ADIYAMAN UNIVERSITY Journal of Educational Sciences

dergipark.org.tr/tr/pub/adyuebd Volume 16 , Issue 1, June 2026, Page 42-78 ISSN: 2149-2727

The Adaptation of Sense of Control Scale into Turkish and Examination of Its Psychometric Properties

Aslı Aşçıoğlu Önal[1] Esma Daşcı[2] Elif Gülçin Çelik Ateş[3] Ebru Güç[4]

Article Info

Keywords
Sense of control,
Locus of control,
Validity,
Reliability.

Received: 26.07.2025

Accepted: 29.12.2025

Published: 30.06.2026

Research Article

DOI: 10.17984/adyuebd.1751404

Abstract

The sense of control is characterized as a learned sense of expectation that the results encountered in individual life depend on their own preferences and actions. Studies have shown that the ability of maintaining this feeling is positively related to psychical health and psychological well-being of individuals. Thus, it is important to have a measurement tool that can accurately and consistently evaluate this concept. In this context, in this study it was aimed to carry out the translation and adaptation studies of the Sense of Control Scale (SCS) developed by Lachman and Weaver (1998) to measure individuals' general sense of control and make the measurement tool available to researchers and field experts in counselling and mental health. The participant group in the study was 740 students studying at different state universities in Türkiye, and the data collection tools were Personal Information Form, SCS, Brief Symptom Inventory (BSI) and Locus of Control Scale (LCS). In order to examine the psychometric properties of the SCS, exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis and test-retest analysis were performed, and we examined the scale's relationship with the LCS to assess similar scale validity, and with the sub-dimensions of the BSI to assess criterion-related validity. The findings of this study revealed that the SCS is a psychometrically valid and reliable tool for determining the general sense of control. In this direction, it is possible to say that the Turkish form of the SCS makes an important contribution to the counselling and mental health literature and enables the use of researchers and experts in related fields.

Introduction

The concept of control is an important psychological construct that has been studied for many years in the fields such as social psychology, personality psychology, health psychology, counselling, and psychotherapy. The concept of control was first introduced in the literature by Rotter (1966) under the name locus of control. Rotter (1966) proposed the concepts of internal and external locus of control and stated that people tend to think that their success is due to luck and external factors beyond their control as a result of the negative reinforcement of their efforts. Moreover, according to Rotter, positive reinforcement makes people believe that they can control the consequences of their behavior (Rotter, 1966). After being named as an internal locus of control by Rotter, self-control has been conceptualized or associated with many different interrelated names such as competence, self-efficacy, personal autonomy, perceived helplessness and powerlessness in the literature (Mirowsky & Ross, 2007). Despite the growing interest in the subject, confusion and disagreements about concepts and terminology have persisted, especially among experts in different disciplines, and a sufficient level of consensus has not been reached (Oi & Alwin, 2017). Skinner (1996) pointed out that the

Corresponding author[1] : Aslı Aşçıoğlu Önal, Dr., Independent Researcher, Türkiye, asli.ascioglu@gmail.com
Author[2] : Esma Daşcı, Dr., Independent Researcher, Türkiye, dasciesma@gmail.com
Author[3] : Elif Gülçin Çelik Ateş, Assist. Prof. Dr., Kafkas University, Dede Korkut Faculty of Education, Türkiye, elfglcn.celik@gmail.com
Author[4] : Ebru Güç, Res. Assist., Siirt University, Faculty of Education & PhD Student, Atatürk University, Faculty of Education, Türkiye, ebru.guc@siirt.edu.tr, ebru.guc21@ogr.atauni.edu.tr

concept of control has been conceptualized with many different names since it was proposed and stated that although it is called by different names, it generally includes two different dimensions called 'competence' and 'contingencies.'

The sense of control is the feeling that an individual can influence their life by organizing or directing it, and perceiving themselves as competent in guiding their lives (Mirowsky, 1995). Sense of control is a learned and generalized sense of expectation that the outcomes encountered depend on the individual's own preferences and actions (Mirowsky & Ross, 2003). People have different levels of a sense of control. Some individuals believe that they can achieve any goal they pursue. These individuals percieve both their successes and failures as their own responsibility. However, some individuals believe that the good things that happen to them occur through external events that they desire but are not under their control. These individuals also feel that there is nothing they can do to change or prevent the negative events they encounter (Mirowsky, 1995). Individuals with a high sense of control tend to believe that they can control their personal problems on their own and avoid negative events by using their own skills. Essentially, a sense of control basically refers to a feeling that is the opposite of powerlessness (Mirowsky & Ross, 2003). It manifests itself, especially in the processes of coping with stressful events, and is recognized as a protective psychosocial resource that an individual may have in the face of stressors (Pearlin & Schooler, 1978). Pearlin and Schooler (1978) state that the coping responses that people exhibit in the face of stressful events basically have three important functions related to control. Some of the coping responses function through an individual's control by changing the situation before the distressing experiences emerge. Other coping strategies that individuals may display are manifested by reactions that control and regulate the meaning of the challenging experience for the individual after the distressing event, when stress has not yet emerged. Some coping strategies, on the other hand, function through functional responses exhibited to control stress after it emerges.

Having a sense of control and the ability to maintain this feeling throughout life is considered a necessary element for both physical health and psychological well-being (Heckhausen et al., 2010). According to Mirowsky and Ross (2003), people's status or position in society (such as a high level of education, paid work, high income, and stability in marital status) increases their sense of control, which becomes an important source of increased psychological well-being. Similarly, Lachman and Weaver (1998) showed that an increase in perceived control is positively associated with life satisfaction and good physical health. In addition, studies in the literature point out that the sense of control is negatively correlated with psychological problems such as psychological distress (Kiecolt et al., 2009; Klama & Egan, 2011), stress (Jose & Weir, 2013), depressive symptoms (Jose & Weir, 2013; Lachman & Weaver, 1998), anxiety (Weems et al., 2003; Weisz et al., 2001), and eating disorders (Shapiro et al., 1993; Surgenor et al., 2003). In a recent longitudinal study examining the association between an increased sense of control and better physical, behavioral, and psychosocial health outcomes, Hong et al. (2021) analyzed data from approximately 13,000 adults. The findings demonstrated that a stronger sense of control was associated with a range of positive outcomes, including healthier behaviors (e.g., increased physical activity and fewer sleep problems), greater psychological well-being (e.g., higher levels of positive effect, life satisfaction, optimism, purpose in life, and mastery in personal, health, and financial domains), lower psychological distress (e.g., reduced depression, hopelessness, negative effect, and perceived constraints), decreased loneliness, and more frequent social contact with friends.

In recent years, particularly during the COVID-19 pandemic, the number of studies focusing on the sense of control in mental health research has increased. Msetfi et al. (2024) conducted a meta-analysis of 20 studies carried out during the COVID-19 pandemic to examine the magnitude of the relationship between sense of control and depression. The results showed that, as depression increased, the perception of control tended to decrease, and that the relationship between the two variables was of moderate magnitude. Similarly, another study conducted with a large sample of adults aged 18 and over living in Canada examined the possible relationships between positive mental health indicators (life satisfaction, subjective mental health, and community belonging) and sense of control in adults during the COVID-19 pandemic (Capaldi et al., 2025). The study found that as the perception of personal mastery increased, individuals' life satisfaction and subjective well-being levels increased, while an increase in perceived constraints was associated with lower life satisfaction and subjective well-being. Another study examining the effects of trauma exposure on the risk and severity of depression found that perceived control did not moderate the relationship between trauma and depression in

an adult sample. However, perceived constraints significantly mediated this relationship (Magin et al., 2024). Davis and Burrow (2024) examined the moderating role of perceived control in the relationship between adverse childhood experiences and depressive and anxiety symptoms. Their study of university students found that, at low levels of perceived control, adverse childhood experiences were associated with high levels of depression and anxiety. A more recent study with young adults tested the mediating role of positive mental health and sense of control in the relationship between social media addiction tendencies and the psychological burden of the pandemic (He et al., 2024). The findings revealed that control could be a psychological resource capable of weakening this negative chain. Another study examined the differential relationships between self-reported locus of control and perceived social stress among youth in the clinical high-risk (CHR) phase of psychosis and help-seeking control participants (HCS) (Millman et al., 2017). The results suggest that perceptions of uncontrollability over one's social environment may more often induce or exacerbate feelings of stress and tension in CHR youth relative to HSCs (Millman et al., 2017). In a separate longitudinal study, Martin et al. (2005) examined the relationship between suicide risk and locus of control among approximately 2,000 school students. The results revealed that those who reported suicidal thoughts, plans, threats and attempts scored higher on the locus of control scale and exhibited an external attributional style compared to those who did not report suicidal behavior. In conclusion, numerous studies on the sense of control, from the past to the present, have revealed that this psychological construct can serve as both a protective factor against mental health problems and a supportive factor for positive mental health, even in challenging life conditions.

The importance of the sense of control, which is defined as an individual's feeling of competence in organizing or directing their life (Mirowsky, 1995), also manifests in counselling and psychotherapy processes. In most models proposed to explain how therapeutic change occurs during the counselling and psychotherapy process, the differentiation in individuals' sense of control is directly or indirectly emphasized (for example, Grawe, 2004; Higginson et al., 2011; Prochaska & Norcross, 2014; Stiles et al., 1990). In particular, Higginson et al. (2011) based their model of psychotherapeutic change on 'the perceptual control theory approach' and explained how the sense of control functions as a fundamental change mechanism throughout the process. According to the model, regardless of the counselling approach used, changes in the therapeutic process occur in four stages. In the first stage of the therapeutic process, the client begins to feel that they have lost control over important aspects of their life and personal goals. In the second stage, the individual gradually realizes that there is a significant conflict in their cognitive system, which consists of different hierarchical structures, leading to a lack of control. After this realization, the client tries to reorganize the systems, and this continues until an effective sense of control is achieved. In this way, the client is trying to reduce the conflicts that cause a lack of control. In the final stage of the process, over time, the systems are reorganized in a way that reduces conflict. Thus, clients begin to feel that they have more control over their lives and start to set personal goals. Similarly, according to Silberschatz's (2008, 2017) control-mastery theory, Grawe's (2004) psychological therapy model, and Stiles et al.'s (1990) assimilation model, at the beginning of the process, clients feel that they have lost control over important issues in their lives and their mental health, and they have low beliefs that they are competent and capable of coping with their problems. However, at the end of the counselling process, they leave the process as individuals who are ready to take control of their lives and problems and have high levels of perceived mastery.

Perceived control, particularly its personal mastery sub-dimension, is also frequently addressed in counselling process-outcome studies. A qualitative meta-analysis conducted by Ladmanová et al. (2025) examined the therapeutic changes reported by 2,908 clients in 177 studies, in addition to symptom reduction following counselling intervention. The study found that increased perceived control emerged as both a mechanism of change and a meaningful outcome of psychotherapy, as perceived by the clients. A quantitative study involving 606 clients experiencing anxiety problems and receiving cognitive behavioral therapy (CBT) tested whether CBT's reduction of symptoms in anxiety disorders could be explained by an increase in the client's level of perceived control and whether perceived control was a transdiagnostic predictor. The study found that changes in clients' levels of perceived control over time during counselling strongly predicted changes in anxiety symptoms. Furthermore, the positive effect of CBT on symptom reduction could be explained by an increase in clients' levels of perceived control (Gallagher et al., 2014). Another study conducted with 149 clients

exhibiting depressive symptoms examined whether perceived control played a mediating role in the effectiveness of CBT and exposure-based CBT in treating depression. The study concluded that perceived personal mastery plays a significant mediating role and that fostering a sense of mastery in the therapeutic process contributes to clients' increased well-being (Dyresen et al., 2025). Similarly, Gómez-Penedo et al. (2023) examined the between- and within-client effects of personal mastery on outcomes in clients showing depressive symptoms and receiving CBT services. The study found that changes in clients' personal mastery levels occurred before a reduction in symptoms, suggesting that fostering this mechanism in counselling contributes to achieving positive change.

To measure the feeling of internal/personal control, which is emphasized as being closely related to mental health, different measurement tools have been developed from past to present. Rotter's Internal-External Locus of Control Scale, one of the most well-known measurement tools, was adapted into Turkish by Dağ (1991). The scale was developed with a forced-choice structure, where individuals are expected to choose one of two options presented for specific situations and events. Thus, when individuals choose one of the statements representing an internal or external locus of control, the position of the locus of control can be determined through the internalization-externalization dimensions. However, this structure of the scale, which is forced into two options, has been criticized. It has been suggested that the bipolar structure creates a limitation and that situations such as the fact that both options do not fit the thoughts of the participants reduce the validity and reliability of the scale (Dağ 1991). However, Rotter (1966) states that during the developmental process of individuals, as a result of their experiences, their locus of control may not be clearly polarized; it is also possible to be in the middle of the internal and external dimensions. In addition, Dağ (1991) stated that he obtained a rather complex structure as a result of the construct validity analysis in his adaptation study. These situations point to various limitations and problems regarding the determination of the concept of control by various subject areas or by a polarization such as internal-external. Due to these limitations, Dağ (2002) developed a scale that aims to measure locus of control, is more comprehensive in terms of areas of control, and offers more options to the participants with Likert-type rating. Dağ (2002) states that the scale has a structure consisting of one dimension (personal control) that can be included within the scope of internal locus of control and four sub-dimensions (belief in luck, futility of effort, fatalism, and belief in an unjust world) that can be evaluated within the scope of external control. However, as a result of the analyses, similar to Rotter's scale, it is seen that there is a confusion such as the items related to some control areas being included in different sub-dimensions (Dağ, 2002). As a result, some common fundamental problems are noticeable in the scales developed by both Rotter and Dağ (2002) based on the conceptualization of internal-external locus of control. When evaluating the psychometric properties of the Locus of Control Scale he developed, Dağ (2002) refers to Rotter's conceptualization that there might be a single generalized basic expectation regarding control, stating that "control experiences are expectation experiences more suitable for generalization than for differentiation." According to Lachman and Weaver (1998), measuring the perception of control using instruments developed for a specific field, such as health, may increase the likelihood of finding statistically significant relationships between the variables examined. However, the use of instruments that measure participants' general perception of control, rather than instruments developed specifically for a particular field, especially in multiple fields such as physical health or psychological well-being, increases the credibility and reliability of the relationships to be revealed. Accordingly, rather than a polarized and subject-specific measure, there is a need for an instrument that measures an individual's underlying general sense of control that may affect him/her in different areas of life.

In another scale adaptation study conducted by Öngen (2003), the psychometric properties of the Nowicki-Strickland Internal-External Locus of Control Scale were examined in a sample consisting of middle and high-school students in Türkiye. As a result of the study, the measurement tool consisting of five subscales (locus of control for relationships with parents, locus of control for achievement, locus of control for relationships with peers, locus of control for superstition, and locus of control for faith) was successfully adapted into Turkish. Another adaptation study related to the perception of control was conducted by Çelikkaleli (2018). Çelikkaleli (2018) carried out adaptation studies on the Perceived Control of Internal States Scale (PCISS), developed by Pallant (2000), using a sample of high-school students. Unlike the adapted SCS measurement tool in this study, the PCISS focuses on measuring individuals' perceptions of their ability to regulate events that lead to problems

related to their internal states-specifically, their emotional, cognitive, and physical well-being. In its current form, PCISS does not allow for the measurement of the potential effects of perceived systemic, externally sourced factors on an individual's sense of personal control. In another scale adaptation study conducted by Yeşilyaprak and Demirkan (2025), the Sense of Agency Scale (SoAS), developed by Tapal et al. (2017), was adapted to Turkish. The results of the study, conducted with university students, confirmed the original scale's two-factor structure (Positive and Negative SoA). Scores obtained from the scale provide measurement results regarding individuals' perceived levels of subjective control/agency, particularly over their minds, bodies, and immediate environments.

Lachman and Weaver (1998) considered the sense of control as a general perception that individuals have and conceptualized it as a psychological construct consisting of two complementary dimensions: 'personal mastery' and 'perceived external constraints.' Lachman and Weaver (1998) based their conceptualization of sense of control on Skinner's (1996) views. Personal mastery describes the extent to which individuals feel competent or effective in achieving their goals. Perceived constraints reveal the extent to which individuals believe that there are obstacles or factors beyond their control that make it difficult for them to achieve their goals and refer to the contextual and systemic aspects of perceived control. This two-dimensional approach provides a robust theoretical and practical framework for the fields of psychology and counselling, as it demonstrates that the sense of control is not merely an individual trait but also a psychological resource shaped through interaction with contextual and structural conditions (Lachman & Weaver, 1998). The sense of control scale developed by Lachman and Weaver (1998) is used as a standard psychological resource variable, particularly in large-scale and longitudinal studies such as the Midlife in the United States (MIDUS) (Brim et al., 2004). As previously mentioned, the scale's subdimensions of personal mastery and perceived constraints have been used in numerous studies in health, developmental, clinical, and social psychology. Both overall perceived control and its two complementary dimensions have shown consistent relationships with physical health and mental well-being (Capaldi et al., 2025; Davis & Burrow, 2024; Heckhausen et al., 2010). This widespread use demonstrates that the scale is an established and reliable measurement tool in the literature. The lack of a Turkish adaptation of the scale limits the direct comparability of research conducted in Türkiye with this extensive body of literature. A valid and reliable Turkish adaptation would allow the findings from Turkish samples to be evaluated within the same theoretical framework as those of international studies. Furthermore, the sense of control is not a culturally independent construct. Individualism-collectivism, socioeconomic inequalities, and structural constraints can influence the form and level of perception of control (Markus & Kitayama, 1991). Therefore, adapting the scale to Turkish and examining its psychometric properties will make it possible to scientifically reveal how the sense of control is experienced in the Turkish context.

The primary goal of counselling and psychotherapy is to achieve desired changes once the interventions have concluded. In recent years, numerous models have been proposed regarding therapeutic change (e.g., Grawe, 2004; Higginson et al., 2011; Prochaska & Norcross, 2014) and research findings (e.g., Binder et al., 2009; De Stefano et al., 2010; Donald et al., 2018) have shown that therapeutic outcomes are not limited to symptom reduction. Gaining control over one's life, problems, and mental health, and especially increasing personal mastery levels, is considered one of the fundamental gains from the process, regardless of the counselling approach used (Grawe, 2004; Silberschatz, 2008, 2017; Stiles et al., 1990). Lachman and Weaver's (1998) scale is a measurement tool that directly reflects these fundamental gains and is functional both as an initial assessment and for monitoring the outcomes of interventions in the counselling process. In this respect, the scale allows for the assessment not only of clients' symptom levels but also of the underlying psychological mechanisms of therapeutic change (e.g., gaining control, empowerment). Therefore, the Turkish adaptation of the scale will fill an important gap in the field by enabling evidence-based assessment and process-oriented monitoring in counselling practices in Türkiye.

In conclusion, the adaptation of the sense of control scale into Turkish will facilitate the measurement of a transtheoretical psychological resource directly related to therapeutic goals in counselling and psychotherapy practices. The Turkish version of the scale will enable the comparability of research conducted on the subject in Türkiye with the international literature and the scientific evaluation of both the personal dimension (personal mastery) and the cultural and contextual dimension (perceived constraints) of the sense of control. For these reasons, the Turkish adaptation of this scale has the potential to contribute to the fields of

counselling, psychotherapy, and psychology, both theoretically and practically. In the current study, it is aimed to conduct translation and adaptation studies of the Sense of Control Scale developed by Lachman and Weaver (1998) to measure the general sense of control levels of individuals, into Turkish, and thus to provide a needed measurement tool for the use of researchers and field experts in psychology, counselling, and related fields.

Method

Research Model/Design

This study used a quantitative research design based on the descriptive/survey model.

Study Group

Within the scope of this study, three different study groups were formed for exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis and test-retest analysis to examine the psychometric properties of the Sense of Control Scale. The participants in this study consisted of 720 students enrolled at different state universities in Türkiye. The mean age of the participants was 21.51 years (sd $\pm$ 2,77) and 69.72% of them were female. For the first study group, 307 volunteer university students (224 female 73%, 83 male 27%; age range 17-32, $\bar{X}$= 20.51) were reached. The obtained data were used in the exploratory factor analysis to be conducted within the scope of the measurement tool's construct validity studies. For the second study group, 409 volunteer university students (262 female 64%, 147 male 36%; age range 17-53, $\bar{X}$= 21.45) were reached. The obtained dataset was used within the scope of the measurement tool's confirmatory factor analysis, concurrent and convergent validity, and reliability studies. For the third study group of the research, 24 volunteer university students (16 female 66.7%, 8 male 33.3%; age range 19-26, $\bar{X}$= 22.58) were administered the Sense of Control Scale twice at three-week intervals and the data obtained were used in the test-retest study of the scale.

Data Collection Tools

The personal Information Form, Sense of Control Scale, Brief Symptom Inventory and Locus of Control Scale were used to obtain data from the participants.

Personal Information Form

The participants' personal information, such as age, gender, education level, department and grade, was obtained through a Personal Information Form prepared by the researchers.

Sense of Control Scale

The Sense of Control Scale was developed by Lachman and Weaver (1998) to measure the extent to which individuals feel that their lives are under their control. Lachman and Weaver (1998), in developing their scale, based it on Skinner's (1996) views on the concept of 'control' and aimed to measure a generalized sense of control. Skinner (1996) conceptualized the concept of control in the context of two separate dimensions called ‘competence’ and ‘contingencies.’ The Sense of Control Scale, developed based on Skinner's theoretical views, is a 12-item measurement tool consisting of two sub-dimensions: ‘personal mastery’ and ‘perceived constraints.’ The “personal mastery” sub-dimension, which defines the extent to which individuals feel adequate or effective in fulfilling their goals, consists of four items. The “perceived constraints” subscale, which consists of eight items, reveals the extent to which individuals believe that obstacles or factors beyond their control prevent them from achieving their goals. In the seven-point Likert-type scale, participants were asked to rate their level of agreement with each item on a 7-1 scale ranging from ‘strongly agree’ to ‘strongly disagree.’ In the scale, the items belonging to the perceived constraints sub-dimension are reverse coded, and an increase in the total score of the scale indicates a higher sense of control for the individual. However, when measuring the perceived constraints dimension, the scale items should not be reverse coded. Otherwise, the direction of the relationship may be misinterpreted. The internal consistency coefficients obtained from the sub-dimensions of the scale were .70 for the personal mastery sub-dimension and .86 for the perceived constraints sub-dimension, indicating acceptable values. The criterion-related validity studies of the sub-dimensions of the scale determined that both sub-dimensions had significant relationships with life satisfaction (r= .30, -.40, respectively), depressive symptoms (r= -.27, .48, respectively), and physical health (r= .22, -.29, respectively).

Brief Semptom Inventory

The Brief Symptom Inventory is a 53-item scale developed by Derogatis (1992) to screen for psychological problems in individuals. The scale has nine sub-dimensions: “Somatization”, “Obsessive-Compulsive Disorder”, “Interpersonal Sensitivity”, “Depression”, “Anxiety Disorder”, ‘Hostility’, “Phobic Anxiety”, “Paranoid Ideation” and “Psychoticism”. In addition to the sub-dimensions, a total score can be obtained from the scale, and three global index scores, namely the Distress Severity Index, Symptom Total, and Symptom Distress Index, can be determined. In the four-point Likert-type scale, participants are asked to rate their level of agreement with each item between 0-4, corresponding to "not at all" and "very much". In order to evaluate the items, the total score for each subscale is first determined and a specific score for the relevant dimension is obtained by dividing the total score by the number of items in that subscale. The high scores of the subscale and the general symptom score indicate a high level of psychological symptoms in the individual. The scale was adapted into Turkish by Şahin and Durak (1994). As a result of the analysis performed on the data obtained from 627 university students a 53-item form with 5 sub-dimensions was obtained. The sub-dimensions were identified as depression, anxiety, negative self-perception, somatization, and hostility. It was observed that the total scores of the Brief Symptom Inventory explained 66% of the variance. The internal consistency coefficients obtained from each sub-dimension of the scale were found to range between .75 and .88.

Locus of Control Scale

The Locus of Control Scale is a 47-item measurement tool developed by Dağ (2002) to measure individuals' locus of control perceptions multidimensionally. The scale has 5 sub-dimensions: personal control, belief in luck, futility of effort, fatalism, and belief in an unjust world. The total scores of the locus of control scale explained 50.63% of the variance. The high scores obtained from the measurement tool, which has 22 reverse-scored items, reflect the participants' high perception of external locus of control. In the five-point Likert-type scale, participants are asked to rate their agreement with each item on a scale of 1-5, ranging from ‘not at all appropriate' to 'completely appropriate'. The internal consistency coefficient of the scale was found to be .92. The reliability coefficient obtained as a result of the test-retest application of the scale with a 1-month interval is .88. The test-retest reliability coefficients obtained for each of the subscales were .83, .81, .61, .89 and .74, respectively

Data Collection Process

Before starting the translation and adaptation process, permission to use the Sense of Control Scale was secured via email from its developer, Dr. Margie E. Lachman. Additionally, within the scope of the scale's validity and reliability studies, necessary permissions were obtained from the relevant researchers for the use of the Brief Symptom Inventory and Locus of Control Scale, which were planned to be utilized. Ethical approval was obtained from the Social Sciences Ethics Committee of Ankara University and the implementation of the study was approved as ethically appropriate. During the data collection process, informed consent was obtained from all participants prior to the research.

In the translation and adaptation study of the Sense of Control Scale, the criteria specified by the International Test Commission (2017)) for scale translation and adaptation studies were considered. In this context, the scale was independently translated from English to Turkish by three field experts who were doctoral students in Guidance and Psychological Counselling and proficient in both languages. The independent translations were examined by the researchers, and the most appropriate expressions were selected. The decided expressions were sent to three faculty members who were experts in the field of Guidance and Psychological Counselling in a form that also included English expressions. The final Turkish form of the scale was determined based on the expert opinions of faculty members. The Turkish statements in the form were back-translated into English by an expert with sufficient knowledge in both languages in areas such as comprehension, writing, and speaking. After back-translation, the validity of the expressions was re-evaluated, and the final Turkish version of the scale was determined.

After the scale was translated into Turkish, the Turkish form was first administered to 30 volunteer university students. Participants were asked to evaluate the scale based on the clarity of the items and instructions and to express their opinions. After the pilot application was completed, validity and reliability studies of the scale

were conducted in three stages. In the first stage, data were obtained by asking approximately 307 university students to complete the Sense of Control Scale. Exploratory factor analysis was conducted using the data obtained within the scope of the construct validity study of the scale. The adequacy of the measurement tool in terms of construct validity was evaluated using exploratory factor analyses. Data were obtained from approximately 409 university students for the second phase of the study. The students were asked to complete the Sense of Control Scale, Brief Symptom Inventory, and Locus of Control Scale. The data obtained were used to assess whether the constructs revealed by exploratory factor analysis were confirmed by the confirmatory factor analysis. In addition, the data obtained from the Locus scale were used for concurrent validity, and the data obtained from the Brief Symptom Inventory were used for convergent validity studies. In the third phase of the study, the Sense of Control Scale was administered again to 24 university students with a 3-week interval, and test-retest reliability applications of the measurement tool were conducted.

The study data were collected using online communication channels. In this context, the informed consent form and measurement tools were transferred to the 'Google Forms' application and an online form was prepared. Since the informed consent of the participants could not be obtained directly by obtaining their signatures through online forms, they were asked to indicate their agreement to participate in the study by checking the relevant box. The contacted faculty members were asked to transfer the online form of the measurement tools to the students through online communication channels (class e-mail group, class WhatsApp group, etc.). By including the contact addresses of the researchers in the informed consent form, we ensured that the students could ask the researchers any questions they had about the process. Some precautions were taken to ensure the security of the electronically obtained data. Once the data collection process was complete, the electronic and online data were quickly transferred to an encrypted external memory and the relevant records were deleted from the online environment. Part of the data collection process was conducted during the COVID 19 pandemic period.

Data Analysis

First, the factor structure of the Sense of Control Scale was examined by performing exploratory factor analysis on the data obtained from the first participant group. The factor structure obtained for the first group was tested through confirmatory factor analysis on the data obtained from the second group. Cronbach's alpha coefficients were calculated to determine the internal consistency of the scale. In addition, the Sense of Control Scale was administered to a group of approximately 24 people twice with an interval of three weeks, and the test-retest reliability of the scale was evaluated by calculating Pearson correlation coefficients. Pearson's correlation coefficients were calculated to examine whether the scale showed a significant relationship with the Locus of Control Scale within the scope of similar scale validity studies and with the sub-dimensions of the Brief Symptom Inventory within the scope of criterion-related validity studies. The significance level $\alpha = .05$ was acceptable for the statistical analysis. In addition to the confidence interval and statistical significance (p-value), the effect size (correlation coefficient, r) and its evaluation using Cohen's (2013) standards (r =.10 small,.30 moderate,.50 large effect) were used in the interpretation of the correlation coefficients, considering the impact of sample size on the significance of inter-scale correlation coefficients. SPSS 22 and AMOS 21 were used to analyze the data. Twenty forms with missing data in their measurement sets were excluded from the study. In this context, analyses were performed on the measurement sets without missing data.

Ethical Disclosure

Ethics Committee Approval: This research was conducted with the permission obtained by the Ankara University Social Sciences Ethics Board's decision dated 15/01/2021 and numbered 01/11.

Conflict of Interest: The authors declare that they have no conflict of interest.

Author Contribution: 1. Author: Designing the study, obtaining research permissions, collecting the data, coding data via SPSS and AMOS and analyzing the data, writing the introduction, method, results and discussion and reporting the study. 2. Author: Collecting the data, coding data via SPSS and AMOS and analyzing the data, writing the method, results and discussion and reporting the study. 3. Author: Coding data via SPSS and AMOS and analyzing the data, writing the method, results and discussion and reporting the study.

4. Author: Collecting the data, coding data via SPSS and AMOS and analyzing the data, writing the results and discussion and reporting the study.

Results

The findings obtained within the scope of the validity and reliability studies of the Sense of Control Scale are presented below.

Validity Findings of the Sense of Control Scale

The validity findings of the Sense of Control Scale are shown below.

Findings Regarding Exploratory Factor Analysis (EFA)

Various preliminary analyses were performed to evaluate the suitability of the dataset prior to the SCS explanatory analysis. To achieve this, univariate and multivariate outliers were eliminated from the datasets after missing value analyses and value assignments were completed. Finally, the dataset was deemed suitable for the study after univariate normality and multicollinearity studies were conducted on the items. To determine the construct validity of the Sense of Control Scale, the suitability of the collected data for this analysis was tested. In this direction, the data were analyzed with the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) sampling suitability coefficient and Bartlett's sphericity test. To determine whether the data are suitable for factor analysis, the KMO coefficient should be above .60 and the Bartlett's sphericity test result should be significant at the.05 level (Büyüköztürk, 2012). In this study, it was determined that the KMO Coefficient of the data collected for the construct validity of the Sense of Control Scale was .85, and the Bartlett's sphericity test showed a significant value at the.05 level (=906.972, *df*=28, p<.01). According to these criteria, it can be said that the data collected within the scope of the study are suitable for factor analysis. After determining the suitability of the data for factor analysis, a principal component analysis was conducted with the 12 items on the scale without defining a dimension. When examining the results of the unrotated principal component analysis, it was observed that the items could be grouped under a single factor with an eigenvalue greater than 1. When the scree plot in Figure 1 is analyzed, a sharp decline after the first factor is observed. The scale explained 51.32% of the variance in a single dimension. This value indicates that the scale also has a single overall structure. The variance explained in single-factor scales should be at least 30%. However, to ensure consistency with the original scale's structure and conceptual framework, the analysis was repeated by forcing the scale into two dimensions.

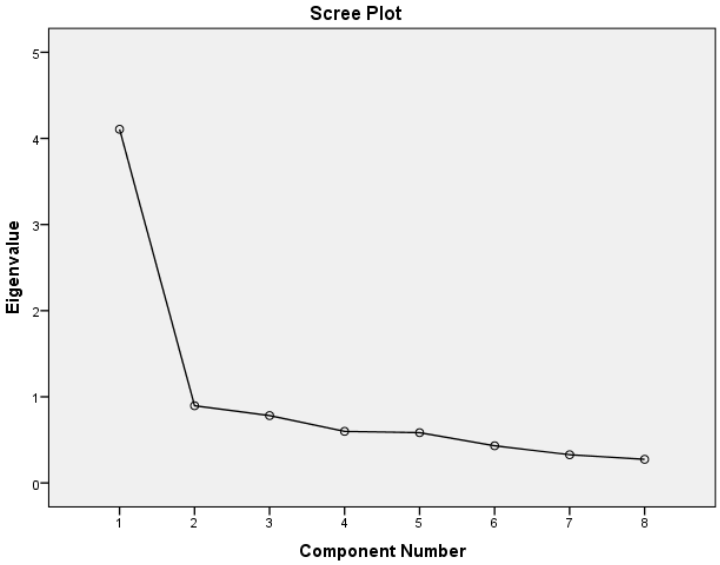


Figure 1. *Scree plot*

When the scale items were forced into two dimensions, the explained variance increased to 53.12%. The first dimension explains 34.78% of the total variance, whereas the second dimension contributed 18.33% to the total variance. When the items in the dimensions were examined, it was observed that the items in the first

dimension in the original scale were loaded in the first dimension, and similarly, the items in the second dimension were loaded in the second dimension. The factor loadings of the items range from .56 to .85. The dimensions of the scale items and the factor loadings are presented in Table 1.

Table 1. *Sense of Control scale factor analysis results*

Factor 1		Factor 2	
Item	Factor Loading	Item	Factor Loading
1	.628	3	.783
2	.708	6	.823
4	.761	8	.715
5	.798	12	.543
7	.653		
9	.706		
10	.733		
11	.674		
Explained Variation			
Total : % 52.994			
Factor 1 : % 34.666			
Factor 2 : % 18.328			

The analysis concluded that the two-factor structure of the SCS was preserved in the original scale and the items loaded with factor loadings in the two factors were the same as in the original scale. The total variance explained by the analysis is 53%. The Perceived Constraints sub-dimension explained 34.66% of the total variance and the Personal Competence sub-dimension explained 18.32%.

Confirmatory Factor Analysis Findings

To test the validity and suitability of the SCS structure and estimation techniques for the model parameters, preliminary investigations were conducted. To achieve this, the datasets were first cleansed of univariate and multivariate outliers. The multivariate normality assumption was then investigated to identify the model parameter estimation method. Following an analysis of the multicollinearity of the variables, it was determined that the dataset was suitable for analysis. The validity of the two-dimensional structure of the Sense of Control Scale in the Turkish sample was tested using first-order confirmatory factor analysis (CFA). In this direction, the hypothesis that the items would be represented by two factors in the model definition of the scale and that eight items would be included in the “perceived constraints” sub-dimension and 4 items would be included in the “personal competence” sub-dimension was tested.

In the CFA findings, the significance level of the t-values of the observed variables was examined. When the t-values of the items in the model were reviewed, it was observed that the t-values of the items ranged from 5.69 to 9.29. According to these values, it was concluded that the t values of all items in the model were significant at the.01 level. When the error variances of the items were examined, it was concluded that all items showed a value below the accepted value of .90 (Çokluk et al., 2012). The model's fit index was determined to be within and near the acceptable bounds based on the CFA results. Therefore, modification suggestions were reviewed, and the proposed modifications between the error variances of the two item pairs in the Perceived Constraints sub-dimension, which were thought to contribute significantly to the χ^2 value, were added to the model (Item 1: *“There is little I can do to change the important things in my life.”* and Item 2: *“I often feel helpless in dealing with the problems of life.*”Item 7: *“There are many things that interfere with what I want to do.”* and Item 10: *“There is really no way I can solve the problems I have.”.* The DFA results from the post-modification analysis showed an improvement in the model-observed data fit. The two-factor, 12-item Sense of Control Scale framework was validated as a model in accordance with the final findings. Table 2 displays the goodness of fit values for the SCS.

Table 2. *Confirmatory factor analysis results of the Sense of Control scale*

Compliance Indices	Compliance values	Acceptable Criteria
χ^2	170.596	
$\chi 2/sd$	3.345	≤ 5 (Kline, 2015)
RMSEA [%90 G.A.]	.076	≤ .10 (Kline, 2015)
AGFI	.89	≥ .90 (Brown, 2015)
GFI	.93	≥ .90 (Brown, 2015)
CFI	.90	≥ .90 (Brown, 2015)
TLI	.87	≥ .90 (Brown, 2015)
SRMR	.06	≤ .10 (Kline, 2015)

Concurrent Scale and Criterion-Related Validity Findings

The Locus of Control Scale was used to assess the concurrent scale validity of the Sense of Control Scale. The findings regarding concurrent scale validity are presented in Table 3. As shown in Table 3, the total score of the adapted Sense of Control Scale was significantly negatively correlated with the total score obtained from the Locus of Control Scale. Similarly, the sub-dimensions of the Sense of Control Scale were significantly related to the personal control, belief in luck, and futility of effort sub-dimensions of the Locus of Control Scale. However, no significant relationship was found between the fatalism sub-dimension of the Locus of Control Scale and any dimension of the Sense of Control Scale. In addition, there was a significant correlation between the belief in an unjust world sub-dimension of the Locus of Control Scale and the perceived constraints subdimension of the Sense of Control Scale and the total score obtained from the scale. Conversely, no significant relationship was found with the personal competence sub-dimension. For any statistically significant association, the zero value was excluded from the 95% confidence intervals. This result confirms the reliability of the estimates and shows that the associations discovered are unlikely to be random outcomes from the sample. Furthermore, the fact that the significant correlation coefficients range from -.10 to .41 is generally classified in the literature as a small to moderately small effect (Cohen, 2013). This shows that the Sense of Control Scale measures theoretically and empirically distinct structures, even though it measures a structure similar to that of the Locus of Control Scale.

Table 3. *The relationship between the SCS and the sub-dimensions of the Locus of Control scale*

	SCS		
LCS	Personal Mastery	Percieved Constraints	Total Score
Personal Control	-.176**	-.369**	-.310**
	95% CI [-.27, -.04]	95% CI [-.43, -.26]	95% CI [-.42, -.23]
Belief in Luck	-.106**	-.234**	-.221**
	95% CI [-.17, -.02]	95% CI [-.35, -.15]	95% CI [-.32, -.12]
Futility of Effort	-.176**	-.304**	-.301**
	95% CI [-.29, -.09]	95% CI [-.44, -.24]	95% CI [-.43, -.25]
Fatalism	-.014	-.037	-.032
	95% CI [-.10, .11]	95% CI [-.17, .03]	95% CI [-.17, .05]
Belief In an Unjust World	-.095	-.209**	-.183**
	95% CI [-.18, .04]	95% CI [-.34, -.10]	95% CI [-.32, -.08]
LCS Total Score	-.200**	.413**	-.392**
	95% CI [-.27, -.04]	95% CI [-.46, -.29]	95% CI [-.44, -.26]

Note. SCS = Sense of Control Scale, LCS = Locus of Control Scale

*$p < .05$, **$p < .01$

|r| ≈ .10 small, ≈ .30 moderate, ≈ .50 and above large effect (Cohen, 2013)

The Brief Symptom Inventory was used to assess the criterion-related validity of the adapted scale. The findings related to the analysis procedures are presented in Table 4. In this context, when the relevant table was examined, it was determined that there were significant negative correlations between all sub-dimensions of the Sense of Control Scale and the total score obtained from the scale and all sub-dimensions of the Brief

Symptom Inventory. The significant correlation coefficients were found to have small to moderate impact sizes, ranging from -.17 to -.39. However, the results showing that all of the significant correlation coefficients came within the 95% confidence interval were viewed as proof that the estimates were reliable and that these substantial associations were not a random outcome due to sample size.

Table 4. *The relationship between the Sense of Control scale and the subscales of the Brief Symptom Inventory*

		SCS		
		Personal Mastery	Percieved Constraints	Total Score
BSI	Anxiety	-.228** 95% CI [-.30, -.12]	-.386** 95% CI [-.49, -.30]	-.389** 95% CI [-.48, -.30]
	Depression	-.206** 95% CI [-.29, -.12]	-.334** 95% CI [-.40, -.23]	-.340** 95% CI [-.41, -.23]
	Negative self-perception	-.288** 95% CI [-.37, -.18]	-.361** 95% CI [-.45, -.25]	-.394** 95% CI [-.47, -.28]
	Somatization	-.186** 95% CI [-.27, -.07]	-.251** 95% CI [-.36, -.17]	-.268** 95% CI [-.36, -.17]
	Hostility	-.175** 95% CI [-.26, -.07]	-.333** 95% CI [-.43, -.24]	-.326** 95% CI [-.42, -.23]

Note. BSI = Brief Sypmtom Inventory , SCS = Sense of Control Scale

**p < .05, **p < .01*

|r| ≈ .10 small, ≈ .30 moderate, ≈ .50 and above large effect (Cohen, 2013)

Relationships between the Sub-Dimensions of the Sense of Control Scale

Finally, the relationships between the sub-dimensions of the Sense of Control Scale were examined and the findings are presented in Table 5. Table 5 shows a moderate and positive significant relationship (.40) between personal mastery and perceived constraints sub-dimension of the adapted scale, a moderate positive and significant relationship (.71) between the personal mastery sub-dimension and the total score obtained from the scale, and a highly positive and significant relationship (.93) between the perceived constraints sub-dimension and the total score obtained from the scale.

Table 5. *Relationships between the sub-dimensions of the Sense of Control scale*

SCS	Total Score	Personal Mastery	Percieved Constraints
Personal Mastery	.713**	-	-
Percieved Constraints	.925**	.399**	-
Total Score	-	.713**	.925**

Note. SCS = Sense of Control Scale

***p < .01*

Reliability Findings of the Sense of Control Scale

Internal consistency coefficients and test-retest reliability were examined to provide evidence of the reliability of the Sense of Control Scale. In this context, Cronbach's alpha internal consistency coefficients of the scale were calculated. The results are shown in Table 6. As seen in Table 6, the internal consistency coefficient for the personal mastery sub-dimension of the scale was .73 and the reliability coefficient for the perceived constraints sub-dimension was .79. The internal consistency coefficient obtained for the total score of the scale was .82.

Table 6. *Internal consistency coefficients of the Sense of Control scale*

	Internal Consistency Coefficients
Personal Mastery	.73**
Percieved Constraints	.79**
Total Score	.82**

Another analysis of the reliability evidence of the scale is related to the calculation of test-retest reliability. In this context, the findings obtained from the analysis of the relationship between the scores obtained from the initial application of the scale and the scores obtained three weeks later are presented in Table 7. When Table 7 is examined, it is seen that the test-retest reliability for the personal mastery sub-dimension is .54, .60 for perceived constraints, and .64 for the whole scale. These values are less than the .70 bottom limit that is widely used in the literature (DeVellis & Thorpe, 2021). Therefore, the low consistency of the measurement tool over time may be inferred. The discussion section offers an explanation for this issue.

Table 7. *Test-retest reliability of SCS*

		The Relationship Between the Pre- and Post-Test Scores of the Sub-Dimensions and Total of the SCS		
		Post-Test Scores		
		Personal Mastery	Percieved Constraints	Total Score
Pre-Test Scores	Personal Mastery	.543**	-	-
	Percieved Constraints	-	.598**	-
	Total Score	-	-	.644**

Discussion, Conclusion, and Recommendations

The study aimed to examine the psychometric properties of the Sense of Control Scale developed by Lachman and Weaver (1998) in a non-clinical population. The findings of the study reveal that the Turkish version of the Sense of Control Scale is psychometrically effective tool for determining individuals' perceptions of the extent to which they have control over their lives. The findings of the validity and reliability analyses conducted in this study are discussed within the framework of relevant literature.

In this study, the adaptation of the scale began by conducting exploratory factor analysis on the data collected from a separate sample. In the literature, it is generally considered sufficient to conduct only confirmatory factor analysis (CFA) and reliability analyses when adapting measurement tools (Seçer, 2018). However, it has been argued that CFA alone cannot identify the best-fitting measurement model (Orçan, 2018). Moreover, since the operational definitions of these concepts are not independent of culture, researchers emphasize the utility of exploratory factor analysis in addressing potential conceptual equivalence problems in adaptation studies (Hernandez et al., 2020; Orçan, 2018). In this direction, it is stated that comparing the exploratory factor analysis findings of the original and adapted scales, the fact that the number of factors is the same, the items load on the same factor in both forms, and the total variance and factorial explanation ratios are the same may be evidence of conceptual equivalence (Behling & Law, 2019; Hernandez et al., 2020). When the EFA findings of the SCS were reviewed, it was concluded that its two-factor structure was preserved, and the items loaded on exactly the same factor as the original scale. These findings provide evidence that conceptual equivalence for the sense of control, which is intended to be adapted within the framework of the SCS, has been achieved and that the sense of control represents a two-factor structure consisting of personal mastery and perceived constraints. Confirmatory factor analysis findings were analyzed to test the validity of the 12-item, two-factor structure of the SCS in the Turkish context. The findings revealed that the two-dimensional conceptual structure of the SCS was compatible with the data collected. It was concluded that the goodness-of-fit values of the model were close to acceptable limits.

One of the analyses conducted for the validity studies of the adapted scale was convergent validity. In this context, the situation of measuring the construct intended by the Sense of Control Scale was examined using the Locus of Control Scale, which was previously determined to measure a similar construct. The findings obtained from the analyses revealed a significant negative relationship between the total scores of both measurement tools. In other words, as the participants' sense of control increased, their perception of an

external locus of control decreased. However, when evaluating the relationships between scale scores, it is crucial to consider the effect of a large sample size (N=409) on statistical significance to prevent Type I error. In large samples, small correlation coefficients can become significant (Cohen, 2013; Field, 2018). Therefore, to control the Type I error in the study, priority was given to the magnitude of the correlation coefficients (r), their effect sizes, and confidence interval calculations, in addition to the statistical significance of the p-value of the correlation coefficients. In this regard, it was concluded that the correlation magnitudes in the relationships of the Sense of Control Scale with other scales had values classified as small and medium effect sizes in the literature (Cohen, 2013). When evaluated in the context of similar scale validity, these findings provide evidence that the Sense of Control Scale measures empirical structures that overlap with the LCS but are also distinguishable.

The results show that the personal mastery sub-dimension of the SCS has a negative and low-level relationship with the personal control sub-dimension of the LCS. These findings indicate that the conceptualizations of the sense of control (Lachman & Weaver, 1998; Rotter, 1990) are consistent with each other; therefore, the two instruments measure similar constructs. Another finding related to the personal mastery sub-dimension of the Sense of Control Scale is that it has a negative and low-level significant relationship with the dimensions of the Locus of Control Scale, such as belief in luck and futility of effort. Similarly, Ross and Sastry (1999:386-387) also stated that individuals with a low perception of control attribute the control of their lives to external factors such as luck, fortune, and fate. However, the personal mastery sub-dimension did not show a significant relationship with the fatalism sub-dimension of the scale determined for the validity study. At this point, the literature presents complex results. For example, while a group of researchers have stated that a sense of control is positively related to religious belief as claimed by the personal empowerment hypothesis (Ellison & Burdette, 2012; Jackson & Coursey, 1988; Pargament, 1997:468), Exline (2002) points out that religious commitment is low in people who prioritize values such as self-efficacy, personal control, and autonomy. Similarly, Schieman (2008) presents evidence of a negative relationship between personal control and belief in divine control. In addition, Liu and Froese (2020) revealed that the perception of personal control may change based on the characteristics attributed to God. Similar to the relationship established with the fatalism sub-dimension, no significant relationship was found between personal mastery and belief in an unjust world sub-dimensions. This finding contradicts the literature, which states a positive relationship between belief in a just world and personal control (Lerner, 1980; Kiral Ucar et al., 2019). This can be explained by the fact that the sense of personal mastery perceived by the individual has been damaged due to the pandemic. This view is also supported by Li et al. (2024), who revealed that the sense of control was lost during the pandemic.

Another sub-dimension of the Sense of Control Scale is perceived constraints. As mentioned before, the items in the perceived constraints sub-dimension are reverse-scored, and higher scores mean that participants perceive fewer external constraints on their lives. Similarly, the personal control sub-dimension of the Locus scale was reverse-scored, and higher scores on the scale indicated a higher perception of external control. It was observed that there was a significant negative relationship between perceived constraints and the total scores obtained from the LCS, and as the constraints perceived by the participants increased, their perception that control lies with external factors also increased. Similarly, the results of the analysis show that the perceived constraints sub-dimension is negatively correlated with the personal control, belief in luck, futility of striving, and belief in an unjust world sub-dimensions of the LCS. In other words, it was observed that as the perceived constraints of the participants increased, their perception of personal control decreased; they began to believe more in luck and that the world was not fair, and they thought that effort was meaningless. Considering Rotter's (1966) conceptualization of locus of control, the findings obtained are supported by the literature. On the other hand, similar to the personal mastery sub-dimension, the perceived constraints sub-dimension did not show a significant relationship with the fatalism sub-dimension. This result may be related to the structure of the items in the Locus scale. While one of the items of the scale strictly attributes control to fate, another item states that having faith makes life easier, and the other states that fate has a strong influence on human life. The situation in question does not seem to reveal a clear and unambiguous perception of the impact of fate on an individual's life, either positively or negatively. On the other hand, the meaning that individuals attribute to fate may differ. Thus, fate may be perceived as a negotiable structure (Au et al., 2011). In this way, the person accepts that human life is predetermined and also believes that they have the power to influence important life events.

Therefore, this belief structure may have prevented the perceived constraints sub-dimension, which attributes the control of life to external factors, from showing a relationship with the fatalism sub-dimension.

Another method used to determine the psychometric properties of the scale is criterion-related validity. This type of validity means that the scores obtained from the scale being examined are related to a network of previously validated measurements (Grimm & Widaman, 2012). The SCS criterion-related validity assessments also took similar safeguards regarding the possibility of Type 1 error resulting from the sample size. In this sense, small and small-medium impact sizes (between -.13 and -.39) were found when KH_1's correlation coefficients with KSE were examined. Every meaningful association was found to be within the 95% confidence interval. Collectively, these results suggest that although the sample size might have contributed to the significance of these minor effects, the associations were reliable because they fell within the confidence intervals. One of the most important reasons why the relationship between SCS and BSI remains small and moderate, despite being expected to be significant, may stem from the measurement methods used in this study. In other words, the sense of control measures a continuous trait related to how much control individuals generally feel in their lives, whereas the Brief Symptom Inventory measures a state-dependent trait related to the level of mental health symptoms individuals have experienced over the past week. The literature emphasizes that correlations generally remain in the .20–.40 range when different constructs or methods are used (Campbell & Fiske, 1959). In this regard, the Sense of Control Scale indicates that the criterion scales have convergent validity.

When the analyses conducted in this context are examined, it is seen that the personal mastery sub-dimension of the Sense of Control Scale and all sub-dimensions of the Brief Symptom Inventory have a significant negative relationship. Similarly, the perceived constraints sub-dimension of the Sense of Control Scale had a significant negative relationship with all sub-dimensions of the Brief Symptom Inventory. These findings are supported by the literature (Caplan & Schooler, 2007; Duffy, 2010; Lachman & Weaver, 1998; Ward, 2012) and provide evidence for the scale validity. When the relationships between the sub-dimensions of the scale were examined within the scope of validity studies, it was observed that the perceived constraints and the personal mastery sub-dimensions had a moderate and significant relationship with each other. Research in the literature is also consistent with the findings (Lahman & Weaver, 1998; Windsor et al., 2009). However, the correlation of each sub-dimension with the total score obtained from the scale was .71 for personal mastery and .93 for perceived constraints. This situation is interpreted as the fact that the sub-dimensions of the scale have overlapping structures as well as some differentiating features (Infurna & Mayer, 2015, indicating that the scale is indeed valid.

When the reliability findings of the Sense of Control Scale are examined, the Cronbach's alpha internal consistency coefficients of the scale's personal mastery sub-dimension is .73, the perceived constraints sub-dimension is .79, and the total score is .82. When the literature is examined, it is seen that the reliability coefficients vary between .70 and .89 for personal mastery, between .86 and .90 for perceived constraints (Duffy, 2010; Mejía et al., 2016; Ward, 2012), and between .82 and .87 for the total scale score (Kraus et al., 2009; Lachman & Schiloski, 2024). In this context, the findings of this study consistently meet the reliability criteria in the literature.

On the other hand, to test the scale's stability over time, a test-retest reliability analysis was conducted with 24 participants at three-week intervals. As a result of the analysis of the test-retest reliability of the scale, it was determined that the personal mastery sub-dimension was .54, the perceived constraints sub-dimension was .60 and the reliability coefficient obtained from the total score of the scale was .64. In the literature, a value of .70 has been widely accepted as the lower limit for test-retest reliability (DeVellis & Thorpe, 2021). One of the most important sources of this finding may be the Covid-19 pandemic, which emerged during the interval between the two measurements and posed a significant threat to individuals' sense of control. The literature presents convincing empirical evidence that the intense uncertainty and stressful environment that emerged with the Covid-19 pandemic caused a decrease in individuals' sense of control (e.g., Brailovskaia & Margraf, 2021; Msetfi et al., 2024; Precht et al., 2023; Zhu et al., 2020). The sample size used in the retest-retest studies can be considered another reason for these results. The scale was evaluated on a small sample, which is regarded as a major factor in this issue. However, the literature notes that because it is challenging to track

participants in practice, test-retest studies are frequently performed on small sample sizes (Boateng et al., 2018). Therefore, it is crucial to test the scale on larger and more representative samples in subsequent studies, even though this study offers preliminary data on the scale's fundamental properties.

As previously stated, measuring this construct as bipolar (e.g., internal-external) or by focusing solely on the sense of control directed at a specific area has resulted in certain measurement and evaluation problems (Dağ, 1991, 2002; Lachman and Weaver, 1998). The Sense of Control Scale is an easy-to-use measurement tool with strong psychometric properties that measures individuals' feelings of control in general. In addition to providing an overall measure of the sense of control, it also provides insight into the intra-individual dimension of control and the dimensions affected by contextual factors. The findings of this study show that the Turkish version of this scale also yields valid and reliable measurement results. Therefore, this measurement tool can be utilized in studies focusing on individuals' sense of control in fields such as personality psychology, health psychology, and social psychology in Türkiye. Studies conducted in the literature on the subject reveal that sense of control is positively related to variables such as psychological well-being, life satisfaction, and physical health (e.g., Heckhausen et al., 2010; Lachman & Weaver, 1998; Mirowsky & Ross, 2003) and negatively related to some psychological problems (e.g., Jose & Weirr, 2013; Weems et al., 2003). The adaptation of this scale, which is widely used in psychology and mental health in the international literature, into Turkish will contribute to understanding how individuals experience a sense of control in the Turkish context, along with its complementary subdimensions. Furthermore, the availability of the Turkish version of the scale will enable a more conceptually valid and reliable comparison of this psychological construct, which may be influenced by cultural and contextual factors, with the measurement results obtained from other cultures. In addition, most models explaining the positive changes in clients during counselling processes draw attention to the importance of an increase in the sense of personal control (for example, Grawe, 2004; Higginson et al., 2011). Therefore, the sense of control can be assessed using this measurement tool in studies to be conducted on the mental health problems of university students in Türkiye or on the effectiveness of counselling or therapeutic interventions offered to university students. In addition, psychological counselors and other experts who provide mental health services to university students can routinely assess their clients' perceptions of control levels using this instrument. In this way, experts can both screen their clients' progress and obtain an additional routine indicator to evaluate the effectiveness of the psychological support provided to them.

This study has some limitations. First, a cultural measurement invariance test was not conducted. Therefore, it is not known whether the findings regarding the properties of the scale depend on group differences. The second limitation of the adaptation study is that the sample consisted of university students. However, it has not been determined whether the scale measures a similar structure across different developmental and educational levels. The third limitation is related to the limitation of the sample size used in the test-retest phase. In this context, as a continuation of this research, the validity-reliability values of the scale can be examined in groups with different characteristics in future studies. In addition, if it is possible to collect data from the cultural group in which the scale was developed, measurement invariance testing can be conducted. Finally, the scale's consistency over time can be tested in larger samples by taking measures to prevent participant loss in test-retest applications. In this way, test-retest analyses can be examined using a t-test on a larger sample, and the scale's current test-retest coefficients can be reported, with reference to a new study to be conducted if a significant difference is found between the two measurements.

In conclusion, the findings of the present study indicate that the Sense of Control Scale is a psychometrically valid and reliable instrument for assessing individuals' overall sense of control in their lives. In this regard, unlike polarized or domain-specific measures of control, the scale addresses an important gap in the literature by providing a means of assessing a general sense of control that may influence multiple areas of an individual's life. Through this study, the Turkish version of this important measurement instrument has been made available for use by researchers and practitioners working in psychology, psychological counseling, and related fields.

ADIYAMAN UNIVERSITY Journal of Educational Sciences

dergipark.org.tr/tr/pub/adyuebd Cilt 16 , Sayı 1, Haziran 2026, Sayfa 42-78 ISSN: 2149-2727

Kontrol Hissi Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

Aslı Aşçıoğlu Önal[1] Esma Daşcı[2] Elif Gülçin Çelik Ateş[3] Ebru Güç[4]

Makale Bilgisi

Anahtar Kelime
Kontrol hissi,
Kontrol odağı,
Geçerlik,
Güvenirlik.

Yükleme: 26.07.2025

Kabul: 29.12.2025

Yayın: 30.06.2026

Araştırma Makalesi

DOI: 10.17984/adyuebd.1751404

Özet

Kontrol hissi, bireyin yaşamında karşılaştığı sonuçların kendi tercihlerine ve eylemlerine bağlı olduğuna dair öğrenilmiş bir beklenti duygusudur. Yapılan araştırmalar, bu duyguyu yaşam boyunca sürdürebilme yeteneğine sahip olmanın, bireylerin ruhsal sağlığı ve psikolojik iyi oluşu ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle, bu kavramı doğru ve tutarlı bir şekilde değerlendirecek bir ölçme aracına sahip olmak önemlidir. Bu bağlamda, bu çalışmada, bireylerin genel kontrol duygusu düzeylerini ölçmek amacıyla Lachman ve Weaver (1998) tarafından geliştirilen Kontrol Hissi Ölçeği'nin çeviri ve uyarlama çalışmasının yapılması ve ölçüm aracının psikolojik danışma ve ruh sağlığı alanındaki araştırmacıların ve alan uzmanlarının kullanımına sunulması amaçlanmıştır. Araştırmanın katılımcı grubu, Türkiye'deki çeşitli devlet üniversitelerinde öğrenim gören 740 öğrenci olup, veri toplama araçları Kişisel Bilgi Formu, Kontrol Hissi Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Kontrol Odağı Ölçeği'dir. Kontrol Hissi Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini incelemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve test-tekrar test analizi yapılmış ve ölçeğin benzer ölçek geçerliliği çalışmaları kapsamında Kontrol Odağı Ölçeği ile ve ölçüt-bağıntılı geçerlilik çalışmaları kapsamında Kısa Semptom Envanteri'nin alt boyutları ile anlamlı bir ilişki gösterip göstermediği incelenmiştir. Çalışmanın bulguları, Kontrol Hissi Ölçeği'nin genel kontrol duygusunu belirlemede psikometrik olarak geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda, ölçeğin Türkçe formunun psikolojik danışma ve ruh sağlığı alan yazınına önemli bir katkı sağlayacağına ve ilgili alanlardaki araştırmacıların ve uzmanların ölçme aracından yararlanacağına inanılmaktadır.

Giriş

Kontrol kavramı; sosyal psikoloji, kişilik psikolojisi, sağlık psikolojisi, psikolojik danışma ve psikoterapi gibi alanlarda uzun yıllardır çalışılan önemli bir psikolojik yapıdır. Kontrol, ilk kez Rotter (1966) tarafından kontrol odağı adıyla alan yazına kazandırılmıştır. Rotter (1966) iç ve dış kontrol odağı kavramlarını öne sürmüştür. İnsanların gösterdikleri çabanın olumsuz şekilde pekişmesi sonucunda, başarılarının şans ve kontrolleri dışındaki faktörlerden kaynaklandığını düşünme eğilimi gösterdiklerini belirtmiştir. Rotter'a göre öte yandan, olumlu pekiştirme ise, insanların davranışlarının sonuçlarını kontrol edebileceklerine inanmalarını sağlamaktadır (Rotter, 1966). Kişisel kontrol, Rotter tarafından iç kontrol odağı olarak adlandırıldıktan sonra alan yazında yetkinlik, öz yeterlik, kişisel özerklik, algılanan çaresizlik ve güçsüzlük gibi birbiriyle ilişkili pek çok farklı isimle kavramsallaştırılmıştır ya da ilişkilendirilmiştir (Mirowsky ve Ross, 2007). Konuya yönelik ilgi artmasına rağmen, özellikle farklı disiplinlerdeki uzmanlar arasında kavram ve terminoloji konusunda kafa karışıklıkları ve

Sorumlu Yazar[1]: Aslı Aşçıoğlu Önal, Dr., Bağımsız Araştırmacı, Türkiye, asli.ascioglu@gmail.com
Yazar[2]: Esma Daşcı, Dr., Bağımsız Araştırmacı, Türkiye, dasciesma@gmail.com
Yazar[3]: Elif Gülçin Çelik Ateş, Dr. Öğr. Üyesi, Kafkas Üniversitesi, Dede Korkut Eğitim Fakültesi, Türkiye, elfglcn.celik@gmail.com
Yazar[4]: Ebru Güç, Araş. Gör., Siirt Üniversitesi, Eğitim Fakültesi/ Doktora Öğrencisi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Türkiye, ebru.guc@siirt.edu.tr, ebru.guc21@ogr.atauni.edu.tr

anlaşmazlıklar devam etmiş ve yeterli düzeyde uzlaşmaya varılamamıştır (Oi ve Alwin, 2017). Skinner (1996), öne sürüldüğü günden bu yana kontrol kavramının çok farklı isimlerle kavramsallaştırıldığına dikkat çekmiş ve farklı isimlerle adlandırılsalar da genel olarak 'yetkinlik' ve 'beklenmedik durumlar' adı verilen iki ayrı boyutu içerdiğini belirtmiştir.

Kontrol hissi, bireyin yaşamını düzenleyerek ya da yönlendirerek ona etki edebildiğini hissetmesi ve yaşamına yön verme konusunda kendini yetkin algılamasıdır (Mirowsky, 1995). Bir diğer deyişle, kontrol hissi, bireyin yaşamında karşılaştığı sonuçların kendi tercihlerine ve eylemlerine bağlı olduğuna dair öğrenilmiş ve genelleştirilmiş bir beklenti duygusudur (Mirowsky ve Ross, 2003). İnsanların kontrol hissine sahip olma düzeyleri farklılaşmaktadır. Bazı bireyler akıllarına koydukları her şeyi yapabileceklerini hissederler. Bu bireyler hem başarılarının hem de hatalarının kendi sorumluluklarında olduğuna yönelik bir algıya sahiptirler. Bazı bireyler ise başlarına gelen iyi şeylerin arzu ettikleri ancak kendi kontrolleri altında olmayan dışsal olaylar aracılığıyla gerçekleştiğine inanırlar. Bu bireyler, karşılaştıkları olumsuz olayları değiştirme ya da engelleme konusunda da yapabilecekleri bir şey olmadığını hissederler (Mirowsky, 1995). Kontrol hissi yüksek olan kişilerin; kişisel problemlerini kendi başlarına kontrol edebileceklerine ve kendi becerilerini kullanarak olumsuz olaylardan kaçınabileceklerine inanma eğilimleri yüksektir. Temelde, güçsüzlük hissinin tam tersi bir duyguyu ifade etmektedir (Mirowsky ve Ross, 2003). Kontrol hissi kendini özellikle stresli olaylarla başa çıkma süreçlerinde göstermekte ve stresörler karşısında bireyin sahip olabileceği koruyucu bir psikososyal kaynak olarak kabul edilmektedir (Pearlin ve Schooler, 1978). Pearlin ve Schooler (1978) insanların stresli olaylar karşısında sergiledikleri başa çıkma tepkilerinin temel olarak kontrol ile ilgili üç önemli işlevi bulunduğunu belirtmektedir. Başa çıkma tepkilerinin bir kısmı bireyin sıkıntılı deneyimler ortaya çıkmadan önce durumu değiştirerek kontrol etmesi aracılığıyla işlev görmektedir. Bireylerin sergileyebileceği diğer başa çıkma stratejilerinin bazıları ise sıkıntı veren olay olduktan sonra henüz stres ortaya çıkmamışken zorlayıcı deneyimin kişi için anlamını kontrol edip düzenleyen tepkilerle kendini göstermektedir. Başa çıkma stratejilerinin bazıları ise stres ortaya çıktıktan sonra onu kontrol etmek için sergilenen işlevsel tepkiler aracılığıyla işlev görmektedir.

Bireyin kontrol hissine sahip olması ve bu duyguyu yaşamı boyunca sürdürme becerisi edinmesi, hem fiziksel sağlık hem de psikolojik iyi oluş açısından gerekli bir unsur olarak görülmektedir (Heckhausen ve ark., 2010). Mirowsky ve Ross'a (2003) göre insanların toplum içerisindeki statüsü ya da konumu (eğitim düzeyinin yüksekliği, ücretli çalışma, gelirin fazlalığı, medeni durumdaki istikrar gibi) kontrol duygusunu arttırmakta ve artan kontrol duygusu psikolojik iyi oluştaki artışın önemli kaynaklarından biri haline gelmektedir. Benzer şekilde Lachman ve Weaver (1998) kontrol hissindeki artışın yaşam doyumu ve fiziksel sağlık ile olumlu yönde ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur. Bunların yanı sıra alan yazında konu ile ilgili yapılmış çalışmalar, kontrol hissinin psikolojik sıkıntı (Kiecolt ve ark., 2009; Klama ve Egan, 2011), stres (Jose ve Weirr, 2013), depresif belirtiler (Jose ve Weir, 2013; Lachman ve Weaver, 1998), anksiyete (Weems ve ark., 2003; Weisz ve ark., 2001) ve yeme bozukluğu (Shapiro ve ark., 1993; Surgenor ve ark., 2003) gibi psikolojik sorunlarla olumsuz yönde ilişkiler gösterdiğine dikkat çekmektedir. Kontrol hissi ile fiziksel, davranışsal ve psikososyal sağlık arasındaki ilişkileri inceleyen yakın tarihli bir boylamsal çalışmada, Hong ve ark. (2021) yaklaşık 13.000 yetişkinden elde edilen verileri analiz etmiştir. Bulgular, daha güçlü bir kontrol hissinin, daha sağlıklı davranışlar (ör. artan fiziksel aktivite ve daha az uyku sorunu), daha yüksek psikolojik iyilik hali (ör. daha yüksek düzeyde olumlu duygu, yaşam doyumu, iyimserlik, yaşam amacı ve kişisel, sağlık ve finansal alanlarda yetkinlik), daha düşük psikolojik sıkıntı (ör. azalmış depresyon, umutsuzluk, olumsuz duygu ve algılanan kısıtlamalar), azalmış yalnızlık ve arkadaşlarla daha sık sosyal temas gibi bir dizi olumlu sonuçla ilişkili olduğunu göstermiştir.

Son yıllarda, özellikle COVID-19 salgını sırasında, ruh sağlığı araştırmalarında kontrol hissine odaklanan çalışma sayısı artmıştır. Msetfi ve arkadaşları (2024), kontrol hissi ile depresyon arasındaki ilişkinin gücünü incelemek amacıyla COVID-19 salgını sırasında yürütülen 20 çalışmanın meta-analizini gerçekleştirmiştir. Sonuçlar, depresyon arttıkça kontrol algısının azalma eğiliminde olduğunu ve iki değişken arasındaki ilişkinin orta düzeyde olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, Kanada'da yaşayan 18 yaş ve üzeri yetişkinlerden oluşan geniş bir örneklemle yürütülen başka bir çalışma, COVID-19 pandemisi sırasında yetişkinlerde olumlu ruh sağlığı göstergeleri (yaşam doyumu, öznel ruh sağlığı ve topluma aidiyet) ile kontrol hissi arasındaki olası ilişkileri incelemiştir (Capaldi ve ark., 2025). Çalışmadan elde edilen bulgular; kişisel yetkinlik algısı arttıkça bireylerin yaşam doyumu ve öznel iyilik hali düzeylerinin arttığını, algılanan kısıtlamaların artmasının ise daha düşük yaşam doyumu ve öznel iyilik hali ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Travmaya maruz kalmanın depresyon

riski ve şiddeti üzerindeki etkilerini inceleyen başka bir çalışma, algılanan kontrolün yetişkin örneklemde travma ile depresyon arasındaki ilişkide moderatör etkisinin bulunmadığını ortaya koymuştur. Ancak, algılanan kısıtlamaların bu ilişkiye önemli ölçüde aracılık ettiği görülmüştür (Magin ve ark., 2024). Davis ve Burrow (2024), olumsuz çocukluk deneyimleri ile depresyon ve anksiyete belirtileri arasındaki ilişkide algılanan kontrolün moderatör etkisinin bulunup bulunmadığını incelemiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, algılanan kontrol düzeyinin düşük olduğu durumlarda, olumsuz çocukluk deneyimlerinin yüksek düzeyde depresyon ve anksiyete ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Genç yetişkinlerle yapılan daha güncel bir çalışmada, sosyal medya bağımlılığı eğilimleri ile pandeminin psikolojik yükü arasındaki ilişkide pozitif ruh sağlığı ve kontrol hissinin aracılık rolü test edilmiştir (He ve ark., 2024). Bulgular, kontrolün bu olumsuz zinciri zayıflatabilecek bir psikolojik kaynak olabileceğini ortaya koymuştur. Bir başka çalışmada, psikoz açısından klinik yüksek risk (CHR) evresindeki gençler ile yardım arayan kontrol grubundaki katılımcılar (HCS) arasında öz-bildirimle değerlendirilen kontrol odağı ile algılanan sosyal stres arasındaki ilişkilerin nasıl farklılaştığı araştırılmıştır (Millman ve ark., 2017). Sonuçlar, kişinin sosyal çevresi üzerindeki kontrolsüzlük algısının, HSC'lere kıyasla CHR gençlerinde stres ve gerginlik duygularını daha sık tetikleyebileceğini veya şiddetlendirebileceğini göstermiştir (Millman ve ark., 2017). Ayrı bir boylamsal çalışmada, Martin ve ark. (2005), yaklaşık 2.000 okul öğrencisi arasında intihar riski ile kontrol odağı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bulgular; intihar düşünceleri, planları, tehditleri ve girişimleri bildirenlerin, intihar davranışı bildirmeyenlere kıyasla kontrol odağı ölçeğinde daha yüksek puan aldıklarını ve dışsal atıf stilini sergilediklerini ortaya koymuştur. Sonuç olarak, geçmişten günümüze kontrol hissi üzerine yapılan çok sayıda çalışma, bu psikolojik yapının zorlu yaşam koşullarında bile hem ruh sağlığı sorunlarına karşı koruyucu hem de olumlu ruh sağlığı için destekleyici bir faktör olarak işlev görebileceğini ortaya koymaktadır.

Bireyin kendi yaşamını düzenleme ya da yaşamına yön verme konusunda kendini yetkin hissetmesi olarak tanımlanan kontrol hissinin (Mirowsky, 1995) önemi, psikolojik danışma ve psikoterapi süreçlerinde de kendini göstermektedir. Psikolojik danışma ve psikoterapi sürecinde danışanlarda terapötik değişimin nasıl gerçekleştiğini açıklamak amacıyla öne sürülen modellerin çoğunda doğrudan ya da dolaylı olarak bireylerin kontrol hislerindeki farklılaşmaya da vurgu yapılmaktadır (örn., Grawe, 2004; Higginson ve ark., 2011; Prochaska ve Norcross, 2014; Stiles ve ark., 1990). Özellikle Higginson ve ark. (2011), öne sürdükleri psikoterapötik değişim modelinde algısal kontrol kuramını temel almışlar ve kontrol hissinin süreç boyunca temel bir değişim mekanizması olarak nasıl işlev gördüğünü açıklamışlardır. Modele göre hangi yaklaşım kullanılırsa kullanılsın terapötik süreçteki değişim dört aşamada gerçekleşmektedir. Terapötik sürecin ilk aşamasında danışan, yaşamının önemli boyutları ve kişisel amaçları üzerinde kontrolü kaybettiğini hissetmeye başlamaktadır. Sürecin ikinci aşamasında birey zaman içinde, farklı hiyerarşik yapılardan oluşan bilişsel sisteminde kontrol eksikliğine neden olan önemli bir çatışma olduğunu fark etmektedir. Farkındalık oluştuktan sonra danışan, sistemleri yeniden düzenlemeye çalışmakta ve etkili bir kontrol hissi oluşana kadar bu durum devam etmektedir. Bu şekilde danışan, aslında kontrol eksikliğine neden olan çatışmaları azaltmaya çalışmaktadır. Sürecin son aşamasında, zamanla sistemler çatışmayı azaltacak şekilde yeniden düzenlenmektedir. Danışanlar böylece yaşamlarını daha fazla kontrol edebildiklerini hissetmeye ve yeniden kişisel amaçlar oluşturmaya başlamaktadırlar. Benzer şekilde Silberschatz'in (2008, 2017) kontrol-yetkinlik kuramı, Grawe'in (2004) psikolojik terapi modeli ve Stiles ve arkadaşlarının (1990) asimilasyon modeline göre de danışanlar sürecin başlangıcında yaşamlarındaki önemli konular ve ruh sağlıkları üzerinde kontrolü kaybettiklerini hissetmektedirler ve sorunlarıyla başa çıkabilecek yeterliğe ve yetkinliğe sahip bireyler olduklarına yönelik inançları düşüktür. Ancak, tüm yaklaşımlara göre danışanlar, psikolojik danışma süreci sonunda yaşamları ve sorunları üzerinde kontrolü almaya hazır ve algılanan yetkinlik düzeyleri yüksek bireyler olarak süreçten ayrılmaktadırlar.

Algılanan kontrol, özellikle de kişisel yetkinlik alt boyutu, psikolojik danışma süreç-sonuç araştırmalarında da sıklıkla ele alınan önemli bir psikolojik yapıdır. Ladmanová ve ark. (2025) tarafından yürütülen nitel bir meta-analiz çalışmasında, psikolojik danışma müdahalelerinin ardından danışanların belirtilerinde görülen azalmanın yanı sıra, 177 çalışmada 2.908 danışanın bildirdiği diğer terapötik değişiklikler incelenmiştir. Çalışma sonucunda; danışanların algısına göre, kontrol algısındaki artışın hem bir değişim mekanizması olarak işlev gördüğü hem de psikoterapinin anlamlı bir sonucu olarak ortaya çıktığı bulunmuştur. Anksiyete sorunları yaşayan ve bilişsel davranışçı terapi (BDT) alan 606 danışanı içeren nicel bir çalışmada ise, BDT'nin anksiyete bozukluklarındaki belirtileri azaltmasının, danışanın algılanan kontrol düzeyindeki artışla açıklanıp açıklanamayacağı ve algılanan

kontrolün transdiagnostik bir öngörücü olup olmadığı test edilmiştir. Çalışma, psikolojik danışma süresince danışanların algılanan kontrol düzeylerinde ortaya çıkan değişikliklerin, anksiyete belirtilerindeki değişiklikleri güçlü bir şekilde öngördüğünü ortaya koymuştur. Ayrıca, BDT'nin belirtilerin azalması üzerindeki olumlu etkisinin, danışanların algılanan kontrol düzeylerindeki artışla açıklanabildiği görülmüştür (Gallagher ve ark., 2014). Depresif belirtiler gösteren 149 danışanla yürütülen bir başka çalışmada; depresyon tedavisinde algılanan kontrolün, klasik BDT ile maruz kalma temelli BDT'nin etkinliğinde aracılık rolü oynayıp oynamadığı incelenmiştir. Çalışmada, kişisel yetkinliğin önemli bir aracılık rolü oynadığı ve terapötik süreçte yetkinlik duygusunun geliştirilmesinin danışanların iyi oluşunun artmasına katkıda bulunduğu sonucuna varılmıştır (Dyresen ve ark., 2025). Benzer şekilde, Gómez-Penedo ve ark. (2023), depresif belirtiler gösteren ve BDT hizmetleri alan danışanlarda kişisel yetkinliğin terapötik sonuçlar üzerindeki danışanlar arası ve danışanlar içi etkilerini incelemiştir. Çalışma, danışanların kişisel yetkinlik düzeylerindeki değişikliklerin, belirtilerde azalmadan önce meydana geldiğini ortaya koymuş ve bu da psikolojik danışma sürecinde bu mekanizmanın geliştirilmesinin olumlu psikoterapötik değişim elde edilmesine katkıda bulunduğunu göstermiştir.

Ruh sağlığıyla yakından ilişkili olduğu vurgulanan içsel/kişisel kontrol hissini ölçmek amacıyla, geçmişten günümüze farklı ölçme araçları geliştirilmiştir. En tanınmış ölçme araçlarından biri olan Rotter'ın İçsel-Dışsal Kontrol Odağı Ölçeği, Dağ (1991) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, bireylerin belirli durumlar ve olaylar için sunulan iki seçenekten birini tercih etmelerinin beklendiği zorunlu seçim formatında geliştirilmiştir. Böylece, bireyler içsel veya dışsal kontrol odağını temsil eden ifadelerden birini seçtiklerinde, kontrol odağının konumu içselleştirme-dışsallaştırma boyutları aracılığıyla belirlenebilmektedir. Ancak, iki seçeneğe zorlanan bu ölçek yapısı alan yazında eleştiriyle karşılanmıştır. İki kutuplu yapının bir sınırlama yarattığı ve her iki seçeneğin de katılımcıların düşüncelerine uymaması gibi durumların ölçeğin geçerliğini ve güvenirliğini azalttığı öne sürülmüştür (Dağ 1991). Bununla birlikte, Rotter (1966), bireylerin gelişim süreci boyunca, deneyimlerinin bir sonucu olarak kontrol odaklarının net bir şekilde kutuplaşmayabileceğini; içsel ve dışsal boyutların ortasında yer almanın da mümkün olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Dağ (1991), uyarlama çalışmasında yaptığı yapı geçerliliği analizi sonucunda oldukça karmaşık bir yapı elde ettiğini belirtmiştir. Bu durumlar, çeşitli konu alanları veya iç-dış gibi bir kutuplaşma yoluyla kontrol kavramının belirlenmesine ilişkin çeşitli sınırlılıklara ve sorunlara işaret etmektedir. Belirtilen bu sınırlılıklar nedeniyle Dağ (2002), kontrol odağını ölçmeyi amaçlayan, kontrol alanları açısından daha kapsamlı olan ve Likert tipi derecelendirme ile katılımcılara daha fazla seçenek sunan bir ölçek geliştirmiştir. Dağ (2002), ölçeğin iç kontrol odağı kapsamında değerlendirilebilecek bir boyut (kişisel kontrol) ve dış kontrol kapsamında değerlendirilebilecek dört alt boyuttan (şansa inanma, çabalamanın anlamsızlığı, kadercilik ve adil olmayan bir dünya inancı) oluşan bir yapıya sahip olduğunu belirtmektedir. Ancak, analizler sonucunda, Rotter'ın ölçeğine benzer şekilde, bazı kontrol alanlarıyla ilgili maddelerin farklı alt boyutlarda yer alması gibi bir karışıklık olduğu görülmektedir (Dağ, 2002). Sonuç olarak, hem Rotter hem de Dağ (2002) tarafından iç-dış kontrol odağı kavramsallaştırmasına dayalı olarak geliştirilen ölçeklerde bazı ortak temel sorunlar göze çarpmaktadır. Dağ (2002), geliştirdiği Kontrol Odağı Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini değerlendirirken, Rotter'ın kontrol konusunda tek bir genelleştirilmiş temel beklenti olabileceği yönündeki kavramsallaştırmasına atıfta bulunarak, "kontrol deneyimleri, farklılaştırmadan çok genelleştirmeye daha uygun beklenti deneyimleridir" demiştir. Lachman ve Weaver'a (1998) göre, sağlık gibi belirli bir alan için geliştirilmiş araçları kullanarak kontrol algısını ölçmek, incelenen değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulma olasılığını artırabilmektedir. Ancak, özellikle fiziksel sağlık veya psikolojik iyilik hali gibi çoklu alanlarda, belirli bir alan için özel olarak geliştirilmiş araçlar yerine katılımcıların genel kontrol algısını ölçen araçların kullanılması, ortaya konacak ilişkilerin güvenirliğini ve geçerliğini artırmaktadır. Bu doğrultuda; kutuplaşmış ve konuya özgü bir ölçümden ziyade, temelde yatan ve yaşamın farklı alanlarında bireyleri etkileyebilecek genel kontrol hissini ölçen bir araca ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Öngen (2003) tarafından yürütülen bir başka ölçek uyarlama çalışmasında, Türkiye'deki ortaokul ve lise öğrencilerinden oluşan bir örneklemde Nowicki-Strickland İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği'nin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Çalışma sonucunda, beş alt ölçekten (anababa için denetim odağı, başarı için denetim odağı, akran ilişkileri için denetim odağı, batıl inanç için denetim odağı ve kader için denetim odağı) oluşan ölçüm aracı, Türkçeye uyarlanmıştır. Kontrol algısı ile ilgili bir başka uyarlama çalışması Çelikkaleli (2018) tarafından yürütülmüştür. Çelikkaleli (2018), lise öğrencilerinden oluşan bir örneklem kullanarak, Pallant (2000) tarafından geliştirilen İçsel Durumların Kontrolü Algısı Ölçeği (PCISS) üzerinde uyarlama çalışmaları

yürütmüştür. Bu çalışmada uyarlanan ölçüm aracından farklı olarak, PCISS, bireylerin içsel durumlarıyla ilgili, özellikle de duygusal, bilişsel ve fiziksel iyilik halleriyle ilgili, sorunlara yol açan olayları düzenleme yeteneklerine dair algılarını ölçmeye odaklanmaktadır. Mevcut haliyle PCISS, algılanan sistemik ve dışsal faktörlerin bireyin kişisel kontrol duygusu üzerindeki potansiyel etkilerinin ölçülmesine izin vermemektedir. Yeşilyaprak ve Demirkan (2025) tarafından yürütülen bir başka ölçek uyarlama çalışmasında, Tapal ve ark. (2017) tarafından geliştirilen Faillik Hissi Ölçeği (SoAS) Türkçeye uyarlanmıştır. Üniversite öğrencileriyle yürütülen çalışmanın sonuçları, orijinal ölçeğin iki faktörlü yapısını (olumlu ve olumsuz alt boyutlar) doğrulamıştır. Ölçekten elde edilen puanlar, bireylerin özellikle zihinleri, bedenleri ve yakın çevreleri üzerinde algıladıkları öznel kontrol/yetkinlik düzeylerine ilişkin ölçüm sonuçları sağlamaktadır.

Lachman ve Weaver (1998), kontrol hissini bireylerin sahip olduğu genel bir algı olarak değerlendirmiş ve iki tamamlayıcı boyuttan oluşan psikolojik bir yapı olarak kavramsallaştırmıştır: 'kişisel yetkinlik' ve 'algılanan dışsal kısıtlamalar'. Lachman ve Weaver (1998), kontrol hissi kavramsallaştırmalarını Skinner'ın (1996) görüşlerine dayandırmıştır. Kişisel yetkinlik, bireylerin hedeflerine ulaşmada kendilerini ne kadar yetkin veya etkili hissettiklerini tanımlamaktadır. Algılanan kısıtlamalar ise bireylerin hedeflerine ulaşmalarını zorlaştıran, kendi kontrolleri dışındaki engellerin veya faktörlerin var olduğuna ne kadar inandıklarını ortaya koymakta ve algılanan kontrolün bağlamsal ve sistemik yönlerine atıfta bulunmaktadır. Bu iki boyutlu yaklaşım, kontrol hissinin yalnızca bireysel bir özellik değil, aynı zamanda bağlamsal ve yapısal koşullarla etkileşim yoluyla şekillenen bir psikolojik kaynak olduğunu gösterdiği için, psikoloji ve psikolojik danışma alanları için sağlam bir teorik ve pratik çerçeve sağlamaktadır (Lachman ve Weaver, 1998). Lachman ve Weaver (1998) tarafından geliştirilen Kontrol Hissi Ölçeği, özellikle Midlife in the United States (MIDUS) (Brim ve ark., 2004) gibi büyük ölçekli ve boylamsal çalışmalarda standart bir psikolojik kaynak değişkeni olarak kullanılmaktadır. Daha önce de belirtildiği gibi, ölçeğin kişisel yetkinlik ve algılanan kısıtlamalar alt boyutları; sağlık, gelişim, klinik ve sosyal psikoloji alanlarında çok sayıda çalışmada kullanılmıştır. Hem genel algılanan kontrol hem de onun iki tamamlayıcı boyutu, fiziksel sağlık ve psikolojik iyilik hali ile tutarlı ilişkiler göstermiştir (Capaldi ve ark., 2025; Davis ve Burrow, 2024; Heckhausen ve ark., 2010). Bu yaygın kullanım, ölçeğin alan yazında yerleşik ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının olmaması, Türkiye'de yürütülen araştırmaların bu kapsamlı alan yazınla doğrudan karşılaştırılabilirliğini sınırlamaktadır. Geçerli ve güvenilir bir uyarlama çalışması, Türk örneklemlerinden elde edilen bulguların uluslararası çalışmalardakilerle aynı teorik çerçeve içinde değerlendirilmesine olanak sağlayacaktır. Ayrıca, kontrol hissi kültürel olarak bağımsız bir yapı değildir. Bireyci-toplulukçu toplumsal değerler, sosyoekonomik eşitsizlikler ve yapısal kısıtlamalar, kontrol algısının biçimini ve düzeyini etkileyebilmektedir (Markus ve Kitayama, 1991). Bu nedenle, ölçeğin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi, Türk kültürü bağlamında kontrol hissinin nasıl deneyimlendiğini bilimsel olarak ortaya koymayı mümkün kılacaktır.

Psikolojik danışma ve psikoterapinin temel amacı, müdahaleler sona erdiğinde istenen değişikliklerin sağlanmasıdır. Son yıllarda, terapötik değişimle ilgili çok sayıda model (ör. Grawe, 2004; Higginson ve ark., 2011; Prochaska ve Norcross, 2014) ve araştırma bulguları (ör. Binder ve ark., 2009; De Stefano ve ark., 2010; Donald ve ark., 2018) terapötik sonuçların semptomların azalmasıyla sınırlı olmadığını göstermiştir. Kişinin hayatı, sorunları ve ruh sağlığı üzerinde kontrol sahibi olması ve özellikle kişisel yetkinlik algısı düzeylerinin artması, kullanılan psikolojik danışma yaklaşımından bağımsız olarak sürecin temel kazanımlarından biri olarak kabul edilmektedir (Grawe, 2004; Silberschatz, 2008, 2017; Stiles ve ark., 1990). Lachman ve Weaver'ın (1998) ölçeği, bu temel kazanımları doğrudan yansıtan bir ölçüm aracıdır ve hem ilk değerlendirme hem de psikolojik danışma sürecindeki müdahalelerin sonuçlarını izlemek için işlevseldir. Bu bakımdan ölçek, sadece danışanların semptom düzeylerinin değil, aynı zamanda terapötik değişimin altında yatan psikolojik mekanizmaların (örn. kontrol kazanma, güçlenme) da değerlendirilmesine olanak tanımaktadır. Bu nedenle, ölçeğin Türkçe uyarlaması, Türkiye'deki psikolojik danışma uygulamalarında kanıta dayalı değerlendirmeyi ve süreç odaklı izlemeyi mümkün kılarak alandaki önemli bir boşluğu dolduracaktır.

Sonuç olarak, Kontrol Hissi Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması, psikolojik danışma ve psikoterapi uygulamalarında terapötik hedeflerle doğrudan ilişkili olan teori üstü bir psikolojik kaynağın ölçülmesini kolaylaştıracaktır. Ölçeğin Türkçe versiyonu, Türkiye'de bu konu üzerine yapılan araştırmaların uluslararası literatürle karşılaştırılmasını ve kontrol hissinin hem kişisel boyutu (kişisel yetkinlik) hem de kültürel ve bağlamsal boyutu (algılanan kısıtlamalar) üzerinde bilimsel bir değerlendirme yapılmasını sağlayacaktır. Bu nedenlerle, bu ölçeğin

Türkçeye uyarlanması, hem teorik hem de pratik olarak psikolojik danışma, psikoterapi ve psikoloji alanlarına katkı sağlama potansiyeline sahiptir. Tüm bu nedenlerle; bu çalışmada, bireylerin genel kontrol duygusu düzeylerini ölçmek için Lachman ve Weaver (1998) tarafından geliştirilen Kontrol Hissi Ölçeği'nin Türkçeye çeviri ve uyarlama çalışmalarının yapılması ve böylece psikoloji, psikolojik danışma ve ilgili alanlardaki araştırmacıların ve alan uzmanlarının kullanımı için gerekli bir ölçüm aracının alana kazandırılması amaçlanmaktadır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli/Deseni

Bu çalışmada, betimsel modele dayalı nicel bir araştırma tasarımı kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Bu çalışma kapsamında, Kontrol Hissi Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini incelemek üzere açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve test-tekrar test analizi için üç farklı çalışma grubu oluşturulmuştur. Bu çalışmanın katılımcıları, Türkiye'deki farklı devlet üniversitelerinde öğrenim gören 720 öğrenciden oluşmuştur. Katılımcıların ortalama yaşı 21,51 (sd± 2,77) olup, %69,72'si kadındır. İlk çalışma grubu için 307 gönüllü üniversite öğrencisine (224 kadın %73, 83 erkek %27; yaş aralığı 17-32,$\bar{X}$ = 20,51) ulaşılmıştır. Elde edilen veriler, ölçme aracının yapı geçerliliği çalışmaları kapsamında gerçekleştirilecek açımlayıcı faktör analizinde kullanılmıştır. İkinci çalışma grubu için 409 gönüllü üniversite öğrencisine (262 kadın %64, 147 erkek %36; yaş aralığı 17-53,$\bar{X}$ = 21,45) ulaşılmıştır. Elde edilen veri seti, ölçme aracının doğrulayıcı faktör analizi, benzer ölçek ve ölçüt bağıntılı geçerlik ile güvenirlik çalışmaları kapsamında kullanılmıştır. Araştırmanın üçüncü çalışma grubu için, 24 gönüllü üniversite öğrencisine (16 kadın %66,7, 8 erkek %33,3; yaş aralığı 19-26,$\bar{X}$ = 22,58) Kontrol Hissi Ölçeği üç haftalık aralıklarla iki kez uygulanmış ve elde edilen veriler ölçeğin test-tekrar test çalışmasında kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Katılımcılardan veri elde etmek için Kişisel Bilgi Formu, Kontrol Hissi Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Kontrol Odağı Ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, bölüm ve sınıf gibi kişisel bilgileri, araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla elde edilmiştir.

Kontrol Hissi Ölçeği

Kontrol Hissi Ölçeği, bireylerin hayatlarının ne ölçüde kendi kontrolleri altında olduğunu hissettiklerini ölçmek amacıyla Lachman ve Weaver (1998) tarafından geliştirilmiştir. Lachman ve Weaver (1998), ölçeklerini geliştirirken Skinner'ın (1996) kontrol kavramına ilişkin görüşlerini temel almış ve genel bir kontrol duygusunu ölçmeyi amaçlamışlardır. Skinner (1996), kontrol kavramını "yetkinlik" ve "koşullar" olarak adlandırılan iki ayrı boyut bağlamında kavramsallaştırmıştır. Skinner'ın teorik görüşlerine dayalı olarak geliştirilen Kontrol Hissi Ölçeği, "kişisel yetkinlik" ve "algılanan kısıtlamalar" olmak üzere iki alt boyuttan oluşan 12 maddelik bir ölçme aracıdır. Bireylerin hedeflerini gerçekleştirme konusunda kendilerini ne kadar yeterli veya etkili hissettiklerini tanımlayan "kişisel yetkinlik" alt boyutu, dört maddeden oluşmaktadır. Sekiz maddeden oluşan "algılanan kısıtlamalar" alt boyutu ise, bireylerin kontrolleri dışındaki engellerin veya faktörlerin hedeflerine ulaşmalarını ne ölçüde engellediğine inandıklarını ortaya koymaktadır. Yedi dereceli Likert tipi olan ölçekte, katılımcılardan her bir maddeye katılma derecelerini 'kesinlikle katılıyorum'dan 'kesinlikle katılmıyorum'a doğru değişen 7-1 değerleri arasında derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçekte, algılanan kısıtlamalar alt boyutuna ait maddeler ters kodlanmıştır ve ölçeğin toplam puanındaki artış, bireyin kontrol hissinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Bununla birlikte yalnızca algılanan kısıtlamalar boyutu ile ilgili bir ölçüm yapıldığında ölçek maddelerinin ters kodlanmaması gerekmektedir. Aksi durum ilişkinin yönünün yanlış yorumlanmasına neden olacaktır. Ölçeğin alt boyutlarından elde edilen iç tutarlık katsayılarının kişisel yetkinlik alt boyutu için .70, algılanan kısıtlamalar alt boyutu için ise .86 olduğu ve kabul edilebilir değerlere sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin alt boyutlarının ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları sonucunda ise her iki alt boyutun da yaşam doyumu

(sırasıyla r= .30, -.40), depresif belirtiler (sırasıyla r= -.27, .48) ve fiziksel sağlık (sırasıyla r= . 22, -.29) ile anlamlı düzeyde ilişkilere sahip olduğu tespit edilmiştir.

Kısa Semptom Envanteri

Kısa Semptom Envanteri, bireylerin psikolojik sorunlarını taramak amacıyla Derogatis (1992) tarafından geliştirilen 53 maddelik bir ölçektir. Ölçeğin "Somatizasyon", "Obsesif-Kompulsif Bozukluk", "Kişilerarası Alınganlık", "Depresyon", "Anksiyete Bozukluğu", "Hostilite", "Fobik Anksiyete", "Paranoid Düşünceler" ve "Psikotizm" adı verilen dokuz alt boyutu bulunmaktadır. Alt ölçeklerin yanı sıra ölçekten toplam puan elde edilebilmekte ve Rahatsızlık Ciddiyeti İndeksi, Belirti Toplamı, Semptom Rahatsızlık İndeksi adı verilen üç global indeks puanı belirlenebilmektedir. Dört dereceli Likert tipi olan ölçekte, katılımcılardan her bir maddeye katılma derecelerini "hiç yok" ve "çok fazla var" ifadelerine karşılık gelen 0-4 değerleri arasında derecelendirmeleri istenmektedir. Maddelerin değerlendirilmesi amacıyla öncelikle her bir alt ölçek için toplam puan belirlenmekte ve toplam puanın, o alt ölçekteki madde sayısına bölünmesiyle ilgili boyut için belirli bir puan elde edilmektedir. Alt ölçek puanlarının ve genel belirti puanının yüksekliği, bireyin psikolojik belirti düzeyinin de yüksek olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışmaları Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmıştır. 627 üniversite öğrencisinden elde edilen veriler üzerinde gerçekleştirilen analiz sonucunda, 53 maddelik ve 5 alt boyuttan oluşan form elde edilmiştir. Alt boyutların, depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite olduğu tespit edilmiştir. Kısa Semptom Envanteri toplam puanlarının varyansın %66'sını açıkladığı görülmüştür. Ölçeğin her bir alt boyutundan elde edilen iç tutarlılık katsayılarının ise .75 ile .88 arasında değiştiği görülmüştür.

Kontrol Odağı Ölçeği

Kontrol Odağı Ölçeği, bireylerin kontrol odağı algılarını çok boyutlu ölçmek amacıyla Dağ (2002) tarafından geliştirilen 47 maddelik bir ölçme aracıdır. Ölçeğin kişisel kontrol, şansa inanma, çabalamanın anlamsızlığı, kadercilik ve adil olmayan dünya inancı adı verilen 5 alt boyutu bulunmaktadır. Kontrol Odağı Ölçeği toplam puanlarının varyansın %50.63'ünü açıkladığı görülmüştür. Ters puanlanan 22 maddesi bulunan ölçme aracından alınan puanların yüksekliği, katılımcıların dış kontrol odağı algılarının yüksekliğini yansıtmaktadır. Beş dereceli Likert tipinde olan ölçme aracında, katılımcılardan her bir maddeye katılma derecelerini 'hiç uygun değil'den 'tamamen uygun'a doğru değişen 1-5 değerleri arasında derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin 1 ay arayla gerçekleştirilen test tekrar test uygulaması sonucunda elde edilen güvenirlik katsayısı .88'dir. Alt ölçeklerin her biri için elde edilen test – tekrar test güvenirlik katsayılarının ise sırasıyla, .83, .81, .61, .89 ve.74 olduğu belirlenmiştir.

Veri Toplama Süreci

Ölçeğin çeviri ve uyarlama çalışmalarına başlamadan önce Kontrol Hissi Ölçeği'nin geliştirilme çalışmalarında irtibat kişisi olarak gösterilen Dr. Margie E. Lachman'dan elektronik posta aracılığıyla izin alınmıştır. Ayrıca ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kapsamında kullanılması planlanan Kısa Semptom Envanteri ve Kontrol Odağı Ölçeği için ilgili araştırmacılarla iletişime geçilerek, ölçeklerin kullanımı için gerekli izinler alınmıştır. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Alt Etik Kurulu'ndan etik onay alınmış ve çalışmanın uygulanması etik açıdan uygun bulunmuştur. Veri toplama sürecinde, araştırma öncesinde tüm katılımcıların bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

Kontrol Hissi Ölçeği'nin çeviri ve uyarlama çalışmasında, Uluslarası Test Komisyonu (2017) tarafından ölçek çeviri ve uyarlama çalışmaları için belirtilen kriterler dikkate alınmıştır. Bu kapsamda ilk olarak ölçme aracı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında doktora düzeyinde öğrenim görmekte olan ve her iki dile de hakim üç alan uzmanı tarafından bağımsız olarak İngilizceden Türkçeye çevrilmiştir. Bağımsız çeviriler araştırmacılar tarafından incelenerek en uygun ifadelere karar verilmiştir. Karar verilen ifadeler, İngilizce ifadelerin de yer aldığı bir formda Rehberlik ve Psikolojik Danışma alanında uzman olan üç öğretim üyesine gönderilmiştir. Öğretim üyelerinden alınan uzman görüşleri sonucunda ölçeğin Türkçe formuna son hali verilmiştir. Oluşturulan formdaki Türkçe ifadelerin, her iki dilde de anlama, yazma ve konuşma gibi alanlarda yeterli bilgi düzeyine sahip bir uzman tarafından İngilizceye geri çevirisi yapılmıştır. Geri çeviri sonrasında ifadelerin geçerliği yeniden gözden geçirilerek, ölçeğin Türkçe formuna son hali verilmiştir.

Ölçeğin Türkçeye çeviri çalışmaları tamamlandıktan sonra, Türkçe form ilk olarak 30 kişiden oluşan gönüllü üniversite öğrencilerine uygulanmıştır. Katılımcılardan ölçeği maddelerin ve yönergelerin anlaşılırlık düzeyine göre değerlendirmeleri ve ölçekle ilgili görüşlerini belirtmeleri istenmiştir. Pilot uygulama tamamlandıktan sonra ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları üç aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada yaklaşık 307 üniversite öğrencisinden Kontrol Hissi Ölçeği'ni doldurmaları istenerek veri elde edilmiştir. Elde edilen veriler, ölçeğin yapı geçerliği çalışmaları kapsamında kullanılarak açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi ile ölçme aracının yapı geçerliği açısından yeterli düzeyde değerlere sahip olup olmadığı değerlendirilmiştir. Araştırmanın ikinci aşaması için yaklaşık 409 üniversite öğrencisinden veri elde edilmiştir. Öğrencilerden Kontrol Hissi Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve Kontrol Odağı Ölçeği'ni doldurmaları istenmiştir. Elde edilen veriler açımlayıcı faktör analizi ile ortaya konan yapıların doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanıp doğrulanmadığını değerlendirmede kullanılmıştır. Bunların yanı sıra, Kontrol Odağı Ölçeği'nden elde edilen veriler benzer ölçek geçerliği, Kısa Semptom Envanteri'nden elde edilen veriler ise ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmalarında kullanılmıştır. Araştırmanın üçüncü aşamasında ise 24 üniversite öğrencisine Kontrol Hissi Ölçeği 3 hafta arayla tekrar uygulanarak, ölçme aracının test – tekrar test güvenirlik uygulamaları gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın verileri çevrimiçi iletişim kanalları aracılığıyla toplanmıştır. Bu kapsamda, öncelikle bilgilendirilmiş onam formu ve ölçme araçları 'Google Formlar' uygulamasına aktarılarak, çevrimiçi form hazırlanmıştır. Çevrimiçi formlar aracılığıyla katılımcıların bilgilendirilmiş onamları doğrudan imzaları alınarak elde edilemeyeceği için çalışmaya katılmayı kabul edip etmeme durumlarını ilgili kutucuğu işaretleyerek belirtmeleri istenmiştir. İletişim kurulan öğretim üyelerinden ölçme araçlarının çevrimiçi formunu, çevrimiçi iletişim kanalları (sınıf elektronik posta grubu, sınıf WhatsApp grubu vb.) aracılığıyla öğrencilere aktarmaları istenmiştir. Bilgilendirilmiş onam formunda araştırmacıların iletişim adreslerine de yer verilerek, öğrencilerin süreçle ilgili akıllarına takılan soruları araştırmacılara sorabilmeleri sağlanmaya çalışılmıştır. Elektronik ortamda elde edilen verilerin güvenliğinin sağlanabilmesi için bir takım önlemler alınmıştır. Veri toplama süreci tamamlanınca, elektronik ve çevrimiçi ortamda yer alan veriler hızlıca şifreli bir harici belleğe aktarılarak ilgili kayıtlar çevrimiçi ortamdan silinmiştir. Veri toplama sürecinin bir bölümü COVID 19 pandemi döneminde gerçekleştirilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada ilk olarak birinci katılımcı grubundan elde edilen veriler üzerinde açımlayıcı faktör analizi yapılarak Kontrol Hissi Ölçeği'nin faktör yapısı incelenmiştir. Birinci katılımcı grubu için elde edilen faktör yapısı, ikinci katılımcı grubundan elde edilen veriler üzerinde doğrulayıcı faktör analizi aracılığıyla test edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığının belirlenebilmesi için Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır. Ayrıca Kontrol Hissi Ölçeği yaklaşık 24 kişilik bir gruba 3 hafta arayla iki kez uygulanmış ve Pearson korelasyon katsayıları hesaplanarak ölçeğin test tekrar test güvenirliği değerlendirilmiştir. Ölçeğin benzer ölçek geçerlik çalışmaları kapsamında Kontrol Odağı Ölçeği ile, ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları kapsamında ise Kısa Semptom Envanteri alt boyutları ile anlamlı düzeyde ilişki gösterip göstermediği Pearson korelasyon katsayıları hesaplanarak incelenmiştir. İstatistiksel analizler için anlamlılık düzeyi α =.05 olarak belirlenmiştir. Örneklem büyüklüğünün ölçekler arası korelasyon katsayılarının anlamlılığını etkileyebilmesi nedeniyle, korelasyon katsayılarının yorumlanmasında güven aralıkları ve p değerlerinin yanı sıra etki büyüklüğü (korelasyon katsayısı, r) de dikkate alınmıştır. Etki büyüklüklerinin yorumlanmasında Cohen'in (2013) önerdiği ölçütler kullanılmıştır (r = .10 küçük, r = .30 orta ve r = .50 büyük etki). Verilerin analizinde SPSS 22 ve AMOS 21 kullanılmıştır. Ölçüm setlerinde eksik veri bulunan yirmi form çalışmadan çıkarılmıştır. Bu bağlamda, analizler eksik veri bulunmayan ölçüm setleri üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Etik Bildirim

Etik Kurul İzin Bilgisi: Bu araştırma, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulu'nun 15/01/2021 tarihli ve 01/11 sayılı kararıyla alınan izinle gerçekleştirilmiştir.

Yazar Çıkar Çatışması Bilgisi: Yazarların beyan edeceği bir çıkar çatışması yoktur.

Yazar Katkısı: 1. Yazar: Çalışmanın tasarlanması, araştırma izinlerinin alınması, verilerin toplanması, SPSS ve AMOS aracılığıyla verilerin kodlanması ve analiz edilmesi, giriş, yöntem, sonuçlar ve tartışma bölümlerinin yazılması ve çalışmanın raporlanması. 2. Yazar: Verilerin toplanması, SPSS ve AMOS aracılığıyla verilerin

kodlanması ve analiz edilmesi, yöntem, sonuçlar ve tartışma bölümlerinin yazılması ve çalışmanın raporlanması. 3. Yazar: SPSS ve AMOS aracılığıyla verilerin kodlanması ve analiz edilmesi, yöntem, sonuçlar ve tartışma bölümlerinin yazılması ve çalışmanın raporlanması. 4. Yazar: Verilerin toplanması, SPSS ve AMOS aracılığıyla verilerin kodlanması ve analiz edilmesi, sonuçlar ve tartışma bölümlerinin yazılması ve çalışmanın raporlanması.

Bulgular

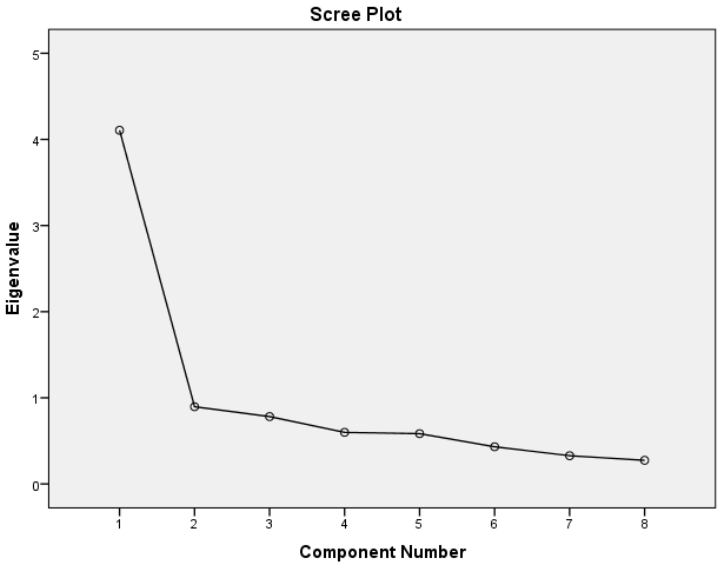
Kontrol Hissi Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kapsamında elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

Kontrol Hissi Ölçeği'nin Geçerlik Bulguları

Kontrol Hissi Ölçeği'nin geçerlik bulguları aşağıda gösterilmiştir.

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ile ilgili Bulgular

Kontrol Hissi Ölçeği'nin (KHÖ) açımlayıcı faktör analizinden önce veri setinin uygunluğunu değerlendirmek amacıyla çeşitli ön analizler gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda, eksik veri analizleri ve değer atamaları tamamlandıktan sonra veri setlerinden tek değişkenli ve çok değişkenli uç değerler çıkarılmıştır. Son olarak, maddeler üzerinde tek değişkenli normallik ve çoklu doğrusal bağlantı (multicollinearity) analizleri gerçekleştirilmiş ve veri setinin çalışma için uygun olduğu değerlendirilmiştir. Kontrol Hissi Ölçeği'nin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla, toplanan verilerin bu analiz için uygunluğu test edilmiştir. Bu doğrultuda veriler, Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterlilik katsayısı ve Bartlett küresellik testi ile analiz edilmiştir. Verilerin faktör analizine uygun olup olmadığını belirlemek için KMO katsayısının .60'ın üzerinde olması ve Bartlett küresellik testi sonucunun .05 düzeyinde anlamlı olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2012). Bu çalışmada, Kontrol Hissi Ölçeği'nin yapı geçerliği için toplanan verilere ilişkin KMO katsayısının .85 olduğu ve Bartlett küresellik testi sonucunun .05 düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir (=906.972, *sd*=28, p<.01). Bu ölçütlere göre, çalışma kapsamında toplanan verilerin faktör analizine uygun olduğu söylenebilir. Verilerin faktör analizine uygunluğu belirlendikten sonra, ölçekte yer alan 12 madde üzerinde herhangi bir boyut tanımlanmaksızın temel bileşenler analizi gerçekleştirilmiştir. Döndürülmemiş temel bileşenler analizinin sonuçları incelendiğinde, maddelerin özdeğeri 1'in üzerinde olan tek bir faktör altında toplanabildiği görülmüştür. Şekil 1'de yer alan yamaç eğim grafiği incelendiğinde, ilk faktörden sonra belirgin bir düşüş olduğu gözlenmiştir. Ölçek, tek boyutta toplam varyansın %51.32'sini açıklamıştır. Bu değer, ölçeğin aynı zamanda genel olarak tek faktörlü bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Tek faktörlü ölçeklerde açıklanan varyans oranının en az %30 olması beklenmektedir. Bununla birlikte, ölçeğin özgün yapısı ve kavramsal çerçevesiyle tutarlılığı korumak amacıyla analiz, ölçek iki boyutlu bir yapıya zorlanarak tekrar gerçekleştirilmiştir.



Şekil 1. *Yamaç eğim grafiği*

Ölçek maddeleri iki boyuta zorlandığında, açıklanan varyans %53,12'ye yükselmiştir. İlk boyut toplam varyansın %34,78'ini açıklarken, ikinci boyut toplam varyansa %18,33 katkıda bulunmuştur. Boyutlardaki maddeler incelendiğinde, orijinal ölçekteki birinci boyuttaki maddelerin birinci boyuta yüklendiği ve benzer şekilde, ikinci boyuttaki maddelerin de ikinci boyuta yüklendiği gözlemlenmiştir. Maddelerin faktör yükleri 0,56 ile 0,85 arasında değişmektedir. Ölçek maddelerinin yer aldıkları boyutlar ve faktör yükleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. *Kontrol Hissi Ölçeği'nin faktör analizi sonuçları*

Faktör 1		Faktör 2	
Madde	Faktör Yükü	Madde	Faktör Yükü
1	.628	3	.783
2	.708	6	.823
4	.761	8	.715
5	.798	12	.543
7	.653		
9	.706		
10	.733		
11	.674		
Açıklanan Varyans			
Toplam : % 52,994			
Faktör 1 : % 34,666			
Faktör 2 : % 18,328			

Yapılan analiz sonucunda KHÖ'nün iki faktörlü yapısının orijinal ölçekte de korunduğu ve iki faktörde faktör yükü yüklenen maddelerin orijinal ölçekle aynı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Analiz sonucunda açıklanan toplam varyans %53'tür. Algılanan Kısıtlamalar alt boyutu toplam varyansın %34,66'sını, Kişisel Yetkinlik alt boyutu ise %18,32'sini açıklamıştır.

Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları

Kontrol Hissi Ölçeği'nin yapı geçerliğini ve model parametrelerine ilişkin tahmin yöntemlerinin uygunluğunu test etmek amacıyla ön incelemeler gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda, öncelikle veri setlerinden tek değişkenli ve çok değişkenli uç değerler temizlenmiştir. Daha sonra, model parametre tahmin yöntemini belirlemek amacıyla çok değişkenli normallik varsayımı incelenmiştir. Değişkenler arasındaki çoklu doğrusal bağlantı analizinin ardından veri setinin analiz için uygun olduğu belirlenmiştir. Kontrol Hissi Ölçeği'nin iki boyutlu yapısının Türk örneklemindeki geçerliliği birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi (DFA) kullanılarak test edilmiştir. Bu doğrultuda; ölçeğin model tanımında, maddelerin iki faktör tarafından temsil edileceği ve sekiz maddenin "algılanan kısıtlamalar" alt boyutunda, dört maddenin ise "kişisel yetkinlik" alt boyutunda yer alacağı hipotezi sınanmıştır. DFA bulgularında, gözlenen değişkenlere ait t değerlerinin anlamlılık düzeyi incelenmiştir. Modelde yer alan maddelerin t değerleri incelendiğinde, bu değerlerin 5.69 ile 9.29 arasında değiştiği görülmüştür. Bu değerlere göre, modelde yer alan tüm maddelerin t değerlerinin .01 düzeyinde anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Maddelere ait hata varyansları incelendiğinde ise tüm maddelerin kabul edilen .90 değerinin altında olduğu belirlenmiştir (Çokluk ve ark., 2012). DFA sonuçlarına göre modelin uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde veya bu sınırlara yakın olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle modifikasyon önerileri incelenmiş ve χ^2 değerine önemli düzeyde katkı sağladığı düşünülen Algılanan Kısıtlamalar alt boyutundaki iki madde çifti arasındaki hata varyanslarına ilişkin önerilen modifikasyonlar modele eklenmiştir (Madde 1: "Yaşamımdaki önemli şeyleri değiştirmek için yapabileceğim çok az şey var." ve Madde 2: "Yaşamımdaki sorunlarla uğraşırken kendimi çoğunlukla çaresiz hissediyorum."; Madde 7: "Yapmak istediğim şeyleri engelleyecek birçok şey var." ve Madde 10: "Sahip olduğum sorunları çözebilmemin gerçekten hiçbir yolu yok."). Modifikasyon sonrasında gerçekleştirilen DFA sonuçları, model ile gözlenen veriler arasındaki uyumun iyileştiğini göstermiştir. Nihai bulgular doğrultusunda, iki faktörlü ve 12 maddeden oluşan Kontrol Hissi Ölçeği yapısı bir model olarak doğrulanmıştır. KHÖ'ye ilişkin uyum iyiliği değerleri Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. *Kontrol Hissi Ölçeği'nin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları*

Uyum İndeksleri	Uyum değerleri	Kabul Edilebilir Kriterler
χ^2	170,596	
$\chi 2/sd$	3,345	≤ 5 (Kline, 2015)
RMSEA [%90 G.A.]	.076	≤ 0,10 (Kline, 2015)
AGFI	.89	≥ 0,90 (Brown, 2015)
GFI	.93	≥ .90 (Brown, 2015)
CFI	.90	≥ .90 (Brown, 2015)
TLI	.87	≥ .90 (Brown, 2015)
SRMR	.06	≤ .10 (Kline, 2015)

Benzer Ölçek Geçerliği ve Ölçüt Bağıntılı Geçerlik Bulguları

Kontrol Hissi Ölçeği'nin benzer ölçek geçerliğini değerlendirmek için Kontrol Odağı Ölçeği (KOÖ) kullanılmıştır. Benzer ölçek geçerliği ile ilgili bulgular Tablo 3'te sunulmuştur. Tablo 3'te görüldüğü üzere, uyarlanan Kontrol Hissi Ölçeği'nden elde edilen toplam puan ile Kontrol Odağı Ölçeği'nden elde edilen toplam puan arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde, Kontrol Hissi Ölçeği'nin alt boyutları ile Kontrol Odağı Ölçeği'nin kişisel kontrol, şansa inanma ve çabanın anlamsızlığı alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bununla birlikte, Kontrol Odağı Ölçeği'nin kadercilik alt boyutu ile Kontrol Hissi Ölçeği'nin herhangi bir boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca, Kontrol Odağı Ölçeği'nin adil olmayan dünya inancı alt boyutu ile Kontrol Hissi Ölçeği'nin algılanan kısıtlamalar alt boyutu ve ölçekten elde edilen toplam puan arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna karşın, kişisel yetkinlik alt boyutu ile anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

İstatistiksel olarak anlamlı bulunan tüm ilişkiler için %95 güven aralıklarında sıfır değeri yer almamıştır. Bu sonuç, tahminlerin güvenirliğini doğrulamakta ve belirlenen ilişkilerin örneklemden kaynaklanan rastlantısal sonuçlar olma olasılığının düşük olduğunu göstermektedir. Ayrıca, anlamlı korelasyon katsayılarının -.10 ile .41 arasında değişmesi, alan yazında genel olarak küçük ile orta düzeyde küçük etki büyüklüğü olarak sınıflandırılmaktadır (Cohen, 2013). Bu durum, Kontrol Hissi Ölçeği'nin Kontrol Odağı Ölçeği ile benzer bir yapıyı ölçmesine rağmen, kuramsal ve ampirik olarak ondan farklı yapıları da ölçtüğünü göstermektedir.

Tablo 3. *KHÖ ile Kontrol Odağı Ölçeği'nin alt boyutları arasındaki ilişkiler*

	KHÖ		
KOÖ	Kişisel Yetkinlik	Algılanan Kısıtlamalar	Toplam Puan
Kişisel Kontrol	-.176** %95 CI [-.27, -.04]	-.369** %95 CI [-0,43, -0,26]	-.310** %95 CI [-0,42, -0,23]
Şansa İnanmama	-.106** %95 CI [-0,17, -0,02]	-.234** %95 CI [-0,35, -0,15]	-.221** %95 güven aralığı [-0,32, -0,12]
Çabalamanın Anlamsızlığı	-0,176** %95 CI [-0,29, -0,09]	-0,304** %95 CI [-0,44, -0,24]	-.301** %95 CI [-0,43, -0,25]
Kadercilik	-.014 %95 CI [-.10, .11]	-.037 %95 CI [-0,17, 0,03]	-.032 %95 CI [-0,17, 0,05]
Adil Olmayan Dünya İnancı	-0,095 %95 CI [-.18, .04]	-.209** %95 CI [-0,34, -0,10]	-.183 %95 CI [-0,32, -0,08]
KOÖ Toplam Puan	-.200** %95 CI [-0,27, -0,04]	.413** %95 CI [-0,46, -0,29]	-0,392 %95 CI [-.44, -.26]

Not. KHÖ = Kontrol Hissi Ölçeği, KOÖ = Kontrol Odağı Ölçeği

**p < .05, **p < .01*

|r| ≈ .10 küçük, ≈ .30 orta, ≈ .50 ve üzeri büyük etki (Cohen, 2013)

Uyarlanan ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğini değerlendirmek amacıyla Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır. Bulgular Tablo 4'te sunulmuştur. Bu bağlamda, ilgili tablo incelendiğinde, Kontrol Hissi Ölçeği'nin tüm alt boyutları ile ölçekten elde edilen toplam puan ve Kısa Semptom Envanteri'nin tüm alt boyutları arasında anlamlı negatif yönde ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Anlamlı korelasyon katsayılarının, -.17 ile -.39 arasında değişen küçük ila orta düzeyde etki büyüklüğüne sahip olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte, tüm anlamlı korelasyon katsayılarının %95 güven aralığı içinde kaldığını gösteren sonuçlar, tahminlerin güvenilir olduğuna işaret etmiş ve bu önemli ilişkilerin örneklem büyüklüğünden kaynaklanan rastgele bir sonuç olmadığına dair kanıt olarak değerlendirilmiştir.

Tablo 4. *Kontrol Hissi Ölçeği ile Kısa Semptom Envanteri'nin alt ölçekleri arasındaki ilişkiler*

		KHÖ		
		Kişisel Yetkinlik	Algılanan Kısıtlamalar	Toplam Puan
KSE	Anksiyete	-.228** %95 CI [-0,10, -0,12]	-.386** %95 CI [-0,49, -0,30]	-.389** %95 CI [-0,48, -0,30]
	Depresyon	-.206** %95 CI [-0,29, -0,12]	-.334** %95 CI [-0,40, -0,23]	-.340** %95 CI [-0,41, -0,23]
	Olumsuz benlik	-.288** %95 CI [-.37, -.18]	-.361** %95 CI [-0,45, -0,25]	-.394 %95 CI [-0,47, -0,28]
	Somatizasyon	-.186** %95 CI [-.27, -.07]	-.251** %95 CI [-0,36, -0,17]	-.268** %95 CI [-0,17, -0,36]
	Hostilite	-.175** %95 CI [-0,26, -0,07]	-.333** %95 CI [-0,43, -0,24]	-.326** %95 CI [-0,42, -0,23]

Not. KSE = Kısa Semptom Envanteri, KHÖ = Kontrol Hissi Ölçeği

**p < .05, **p < .01*

|r| ≈ .10 küçük, ≈ .30 orta, ≈ .50 ve üzeri büyük etki (Cohen, 2013)

Kontrol Hissi Ölçeği'nin Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Son olarak, Kontrol Hissi Ölçeği'nin alt boyutları arasındaki ilişkiler incelenmiş ve bulgular Tablo 5'te sunulmuştur. Tablo 5; uyarlanan ölçeğin kişisel yetkinlik ve algılanan kısıtlamalar alt boyutları arasında orta düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki (.40), kişisel yetkinlik alt boyutu ile ölçekten elde edilen toplam puan arasında orta düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki (.71) ve algılanan kısıtlamalar alt boyutu ile ölçekten elde edilen toplam puan arasında yüksek düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki (.93) olduğunu göstermektedir.

Tablo 5. *Kontrol Hissi Ölçeği'nin alt boyutları arasındaki ilişkiler*

KHÖ	Toplam Puan	Kişisel Yetkinlik	Algılanan Kısıtlamalar
Kişisel Yetkinlik	.713**	-	-
Algılanan Kısıtlamalar	.925**	.399**	-
Toplam Puan	-	.713**	.925**

Not. KHÖ = Kontrol Hissi Ölçeği

***p < .01*

Kontrol Hissi Ölçeği'nin Güvenirlik Bulguları

Kontrol Hissi Ölçeği'nin güvenirliğini kanıtlamak amacıyla iç tutarlılık katsayıları ve test-tekrar test güvenirliği incelenmiştir. Bu bağlamda, ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Sonuçlar Tablo 6'da gösterilmiştir. Tablo 6'da görüldüğü gibi, ölçeğin kişisel yetkinlik alt boyutu için iç tutarlılık katsayısı .73, algılanan kısıtlamalar alt boyutu için güvenirlik katsayısı ise .79'dur. Ölçeğin toplam puanı için elde edilen iç tutarlılık katsayısı .82'dir.

Tablo 6. *Kontrol Hissi Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayıları*

	İç Tutarlılık Katsayıları
Kişisel Yetkinlik	0,73**
Algılanan Kısıtlamalar	.79**
Toplam Puan	.82**

Ölçeğin güvenirlik kanıtlarına ilişkin bir başka analiz, test-tekrar test güvenirliğinin hesaplanmasıyla ilgilidir. Bu bağlamda, ölçeğin ilk uygulamasından elde edilen puanlar ile üç hafta sonra elde edilen puanlar arasındaki ilişkinin analizinden elde edilen bulgular Tablo 7'de sunulmuştur. Tablo 7 incelendiğinde, kişisel yetkinlik alt boyutu için test-tekrar test güvenirliğinin .54, algılanan kısıtlamalar için .60 ve ölçeğin tamamı için .64 olduğu görülmektedir. Bu değerler, literatürde yaygın olarak kullanılan .70 alt sınırının altındadır (DeVellis ve Thorpe, 2021). Bu nedenle, ölçüm aracının zaman içindeki tutarlılığının düşük olduğu sonucuna varılabilir. Tartışma bölümünde bu konuya ilişkin açıklamalar sunulmuştur.

Tablo 7. *KHÖ'nün test-tekrar test güvenirliği*

		KHÖ'nün Alt Boyutlarının ve Toplamının Ön Test ve Son Test Puanları Arasındaki İlişki		
		Son Test Puanları		
		Kişisel Yetkinlik	Algılanan Kısıtlamalar	Toplam Puan
Ön Test Puanları	Kişisel Yetkinlik	.543**	-	-
	Algılanan Kısıtlamalar	-	.598**	-
	Toplam Puan	-	-	.644**

Not. KHÖ = Kontrol Hissi Ölçeği

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, Lachman ve Weaver (1998) tarafından geliştirilen Kontrol Hissi Ölçeği'nin psikometrik özelliklerini klinik dışı bir popülasyonda incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlar, Kontrol Hissi Ölçeği'nin Türkçe formunun, bireylerin hayatları üzerinde ne derece kontrol sahibi olduklarına inandıklarını belirlemede psikometrik açıdan etkili bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Bu kapsamda yürütülen geçerlik ve güvenirlik analizlerinin bulguları, ilgili alan yazın çerçevesinde tartışılmıştır.

Ölçeğin uyarlama çalışmasına, ayrı bir örneklemden toplanan veriler üzerinde açımlayıcı faktör analizi yapılarak başlanmıştır. Alan yazında, ölçme araçlarının uyarlanmasında genellikle yalnızca doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve güvenirlik analizlerinin yapılmasının yeterli olduğu kabul edilmektedir (Seçer, 2018). Öte yandan, DFA'nın aslında tek başına en uygun ölçme modelini belirleyemediği öne sürülmektedir (Orçan, 2018). Ayrıca, kontrol hissi gibi psikolojik kavramların işevuruk tanımlamaları kültürden bağımsız olmadığından, araştırmacılar uyarlama çalışmalarında ortaya çıkabilecek olası kavramsal eşdeğerlik sorunlarını ele almada açımlayıcı faktör analizi yapılmasının yararını vurgulamaktadır (Hernandez ve ark., 2020; Orçan, 2018). Bu doğrultuda, orijinal ve uyarlanmış ölçeklerin açımlayıcı faktör analizi bulgularının karşılaştırılması sonucunda; faktör sayısının aynı olması, maddelerin her iki formda da aynı faktöre yüklenmesi ve toplam varyans ile faktörlerin açıklanma oranlarının benzer olması durumunun kavramsal eşdeğerliğin kanıtı olabileceği belirtilmektedir (Behling ve Law, 2019; Hernandez ve ark., 2020). KHÖ'nün AFA bulguları incelendiğinde, iki faktörlü yapısının korunduğu ve maddelerin orijinal ölçekle tam olarak aynı faktörlere yüklendiği sonucuna varılmıştır. Elde edilen bu bulgular, KHÖ bağlamında kontrol hissi için kavramsal eşdeğerliğin sağlandığını ve kontrol hissinin kişisel yetkinlik ve algılanan kısıtlamalardan oluşan iki faktörlü bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. KHÖ'nün 12 maddelik, iki faktörlü yapısının Türkiye bağlamındaki geçerliğini test etmek için AFA'nın yanısıra doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bulgular, KHÖ'nün iki boyutlu kavramsal yapısının toplanan verilerle uyumlu olduğunu ortaya koymuştur. Modelin uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir sınırlara yakın değerler aldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Uyarlanan ölçeğin geçerlik çalışmaları için yapılan analizlerden biri de benzer ölçekler geçerliğidir. Bu bağlamda, Kontrol Hissi Ölçeği'nin amaçladığı yapıyı ölçme durumu, daha önce benzer bir yapıyı ölçtüğü belirlenen Kontrol Odağı Ölçeği kullanılarak incelenmiştir. Analizlerden elde edilen bulgular, her iki ölçüm aracının toplam puanları arasında negatif yönde ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Diğer bir deyişle, katılımcıların kontrol hissi

arttıkça, dışsal kontrol odağı algılarının azaldığı görülmüştür. Bununla birlikte, ölçek puanları arasındaki ilişkiler değerlendirilirken, Tip I hatayı önlemek amacıyla büyük örneklem büyüklüğünün (N = 409) istatistiksel anlamlılık üzerindeki etkisinin dikkate alınması önemlidir. Büyük örneklemlerde, küçük korelasyon katsayıları da istatistiksel olarak anlamlı hale gelebilmektedir (Cohen, 2013; Field, 2018). Bu nedenle, çalışmada Tip I hatayı kontrol etmek amacıyla, korelasyon katsayılarının p değerlerine ilişkin istatistiksel anlamlılığın yanı sıra, korelasyon katsayılarının büyüklüğüne (r), etki büyüklüklerine ve güven aralığı hesaplamalarına öncelik verilmiştir. Bu doğrultuda, Kontrol Hissi Ölçeği'nin diğer ölçeklerle olan ilişkilerindeki korelasyon büyüklüklerinin, alan yazında küçük ve orta düzey etki büyüklüğü olarak sınıflandırılan değerlere sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Cohen, 2013). Benzer ölçek geçerliği bağlamında değerlendirildiğinde, bu bulgular Kontrol Hissi Ölçeği'nin, Kontrol Odağı Ölçeği ile örtüşen ancak aynı zamanda ondan ayırt edilebilen ampirik yapıları ölçtüğüne ilişkin kanıt sunmaktadır.

Analizlerden elde edilen sonuçlar, KHÖ'nün kişisel yetkinlik alt boyutunun, KOÖ'nün kişisel kontrol alt boyutu ile negatif ve düşük düzeyde bir ilişkiye sahip olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, kontrol hissi kavramsallaştırmalarının (Lachman & Weaver, 1998; Rotter, 1990) birbiriyle tutarlı olduğunu; dolayısıyla iki aracın benzer yapıları ölçtüğünü göstermektedir. Kontrol Hissi Ölçeği'nin kişisel yetkinlik alt boyutu ile ilgili bir başka bulgu ise, bu boyutun şansa inanma, çabalamanın anlamsızlığı gibi Kontrol Odağı Ölçeği alt boyutlarıyla negatif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahip olmasıdır. Benzer şekilde, Ross ve Sastry (1999:386-387) de kontrol algısı düşük olan bireylerin hayatlarının kontrolünü şans, talih ve kader gibi dış faktörlere atfettiklerini belirtmiştir. Ancak, kişisel yetkinlik alt boyutu, KOÖ'nün kadercilik alt boyutu ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir. Bu noktada alan yazın karmaşık sonuçlar ortaya koymaktadır. Örneğin, bir grup araştırmacı, kişisel güçlenme hipotezinde iddia edildiği gibi kontrol hissinin dini inançla pozitif yönde ilişkili olduğunu belirtmiş olsa da (Ellison ve Burdette, 2012; Jackson ve Coursey, 1988; Pargament, 1997:468), Exline (2002) öz yeterlilik, kişisel kontrol ve özerklik gibi değerlere öncelik veren kişilerde dini bağlılığın düşük olduğuna işaret etmektedir. Benzer şekilde, Schieman (2008) kişisel kontrol ile ilahi kontrole olan inanç arasında negatif yönde ilişki olduğuna dair kanıtlar sunmaktadır. Buna ek olarak, Liu ve Froese (2020), kişisel kontrol algısının Tanrı'ya atfedilen özelliklere göre değişebileceğini ortaya koymuştur. Kadercilik alt boyutu ile kurulan ilişkiye benzer şekilde, kişisel yetkinlik ile adil olmayan dünya inancı alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulgu, adil dünya inancı ile kişisel kontrol arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirten alan yazınla çelişmektedir (Lerner, 1980; Kiral Ucar ve ark., 2019). Bu durum, bireyin algıladığı kişisel yetkinlik hissinin pandemi nedeniyle zarar görmüş olmasıyla açıklanabilir. Bu görüş, yaptıkları araştırma ile pandemi sırasında kontrol hissinin kaybedildiğini ortaya koyan Li ve ark. (2024) tarafından da desteklenmektedir.

Kontrol Hissi Ölçeği'nin bir diğer alt boyutu ise algılanan kısıtlamalardır. Daha önce de belirtildiği gibi, algılanan kısıtlamalar alt boyutundaki maddeler ters puanlanmaktadır ve yüksek puanlar, katılımcıların yaşamları üzerinde daha az dışsal kısıtlama algıladıkları anlamına gelmektedir. Benzer şekilde, KOÖ'nün kişisel kontrol alt boyutu da ters puanlanmakta ve ölçekten alınan puanların yüksekliği dışsal kontrol algısının yüksekliğine işaret etmektedir. Algılanan kısıtlamalar ile KOÖ'den elde edilen toplam puanlar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir; diğer bir deyişle katılımcıların algıladıkları kısıtlamalar arttıkça, kontrolün dış faktörlerde olduğu algısı da artmıştır. Benzer şekilde, analiz sonuçları, algılanan kısıtlamalar alt boyutunun KOÖ'nün kişisel kontrol, şansa inanma, çabalamanın anlamsızlığı ve adaletsiz dünya inancı alt boyutlarıyla negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Diğer bir deyişle, katılımcıların algılanan kısıtlamaları arttıkça kişisel kontrol algılarının azaldığı, şansa ve dünyanın adil olmadığına daha fazla inanmaya başladıkları ve çabalamanın anlamsız olduğunu düşündükleri gözlemlenmiştir. Rotter'ın (1966) kontrol odağı kavramsallaştırması dikkate alındığında, elde edilen bulgular alan yazınla desteklenmektedir. Öte yandan, kişisel yetkinlik alt boyutuna benzer şekilde, algılanan kısıtlamalar alt boyutu da kadercilik alt boyutu ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir. Bu sonuç, Kontrol Odağı Ölçeği'ndeki maddelerin yapısı ile ilişkili olabilir. Ölçeğin maddelerinden biri kontrolü tamamen kadere atfederken, bir başka madde inanca sahip olmanın hayatı kolaylaştırdığını, bir diğeri ise kaderin insan hayatı üzerinde güçlü bir etkiye sahip olduğunu belirtmektedir. Söz konusu durum, kaderin bireyin hayatı üzerindeki etkisine dair, olumlu ya da olumsuz, net ve kesin bir algı ortaya koymuyor gibi görünmektedir. Öte yandan, bireylerin kadere atfettikleri anlam farklılık gösterebilir. Dolayısıyla kader, müzakere edilebilir bir yapı olarak algılanabilir (Au ve ark., 2011). Bu haliyle kişi, insan yaşamının önceden belirlenmiş olduğunu kabul ederken, aynı zamanda önemli yaşam olaylarını etkileme gücüne sahip olduğuna

da inanmaktadır. Dolayısıyla, inanılan bu yapı, yaşamın kontrolünü dış faktörlere atfeden algılanan kısıtlamalar alt boyutunun, kadercilik alt boyutu ile bir ilişki göstermesini engellemiş olabilir.

Ölçeğin psikometrik özelliklerini belirlemek için kullanılan bir diğer yöntem ise ölçüt bağıntılı geçerliktir. Bu geçerlik türü, incelenen ölçekten elde edilen puanların, önceden geçerliği onaylanmış ölçümlerden oluşan bir ağla ilişkili olduğu anlamına gelmektedir (Grimm ve Widaman, 2012). KHÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerlik değerlendirmelerinde de, örneklem büyüklüğünden kaynaklanabilecek Tip 1 hatası olasılığı konusunda benzer önlemler alınmıştır. Bu bağlamda, KHÖ'nün KSE ile korelasyon katsayıları incelendiğinde küçük ve küçük-orta etki büyüklükleri (–0.13 ile –0.39 arasında) saptanmıştır. Her anlamlı ilişkinin %95 güven aralığı içinde olduğu görülmüştür. Bu bulgular bir bütün olarak değerlendirildiğinde; örneklem büyüklüğünün bu küçük etkilerin anlamlılığına katkıda bulunmuş olabileceğini, ancak ilişkiler güven aralıkları içinde kaldığı için sonuçların güvenilir olduğunu göstermektedir. KHÖ ile KSE arasındaki ilişkinin, anlamlı olması beklenmesine rağmen küçük ve orta düzeyde kalmasının en önemli nedenlerinden biri, bu çalışmada kullanılan ölçüm yöntemlerinden kaynaklanıyor olabilir. Diğer bir deyişle, kontrol hissi, bireylerin genel olarak yaşamlarında ne kadar kontrol hissettikleriyle ilgili sürekli bir özelliği ölçerken, Kısa Semptom Envanteri, bireylerin son bir hafta içinde yaşadıkları ruh sağlığı semptomlarının düzeyiyle ilgili duruma bağlı bir özelliği ölçmektedir. Alan yazın, farklı yapı veya yöntemler kullanıldığında korelasyonların genellikle .20–.40 aralığında kaldığını vurgulamaktadır (Campbell ve Fiske, 1959). Sonuç olarak elde edilen bulgular, Kontrol Hissi Ölçeği'nin ölçüt olarak kullanılan ölçeklerle yakınsak geçerliğe sahip olduğuna işaret etmektedir.

Bu bağlamda yapılan analizler incelendiğinde, Kontrol Hissi Ölçeği'nin kişisel yetkinlik alt boyutu ile Kısa Semptom Envanteri'nin tüm alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Benzer şekilde, Kontrol Hissi Ölçeği'nin algılanan kısıtlamalar alt boyutu, Kısa Semptom Envanteri'nin tüm alt boyutlarıyla negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. Bu bulgular alan yazın tarafından desteklenmektedir (Caplan ve Schooler, 2007; Duffy, 2010; Lachman ve Weaver, 1998; Ward, 2012) ve ölçeğin geçerliğine dair kanıt sunmaktadır. Geçerlik çalışmaları kapsamında ölçeğin alt boyutları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, algılanan kısıtlamalar ile kişisel yetkinlik alt boyutlarının birbirleriyle orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki içinde olduğu gözlemlenmiştir. Alan yazında konuyla ilgili yürütülen araştırmalar da bu bulgularla tutarlıdır (Lahman ve Weaver, 1998; Windsor ve ark., 2009). Bununla birlikte, her bir alt boyutun ölçekten elde edilen toplam puanla korelasyonu, kişisel yetkinlik için .71 ve algılanan kısıtlamalar için .93'tür. Bu durum; ölçeğin alt boyutlarının bazı örtüşen yapılara sahip olmalarının yanısıra farklılaştırıcı bazı özellikleri de bünyelerinde bulundurdukları şeklinde yorumlanmakta (Infurna ve Mayer, 2015) ve bu da ölçeğin geçerli olduğunu göstermektedir.

Kontrol Hissi Ölçeği'nin güvenirlik bulguları incelendiğinde, ölçeğin kişisel yetkinlik alt boyutunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .73, algılanan kısıtlamalar alt boyutunun .79 ve toplam puanın .82 olduğu görülmektedir. Alan yazın incelendiğinde, güvenirlik katsayılarının kişisel yetkinlik için .70 ile .89 arasında, algılanan kısıtlamalar için .86 ile .90 arasında (Duffy, 2010; Mejía ve ark., 2016; Ward, 2012) ve toplam ölçek puanı için .82 ile .87 arasında (Kraus ve ark., 2009; Lachman ve Schiloski, 2024) değiştiği görülmüştür. Bu bağlamda, bu çalışmanın bulguları alan yazındaki güvenirlik ölçütlerini tutarlı bir şekilde karşılamaktadır.

Öte yandan, ölçeğin zaman içindeki istikrarını test etmek amacıyla, 24 katılımcıyla üç haftalık aralıklarla test-tekrar test güvenirlik analizi gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik analizi sonucunda, kişisel yetkinlik alt boyutunun .54, algılanan kısıtlamalar alt boyutunun .60 ve ölçeğin toplam puanından elde edilen güvenirlik katsayısının .64 olduğu belirlenmiştir. Alan yazında, test-tekrar test güvenirliği için alt sınır olarak .70 değeri yaygın olarak kabul edilmektedir (DeVellis ve Thorpe, 2021). Bu bulgunun en önemli kaynaklarından biri, iki ölçüm arasındaki aralıkta ortaya çıkan ve bireylerin kontrol hissi üzerinde önemli bir tehdit oluşturan Covid-19 salgını olabilir. Alan yazın, Covid-19 pandemisiyle ortaya çıkan yoğun belirsizlik ve stresli ortamın bireylerin kontrol hissinde azalmaya neden olduğuna dair ikna edici ampirik kanıtlar sunmaktadır (ör. Brailovskaia ve Margraf, 2021; Msetfi ve ark., 2024; Precht ve ark., 2023; Zhu ve ark., 2020). Test tekrar test çalışmalarında kullanılan örneklem büyüklüğü de bu sonuçların bir diğer nedeni olarak değerlendirilebilir. Ölçek, bu konuda önemli bir etken olarak kabul edilen küçük bir örneklem üzerinde değerlendirilmiştir. Bununla birlikte, alan yazında katılımcıların uygulamada takip edilmesinin güç olması nedeniyle test-tekrar test çalışmalarının sıklıkla küçük örneklemler üzerinde yürütüldüğü belirtilmektedir (Boateng ve ark., 2018). Bu nedenle, bu çalışma

ölçeğin temel özelliklerine ilişkin ön bulgular sunmakla birlikte, gelecekte gerçekleştirilecek çalışmalarda ölçeğin daha büyük ve daha temsili örneklemler üzerinde test edilmesi önem taşımaktadır.

Daha önce de belirtildiği gibi, bu yapının iki uçlu (örneğin içsel-dışsal) olarak ölçülmesi ya da yalnızca belirli bir alana yönelik kontrol hissine odaklanılması, bazı ölçme ve değerlendirme sorunlarına yol açmıştır (Dağ, 1991, 2002; Lachman ve Weaver, 1998). Kontrol Hissi Ölçeği, bireylerin genel kontrol hissini ölçen, kullanımı kolay ve güçlü psikometrik özelliklere sahip bir ölçme aracıdır. Ölçek, kontrol hissine ilişkin genel bir ölçüm sunmanın yanı sıra, kontrolün birey içi boyutuna ve bağlamsal faktörlerden etkilenen boyutlarına ilişkin de bilgi sağlamaktadır. Bu çalışmanın bulguları, ölçeğin Türkçe formunun da geçerli ve güvenilir ölçüm sonuçları ürettiğini göstermektedir. Dolayısıyla bu ölçme aracı, Türkiye'de kişilik psikolojisi, sağlık psikolojisi ve sosyal psikoloji gibi alanlarda bireylerin kontrol hissine odaklanan çalışmalarda kullanılabilir. Konuyla ilgili alan yazında yürütülen çalışmalar, kontrol hissinin psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu ve fiziksel sağlık gibi değişkenlerle pozitif yönde ilişkili olduğunu (ör., Heckhausen ve ark., 2010; Lachman ve Weaver, 1998; Mirowsky ve Ross, 2003), bazı psikolojik sorunlarla ise negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (ör., Jose ve Weirr, 2013; Weems ve ark., 2003). Uluslararası alan yazında psikoloji ve ruh sağlığı alanlarında yaygın olarak kullanılan bu ölçeğin Türkçeye uyarlanması, bireylerin kontrol hissini ve bunun tamamlayıcı alt boyutlarını Türkiye bağlamında nasıl deneyimlediklerinin anlaşılmasına katkı sağlayacaktır. Ayrıca ölçeğin Türkçe formunun kullanılabilir olması, kültürel ve bağlamsal faktörlerden etkilenebilen bu psikolojik yapının diğer kültürlerden elde edilen ölçüm sonuçlarıyla kavramsal açıdan daha geçerli ve güvenilir biçimde karşılaştırılmasına olanak tanıyacaktır. Bunun yanı sıra, psikolojik danışma süreçlerinde danışanlarda ortaya çıkan olumlu değişimleri açıklayan modellerin büyük çoğunluğu, kişisel kontrol hissindeki artışın önemine dikkat çekmektedir (örneğin, Grawe, 2004; Higginson ve ark., 2011). Bu nedenle kontrol hissi, Türkiye'de üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı sorunları ya da üniversite öğrencilerine sunulan psikolojik danışma ve terapi müdahalelerinin etkililiği üzerine yürütülecek çalışmalarda bu ölçme aracı kullanılarak değerlendirilebilir. Ayrıca üniversite öğrencilerine ruh sağlığı hizmeti sunan psikolojik danışmanlar ve diğer uzmanlar, danışanlarının kontrol algısı düzeylerini bu araç aracılığıyla rutin olarak değerlendirebilirler. Bu sayede uzmanlar, hem danışanlarının ilerlemesini izleyebilir hem de sunulan psikolojik desteğin etkililiğini değerlendirmek için ek bir rutin gösterge elde edebilirler.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, kültürel ölçüm değişmezliği testi yapılmamıştır. Bu nedenle, ölçeğin özelliklerine ilişkin bulguların grup farklılıklarına bağlı olup olmadığı bilinmemektedir. Uyarlama çalışmasının ikinci sınırlılığı, örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşmasıdır. Ölçeğin farklı gelişim ve eğitim düzeylerinde benzer bir yapıyı ölçüp ölçmediği belirlenmemiştir. Üçüncü sınırlılık, test-tekrar test aşamasında kullanılan örneklem büyüklüğünün sınırlılığıyla ilgilidir. Bu bağlamda, bu araştırmanın devamı olarak, gelecekteki çalışmalarda ölçeğin geçerlik-güvenirlik değerleri farklı özelliklere sahip gruplarda incelenebilir. Ayrıca, ölçeğin geliştirildiği kültürel gruptan veri toplanabilmesi halinde, ölçüm değişmezliği testi yapılabilir. Son olarak, test-tekrar test uygulamalarında katılımcı kaybını önlemeye yönelik önlemler alınarak, ölçeğin zaman içindeki tutarlılığı daha büyük örneklemlerde test edilebilir. Bu şekilde, test-tekrar test analizleri daha büyük bir örneklem üzerinde t-testi kullanılarak incelenebilir ve iki ölçüm arasında anlamlı bir fark bulunması durumunda, yapılacak yeni bir çalışmaya atıfta bulunularak ölçeğin güncel test-tekrar test katsayıları rapor edilebilir.

Araştırma bulguları, Kontrol Hissi Ölçeği'nin bireylerin yaşamlarında algıladıkları genel kontrol hissini belirlemek için psikometrik olarak geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda söz konusu ölçek, kontrol kavramını belirlemede kutuplaşmış veya belirli bir alana özgü ölçüm araçlarından farklı olarak, bireyin yaşamının farklı alanlarında etkili olabilecek genel bir kontrol duygusunun ölçülmesini sağlayan bir araç olarak alan yazındaki önemli bir ihtiyacı karşılamaktadır. Bu çalışma ile bu önemli ölçme aracının Türkçe formu; psikoloji, psikolojik danışma ve ilgili alanlarda çalışan araştırmacılar ile uygulayıcıların kullanımına sunulmuştur.

References

Au, E.W.M., Chiu, C.-Y., Chaturvedi, A., Mallorie, L., Viswanathan, M., Zhang, Z.-X., & Savani, K. (2011). Maintaining faith in agency under immutable constraints: Cognitive consequences of believing innegotiable fate. *International Journal of Psychology, 46*(6), 463-474. https://doi.org/10.1080/00207594.2011.578138

Behling, O., & Law, K. S. (2019). *Ölçeklerin ve diğer ölçme araçlarının uyarlanması: Problem ve çözümler* (Çev. A. Özer). Anı Yayıncılık.

Binder, P. E., Holgersen, H., & Nielsen, G. H. (2009). Why did I change when I went to therapy? A qualitative analysis of former patients' conceptions of successful psychotherapy. *Counselling and Psychotherapy Research, 9*(4), 250-256. https://doi.org/10.1080/14733140902898088

Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quiñonez, H. R., & Young, S. L. (2018). Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research: a primer. *Frontiers in Public Health, 6*, 149. https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00149

Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2021). The relationship between burden caused by coronavirus (Covid-19), addictive social media use, sense of control and anxiety. *Computers in Human Behavior, 119*, 106720. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106720

Brim, O. G., Ryff, C. D., & Kessler, R. C. (2004). *How healthy are we? A national study of well-being at midlife*. University of Chicago Press.

Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum* (16. baskı). Pegem Akademi.

Campbell, D. T., & Fiske, D. W. (1959). Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix. *Psychological Bulletin, 56*(2), 81–105. https://doi.org/10.1037/h0046016

Capaldi, C. A., Wassef, K., Varin, M., Vallieres, E., & Roberts, K. C. (2025). Sense of control and positive mental health outcomes among adults in Canada during the COVID-19 pandemic. *Health Reports*, *36*(4), 14-26. https://www.doi.org/10.25318/82-003-x202500400002-eng

Caplan, L. J., & Schooler, C. (2007). Socioeconomic status and financial coping strategies: The mediating role of perceived control. *Social Psychology Quarterly, 70*(1), 43-58. https://doi.org/10.1177/019027250707000106

Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Routledge.

Çelikkaleli, Ö. (2018). İçsel durumların kontrolü algısı ölçeği: Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Turkish Studies*, *13*(11), 421. http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13429

Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları* (Cilt 2). Pegem Akademi.

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

Dağ, İ. (2002). Kontrol odağı ölçeği (KOÖ): Ölçek geliştirme, güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 17*(49), 77-90.

Davis, C. J., & Burrow, A. L. (2024). Perceived control ameliorates the impact of adverse childhood experiences on downstream mental health. *Child Abuse & Neglect*, *157*, 107015. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2024.107015

Derogatis, L. R. (1992). *BSI: Administration, scoring, and procedures manual-II*. Baltimore, MD: Clinical Psychometric Research.

De Stefano, J., Mann-Feder, V., & Gazzola, N. (2010). A qualitative study of client experiences of working with novice counsellors. *Counselling & Psychotherapy Research, 10*(2), 139–146. https://doi.org/10.1080/14733141003770713

DeVellis, R. F., & Thorpe, C. T. (2021). *Scale development: Theory and applications* (5th ed.). Sage publications.

Donald, I. N., Carey, T. A., & Rickwood, D. J. (2018). Therapeutic change in young people—A qualitative investigation of client and therapist perspectives. *Counselling & Psychotherapy Research, 18*(4), 402–411. https://doi.org/10.1002/capr.12191

Duffy, R. D. (2010). Sense of control and career adaptability among undergraduate students. *Journal of Career Assessment, 18*(4), 420-430. https://doi.org/10.1177/1069072710374587

Dyresen, A., Gómez-Penedo, J. M., Babl, A., & Grosse Holtforth, M. (2025). Mastery and motivational clarification as mediators of cognitive behavioral therapy versus exposure-based cognitive behavioral therapy for depression. *Psychotherapy Research*, *35,* Advance online publication. https://doi.org/10.1080/10503307.2025.2504465

Ellison, C. G., & Burdette, A. M. (2012). Religion and the sense of control among U.S. adults. *Sociology of Religion, 73*(1), 1–22. http://www.jstor.org/stable/41428354

Exline, J. J. (2002). Stumbling blocks on the religious road: Fractured relationships, nagging vices, and the inner struggle to believe. *Psychological Inquiry, 13*(3), 182–189. http://www.jstor.org/stable/1449327

Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). Sage publications.

Gallagher, M. W., Naragon-Gainey, K., & Brown, T. A. (2014). Perceived control is a transdiagnostic predictor of cognitive-behavior therapy outcome for anxiety disorders. *Cognitive Therapy and Research*, *38*(1), 10–22. https://doi.org/10.1007/s10608-013-9587-3

Gómez-Penedo, J. M., Babl, A., Dyresen, A., Fernández-Álvarez, J., Flückiger, C., & Grosse Holtforth, M. (2023). Problem mastery and motivational clarification as mechanisms of change in cognitive-behavioral therapy for depression: Secondary analysis of a randomized controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, *167*, 104343. https://doi.org/10.1016/j.brat.2023.104343

Grawe, K. (2004). *Psychological therapy*. Hogrefe & Huber Publishers.

Grimm, K. J., & Widaman, K. F. (2012). Construct validity. In H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, & K. J. Sher (Eds.), *APA handbook of research methods in psychology* (Vol. 1, pp. 621–642). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/13619-033

He, F., Ju, K., Sun, R., Hu, N., Cai, D., Zhang, X. C., & Margraf, J. (2024). The relationship between sense of control, positive mental health, addictive social media use, and psychological burden caused by COVID-19: a longitudinal study. *Current Psychology, 43*(43), 33710-33719. https://doi.org/10.1007/s12144-024-06253-5

Heckhausen, J., Wrosch, C., & Schulz, R. (2010). A motivational theory of life-span development. *Psychological Review, 117*(1), 32–60. https://doi.org/10.1037/a0017668

Hernández, A., Hidalgo, M. D., Hambleton, R. K., & Gómez-Benito, J. (2020). International Test Commission guidelines for test adaptation: A criterion checklist. *Psicothema, 32*(3), 390-398. https://doi.org/10.7334/psicothema2019.306.

Higginson, S., Mansell, W., & Wood, A. M. (2011). An integrative mechanistic account of psychological distress, therapeutic change and recovery: The perceptual control theory approach. *Clinical Psychology Review, 31*(2), 249-259. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.005

Hong, J. H., Lachman, M. E., Charles, S. T., Chen, Y., Wilson, C. L., Nakamura, J. S., ... & Kim, E. S. (2021). The positive influence of sense of control on physical, behavioral, and psychosocial health in older adults: An outcome-wide approach. *Preventive Medicine*, *149*, 106612. https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2021.106612

Infurna, F. J., & Mayer, A. (2015). The effects of constraints and mastery on mental and physical health: Conceptual and methodological considerations. *Psychology and Aging, 30*(2), 432-448. https://doi.org/10.1037/a0039050

International Test Commission. (2017). *The ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests* (2nd ed.). www.InTestCom.org

Jackson, L. E., & Coursey, R. D. (1988). The relationship of God control and internal locus of control to intrinsic religious motivation, coping, and purpose in life. *Journal for the Scientific Study of Religion, 27*(3), 399-410. https://doi.org/10.2307/1387378

Jose, P. E., & Weir, K. F. (2013). Adolescent sense of control: A downward extension of the Shapiro control inventory to pre-and early adolescents. *The Journal of Genetic Psychology, 174*(5), 494-513. https://doi.org/10.1080/00221325.2012.713044

Kiecolt, K. J., Hughes, M., & Keith, V. M. (2009). Can a high sense of control and John Henryism be bad for mental health? *The Sociological Quarterly, 50*(4), 693-714. https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.2009.01152.x

Kiral Ucar, G., Hasta, D., & Malatyali, M. K. (2019). The mediating role of perceived control and hopelessness in the relation between personal beliefs in a just world and life satisfaction. *Personality and Individual Differences, 143,* 68–73. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.02.021

Klama, E. K., & Egan, V. (2011). The Big-Five, sense of control, mental health, and fear of crime as contributory factors to attitudes towards punishment. *Personality and Individual Differences, 51*(5), 613-617. https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.05.028

Kraus, M. W., Piff, P. K., & Keltner, D. (2009). Social class, sense of control, and social explanation. *Journal of Personality and Social Psychology, 97*(6), 992–1004. https://doi.org/10.1037/a0016357

Lachman, M. E., & Schiloski, K. A. (2024). The psychosocial anti-inflammatories: Sense of control, purpose in life, and social support in relation to inflammation, functional health and chronic conditions in adulthood. *Journal of Psychosomatic Research, 187,* 1-6. https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2024.111957

Lachman, M. E., & Weaver, S. L. (1998). Sociodemographic variations in the sense of control by domain: Findings from the MacArthur studies of midlife. *Psychology and Aging, 13*(4), 553-562. https://doi.org/10.1037/0882-7974.13.4.553

Ladmanová, M., Řiháček, T., Timulak, L., Jonášová, K., Kubantová, B., Mikoška, P., Polakovská, L., & Elliott, R. (2025). Client-identified outcomes of individual psychotherapy: a qualitative meta-analysis. *Lancet Psychiatry, 12*(1), 18-31. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(24)00356-0.

Lerner, M. J. (1980). *Belief in a just world: A fundamental delusion*. Plenum Press.

Li, C., Jiang, L., Wang, T., & Sun, Y. (2024). Motivating compliance behaviors in public health through enhanced sense of control. *Journal of Pacific Rim Psychology, 18.* https://doi.org/10.1177/18344909241260128

Liu, Y., & Froese, P. (2020). Faith and agency: The relationships between sense of control, socioeconomic status, and beliefs about God. *Journal for the Scientific Study of Religion, 59*(2), 311-326. https://doi.org/10.1111/jssr.12655

Magin, Z. E., Park, C. L., Burke, J. D., & Infurna, F. J. (2024). Perceived control and inflammation: mediating and moderating effects in the relationship between cumulative trauma and depression. *Biopsychosocial Science and Medicine*, *86*(3), 192-201. *DOI:* 10.1097/PSY.0000000000001282

Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review, 98*(2), 224-253. https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224

Martin, G., Richardson, A. S., Bergen, H. A., Roeger, L., & Allison, S. (2005). Perceived academic performance, self-esteem and locus of control as indicators of need for assessment of adolescent suicide risk:

implications for teachers. *Journal of adolescence*, *28*(1), 75-87. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.04.005

Mejía, S. T., Settersten, R. A., Jr, Odden, M. C., & Hooker, K. (2016). Responses to financial loss during the Great Recession: An examination of sense of control in late midlife. *The Journals of Gerontology: Series B, Psychological Sciences and Social Sciences, 71*(4), 734–744. https://doi.org/10.1093/geronb/gbv054

Millman, Z. B., Weintraub, M. J., Bentley, E., DeVylder, J. E., Mittal, V. A., Pitts, S. C., ... & Schiffman, J. (2017). Differential relations of locus of control to perceived social stress among help-seeking adolescents at low vs. high clinical risk of psychosis. *Schizophrenia Research*, *184*, 39-44. https://doi.org/10.1016/j.schres.2016.12.006

Mirowsky, J. (1995). Age and the sense of control. *Social Psychology Quarterly, 58*, 31-43. https://doi.org/10.2307/2787141

Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Social causes of psychological distress.* Aldyne de Gruyter.

Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2007). Life course trajectories of perceived control and their relationship to education. *American Journal of Sociology, 112*, 1339-1382. https://doi.org/10.1086/511800

Msetfi, R. M., Kornbrot, D. E., & Halbrook, Y. J. (2024). The association between the sense of control and depression during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychiatry, 15*, 1323306. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1323306

Oi, K., & Alwin, D. F. (2017). Children's sense of control as a determinant of adult health: Causation, mediation, and spuriousness. *Journal of Health and Social Behavior, 58*(2), 198-216. https://doi.org/10.1177/0022146517699998

Orçan, F. (2018). Exploratory and confirmatory factor analysis: Which should be used first? *Journal of Measurement and Evaluation in Education Psychology, 9*(4), 414-421. https://doi.org/10.21031/epod.394323

Öngen, D. (2003). Denetim Odağı Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, *35*(35), 436-447. https://izlik.org/JA97XY32WG

Pallant, J. F. (2000). Development and validation of a scale to measure perceived control of internal states. *Journal of Personality Assessment, 75*(2), 308-337. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7502_10

Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice.* New York: Guilford Press.

Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior, 19*, 2-21. https://doi.org/10.2307/2136319

Precht, L. M., Margraf, J., Stirnberg, J., & Brailovskaia, J. (2023). It's all about control: Sense of control mediates the relationship between physical activity and mental health during the COVID-19 pandemic in Germany. *Current Psychology, 42*(10), 8531-8539. https://doi.org/10.1007/s12144-021-02303-4

Prochaska, J. O., & Norcross, J. C. (2014). *Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis* (8th ed.). Cengage Learning.

Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied, 80*(1), 1-28. https://doi.org/10.1037/h0092976

Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement: A case history of a variable. *American Psychologist, 45*(4), 489–493. https://doi.org/10.1037/0003-066X.45.4.489

Ross, C. E., & Sastry, J. (1999). The sense of personal control: Social-structural causes and emotional consequences. In C. S. Aneshensel & J. C. Phelan (Eds.), *Handbook of the sociology of mental health* (pp. 369–394). Kluwer Academic Publishers.

Seçer, İ. (2018). *Psychological test development and adaptation process: SPSS and LISREL applications* (2nd ed.). Anı Publishing.

Shapiro, D. H., Jr., Blinder, B. J., Hagman, J., & Pituck, S. (1993). Psychological sense of control profile of patients with anorexia nervosa and bulimia nervosa. *Psychological Reports, 73*, 531-541. https://doi.org/10.2466/pr0.1993.73.2.531

Silberschatz, G. (2008). How patients work on their plan and test their therapists in psychotherapy. *Smith College Studies in Social Work, 78*(2-3), 275-286. https://doi.org/10.1080/00377310802114528

Silberschatz, G. (2017). Control-mastery theory. In *Reference module in neuroscience and biobehavioral psychology* (pp. 1-8). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.05280-9

Skinner, E. A. (1996). A guide to constructs of control. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 549-570. https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.3.549

Surgenor, L. J., Horn, J., & Hudson, S. M. (2003). Empirical scrutiny of a familiar narrative: Sense of control in anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review, 11*, 291–305. https://doi.org/10.1002/erv.553

Şahin, N. H., & Durak, A. (1994). The adaptation of the brief symptom inventory for Turkish youth. *Turkish Journal of Psychology, 9*(31), 44-56.

Schieman, S. (2008). The religious role and the sense of personal control. *Sociology of Religion, 69*(3), 273-296. https://doi.org/10.1093/socrel/69.3.273

Stiles, W. B., Elliott, R., Llewelyn, S. P., Firth-Cozens, J. A., Margison, F. R., Shapiro, D. A., & Hardy, G. (1990). Assimilation of problematic experiences by clients in psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 27*(3), 411–420. https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.3.411

Tapal, A., Oren, E., Dar, R., & Eitam, B. (2017). The sense of agency scale: A measure of consciously perceived control over one›s mind, body, and the immediate environment. *Frontiers in Psychology, 8*, 1552. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01552

Ward, M. M. (2012). Sense of control and sociodemographic differences in self-reported health in older adults. *Quality of Life Research, 21*(9), 1509–1518. https://doi.org/10.1007/s11136-011-0068-4

Weems, C. F., Silverman, W. K., Rapee, R. M., & Pina, A. A. (2003). The role of control in childhood anxiety disorders. *Cognitive Therapy and Research, 27*, 557- 568. https://doi.org/10.1023/A:1023666312285

Weisz, J. R., Southam-Gerow, M. A., & McCarty, C. A. (2001). Control-related beliefs and depressive symptoms in clinic-referred children and adolescents: Developmental differences and model specificity. *Journal of Abnormal Psychology, 110*, 97–109. https://doi.org/10.1037/0021-843X.110.1.97

Windsor, T. D., Ryan, L. H., & Smith, J. (2009). Individual well-being in middle and older adulthood: Do spousal beliefs matter? *The Journals of Gerontology: Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 64B*(5), 586–596. https://doi.org/10.1093/geronb/gbp058

Yeşilyaprak, Y., & Demirkan, E. (2025). Faillik hissi ölçeği'nin türkçe formunun (SoAS-TR) psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Karaelmas Sosyal Bilimler Dergisi*, *3*(2), 148-161. https://doi.org/10.70819/kares.1795340

Zhu, N., O, J., Lu, H. J., & Chang, L. (2020). Debate: Facing uncertainty with (out) a sense of control–cultural influence on adolescents' response to the COVID-19 pandemic. *Child and Adolescent Mental Health, 25*(3), 173-174. https://doi.org/10.1111/camh.12408