlı sayıda yapılmış olan temel psikolojik ihtiyaçlar ile denetim odağı arasındaki ilişkiyi ortaya koyan örneğin; Betoret (2023), yapmış olduğu araştırmanın sonucunda, psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile denetim odağı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu araştırmanın dışında denetim odağı ile farklı değişkenlerin arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu araştırmalar, Glasser'in belirttiği ihtiyaçlardan birisi olan hayatta kalma ihtiyacı ile ilişkilidir. Bu ihtiyaç, bireylerin kendilerini zarardan, hastalıktan nasıl koruyacakları ve güvende olacakları ile ilişkilidir. İçsel denetim odağı, dayanıklı olmakla ilişkilendirilmektedir. Birey içsel denetim odaklı olduğunda olumsuz durumlara daha sakin ve bir tavırla yaklaşmaktadır (Leontopoulou, 2006). Bireyin yaşamının devamı için ve hastalandığında iyileşmek için gösterdiği çaba da içsel denetim odağıyla ilişkilidir (Reardon & Aydın, 1993). İçsel denetim odağına sahip olup, kendi davranışları üzerinde denetimi olan bireylerin sağlıklarına dikkat ettikleri, iyilik halinin daha yüksek olduğu (Botha & Dahmann, 2023), daha iyimser oldukları ve sıkıntı karşısında depresyona daha az eğilim gösterdikleri bulunmuştur (Ryon & Gleason, 2014). İç-dış denetim odağı ve güç ihtiyacı ile ilgili sınırlı çalışma vardır. Glasser'in belirttiği ihtiyaçlardan birisi olan güç ihtiyacı denetimi, başarıyı ve rekabeti içerir (Glasser, 2003). Ayrıca güç ihtiyacı, başkaları tarafından tanınmak, beğenilir olmak, statü sahibi olmakla da

karşılanabilmektedir. Güç, özsaygı hissidir (Jones, 2001; Akt: Akpınar & Öz, 2013). İçsel denetim odağına sahip kişiler kendilerini denetleyerek dışarıdan etkilenme girişimlerine karşı daha dirençli durabilmektedirler (Biondo & MacDonald, 1971). Bu durum bireylerin güçlü ve başarılı hissetmelerine neden olur. Güç ihtiyacı karşılanmamış bireylerin dış denetim odaklı oldukları bulunmuştur (Deutchman, 1985). Glasser'in belirttiği ihtiyaçlardan birisi olan özgürlük ihtiyacı açısından bakıldığında, yirmi beş yıllık bir süre boyunca 84 ülkeden 260.000'den fazla kişiyi kapsayan ampirik bir araştırmanın sonucunda, içsel denetim odağına sahip olan bireylerin seçim yapma özgürlüklerinin, dışsal denetim odaklılara göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur (Verme, 2009). Glasser'in belirttiği ihtiyaçlardan birisi olan eğlence ihtiyacı açısından bakıldığında, gülmek, oyun oynamak, pikniğe gitmek, resim yapmak gibi olumlu yönde olabildiği gibi, başkalarıyla alay etmek, el şakası yapmak, karşısındakileri kızdırmak şeklinde olumsuz da olabilir. Eğlence ihtiyacı karşılanan bireylerin sağlıklı ilişkileri kurabildikleri görülmektedir (Akpınar & Öz, 2013). Brown (2009), eğlencenin tersi çalışmak değil depresyon olduğunu ifade etmiştir. İhtiyaçların karşılanmasında denge çok önemlidir. Glasser'in belirttiği ihtiyaçlardan birisi olan sevgi ve ait olma ihtiyacı açısından bakıldığında da, ebeveynleri demokratik olan ve sevgi ihtiyaçları karşılanan bireylerin daha fazla içsel denetim odağına sahip oldukları belirtilmektedir (McClun & Merrell, 1998). Sevgi ve ait olma ihtiyacını karşılayan ebeveyn davranışlarının, çocuğun kişilik gelişimi ve kişiliğinin bir boyutu olan denetim odağının gelişimindeki katkısı çok önemlidir (Doğan & Ceyhan, 2008; Nowicki, 2016). Görüldüğü gibi temel ihtiyaçların doyumu daha içsel denetim odağına katkıda bulunurken, aksi durumda birey eylemlerinin sonucunu kendi dışında kaynaklara (şans, talih, değer insanlar vb gibi) atfetme eğiliminde olmaktadır.

### ***Koşulsuz Kendini Kabulün, Denetim Odağını Yordaması***

Araştırmanın sonucunda, beklentimizin aksine, üniversite öğrencilerinin koşulsuz kendini kabulünün, denetim odağı düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Araştırma bulgusu, koşulsuz kendini kabul düzeyi düşük ya da yüksek olan üniversite öğrencilerinin içsel denetimli de olabildiklerini, dışsal denetimli olabildiklerini de göstermiştir. Kendini kabul, bireyin güçlü ve zayıf yönlerinin gerçeğe uygun bir biçimde değerlendirmesidir (Bernard, 2013). Kendini kabul, kişinin kendi kusurlarını eleştirmeyi ve çözmeyi bırakıp, bunların kendi içinde var olduğunu kabul ederek, bazı konularda kusurlu olmasına tahammül etmesidir (Shepard, 1979). Kendini kabul, Rogers'in (1951) olumlu öz saygı kavramı ve Neff'in (2003) kendine şefkati ve kendine karşı nezaket kavramı hakkındaki açıklamaları ile bazı ortak noktaları paylaşmaktadır. Araştırma bulgumuzla benzer olan Ören (1991), yapmış olduğu araştırmanın sonucunda, olumsuz yönlerini kabul

etmeye göre denetim odağının farklılık göstermediğini bulmuştur. Kendini kabul düzeyi yüksek olan bireyler yaşadıkları durumu kendi davranışlarının sonucu olarak görebilirler (içsel denetim odağı). Ya da kendini kabul düzeyi yüksek olan bireyler yaşadıkları durumun şansızlıktan, güçlü insanlar ya da talih vb gibi durumlardan kaynaklandığını düşünebilir (dışsal denetim odağı). Bu nedenle, kendini kabul denetim odağını anlamlı yordamamış olabilir. Araştırma bulgumuzdan farklı olarak Drwall'ın (1977), Ören'in (1991); Shojaee & French'in (2014) yapmış olduğu araştırmasının sonucunda içsel denetime sahip olan bireylerin kendini kabul düzeylerinin, dışsal denetime sahip olan bireylerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, kendini kabulü yüksek olan bireyler, stresle başarılı bir şekilde başa çıkmaktadırlar. Yaşamlarındaki önemli olaylar üzerindeki denetim duyguları beslenirken kendi davranışlarına olan güvenlerini de pekiştirmektedirler (Popov vd., 2016). Kendini kabul, yüksek dışsal denetim odağı (Vuger-Kovac'ic vd., 2007) ile bağlantılı olan kaygı ve depresyonu azaltmak için bir tampon görevi görmektedir (Paloş & Viscu, 2014).

### ***Ruminasyonun, Denetim Odağını Yordaması***

Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin ruminasyonunun, denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur. Araştırma bulgusu, ruminasyon düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin içsel denetimli olduğunu gösterirken; ruminasyon düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin dışsal denetimli olduğunu göstermiştir. Bireyin kendisi ve üzücü deneyimleri hakkında tekrarlayıcı, uzun süreli ve yineleyici olumsuz düşüncelere sahip olması içten denetimli davranmalarını engellemektedir. Güçlü olan başkalarından, şanstın vb. etmenlerden beklenti içine girmektedirler. Kelley & Stack (2000) ve Martin vd.'nin (2005) belirttikleri gibi, başına gelenleri diğer kişilere, şansa ve bireysel denetimi dışındaki koşullara atfedip hayatının gidişatını etkilemek için sınırlı yetkisi olduğunu düşünebilmektedir. Yapılmış olan çeşitli araştırma sonuçları, bulgularımızı desteklemektedir. Örneğin; Hooke & Page (2002), ruminasyonun olduğu depresyonda, depresyon tedavisinden en az yarar gören hastaların dışsal denetim odağına sahip olan hastalar olduğunu belirtmişlerdir. Öfke ruminasyonu ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkide denetim odağının önemli bir rolü olduğu görülmüştür. İçsel denetim odağı arttıkça, öfke ruminasyonunun ve depresyonun azaldığı bulunmuştur (Abdolmanafi vd. 2011). Mohammadi vd.'nin (2013) yürüttüğü çalışmada, denetim odağı ruminasyonun olduğu depresyonu önemli ölçüde yordamıştır. Ayrıca ruminasyon ve denetim odağı aynı anda hareket ettiklerinde depresyon üzerinde daha fazla yordama gücüne sahiptir. Dışsal denetim odağı ve depresyon arasındaki bağlantının yanı sıra ruminasyon ve depresyon arasındaki bağlantı göz önüne alındığında, denetim odağı ile ruminatif düşünce arasında bir ilişkinin olması mantıklıdır. Sterling (2007), dışsal denetim odağı



ile ruminatif düşünce arasında pozitif korelasyon olduğunu göstermiştir. Besharat vd., (2013), ruminasyon ve endişenin, denetim odağı ile depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkiye aracılık ettiğine ulaşmıştır.

### **Cinsiyetin Denetim Odağını Yordaması**

Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin cinsiyetinin, denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur. Araştırma bulgusu, kadın üniversite öğrencilerinin içsel denetimli olduğunu gösterirken; erkek üniversite öğrencilerinin dışsal denetimli olduğunu göstermiştir. Literatürde araştırma bulgumuzdan farklı sonuçları olan araştırmalar vardır. Yapılmış olan araştırmaların sonucunda, denetim odağının cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Ataç & Özgenel, 2021; Durna & Şentür, 2012; Nowicki, 2016; Şara, 2012). Diğer yandan, İmam (2001) ve Şenel vd., (2019), kadınların erkeklere göre daha dışsal denetim odaklı olduğunu bulmuşlardır. Bu farklı araştırma bulgularından, içsel ya da dışsal denetimli olmada cinsiyetin etkili olmadığı sonucuna varılabilir.

### **Algılanan Anne-Baba Tutumlarının, Denetim Odağını Yordaması**

Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne tutumunun, denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordadığı bulunmuştur. Sevgi dolu/ilgili /demokratik annelere sahip olan katılımcılarda içsel denetim odağı anlamlı olarak daha fazladır. Diğer taraftan ilgisiz anneye sahip olmanın dışsal denetim odağıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Nowicki (2016), denetim odağının, ebeveynlerin (veya diğer bakıcıların) çocuklarını disipline etme ve çocuklarıyla etkileşim kurma şekline göre etkilediğini belirtmiştir. Osborn & Milbanks (1987), dışsal denetim odaklı olan bireylerin ebeveynlerinin düşük kabul ve katılım gösterdikleri, düşük özerklik verdikleri ve yüksek zorlayıcı denetimde buldukları ve otoriter tutumları kullandıklarını belirtmektedirler. İçsel denetim odaklı bireylerin ebeveynlerinin ise yüksek kabul ve katılım gösterdiklerini, kademeli olarak özerklik verdiklerini belirtmektedirler. Dışsal denetim odağına sahip olan bireylerin ebeveynlerinin çocuklarına daha sık ve ağır cezalar verdikleri görülmektedir (Nowicki, 2016). Gordon vd. (1981), içsel denetim odaklı çocukları olan annelerin, dışsal denetim odaklı çocukları olan annelere göre daha fazla sıcak, besleyici ve destekleyici davranışları gösterdiklerini bulmuştur. Mcclun & Merrell (1998), ebeveynlerini demokratik olarak algılayan öğrencilerin, ebeveynlerini izin verici veya otoriter olarak algılayan öğrencilerden daha fazla içsel denetim odağına sahip olduklarını bulmuştur. Marsiglia (2002), demokratik anne tutumunun içsel denetim odağı ile ilişkili olduğunu; izin verici ve otoriter anne tutumunun ise dışsal denetim odağı ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Qazi (2009), izin verici ve otoriter ebeveyn tutumu ile dışsal denetim odağı arasında pozitif ilişki bulmuştur. Yeşilyaprak (1993), demokratik ve ilgili ebeveyn tutumunun

çocuklarda daha içsel denetim odaklılığa etki ettiğini bulmuştur.

Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin algıladıkları baba tutumunun, denetim odağı düzeylerini anlamlı bir biçimde yordamadığı bulunmuştur. Çocuğun bakımı söz konusu olduğunda geleneksel bakış açısı ile kadınların doğal görevleri şeklindeki kabul, ilgi ve bakım vermede anneleri daha etkin kılarken babaları geri planda tutabilir. Çocuğun gelişiminde anne kadar etki gösteremeyen ya da göstermemeyi tercih eden babanın tutumunun çocuğun denetim odağı düzeyini farklılaştırmamış olabilir. Ancak, anne gibi babanın da çocuğuna sevgi ve şefkatle yaklaşması çok önemlidir. Babanın çocuğuna destek olması, çocuğunun amaçlarına ulaşmasında yardımcı olması çocuğun yeterlilik duygusunu kazanmasına, özgürleşmesine ve iç denetim odağını geliştirmesine neden olur (Yeşilyaprak, 1988). Araştırmamızın bulgusundan farklı olarak, babasından sevgi ve şefkat almış olan ergenlerin içsel denetim odaklı oldukları (Yeşilyaprak, 1988); otoriter baba tutumu ile ergenlerin içsel denetim odağı arasında negatif ilişki olduğu bulunmuştur (Keshavarz & Baharudin, 2013).

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır.

-Araştırma kesitsel olarak yapılmıştır. Aynı bireylere farklı zaman dilimlerinde ölççeklerin uygulanması ile zaman içinde ortaya çıkan değişimleri görmek daha güvenilir verileri sağlayabilir.

-Araştırma bulguları, yalnızca ölçme araçlarının ölçtüğü özellik kapsamında ve özbidirimini olduğu unutulmadan değerlendirilmelidir.

-Araştırma, nicel araştırma yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Ancak, karma yöntem araştırmasının yapılması daha detaylı veri sağlayabilir.

-Araştırmadan elde edilen bu bulgular yalnızca çalışma grubuna dahil edilen üniversite öğrencilerine genellenebilir.

### **Öneriler**

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre aşağıdaki öneriler sunulmaktadır:

-Bu araştırma üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Farklı eğitim kademelerinde okuyan öğrenciler ile de bu değişkenler çalışılabilir.

-Üniversite öğrencilerinin hayatta kalma ihtiyaçlarına yönelik kalacakları yurtların ulaşılabilir olması sağlanabilir. Sevgi ve aidiyet ihtiyaçlarına yönelik ailelerin çocuklarını koşulsuz sevmesi konusunda seminerler verilebilir. Öğrenciler arkadaşlık ilişkilerini başlatma ve sürdürme fırsatlarını değerlendirebilir. Özgürlük ihtiyaçlarına yönelik, özerk hareket etmeleri için fırsatlar verilebilir. Eğlence ihtiyaçlarına yönelik sosyal etkinliklere ulaşmaları teşvik edilebilir. Güç ihtiyaçlarına yönelik rekabet edebilecekleri fırsatlar sağlanabilir.

-Üniversite öğrencilerinin içsel denetim odaklılığını arttıracak çalışmalar yapılabilir. Çünkü, denetim odağı eğilimini değiştirmek her yaşta gerçekleştirilebilir. Bu

doğrultuda öncelikle, içsel denetim odaklılığı öğretmek için üniversitelerde grup çalışması yapılabilir. Yurt içi ve yurt dışı değişim programlarına katılımları desteklenebilir.

-Bütün bu çalışmaların yapılabilmesi için üniversitelerde Psikolojik Danışma Birimlerinin bulunması ve psikolojik danışmanların istihdam edilmesi son derece önemlidir.

## Extended Abstract

### Introduction

Rotter introduced 'locus of control' to describe a person's subjective perception of who or what is in control of life outcomes (Munoz et al., 2017). Conceptualized by Julian Rotter in 1966 as a general expectation within social learning theory, locus of control can be divided into internal and external control (Nowicki et al., 2021). People with internal locus of control may feel more in control of life events and demand more personal responsibility. On the other hand, to the extent that a person's locus of control is external, he or she may attribute what happens to other people, luck, and circumstances beyond his or her individual control and may feel that he or she has limited authority to influence the course of his or her life (Kelley & Stack, 2000).

Satisfaction of psychological needs is associated with locus of control. Glasser (2003) mentioned psychological needs in his choice theory, and Glasser's list of basic psychological needs includes survival, power, love and belonging, freedom, and fun (Eşici, 2021). While satisfaction of basic needs contributes to a more internal locus of control, individuals who do not have their needs met tend to attribute the results of their actions to sources outside themselves.

A relationship has also been proposed between locus of control and unconditional self-acceptance. According to Kaplánová and Gregor (2021), if a person develops a negative attitude towards themselves because they are unable to accept themselves, their self-confidence may decrease, and they may feel less in control of difficulties.

Locus of control has also been associated with rumination. Hooke and Page (2002) found that the patients who reduced their levels of depression the least were those who had higher levels of external locus of control prior to CBT treatment.

Arnett (2000) argued that the entry of emerging adults into higher education presents both opportunities and risks. It is suggested that university students' perceptions of control over their own lives and the events they encounter will play an important role in shaping their present and future. In this context, this study aims to explore how concepts such as the satisfaction of basic psychological needs, unconditional self-acceptance and rumination affect university students' locus of control. Specifically, the purpose of the research is to examine whether basic psychological

need satisfaction, unconditional self-acceptance, rumination, gender, and perceived parental attitudes significantly predict university students' locus of control.

### Method

The participants of the study were selected through convenience sampling. The participants were 487 university students. Locus of Control Scale, Psychological Needs Scale, Unconditional Self-Acceptance Scale, Rumination Scale and Personal Information Form were used to collect the necessary data for the research. Linear regression analysis was used to analyze the data.

### Results and Discussion

The results of the study showed that university students with low levels of basic psychological needs satisfaction were externally controlled, whereas those with high levels of basic psychological needs satisfaction were internally controlled. Despite the lack of research that directly demonstrate the relationship between basic psychological needs and locus of control, there are certain studies that indirectly explore this relationship. For example, individuals with high needs for power (Deutchman, 1985) and freedom of choice (Verme, 2009) have been found to have higher levels of internal locus of control. Studies have observed that individuals who feel more in control of their own behavior are more likely to be optimistic, engage in positive health behaviors and be less prone to depression in the face of adversity (Ryon & Gleason, 2014); and approach negative situations with a determined, calm and mentally healthy attitude (Leontopoulou, 2006). It appears that individuals with these characteristics are able to meet their psychological needs at a higher level.

Contrary to our expectations, the study found that students' unconditional self-acceptance did not significantly predict their locus of control. The results of the study demonstrated that students with low or high levels of unconditional self-acceptance may be internally or externally controlled.

The research found that students with low levels of rumination were internally controlled, whereas those with high levels of rumination were externally controlled. Repetitive, long-term and recurring negative thoughts about oneself and distressing experiences prevent individuals from behaving in an internally controlled manner. Such individuals have expectations of others who are powerful, happy, etc. As noted by Kelley & Stack (2000) and Martin et al. (2005), they may attribute what has happened to them to other people, luck and circumstances beyond their individual control and believe that they have limited authority to influence the course of their lives.

The results of the present study attest to a higher external locus of control for men when compared to women; yet, there are reports in the literature that contradict this particular finding. For instance, Nowicki (2016) found that locus of control does not differ by

gender, while Şenel et al. (2019) reported that women have a higher external locus of control than men.

The study found that the perceived attitudes of the students' mothers significantly predicted their locus of control. Participants with loving / caring / democratic mothers had significantly more internal locus of control.

Another result of the study was that the perceived attitudes of the students' fathers did not significantly predict their locus of control. When it comes to caring for the child, the traditional perspective and acceptance of women's natural duties may make mothers more effective in providing attention and care, while fathers remain in the background. The attitude of the father, who may not have as much influence on the child's development as the mother, or may prefer not to, may not have differentiated the child's locus of control.

### Pedagogical Implications

-The research was cross-sectional. Applying the scales to the same individuals at different times and observing the changes over time may provide more reliable data.

-The research was conducted as quantitative research. Future research can be planned and designed as "Mixed Method Research", which also includes qualitative research.

### Araştırmanın Etik Taahhüt Metni

Yapılan bu çalışmada bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulduğu; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifatın yapılmadığı, karşılaşılabilecek tüm etik ihlallerde "Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi ve Editörünün" hiçbir sorumluluğunun olmadığı, tüm sorumluluğun Sorumlu Yazara ait olduğu ve bu çalışmanın herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiş olduğu sorumlu yazar tarafından taahhüt edilmiştir.

### Kaynaklar

Abdolmanafi, A., Besharat, M. A., Farahani, H., & Khodaii, M. R. (2011). The moderating role of locus of control on the relationship between anger and depression in patients with major depression disorder. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 297-301.

Akpınar, O., & Öz, F. S. (2013). Gerçeklik Terapisi Özellikler Temel Kavramlar Tedavi Uygulama ve Değerlendirme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12 (43), 1-22.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55 (5), 469.

Ataç, İ., & Özgenel, M. (2021). Öğretmenlerin denetim odakları ile mesleki bağlılıkları arasındaki ilişki. *Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi*, 5 (1), 160-174. <https://doi.org/10.32960/uead.888845>

Bernard, M. E. (2013). I accept myself no matter what. Oakleigh, VIC: The Australian Scholarships Group. [https://youcandoiteducation.com.au/wp-](https://youcandoiteducation.com.au/wp-content/uploads/2023/02/Bernard-self-accept-chapter-Counseling-young-people-Self-Acceptance54.pdf)

[content/uploads/2023/02/Bernard-self-accept-chapter-Counseling-young-people-Self-Acceptance54.pdf](https://www.usmku.edu.tr/Portals/218/Choice%20Theory%20Basics%20by%20Dr_%20Glasser.docx)

Besharat, R., Soltani Azemat, E., & Mohammadian, A. (2018). A comparative study of rumination, healthy locus of control, and emotion regulation in children of divorce and normal children. *Practice in Clinical Psychology*, 6 (4), 207-214.

Betoret, D. B. (2023). Teacher psychological needs, locus of control and engagement. *Spanish Journal of Psychology*, 16, e29, 1-13.

Biondo, J., & MacDonald Jr, A. P. (1971). Internal-external locus of control and response to influence attempts 1. *Journal of Personality*, 39 (3), 407-419.

Botha, F., & Dahmann, S. C. (2023) Locus of control, self-control, and health outcomes. *SSM Popul Health*, 25, 101566. doi: 10.1016/j.ssmph.2023.101566.

Boyras, G. & Waits, J.B. (2015). Reciprocal associations among self-focused attention, self-acceptance, and empathy: a two-wave panel study. *Personality and Individual Differences*, 74, 84-89.

Bullers, S., & Prescott, C. A. (2001). An exploration of the independent contributions of genetics, shared environment, specific environment, and adult roles and statuses on perceived control. *Sociological inquiry*, 71(2), 145-163.

Büyüköztürk, Ş. (2002). *Veri analizi el kitabı*. Pegem.

Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. (2001). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 19, 163-176.

Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuram ve uygulamaları* (Çev: T. Ergene). Mentis Yayıncılık.

Creswell, J.W. (2017). *Araştırma deseni* (Çev. Ed. S.B. Demir). Eğiten Kitap.

Deutchman, I. E. (1985). Internal-external locus of control, power and political participation. *Psychological reports*, 57 (3), 835-843.

Dağ, İ. (1991). Rotter'in iç-dış kontrol odağı ölçeği'nin (ridkoö) üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliliği. *Psikoloji Dergisi*, 7 (26), 10-16.

Doğan, M. & Ceyhan, E. (2008). Genel lise öğrencilerinin aile işlevlerinin ve denetim odaklarının incelenmesi. *Aile ve Toplum*, 4 (15), 67-82.

Drwal, R. L. (1977). Locus of control and self-acceptance as related to the subcultural role in a juvenile reformatory. *Polish Psychological Bulletin*, 8 (4), 223-229.

Durna, U., & Şentürk, F. K. (2012). Üniversite öğrencilerinin denetim odaklarını çeşitli değişkenler yardımıyla tespit etmeye yönelik bir çalışma. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 8 (15), 37-48.

Erdur Baker, Ö. & Bugay, A. (2012). The Turkish version of the ruminative response scale: an examination of its reliability and validity. *The International Journal of Educational and Psychological Assessment* 10, 1-16.

Eşici, H. (2021). Beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler için Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin geliştirilmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 25 (2), 443-454.

Gençtanırım Kurt, D. (2018). Gerçeklik terapisi. Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları içinde (s.353-376). (Ed: Z Karataş ve Y. Yavuzer). Pegem Akademi.

Glasser, W. (1999). *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. Harper Perennial. [https://www.usmku.edu.tr/Portals/218/Choice%20Theory%20Basics%20by%20Dr\\_%20Glasser.docx](https://www.usmku.edu.tr/Portals/218/Choice%20Theory%20Basics%20by%20Dr_%20Glasser.docx)

Glasser, W. (2003). *Seçim teorisi* (Çev: M. İzmirlili). Hayat Yayınları.

Gordon, D., Nowicki, S., & Wichern, F. (1981). Observed maternal and child behaviors in a dependency producing

- task as a function of children's locus of control orientation. *Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development*, 27 (1), 43-51.
- Gu, Y., Gu, S., Lei, Y., & Li, H. (2020). From uncertainty to anxiety: How uncertainty fuels anxiety in a process mediated by intolerance of uncertainty. *Neural Plasticity*, 1-8. <https://doi.org/10.1155/2020/8866386>
- Gür, M., & Çapri, B. (2023). Utanç ve kendini eleştirme ile öz şefkat arasındaki ilişkide ruminasyon ve psikolojik esnekliğin aracı rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19 (3), 379-393.
- Hale, M. D., Graham, D. L., & Johnson, D. M. (2009). Are students more satisfied with academic advising when there is congruence between current and preferred advising styles? *College Student Journal*, 43 (2), 313-325.
- Hodges, K., & Winstanley, S. (2012). Effects of optimism, social support, fighting spirit, cancer worry and internal health locus of control on positive affect in cancer survivors: a path analysis. *Stress and Health*, 28 (5), 408-415.
- Hooke, G. R., & Page, A. C. (2002). Predicting outcomes of group cognitive behavior therapy for patients with affective and neurotic disorders. *Behavior Modification*, 26 (5), 648-658.
- İmam, F. Z. (2001). *Pakistan ve Türkiye'deki gençler arasında algılanan ebeveyn sıcaklığı, ebeveyn kontrolü ve bunların benlik değeriyle ve denetim odağıyla ilişkileri* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ege Üniversitesi.
- Kapıkıran, N. A., & Kapıkıran, Ş. (2010). Koşulsuz kendini kabul ölçeğinin Türk üniversite öğrencileri için geçerliliği ve güvenilirliği. *Kriz Dergisi*, 18 (1), 33-44.
- Kaplánová, A., & Gregor, A. (2021). Self-acceptance, shame withdrawal tendencies and resilience as predictors of locus of control of behavior. *Psychological Studies*, 66, 85-91.
- Kelley, T. M., & Stack, S. A. (2000). Thought recognition, locus of control. *Adolescence*, 35 (139), 531-550.
- Kieffer, C. H. (1984). Citizen empowerment: A developmental perspective. J. Rappaport & R. Hess (Ed.), *Studies in empowerment: Steps toward understanding and action* içinde (pp. 9–36). New York, NY: Hawthorne Press.
- Leontopoulou, S. (2006). Resilience of Greek youth at an educational transition point: The role of locus of control and coping strategies as resources. *Social Indicators Research*, 76, 95–126. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-005-4858-3>
- Leotti, L. A., Iyengar, S. S., & Ochsner, K. N. (2010). Born to choose: the origins and value of the need for control. *Trends in Cognitive Sciences*, 14, 457-463.
- Lombardo, J. P., & Berzonsky, M. D. (1975). Locus of reinforcement control, self-image disparity, and self-acceptance: A replication. *The Journal of Genetic Psychology*, 127 (1), 147-148.
- Marsiglia, C. S. (2002). *An examination of the relationship between perceived parenting styles and psychosocial development and locus of control orientation in college students* [Doktora Tezi]. Louisiana Tech University.
- Martin, R., Thomas, G., Charles, K., Epitropaki, O., & McNamara, R. (2005). The role of leader-member exchanges in mediating the relationship between locus of control and work reactions. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 78, 141–147. <http://dx.doi.org/10.1348/096317904X23763>
- Matthews, G., & Wells, A. (2004). Rumination, depression, and metacognition: The SREF model. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive rumination: nature, theory, and treatment* (pp. 125-151). John Wiley & Sons Ltd.
- Mayers, A. (2013). *Introduction to statistics and SPSS in psychology*. Pearson Education.
- McClun, L. A., & Merrell, K. W. (1998). Relationship of perceived parenting styles, locus of control orientation, and self-concept among junior high age students. *Psychology in the Schools*, 35 (4), 381-390.
- Mohammadi, K., Zarei, E., & Chalesghar, M. (2013). Study of rumination and locus of control roles in depression of female employees of the university of medical sciences, Rasht, Iran. *Journal of Educational and Management Studies*, 3 (4), 401-404.
- Munoz, R. T., Brady, S., & Brown, V. (2017). The psychology of resilience: A model of the relationship of locus of control to hope among survivors of intimate partner violence. *Traumatology*, 23 (1), 102.
- Murdock, N. L. (2012). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları* (Çev. Ed: F. Akkoyun). Nobel Akademi.
- Neff, K. D. (2003). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85–101.
- Nolen-Hoeksema, S. & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (1), 115.
- Nowicki, S. (2016). *Choice or Chance: Understanding your locus of control and why it matters*. Prometheus Books.
- Nowicki, S., Iles-Caven, Y., Kalechstein, A., & Golding, J. (2021). Locus of control: antecedents, consequences and interventions using rotter's definition. *Frontiers in Psychology*, 12, 698917.
- Osborn, A. F., & Milbank, J. E. (1987). The effects of early education. A Report from the Child Health and Education Study. Oxford: Clarendon Press. [https://books.google.com.tr/books/about/The\\_Effects\\_of\\_Early\\_Education.html?id=K7ucAAAAMAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.tr/books/about/The_Effects_of_Early_Education.html?id=K7ucAAAAMAAJ&redir_esc=y)
- Ören, N. (1991). Denetim odağı ve kendini kabul arasındaki ilişkiler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 1 (2), 20-28.
- Paloş, R., & Vîşcu, L. (2014). Anxiety, automatic negative thoughts, and unconditional self-acceptance in rheumatoid arthritis: a preliminary study. *International Scholarly Research Notices*, 317259. <https://doi.org/10.1155/2014/317259>
- Pannells, T. C., & Claxton, A. F. (2008). Happiness, creative ideation, and locus of control. *Creativity Research Journal*, 20 (1), 67-71.
- Popov, S., Radanović, J., & Biro, M. (2016). Unconditional self-acceptance and mental health in ego-provoking experimental context. *Suvremena Psihologija*, 19 (1), 71-79.
- Qazi, T. (2009). parenting style, locus of control and self-efficacy: a correlational study. *Revista Costarricense de Psicología*, 28 (41), 75-84.
- Rippere, V. (1977). What's the thing to do when you're feeling depressed?": A pilot study. *Behaviour Research and Therapy*, 15, 185–191.
- Robey, P. A., Wubbolding, R. E., & Malters, M. (2017). A comparison of choice theory and reality therapy to Adlerian Individual Psychology. *The Journal of Individual Psychology*, 73 (4), 283-294.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80, 1-28.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55 (1), 68.

- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryon, H. S., & Gleason, M. E. (2014). The role of locus of control in daily life. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40 (1), 121-131.
- Shepard, L. A. (1979). Self-acceptance: The evaluative component of the self- concept construct. *American Educational Research Journal*, 16 (2) , 139–160.
- Shojaee, M., & French, C. (2014). The relationship between mental health components and locus of control in youth. *Psychology* 5 (8), 966–978. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.58107>.
- Siegel, D. (2010). *Mindsight: transform your brain with the new science of kindness*. Oneworld Publications.
- Sterling, M. R. (2007). *Effects of rumination on internal and external locus of control* [Theses and Dissertations]. No:847. <https://rdw.rowan.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1843&context=etd>
- Şara, P. (2012). *Sınıf öğretmeni adaylarının öğrenme ve ders çalışma stratejileri, problem çözme becerileri ve denetim odağı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Doktora Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Şenel, B., Çolak, B., Duman, B., & Öncü, B. (2019). Kadın ve erkeklerde kontrol odağı algısındaki farklılıklar ve benlik saygısı ile ilişkisi. *Kriz Dergisi*, 27 (2), 79-85.
- Sharf, R. S. (2014). *Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları* (Çev Ed: N. Voltan-Acar). Nobel.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* (Çev. Ed. M. Baloğlu). Nobel Yayın.
- Taşdan, M. & Erdem, M. (2010). İlköğretim okulu öğretmenlerinin iş yaşamı kalitesi ile örgütsel değer algıları arasındaki ilişki düzeyi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (2), 92-113.
- Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as an unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration*, 3, 263–280.
- Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and emotion*, 44, 1-31.
- Verme, P. (2009). Happiness, freedom and control. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 71 (2), 146-161.
- Vuger-Kovačić, D., R. Gregurek, D. Kovačić, T. Vuger, and B. Kalenić. (2007). Relation between anxiety, depression and locus of control of patients with multiple sclerosis. *Multiple Sclerosis Journal*, 13 (8), 1065–67. <http://dx.doi.org/10.1177/1352458507077629>.
- Wang, X. & Cheng, Z. (2020). Cross-sectional studies. *Chest Journal*, 158 (1), 65-71.
- Watkins, E. R. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin*, 134, 163-206. doi:10.1037/0033-2909.134.2.163
- Watkins, E. R. (2016). *Rumination-focused cognitive-behavioral therapy for depression*. Guilford Publications. <https://www.guilford.com/excerpts/watkins.pdf?t=1>
- Yeşilyaprak, B. (1988). *Lise öğrencilerinin içsel ya da dışsal denetimli olmalarını etkileyen faktörler* [Doktora Tezi] Hacettepe Üniversitesi.
- Yeşilyaprak, B. (1993). Kişilik Gelişiminde Ailesel Faktörlerin Etkisine İlişkin Bir Araştırma. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 3 (1), 5-18.