

Gelişimsel Düzenleme Modeli: Yetişkinlikte Kontrol Stratejilerinin İncelenmesi

Zehra Uçanok*

Hacettepe Üniversitesi

Özet

Araştırmanın temel amacı, yetişkin gelişimini açıklayan modellerden biri olan gelişimsel düzenleme modelini optimizasyon ve kontrol stratejileri çerçevesinde, genç yetişkinlik, orta yaşlılık ve yaşlılık olmak üzere üç ayrı dönemde incelemektir. Araştırmanın örneklemini 20-75 yaşları arasında ortaokul, lise ve yüksekokul mezunu kadın ve erkek denekler oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Optimizasyon ve Kontrol Stratejileri Ölçeği (OPS Ölçeği)" ile "Yaşam Yönelimi Testi" kullanılmıştır. Bulgular; ödünleyici birincil kontrol stratejisi dışında tüm stratejilerde yaşa göre farklılık olduğunu ortaya koymuş, bunun yanı sıra tüm stratejilerin ileri yaşlarda daha fazla kullanıldığı görülmüştür. Eğitim düzeyi yüksek genç bireyler seçici ikincil kontrolü daha fazla kullanırken, ileri yaşlarda eğitim düzeyi daha düşük olan bireyler bu stratejiyi daha fazla kullanmışlardır. Ödünleyici ikincil kontrol stratejisi açısından da kadınların erkeklere göre bu stratejiyi daha fazla kullandıkları görülmüştür. Kontrol stratejilerini karşılaştıran özetleyici analiz sonucuna göre ise, yaşlı grup dışında birincil kontrolün ikincil kontrol stratejilerine tercih edildiği, cinsiyet açısından da erkeklerin kadınlara göre birincil kontrolü daha fazla tercih ettikleri görülmüştür. Ayrıca bulgular, optimizasyon ve yaşama bakış açısının, ödünleyici birincil kontrol stratejisi dışında diğer stratejileri (seçici birincil, seçici ikincil ve ödünleyici ikincil) anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. Araştırmamızdan elde edilen bulgular, temel alınan gelişimsel düzenleme modeli, diğer araştırma bulguları ve kültüre özgü farklılıklar çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Seçme, ödünleme, optimizasyon, kontrol stratejileri, gelişimsel düzenleme modeli

Abstract

The main purpose of this study was to investigate the optimization and control strategies in the framework of developmental regulation model in Turkish culture. The sample consisted of 361 male and female subjects aged 20-75 years from different educational levels. "Optimization and Control Strategies Scale (OPS Scale)" and "Life Orientation Test" were used for collecting data. A significant main effect of age revealed that use of all control strategies except the compensatory primary control increased by age. In addition, it was revealed that the effects of age variable significantly interacted with education level on the scores of selective secondary control strategy. Further post-hoc analyses yielded that young adults with higher education level were used this strategy more than those with lower education level. In the old age groups, on the contrary, participants with higher education were used the selective secondary control strategy less than those with lower education. The main effect of sex was also significant, indicating that female participants used the compensatory secondary control strategy more than males. To get a conclusive explanation, control strategies were also compared. This comparison indicated that the primary control was used more than the secondary control in all age groups except the oldest one. Strategy and gender interaction revealed that male participants were used more primary control strategies than female participants. Also results showed that optimization and life orientation significantly predicted the control strategies (selective primary, selective secondary and compensatory secondary) except the compensatory primary control strategy. The findings were discussed in the context of developmental regulation model, empirical studies and cultural differences.

Key words: Selection, compensation, optimization, control strategies, developmental regulation model

*Yazışma Adresi: Dr. Zehra Uçanok, Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, 06532 Ankara.

E-posta: ucanok@hacettepe.edu.tr

Yazar Notu: Yazarın Doktora Tezinin özetidir.

Gelişim psikolojisi alanında, çocukluk ve ergenlik döneminden sonra yaşamın ikinci yarısını içeren yetişkinlik ve yaşlılığa olan ilginin artması, yetişkin gelişimine ilişkin kuramların zenginleşmesine ve yeni modellerin gelişmesine, başarılı yaşlanma kavramının tartışılmasına önemli ölçüde katkıda bulunmuştur. Bu modellerden biri olan *gelişimsel düzenleme* (*developmental regulation*), bir taraftan bireylerin kendi gelişimlerini yönlendirme ve etkileme çabalarını, diğer taraftan onu sınırlayan belirli gelişimsel koşullara psikolojik olarak uyum sağlama girişimlerini ifade eder (Heckhausen ve Schulz, 1995; Schulz ve Heckhausen, 1996; Heckhausen, 1997; 1999). Gelişimsel düzenleme modeli, hem birincil ve ikincil kontrol süreçlerinin yer aldığı yaşam boyu kontrol kuramını hem de Baltes ve Baltes'in (1990) ödünleme yoluyla seçici optimizasyon kuramında yer alan seçme, optimizasyon ve ödünleme kavramlarını içeren bir modeldir. Araştırmacılara göre, ödünleme yoluyla seçici optimizasyon, yaşam boyu devam eden genel bir uyum süreci anlamına gelmektedir. Yaşam boyu gelişim, özellikle de yaşlanma, güdüsel ve bilişsel kaynaklara yatırımda sürekli bir seçim yapma süreci olarak görülmekte ve başarılı gelişim için iki önemli kriterden söz edilmektedir. Bunlardan biri, bireylerin seçtikleri uzmanlaşma alanlarındaki işlevlerini en üst düzeye ulaştırmaları, diğeri ise, belirli bir düzeyde işlevlerini sürdürebilmeleri için kayıpları ve gerilemeleri ödünlemeleridir. Bireyin kapasitesi ancak bu koşullar gerçekleştiğinde en iyi şekilde kullanılmış olur (Baltes, 1987; Baltes, 1991; Baltes ve Baltes, 1990; Baltes ve ark., 1999).

Heckhausen ve Schulz (1993; 1995), psikolojide önemli bir kavram olan kontrol kavramını, yaşam boyu gelişim sürecinde ele alarak *yaşam boyu kontrol kuramını* geliştirmişlerdir. Yaşam boyu kontrol kuramı ve gelişimsel düzenleme modeli açısından kontrol kavramı; bireyin yaşamındaki önemli olayları, varolan koşullar çerçevesinde kontrol edebilme becerisi ile sınırlıdır. Heckhausen ve Schulz'a göre, başarılı bir gelişim ve başarılı yaşlanmanın anlamı bireyin yaşamı boyunca kontrolü en üst düzeyde gerçekleştirmesidir. Bu da ancak yaşa bağlı olanakları

olabildiğince etkin bir biçimde kullanmakla ve aynı anda yaşa bağlı sınırlamaları dikkate almakla mümkün olur. (Heckhausen ve Schulz, 1993; 1995; Schulz ve Heckhausen, 1996). Daha önce yaygın olarak "dış dünyayı şekillendirme çabaları" olarak tanımlanan kontrol kavramı, ilk kez Rothbaum ve arkadaşları (1982) tarafından birincil ve ikincil kontrol olmak üzere iki ayrı süreç olarak ele alınmıştır. *Birincil kontrol* (*primary control*), dış dünyaya yönelen davranışlara işaret eder ve bireyin, çevresini kendi ihtiyaç ve isteklerine uygun biçimde değiştirme çabalarını içerir. Buna karşılık, *ikincil kontrol* (*secondary control*) ise dış çevreye değil içsel süreçlere yöneliktir. Bireyin dış dünyaya uymak için kendine koyduğu hedefleri, beklentilerini ve nedensel yüklemelerini değiştirmesidir (Heckhausen ve Schulz, 1993).

Yaşam boyu kontrol kuramında, birincil kontrol, bireyin gelişim süreci içinde sürükleyici güç olarak kabul edilmekte ve fonksiyonel açıdan önceliği bulunmaktadır. Üstelik kuramda, birincil kontrolün ontogenetik olarak ikincil kontrolden daha önce geldiği ve ikincil kontrolle karşılaştırıldığında, tüm diğer özellikler eşit olmak üzere organizmanın gelişimi ve yaşamını sürdürmesi açısından daha önemli ve daha işlevsel olduğu, daha fazla tercih edildiği veya istendiği belirtilmiştir. Ancak bu noktaya ilişkin, Weisz ve arkadaşları (1984) kontrol isteğinin kültürel gruplar arasında değişkenlik gösterme olasılığından, örneğin, Japonlar ve Batılılar arasındaki dini ve kültürel farklılıkların, birincil ve ikincil kontrole değer verme açısından farklılaşabileceğini tartışmışlardır. Araştırmacılar, Amerika'da mevcut durumu değiştirmeye çalışma anlamı taşıyan birincil kontrole değer verilirken, Japonya'da mevcut duruma uyum sağlamayı yansıtan ikincil kontrole önem verildiğini ortaya koymuşlardır. Azuma (1984) ise, Japonya'da insanların ikincil kontrolü birincil kontrole tercih ettiklerini, çünkü bu tür bir kontrolü daha üst düzeyde bir kavram olarak gördüklerini ve bu nedenle de ikincil kontrolün hem daha heterojen hem daha karmaşık bir yapı olduğunu ifade etmektedir. Azumaya göre, birincil kontrolün ön planda olması kontrolün Batılı bi-

çimde kavramsallaştırılmasının sonucudur. Bunun yanı sıra, yaşam boyu kontrol kuramında toplulukçu ve bireyci toplumların kontrol kavramları açısından farklılaşabileceği olasılığının da dikkate alınmadığı ifade edilmektedir. Konuyla ilgili kaynaklarda belirtildiği gibi, toplulukçu kültürlerde benlik, diğerleriyle karşılıklı bağımlılık olarak görülür, bu da bireyi daha geniş bir sosyal birime bağlı hale getirir. Bu nedenle, bu tür toplulukçu kültürlerde benlik Batıda yaygın olan bağımsız, bireyci benlikten oldukça farklıdır ve Heckhausen ve Schulz'un kuramında öne sürdüğü gibi birincil kontrolün önceliği ya da tanımlanan biçimiyle rolü evrensel olmayabilir. Bunun yerine, toplulukçu kültürde yaşayan bir birey, daha çok bağlı olduğu ya da ilişki içinde olduğu gruba uyum gösterme çabası içinde olacaktır (Markus ve Kitayama, 1991). Söz konusu görüşü destekleyen bazı araştırma bulgularından (Örn., Seginer ve ark., 1993; Essau ve Trommsdorff, 1996) yola çıkarak, belki de bu eğilimin Asya kökenli olmak ya da Batılı olmak yerine, bireyci ya da toplulukçu bir kültürde yaşıyor olmaktan kaynaklanabileceği öne sürülmektedir. Bu bağlamda, Gould (1999) da, yaşam boyu kontrol kuramında öne sürülen birincil kontrolün önceliğinin tüm kültürlerde ve tarihsel zamanlarda değişmez olduğu yönündeki görüşün tartışmaya açık olduğunu, çünkü bu görüşe herhangi bir kültürlerarası destek sağlanmadığı gibi, çelişkili bulguların da büyük oranda gözardı edildiğini ifade etmiştir.

Yaşam-boyu kontrol kuramı temelinde öne sürülen gelişimsel düzenleme modeli, hem davranışın iki önemli özelliği olarak öne sürülen seçicilik ve başarısızlığın ödünlenmesini, hem de kontrolle bağlantılı davranışın iki temel şekli olan birincil ve ikincil kontrolü içermektedir (Heckhausen ve Schulz, 1993; 1995; 1999; Schulz ve Heckhausen, 1996; Heckhausen, 1999). İnsan davranışında seçicilik vardır; çünkü, birey pek çok seçenek arasından belirli davranışları seçmek ve bu seçimi de onunla rekabet halinde olan diğer çeldirici seçeneklere karşı korumak durumdadır. Başarısızlığı ödünleme gereksinimi vardır; çünkü, başarısızlık bireyin yaşamında beceri kazanma ve problem çözme sırasında karşılaşılabileceği

kaçınılmaz bir olaydır (Baltes, 1987; Baltes ve ark., 1980). Kısaca özetlenen bu kavramların yaşam boyu gelişimi en üst düzeyde gerçekleştirmek için birlikte uyum içinde olmaları modelde önemle vurgulanmaktadır. Birincil kontrolün yönetimindeki seçme davranışı, *seçici birincil kontrol*, bu seçme işleminin başarısız olduğu durumdaki ödünleme, *ödünleyici birincil kontrol*, ikincil kontrolün yönetimindeki seçme işlemi, *seçici ikincil kontrol*, bu seçime bağlı başarısızlığın ödünlenmesi ise *ödünleyici ikincil kontrol* olarak adlandırılmıştır.

Seçici birincil kontrol, seçilen hedefe ulaşmada gerekli olan çaba, zaman, beceri ve yetenek gibi içsel kaynaklara yatırım yapma anlamına gelir ve doğrudan hedefe ulaşmayı amaçlayan davranışları içerir. Seçilen hedefe yönelik olarak beceriler, yetenekler geliştirmek ya da sürdürmek ve zorluklarla karşılaşıldığında bunlarla mücadele etmek de bu kontrol bağlamında ele alınmaktadır. *Seçici ikincil kontrol* ise, bireyin seçtiği hedeflere kendini adanmasıdır. Seçilen hedefe verilen değer, bu hedefle rekabet halinde olan alternatif hedeflere verilen değer veya herhangi bir hedefe ulaşmaya ilişkin algılanan kontrol gibi birtakım stratejiler en yaygın örneklerdendir. Bu nedenle, bireyin etkili olabilmesi için, seçtiği hedefin ve onun getireceği sonuçların değerini yükseltmesi, diğer taraftan da alternatif hedeflerin değerini düşürmesi gerekir. Üstelik birey bu hedefe ulaşmaya ilişkin kontrol algısını yükseltebilir, böylelikle verdiği karara daha fazla destek sağlamış olur (Heckhausen ve Schulz, 1995; Schulz ve Heckhausen, 1996; Heckhausen, 1999).

Başarısızlığın veya kaybın ödünlenmesi de hem birincil hem de ikincil kontrol stratejileri yoluyla yapılır. *Ödünleyici birincil kontrol*, seçilen hedefe ulaşmada bireyin bilişsel ya da fiziksel tüm içsel kaynakları yetersiz kaldığında gereklidir. Bu türden durumlar genellikle, yaşa-bağlı gerilemeler yaşayan yaşlı bireylerde gözlenir ya da becerileri henüz yeterince gelişmemiş veya olgunlaşmamış bebeklerde, çocuklarda ya da herhangi bir konuda deneyimsiz olan kişilerde görülür. *Ödünleyici birincil kontrol*, diğer insanlardan tavsiye, yardım isteme ya da tek-

nik yardım alma gibi dışsal kaynakların kullanılmasını içerir. Belirli bir etkinlikte bulunmak için beceriler yetersiz kaldığında veya bu becerilerle hedefe ulaşılamadığında etkin hale gelen olağandışı destekleyici koşullar devreye girer. Örneğin, dudak okuma, işitme kaybı olan pek çok kişi için iletişimde kullanılan ödünleyici bir yoldur. *Ödünleyici ikincil kontrol*, başarısızlığın veya kayıpların bireyin kendine güveni, güdüsel ve duygusal kaynakları üzerindeki olumsuz etkilerini en aza indirmek amacıyla kullanılır. Ödünleyici ikincil kontrol, “Kedi erişemediği çiğere pis der” atasözünde olduğu gibi, daha önce belirlenen hedeflerden vazgeçme, kendini korumaya yönelik nedensel yüklemelerde bulunma ve kendinden daha kötü durumda olan kişilerle karşılaştırmalar yapma gibi birtakım stratejileri içerir (Heckhausen ve Schulz, 1995; Schulz ve Heckhausen, 1996; Heckhausen, 1999).

Sonuçta, tanımlanan bu dört stratejinin etkin olarak kullanılabilmesi optimizasyon olarak tanımlanan daha üst bir süreç tarafından düzenlenir. Bu kuramsal modelde optimizasyon, gelişimsel olanaklar ve sınırlamalar çerçevesinde bu dört stratejinin kullanımını dengeler ve böylece birincil kontrolü uzun vadede sürdürür, genişletir ve korur (Heckhausen ve Schulz, 1995; Schulz ve Heckhausen, 1996; Heckhausen, 1999).

Konuyla ilgili yazılı kaynaklarda, yetişkinlik dönemi boyunca birincil kontrolü sürdürmede herhangi bir değişiklik olmadığı, ancak yaşlılığa doğru biyolojik gerilemeler ve sosyo-kültürel sınırlamalar nedeniyle, birincil kontrolün sürdürülmesinin büyük oranda ikincil kontrol stratejilerine bağlı olarak gerçekleştiği öne sürülmektedir. Bu nedenle de, orta yaş ve yaşlılık dönemi boyunca ikincil kontrolün artış göstermesi beklenmektedir (Heckhausen ve Schulz, 1995). Bu doğrultuda yürütülen görgül çalışmaların sonuçları, birincil ve ikincil kontrol stratejilerinin kullanımında yaş grupları arasında farklılıklar olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, birincil kontrole ilişkin farklı ölçme yöntemleri ve ölçme araçları ile enlemesine-kesitsel yöntem kullanılarak yapılan görgül çalışmalarda kısmen çelişkili bulgular

elde edilmiştir. Örneğin, birincil kontrol, bazı çalışmalarda yaşla birlikte bir artış gösterirken (Heckhausen ve ark., 1998; Wrosch ve ark., 2000), bazılarında değişmemiş (Peng ve Lachman, 1993; Heckhausen, 1997) ve diğer bazı çalışmalarda ise gerileme (Brandtstadter ve Renner, 1990; Heckhausen ve Schulz, 1994) göstermiştir. Buna karşılık, ikincil kontrol bağlamında, enlemesine-kesitsel yöntemle yürütülen araştırmalar, genç yetişkinlerle karşılaştırıldığında daha yaşlı bireylerin ödünleyici ikincil kontrol stratejisini ve bu strateji ile ilgili akomodasyon ve duygusal odaklı başatma gibi bazı psikolojik mekanizmaları daha sıklıkla kullandıklarını ortaya koymuştur (Wrosch ve ark., 2000; Heckhausen ve ark., 1998; Peng ve Lachman, 1993; Heckhausen, 1997; Brandtstadter ve Renner, 1990). Ayrıca, stratejik sosyal karşılaştırmaların incelendiği araştırmalar, tüm yaşlardaki yetişkinler tarafından bu stratejilerin yaygın ve düzenli olarak kullanıldığını ve hem birincil hem de ikincil kontrol bağlamında işlevsel bir araç olduğunu göstermektedir (Heckhausen ve Krueger, 1993; Heckhausen ve Brim, 1997; Heckhausen ve Wrosch, 1998).

Birincil kontrolün yaşam boyu sürdüğünü doğrudan olmamakla birlikte destekleyen bir grup çalışma ise içsel kontrolün yaşlılık dönemi boyunca sabit kaldığını göstermektedir. Diğer taraftan, eğer belirli alanlardaki işleyişe ilişkin yaşa bağlı gerilemeler varsa, örneğin sağlık ve zihinsel işleyiş gibi, o alanlarda kontrolün kaybedilmiş olarak algılandığını ancak; bunun tüm alanlardaki işleyişe genellenmediğini gösteren bulgular mevcuttur (Lachman, 1986; Lachman ve Burack, 1993). Bu durumda algılanan içsel kontrol ile ilgili bulgular, birincil kontrolün yetişkinlik dönemi boyunca durağan kaldığına ilişkin ek kanıt oluşturabilir (Lachman ve Burack, 1993; Schulz ve ark., 1994). Lachman ve Weaver (1998), tarafından yapılan bir çalışmada ise yaşamını genel olarak idare etme bağlamında yaş grupları arasında farklılık bulunmazken, yaşlı bireyler genç yetişkinlere ve orta yaşlılara göre daha sıklıkla bireysel sınırlamaları olduğunu ifade etmişlerdir. Belirli yaşam alanlarının kontrolüne ilişkin ölçümlerde ise, iş, eko-

nomik konular ve evlilik üzerinde yaşa bağlı olarak kontrolün arttığı gözlenirken, çocuklarla olan ilişkilerde ve cinsel yaşamda kontrolün yaşla birlikte azaldığı görülmüştür.

Aynı zamanda araştırmalar, hem birincil kontrol stratejisi hem de kendini koruyucu ikincil kontrol stratejisi ile yaşam doyumu, düşük depresyon düzeyi, algılanan kontrolün yüksek olması ve öznel olarak bireyin kendini iyi hissetmesi gibi başarılı gelişimin göstergeleri olarak kabul edilebilecek değişkenler arasında olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler ortaya koymuştur (Örn., Brandstadter ve Renner, 1990; Wrosch ve ark., 2000; Heckhausen ve ark., 1998). Bu yönde elde edilen sonuçlar, kontrol stratejilerinin yaşa uygun olarak kullanılmasının bireyin kendini iyi hissetmesi sonucunu doğuran başarılı bir gelişim sürecine ilişkin ipucu niteliğindedir.

Yaşam boyu kontrol kuramı, gelişimsel düzenleme modeli ve bu bağlamdaki görgül çalışmaların büyük bir kısmı Avrupa ülkeleri ve Amerika'da yürütülmüş ve bazı araştırmacılar tarafından Batı temelli olması nedeniyle eleştirilmiştir. Dolayısıyla, evrensel olduğu öne sürülen birtakım psikolojik süreçlerin yer aldığı gelişimsel düzenleme modelinin Batı kültürlerinin dışında farklı kültürler üzerinde benzer yaklaşımlarla incelenmesinin gereği ortadadır. Bu noktadan hareketle, çalışmada belli yetişkinlik dönemlerine karşılık gelecek biçimde seçilen yaş gruplarına göre başarılı yaşlanmada önemli görülen kontrol stratejileri ve optimizasyonun farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bunun yanı sıra, çalışmada Türk kültüründe birincil ve ikincil kontrolü tercih etme açısından bir farklılık olup olmadığı ve bu tercihin yaşa göre değişme gösterip göstermediği sorusuna yanıt aranmıştır. Temel alınan modelin önemli bileşenlerini oluşturan birincil kontrol ve ödünleyici ikincil kontrol stratejileri dikkate alındığında, toplumsal cinsiyet rollerinin yaratabileceği farklılık da önemli görülmüş ve bu nedenle cinsiyet de bir değişken olarak araştırmaya katılmıştır. Son olarak, model çerçevesinde ölçülmek istenen kontrol, seçim, seçenekleri karşılaştırma, geleceğe dönük plan yapabilme gibi özelliklere sahip olmanın eğitim

düzeyi ile önemli ölçüde ilişkili olabileceği düşünüldüğü için, çalışma en az temel eğitim almış kentli bireyler üzerinde yürütülmüştür.

Araştırmanın diğer amacını da, bir kişilik özelliği olan yaşama bakış açısı ile optimizasyon ve kontrol stratejileri arasındaki olası ilişkilerin incelenmesi oluşturmaktadır. Yaşam boyu kontrol kuramı temelinde, iyimser bir bakış açısının seçici birincil ve seçici ikincil kontrol ile olumlu yönde ilişkili olması, ödünleyici ikincil kontrol ile olumsuz yönde ilişkili olması beklenir. Bu noktadan hareketle, çalışmada yaşa bağlı olarak ortaya çıkan değişimlerin yanısıra, bireysel psikolojik değişkenlerden olan iyimserliğin de sözü edilen kontrol stratejilerini yordamada anlamlı katkılarının olup olmadığını belirlemenin yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Özetle, henüz yeni geliştirilmekte olması nedeniyle, görgül çalışmaların da sınırlı sayıda olduğu gelişimsel düzenleme modelinin, bu çalışma aracılığıyla bir Türk örneklemini üzerinde incelenmesinin modelin kültürlerarası geçerliliğine ilişkin önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu amaçla, çalışmada aşağıdaki sorular irdelenmiştir;

- Optimizasyon ve kontrol stratejileri yaş, eğitim düzeyi ve cinsiyete göre değişmekte midir?
- Birincil ve ikincil kontrolü tercih etme yaş, eğitim düzeyi ve cinsiyete göre değişmekte midir?
- İlgilenilen demografik değişkenler (eğitim düzeyi, cinsiyet, yaş) ile optimizasyon ve yaşam yönetimi değişkenleri, seçici birincil kontrol, ödünleyici birincil kontrol, seçici ikincil kontrol ve ödünleyici ikincil kontrol stratejilerinin her birini ne ölçüde yordamaktadır?

Yöntem

Örnekleme

Araştırmanın örneklemini 20-75 yaşları arasında, ortaokul, lise ve üniversite mezunu kadın ve erkek denekler oluşturmuştur. Her yaş grubunda yaklaşık 120 denek olmak üzere toplam 361 denek çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmada 20-35 yaş ($\bar{X} = 28.1$,

S = 4.71) arasındaki denekler genç yetişkin grubu, 40-55 yaşları ($\bar{X} = 45.73$, S = 4.72) arasındakiler orta yaş grubunu ve 60-75 yaş ($\bar{X} = 66.52$, S = 5.07) arasındakiler ise yaşlı grubu temsil etmektedir. Araştırmanın örneklemini, Ankara'da yaşayan ve orta sosyoekonomik düzeyi temsil ettiği düşünülen yetişkin ve yaşlı bireylerden seçilmiştir. Özellikle genç yetişkin ve orta yaş grubundaki denekleri, Hacettepe Üniversitesi'ne bağlı çeşitli fakülte ve yüksekokullarda çalışan öğretim elemanları, sağlık merkezi, banka ve rektörlük birimlerindeki idari personel, çeşitli özel ve kamuya ait bankalar ile Milli Eğitim Bakanlığına bağlı özel ve devlet okullarında farklı kademelerde görev yapanlar ve çeşitli özel şirketlerde çalışan ve araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü kişiler oluşturmaktadır. Çalışmayan ve emekli gruba ise çalışanlar yoluyla, ayrıca yaşlı grupta uygun özelliklere sahip kişilere Yaşlı Danışma Merkezi, Emekli Öğretmenler Lokali ve Emekli Memurlar Derneği gibi kurumlar aracılığıyla ulaşılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Optimizasyon ve Kontrol Stratejileri Ölçeği (OPS Ölçeği). Heckhausen ve Schulz (1993; 1995) tarafından geliştirilen OPS Ölçeği, kendini bildirim türünde, beş ayrı ölçekten oluşan bir araçtır. Sözü edilen ölçme aracı, optimizasyon stratejilerini, seçici birincil kontrol, ödünleyici birincil kontrol, seçici ikincil kontrol ve ödünleyici ikincil kontrol stratejilerini içermektedir. OPS Ölçeğinde, optimizasyon stratejisi 6 alt boyut içermekte, diğer dört kontrol stratejisinin her biri de 4 alt boyuttan oluşmaktadır (Bkz. Tablo 1). Araştırmacılar tarafından her boyut için paralel iki madde yazılmıştır. Böylelikle ölçek, optimizasyon stratejilerinde 12, diğer dört ölçekte 8'er madde olmak üzere, toplam 44 maddeden oluşmaktadır. Her madde, denekler tarafından "kesinlikle uygun değil" (1)'den "tamamiyle uygun" (5)'a doğru değişen bir ölçek üzerinde 1 ile 5 arasında derecelendirilmektedir. Araştırmacılar, ölçeklerin Cronbach alfa katsayılarının .79 ile .81 arasında değiştiğini, iki-yarım güvenilirlik katsayılarının ise .73 ile .90 arasında değiştiğini bildirmişlerdir (Heckhausen, Schulz ve Wrosch 1998). İngilizce ve Almanca

formları bulunan OPS Ölçeğinin Türkçe'ye çevirisi, geçerlik ve güvenilirlik çalışması araştırmacı tarafından yapılmıştır (Ayrıntılı bilgi için bkz. Uçanok, 2001).

Ölçeğin güvenilirliği, iç tutarlık ve iki-yarım güvenilirlik yöntemi ile belirlenmiştir. Ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları ve Guttman yöntemine göre belirlenen iki-yarım güvenilirlik katsayıları sırasıyla; optimizasyon için .74 ve .79, seçici birincil kontrol için .86 ve .87, ödünleyici birincil kontrol için .75 ve .81, seçici ikincil kontrol için .69 ve .75, ödünleyici ikincil kontrol için .65 ve .69 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara dayanarak ölçeklerin Cronbach alfa ve iki yarım güvenilirlik katsayıları ile belirlenen güvenilirliklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğuna karar verilmiştir.

Optimizasyon ve kontrol stratejilerinin birbirinden ayrı faktörler olarak güvenilir biçimde ayrışıp ayrışmadığını belirlemek ve ölçeğin geçerliğine kanıt oluşturabilmek amacıyla deneklerin OPS Ölçeğinden aldıkları puanlara doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Analiz sonucunda, ölçüm modeli genel olarak örneklemden elde edilen verilere karşı kabul edilebilir bir uyum göstermiştir, $X^2(199) = 750.78$, $N = 361$, $p < .001$; $RMS = .09$, $GFI = .84$, $AGFI = .80$. Bu sonuçlar, tanımlanan faktör yapısına ilişkin modelin geçerliğinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Ancak, ilk kez araştırmamızda model Türk örneklemini üzerinde sınıdığı için, bu model başlangıç model olarak kabul edilmiş, her bir kontrol stratejisini en iyi açıklayan boyutlara ulaşmaya kadar birtakım değişikliklere gidilerek çok sayıda model test edilmiş ve kontrol stratejilerini düşük faktör yükleri ile temsil eden alt boyutlar analizden çıkarılmıştır. Yapılan bu değişikliklerle elde edilen son modelde optimizasyon ve seçici birincil kontrol stratejisi üçer alt boyut ile, ödünleyici birincil kontrol, seçici ikincil kontrol ve ödünleyici ikincil kontrol stratejileri de ikişer alt boyut ile temsil edilmiştir (Bkz. Tablo 1). Elde edilen bu model verilere oldukça tatmin edici bir düzeyde uyum göstermiştir, $X^2(42) = 46.44$, $p = .295$, $N = 361$, $RMS = .02$, $GFI = .98$, $AGFI = .96$. Özetlenen uyum indeks-

lerinden de anlaşılacağı gibi, son model, Türk örnekleminden elde edilen veriyi, başlangıç modeline göre çok daha iyi açıklamaktadır. Bu nedenle, araştırmanın analizleri son model esas alınarak yapılmıştır.

na, bir başka deyişle iyimserliğe, düşük puan ise, yaşama olumsuz bakış açısına sahip olduğuna ya da kötümserliğe işaret etmektedir. Testin Türk kültüründe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Aydın ve

Tablo 1

OPS Ölçeğini Oluşturan (Alt) Ölçekler ve İlgili Alt Boyutlar

Optimizasyon

- yaşa uygun hedefler belirleme*
- uzun vadeli hedefler belirleme
- genel becerilere yatırım yapma*
- bedeli yüksek olan hedeflerden kaçınma
- çeşitliliği sürdürme*
- ilgilerin daralmasından kaçınma

Seçici Birincil Kontrol

- yeteneğe ve çabaya yatırım yapma*
- zamana yatırım yapma
- yeni beceriler öğrenme*
- zorluklarla savaşıma, mücadele etme*

Ödünleyici Birincil Kontrol

- diğer insanlardan yardım isteme*
- diğer insanlardan tavsiye, öğüt isteme*
- yeni yöntemlere başvurma
- alışılmışın dışında çözümler bulma

Seçici İkincil Kontrol

- bir hedefin değerini yükseltme*
- rekabet halinde olan diğer hedeflerin değerini düşürme
- kontrol algısını yükseltme*
- bir hedefe ulaşmanın olumlu sonuçlarını önceden tahmin etme

Ödünleyici İkincil Kontrol

- hedefi değiştirme veya vazgeçme
- kendini koruyucu yüklemeler yapma
- kendini koruyucu sosyal karşılaştırmalar yapma*
- kendi içinde sosyal karşılaştırmalar yapma*

* Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda Türk örnekleminde elde edilen alt boyutlar

Yaşam Yönelimi Testi (YYT). Araştırmada deneklerin yaşama bakış açısını ölçmek amacıyla Scheier ve Carver (1987) tarafından geliştirilen Yaşam Yönelimi Testi (Life Orientation Test) kullanılmıştır. Yaşam Yönelimi Testi, 4'ü dolgu maddesi olmak üzere 12 maddeden oluşan ve her maddesinde deneklere olumlu (iyimser) ya da olumsuz (kötümser) yönde bir ifade sunulan, 5 dereceli Likert tipinde bir ölçektir. Testten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 32'dir. YYT'den alınan yüksek puan, yaşama olumlu bakış açısına sahip olduğuna

Tezer (1991) tarafından yapılmıştır. Testin güvenilirliğine ilişkin kanıtlar test tekrar test yöntemi ve testin iç tutarlık katsayısı hesaplanarak elde edilmiştir. Testin test tekrar test katsayısı .77, Cronbach-alfa katsayısı .72 olarak bildirilmiştir. Ölçeğin geçerliğine ilişkin kanıtlar Beck Depresyon Ölçeği ölçüt alınarak elde edilmiştir. Beck Depresyon Ölçeği ve Yaşam Yönelimi Testi puanları arasında manidar ve negatif bir korelasyon bulunduğu belirtilmiştir ($r = -0.45$; $p < .001$).

Araştırmada deneklerin yaşı, cinsiyeti ve eğitim düzeyine ilişkin bilgilerin yanısıra medeni hali, mesleği ve çocuk sayısı gibi bilgiler Kişisel Bilgi Formuyla elde edilmiştir.

İşlem

Optimizasyon ve Kontrol Stratejileri Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi ve Kişisel Bilgi Formundan oluşan veri toplama araçları, deneklere işyeri, kurum veya ev ortamında bireysel olarak verilmiştir. Deneklerin büyük bir kısmı; özellikle genç yetişkin ve orta yaş grubu test ve ölçekleri kendi kendilerine cevaplamışlar ancak anlamadıkları herhangi bir noktanın aydınlatılması için araştırmacı da ortamda bulunmuştur. Örneklemin yaşlı grubuna ise uygulamalar, yaşa ve eğitim düzeyine bağlı olarak test ve ölçek maddelerinin olası bir karıştırıcı değişkenden etkilenmemesi için çoğunlukla araştırmacı tarafından bire bir gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

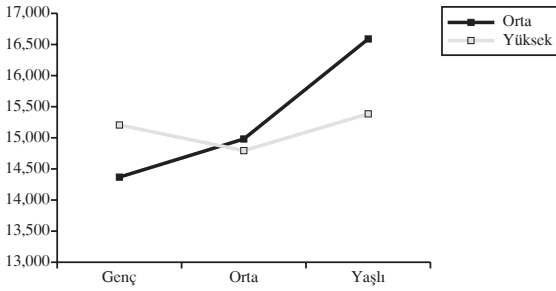
Araştırmanın ilk sorusuna yanıt aramak için, optimizasyon ve kontrol stratejisi alt ölçeklerinden alınan toplam puanlara 3 (Yaş Grubu) x 2 (Eğitim Düzeyi) x 2 (Cinsiyet) faktörlü MANOVA uygulanmıştır. Analiz sonuçları, yaş grubunun optimizasyon, seçici birincil kontrol, ödünleyici birincil kontrol, seçici ikincil kontrol ve ödünleyici ikincil kontrol stratejilerinin tümü üzerinde anlamlı etkisinin olduğu gözlenmektedir, $F(10, 690) = 7.73; p < .001$. Cinsiyetin de optimizasyon ve kontrol stratejileri üzerinde anlamlı etkisi görülmektedir, $F(5, 345) = 3.74; p < .01$. Bu noktada, MANOVA'da gözlenen anlamlı etkilerin hangi bağımlı değişkenden kaynaklandığını belirlemek için, her bir bağımlı değişkene ilişkin 3x2x2 ANOVA uygulamalarına gidilmiştir.

ANOVA sonuçlarına göre, yaş grubu değişkeninin seçici birincil kontrol stratejisi $F(2, 349) = 3.51; p < .05$; seçici ikincil kontrol stratejisi $F(2, 349) = 7.56; p < .01$; ve ödünleyici ikincil kontrol stratejisi $F(2, 349) = 35.51; p < .001$ üzerinde temel etkisinin anlamlı olduğu gözlenmiştir. Tukey testi kullanılarak yapılan çoklu karşılaştırmalarda; seçici birincil kontrol

rol stratejisi ele alındığında, hem orta yaşlıların (25.31) genç yetişkinlere (22.64) kıyasla, $q(2, 349) = 7.91; p < .05$, hem de yaşlıların (25.84) genç yetişkinlere kıyasla (22.64) bu stratejiyi daha fazla kullandıkları görülmektedir, $q(2, 349) = 9.50; p < .05$. Seçici ikincil kontrol stratejisi ele alındığında, genç yetişkinlerin (14.80) yaşlılara (15.94) göre, $q(2, 349) = 4.70; p < .05$, ayrıca orta yaşlıların da (14.88) yaşlılara (15.94) göre bu stratejiyi daha az kullandıkları görülmektedir, $q(2, 349) = 4.43; p < .05$. Ödünleyici ikincil kontrol açısından ele alındığında, genç yetişkinlerin (12.90) hem orta yaşlılara (14.83) kıyasla $q(2, 349) = 7.61; p < .05$, hem de yaşlılara (15.81) kıyasla ödünleyici ikincil kontrolü daha az kullandıkları görülmektedir, $q(2, 349) = 11.46; p < .05$. Ayrıca orta yaşlıların da (14.83) yaşlılara (15.81) kıyasla bu stratejiyi daha az kullandıkları görülmektedir, $q(2, 349) = 3.84; p < .05$.

Ödünleyici ikincil kontrol stratejisinde gözlenen cinsiyet temel etkisi $F(1, 349) = 10.71; p < .001$, kadınların (14.93) erkeklere (14.06) kıyasla bu grup stratejiyi daha fazla kullandıklarını ortaya koymuştur. Yaş grubu ve eğitim düzeyi ortak etkisi de sadece seçici ikincil kontrol stratejisinde gözlenmiştir, $F(2, 349) = 4.24; p < .05$. Ortalamalar arası karşılaştırmalara göre, orta dereceli okul mezunu bireylerde bu stratejinin kullanılması yaşla birlikte artış göstermiştir; yaşlılar (16.59) hem genç yetişkinlere (14.37) $q(3, 349) = 6.47; p < .05$, hem de orta yaşlılara (14.98) göre bu stratejiyi daha fazla kullanmışlardır $q(3, 349) = 4.69; p < .05$. Ters biçimde yüksek okul mezunu bireylerde ise yaşla birlikte seçici ikincil kontrol stratejisinin kullanımı azalmıştır. Bir başka deyişle, orta dereceli okul mezunu yaşlı bireyler (16.59) yüksek okul mezunu yaşlı bireylere (15.38) göre $q(2, 349) = 3.51; p < .05$, yüksek okul mezunu genç yetişkinler de (15.21) orta dereceli okul mezunu genç yetişkinlere (14.37) göre bu stratejiyi daha fazla kullanmışlardır $q(2, 349) = 2.80; p < .05$ (Bkz. Şekil 1).

Araştırmanın ikinci sorusuna yanıt aramak ve kontrol stratejilerine ilişkin özetleyici bir sonuç elde etmek için OPS Ölçeğinde yer alan seçici birincil,



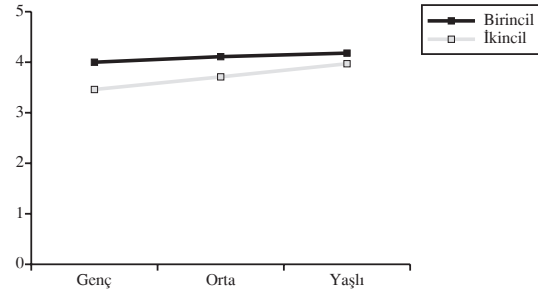
Şekil 1. Seçici İkincil Kontrol Stratejisine İlişkin Yaş Grubu x Eğitim Düzeyi Ortak Etkisi

ödünleyici birincil ve seçici ikincil, ödünleyici ikincil kontrol stratejisine ilişkin puanlar toplanıp, ortalaması alınarak birincil kontrol puanı ve ikincil kontrol puanı elde edilmiştir. Bu şekilde elde edilen ortalama puanlara 3 (Yaş Grubu) x 2 (Eğitim Düzeyi) x 2 (Cinsiyet) x 2 (Kontrol Stratejisi) son faktörde tekrar ölçümlü varyans analizi uygulanmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, yaş değişkeninin temel etkisi anlamlıdır, $F(2, 349) = 18.30; p < .001$. Tukey testi kullanılarak yapılan çoklu karşılaştırmalara göre, sadece genç yetişkinler ve yaşlılar arasında strateji kullanımı açısından anlamlı bir fark vardır, $q(3, 349) = 6.32; p < .01$. Ayrıca yaşa ve eğitim düzeyine bağlı olarak da kullanılan stratejiler değişmektedir, $F(2, 349) = 5.47; p < .05$. Ortalamalar arası karşılaştırmalar, orta eğitim düzeyinde genç yetişkin ve orta yaş grubu ile genç yetişkin ve yaşlı grup arasında kullanılan stratejiler açısından anlamlı farklılıklar ortaya koymaktadır (sırasıyla, $q(3, 349) = 4.12; p < .05$, $q(3, 349) = 7.06; p < .01$). Buna karşılık, yüksek okul mezunu deneklerde sadece genç yetişkin ve yaşlı grup arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır $q(3, 349) = 4.79; p < .05$.

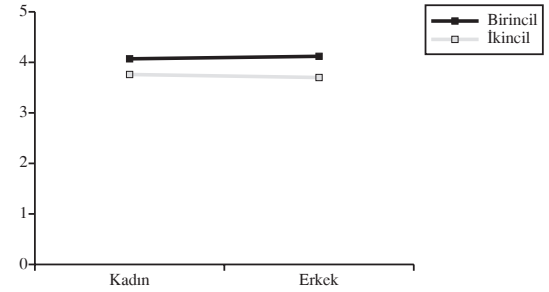
Ayrıca strateji temel etkisi $F(1, 349) = 151.73; p < .001$, yaş ve strateji ortak etkisi $F(2, 349) = 10.43; p < .001$ ve cinsiyet ve strateji ortak etkisi anlamlı bulunmuştur, $F(1, 349) = 7.34; p < .005$. Strateji temel etkisine ilişkin olarak ortalamalar incelendiğinde, birincil kontrol stratejisinin (4.10) ikincil kontrol stratejisine (3.72) göre daha fazla kullanıldığı görülmektedir. Yaş ve strateji ortak etkisine ilişkin olarak yapılan Tukey testi sonuçları; hem genç yetişkinler-

de $q(3, 349) = 6.18; p < .01$, hem de orta yaş grubunda birincil kontrol stratejisinin ikincil kontrol stratejisinden daha fazla kullanıldığını $q(3, 349) = 8.16; p < .01$ göstermektedir. Buna karşılık yaşlı grupta strateji kullanımı açısından herhangi bir fark bulunmamaktadır (Bkz. Şekil 2).



Şekil 2. Birincil ve İkincil Kontrol Stratejisine İlişkin Yaş Grubu x Strateji Ortak Etkisi

Cinsiyet ve strateji ortak etkisine ilişkin olarak yapılan Tukey testi sonucuna göre, erkekler birincil kontrol stratejisini ikincil kontrol stratejisine göre daha fazla kullanmaktadırlar $q(2, 349) = 7.13; p < .01$. Ayrıca erkekler kadınlara göre birincil kontrol stratejisine daha fazla başvurmaktadırlar $q(2, 349) =$



Şekil 3. Birincil ve İkincil Kontrol Stratejisine İlişkin Cinsiyet x Strateji Ortak Etkisi

6.07; $p < .01$ (Bkz. Şekil 3).

Araştırmanın son sorusuna yanıt aramak için farklı yaş gruplarındaki deneklerin kontrol stratejileri ölçeklerinden aldıkları puanlara Hiyerarşik Regresyon Analizi uygulanmıştır. Ancak daha önce optimizasyon, kontrol stratejileri ve yaşama bakış açısı arasındaki korelasyonlar, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Tekniği kullanılarak hesaplanmıştır.

Kuramsal modelde öne sürüldüğü gibi, optimizasyon ve kontrol stratejileri arasında ($r = .44, .38, .25; p < .01$), ödünleyici birincil kontrol dışında, olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Ayrıca, yaşama bakış açısı da optimizasyon ($r = .32; p < .01$) ve kontrol stratejileriyle ($r = .32, .30, .27; p < .01$) olumlu ve anlamlı ilişkiler göstermektedir. Ancak, ödünleyici birincil kontrol ile yaşama bakış açısı arasında anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir. Araştırmada eğitim düzeyi, cinsiyet, yaş, optimizasyon stratejisi ve yaşam yönelimi yordayıcı değişken olarak alınmıştır. Araştırmanın daha önceki bölümünde eğitim düzeyi, cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre kontrol stratejilerinde farklılık olup olmadığı ayrıntılı olarak ele alındığı için, belirtilen demografik değişkenler olası etkilerini kontrol etmek amacıyla analize ilk aşamada girilmiştir. Daha sonra analize bu araştırmanın amacı doğrultusunda optimizasyon değişkeni ikinci aşamada ve yaşam yönelimi de üçüncü aşamada girilmiştir.

Her aşamada tek başına katkıları olan değişkenlerin t değerleri incelendiğinde, seçici birincil kontrolü, birinci aşamada sadece yaşın ($t = 2.483; p < .05$), ikinci aşamada optimizasyonun ($t = 9.391; p < .001$) ve üçüncü aşamada da yaşam yöneliminin ($t = 3.896; p < .001$); seçici ikincil kontrolü, birinci aşamada yaşın ($t = 3.524; p < .001$), ikinci aşamada optimizasyonun ($t = 7.737; p < .001$) ve üçüncü aşamada da yaşam yöneliminin ($t = 3.571; p < .001$); ödünleyici ikincil kontrolü de birinci aşamada yaşın ($t = 8.347; p < .05$), ikinci aşamada optimizasyonun ($t = 4.514;$

$p < .001$) ve üçüncü aşamada da yaşam yöneliminin ($t = 3.848; p < .001$) anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (Bkz. Tablo 2).

Tartışma

Yaşa göre optimizasyon ve kontrol stratejilerine ilişkin bulgular incelendiğinde, optimizasyon stratejileri açısından yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemekten; seçici birincil kontrol stratejisini hem orta yaşlıların hem de yaşlıların genç yetişkinlere göre daha fazla kullandığı görülmektedir. Bu yönde elde edilen bulgu, yapılan görgül çalışmaların bazıları ile paralellik gösterirken (Heckhausen ve ark., 1998; Wrosch ve ark., 2000), diğer bazı çalışmalarla tutarlık göstermemektedir (Peng ve Lachman, 1993; Heckhausen, 1997; Brandstadter ve Renner, 1990; Heckhausen ve Schulz, 1994). Seçici birincil kontrolde ileri yaşlarda gözlenen bu artış, yaşlı bireylerin birincil kontrole, bir başka deyişle, çabaya ve sahip oldukları tüm kaynaklara yatırım yaparak kontrol potansiyelindeki yaşa bağlı gerilemeleri ödünleyebilecekleri, böylelikle belki de kendileri için önemli bazı hedeflere ulaşabilecekleri şeklinde yorumlanabilir. Bunun yanı sıra, yaşlı bireylerle yapılan alan araştırmalarının çoğunda kontrolü geliştirme müdahale programlarının oldukça önemli yararları olduğu ve yüksek düzeyde birincil kontrol sağlayan ortamları tercih ettikleri ve bu ortamlardan yararlandıkları belirtilmektedir (Schulz ve ark., 1994). Bu çerçevede ele alındığında, her yaştaki yetişkinin özellikle de yaşlı bireylerin eğer ellerinde imkan var-

Tablo 2

Seçici Birincil, Seçici İkincil ve Ödünleyici İkincil Kontrol Stratejilerinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz Aşaması	Yordayıcı Değişken	Seçici Birincil				Seçici İkincil				Ödünleyici İkincil			
		R	R ²	Beta	F	R	R ²	Beta	F	R	R ²	Beta	F
1	Eğitim			.084				-.039					-.057
	Cinsiyet			.061				.018					-.168
	Yaş	.170	.029	.130	3.555*	.189	.036	.184	4.403**	.426	.182	.401	26.441***
2	Optimizasyon	.471	.222	.442	25.367***	.418	.174	.375	18.813***	.475	.226	.212	26.000***
3	Yaşam Yönelimi	.504	.254	.190	24.137***	.451	.203	.180	18.098***	.507	.257	.187	24.569***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

sa, yaşamlarını doğrudan kontrol eden fırsatları mevcut koşullar çerçevesinde kullanmaya hazır oldukları ileri sürülebilir. Öyle ki bu stratejilerin gelişim dönemine uygun olan diğer ödünleyici stratejilere tercih edildiği anlaşılmaktadır.

Araştırmanın bulguları, ödünleyici birincil kontrol stratejisi açısından yaş grupları arasında farklılık olmadığını, söz konusu stratejinin tüm yaş gruplarında aynı düzeyde tercih edildiğini göstermektedir. Elde edilen bu sonuç, Heckhausen ve arkadaşlarının (1998) bulgularıyla tutarlık göstermektedir. Çalışmada ödünleyici birincil kontrolü başkalarından yardım alma, tavsiye isteme alt boyutları oluşturmaktadır. Bu sonuçtan yola çıkarak, hangi yaşta olunursa olunsun, herhangi bir hedefe ulaşmada bir engelle karşılaşıldığında, yeni çözümler üretmek, çare aramak yerine çevredeki diğer insanlardan yardım istemenin ve onlara danışmanın bizim kültürümüzde oldukça sık kullanılan bir ödünleme yöntemi olduğu söylenebilir. Bu bağlamda, kültürlerarası karşılaştırmaları içeren bir grup çalışma (İmamoğlu ve İmamoğlu, 1992a; 1992b; İmamoğlu ve ark., 1993) ülkemizde yaşlı bireylerin özellikle de erkeklerin daha geniş bir sosyal ilişki ağı olduğunu ve daha sıklıkla çevrelerindeki insanlarla görüştiklerini ortaya koymuştur. Bunun yanısıra, İsviçre’tekilerden farklı olarak, kendilerinden ve yaşamlarından memnuniyetlerinin sosyal ilişkileriyle doğrudan bağlantılı olduğu bulunmuştur. Ayrıca yaşlı Türkler, İsviçreli ve İngiliz yaşlılara göre komşuluk ilişkilerine daha fazla önem vermekte ve bu ilişkiler yaşam koşullarının önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Dolayısıyla, ülkemizde her yaştaki yetişkin bireyin çevresinde çok kolaylıkla ulaşabileceği geniş bir sosyal çevresi olması bu tür bir ödünleme yönteminin yaygın biçimde tercih edilmesinde önemli bir rol oynamış olabilir.

Araştırmada, hem seçici hem de ödünleyici ikincil kontrol stratejilerinde yaş ilerledikçe diğer araştırma bulgularıyla tutarlı bir biçimde artış gözlenmiştir (Wrosch ve ark., 2000; Heckhausen ve ark., 1998; Peng ve Lachman, 1993; Heckhausen, 1997; Brandstadter ve Renner, 1990). Orta yaşın sonlarının

da ve yaşlılıkta, yaşa bağlı engellenmelerin artması, harcanan çabanın bedelinin yüksek olması ve başarısızlıkla karşı karşıya gelme gibi faktörler birincil kontrolü geliştirmeyi ve sürdürmeyi zorlaştırmaktadır. Ayrıca, yaşanan yaşam süresi ile kalan yaşam süresi arasındaki oranın değişmesi nedeniyle, yaşamın bu dönemindeki bireye, geleceği değiştirmek yerine geçmişi yeniden yorumlamak daha yardımcı olabilir. Vaktinde ve işlevsel olarak kullanılacak ödünleme stratejilerinin Erikson’un (1982) kuramındaki yaşlılığa ilişkin çatışmanın olumlu biçimde çözümlenmesine katkı sağlayacağı ileri sürülebilir. Araştırmada ödünleyici ikincil kontrol, bireyin kendi kendisiyle karşılaştırmaların yanısıra diğerleriyle yaptığı sosyal karşılaştırmaları da içermekte, dolayısıyla, genç yetişkinlikten yaşlılığa doğru sosyal karşılaştırma açısından gözlenen artış, bu doğrultudaki araştırma bulgularını ve modelin öngörüsünü destekler nitelikte kabul edilebilir (Heckhausen ve Krueger, 1993; Heckhausen ve Brim, 1997; Heckhausen ve Wrosch, 1998).

Çalışmada ödünleyici ikincil kontrol stratejisi açısından cinsiyete göre de farklılık elde edilmiş; kadınların erkeklere göre ödünleyici ikincil kontrol stratejilerini daha fazla kullandıkları görülmüştür. Bu sonuca göre, bizim kültürümüzde kadınların daha sıklıkla stratejik biçimde kendilerini koruyucu yönde birey-içi sosyal karşılaştırmalar yaptığı söylenebilir. Cinsiyete ilişkin elde edilen bulgu, doğrudan ilişkili görünmemekle birlikte, farklı bir açıdan da değerlendirilebilir. Bu bağlamda, Kağıtçıbaşı (1998), içsel kontrole inanmanın her zaman daha iyi olduğu ve daha fazla özerklik belirttiği düşüncesinin oldukça yaygın olduğundan söz etmiştir. Buna uygun şekilde, Kağıtçıbaşı’nın (1973) çalışmasında ve bu konudaki diğer çalışmalarda (Lachman, 1986; Lachman ve Burack, 1993) kadınlar, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki gruplar, geleneksel toplumlardaki insanlar, etnik azınlıklar gibi daha az güçlü grupların içsel kontrole daha az, dışsal kontrole ise daha fazla inandıkları bulunmuştur. Kağıtçıbaşı, duruma bağlı olarak bu açıklamada belirli bir doğruluk payı olmakla birlikte, yukarıda sözü edilen daha az

güçlü gruplar için gerçekten de daha az kontrol imkanı olduğu ve bu durumun kontrol için güdülenme yaratamayacağına çoğunlukla gözardı edildiğini ifade etmektedir. Bu yaklaşımla, kadınların daha az güçlü grup içinde yer aldığı ve kontrol olanaklarının da sınırlı olduğu düşünülürse, daha sıklıkla ikincil kontrolü, hatta ödünleyici ikincil kontrolü tercih ettikleri ya da kullandıkları ileri sürülebilir.

Araştırmada, eğitim düzeyi daha yüksek genç bireylerde seçici ikincil kontrol stratejisi daha fazla kullanılırken, yaşlılıkta eğitim düzeyi görece olarak düşük bireylerde bu stratejinin daha fazla kullanıldığı görülmüştür. Üniversite veya daha üst düzeyde eğitim almış veya halen eğitimini sürdürmekte olan genç bireylerin sosyo-ekonomik düzeylerinin de yüksek olduğu düşünülürse, bu özelliklere sahip bireylerin seçenek havuzlarının da geniş olması beklenebilir. Bunun yanı sıra, kendilerine belirledikleri hedefleri sürdürebilecek hem ekonomik hem de sosyal desteklerinin daha fazla olduğu söylenebilir. Oysa görece olarak daha düşük sosyo-ekonomik düzeyden gelenler aynı olanaklara sahip olmayabilirler ve bu olanaklara sahip olmak ve hedeflerini gerçekleştirmek yaşamın daha sonraki dönemlerine ve hatta yaşlılığa doğru uzayabilir.

Çalışmanın bulguları, bizim kültürümüzde de birincil kontrolün ikincil kontrole tercih edildiğini açıkça ortaya koymaktadır. Genç yetişkinlerin ve orta yaşlıların birincil kontrolü ikincil kontrole tercih ettikleri, yaşlı grubun ise her iki kontrol stratejisini aynı sıklıkta kullandığı görülmektedir. Bu nedenle, sınırlı bir örneklem grubuyla da olsa, genellikle Batı temelli çalışmaların dışında farklı bir kültür üzerinde elde edilen bu sonucun, söz konusu görüşe ve kuramın öngörüsüne önemli ölçüde destek sağladığı söylenebilir. Diğer taraftan, Japonya gibi bazı kültürlerle Batılılar arasında birincil ve ikincil kontrolü tercih etme açısından farklılık olabileceği, aynı zamanda bireyci ya da toplulukçu bir kültürde yaşıyor olmanın da birine ya da diğerine öncelik verilmesinde olası bir rol oynayabileceği ifade edilmişti. Araştırmada, sosyo-kültürel değerler ya da bireycilik-toplulukçuluk değerlerini belirlemeye yönelik herhangi bir in-

celeme yapılmamıştır. Ancak, Çukur'un (1999) kültürel psikoloji ile ilgili yazısında özetlediği gibi, Türkiye, bazı çalışmalarda (Örn., Hofstede, 1980) toplulukçu sınıflamasına girerken, bazı uygulamalı çalışmalarda Türk kültürü bir bütün olarak toplulukçu uçta yer almamaktadır (Örn., Göregenli, 1995; İmamoğlu, 1987; Kağıtçıbaşı, 1998). Bunun yanı sıra, küreselleşme ve ekonomik gelişmeye paralel olarak, Batı'nın bireycilik eğilimleri Türk kültürünü etkilemeye başlasa bile, gerek ülke içinde gerekse diğer kültürlerle karşılaştırmalı olarak yapılan bir çok alanda araştırmalar, geleneksel ahlak, din ve sosyo-kültürel değerler bakımından farklılıklara işaret etmektedir (Örn., Göregenli, 1995; İmamoğlu ve ark., 1993; İmamoğlu ve Aygün, 1999; Kağıtçıbaşı, 1998; Kuşdil ve Kağıtçıbaşı, 2000). Bu çerçevede, Türk toplumundaki yetişkin ve yaşlı bireylerin sosyal ilişki ağının daha geniş olduğu, bireylerin içinde bulunduğu ya da ilişki içinde olduğu gruba daha fazla uyum gösterme eğiliminde olduğu ve yaşamını düzenleme konusunda bu eğilimin de önemli bir yer tuttuğu düşünülürse, ikincil kontrolün öncelikli tercihi yönünde bir sonuç beklenebilirdi. Bu bağlamda, bireyin yaşamını düzenlemede kullandığı optimizasyon ve kontrol stratejileri daha genel ve soyut anlamda değil, aile ve yakın akraba ilişkileri, çocukların geleceği, meslek yaşamı gibi yaşamın farklı alanlarını içerecek şekilde incelenebilmiş olsaydı kültürlerarası farkı daha açık bir biçimde görmek mümkün olabilirdi. Elde edilen bu yöndeki sonucu değerlendirirken dikkate alınması gereken noktalardan birisi de örneklemin özelliğidir. Bu bakımdan örneklemin, bugüne kadar modeli sınavan Batı kültürlerindeki çalışmalarda ele alınan kentli örneklemden çok farklı olmadığı ileri sürülebilir ve bulguların benzerliği, örneklemin benzerliği açısından da değerlendirilebilir.

Araştırmada elde edilen bir başka önemli bulgu, erkeklerin birincil kontrolü ikincil kontrole göre daha fazla tercih ettiklerini ortaya koymuştur. Aynı zamanda, erkekler kadınlara göre de birincil kontrolü daha fazla tercih etmişlerdir. Elde edilen bu sonuç Türk kültüründe cinsiyete bağlı geleneksel roller çerçevesinde ele alındığında beklentilerle uyum göster-

diği söylenebilir. Toplumumuzda görel olarak kadının daha edilgen ve uyum sağlamaya yönelik işlevi olduğu ve kendi istekleri ve ihtiyaçları doğrultusunda çevresel koşulları düzenleme konusunda olanaklarının daha sınırlı olduğu düşünüldüğünde, cinsiyet açısından elde edilen bu fark kültüre özgü bir sonuç olarak nitelendirilebilir.

Bulgular, modelde tanımlanan kontrol stratejileri ile optimizasyon arasında genellikle olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler olduğunu, öngörüldüğü gibi optimizasyonun sözü edilen stratejileri anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Seçici birincil kontrol stratejisinin optimizasyon ile diğer kontrol stratejilerine göre daha güçlü bir ilişki sergilediği, optimizasyonun söz konusu stratejiyi açıklama gücünün de yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre bireyin, yaşamını iyi hale getirme ya da olumlu biçimde değiştirmeye yönelik hedefleri konusunda ikna olduğunda, koşullar elverdiğince tüm kaynaklarını bu yönde kullanarak, zorluklar ve engellerle mücadele etmekten kaçınmadığı ileri sürülebilir. İkincil kontrol stratejileri ile optimizasyon arasında da olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler elde edilmiş, optimizasyonun hem seçici ikincil hem de ödünleyici ikincil kontrol stratejisini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Buradan hareketle, hem birey için önemli olan herhangi bir hedefe ilişkin sebat etme ve ısrarlı davranma hem de ulaşılması artık mümkün olmayan hedeflerden vazgeçerek başarısızlığın olası etkilerini en aza indirme çabalarında, bireyin yaşamını gözden geçirme ve yeniden yapılandırma isteğinin, önemli rolü olduğu ileri sürülebilir. Ancak, optimizasyonun ödünleyici birincil kontrol stratejisi ile ilişkisi beklenden daha zayıf bulunmuş ve ilgili stratejiyi anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür. Elde edilen bu sonuç, hem Heckhausen ve arkadaşlarının (1998) bulguları, hem de modelin öngörüsü ile tutarlık göstermemekte ve bireyin yaşamını iyi hale getirme çabalarının bu kontrol stratejisindeki değişmeyi açıklamaya herhangi bir katkısının olmaması ilginç bir sonuç ortaya koymaktadır.

Araştırmada beklentiler doğrultusunda, yaşama bakış açısının seçici birincil ve seçici ikincil kontrol

stratejileri ile olumlu yönde ve yüksek düzeyde ilişkiler sergilediği ve sözü edilen stratejileri anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Araştırmacılar, hedeflenen sonucun ulaşılabilir olduğunu düşünen ya da bunu önceden gören kişilerin, hedefin ya da sonucun zorluğundan bağımsız olarak, mücadele etmeye devam ettiklerini belirtmektedirler (Scheier ve Carver, 1992). Buna karşılık, eğer sonuçlar ulaşılabilir gibi görünmüyorsa, o zaman bireyler çaba göstermekten vazgeçmekte ve kendilerine koydukları hedefleri değiştirmektedirler. Bu nedenle araştırmacılar, bireyin beklentilerini, mücadele etmeye devam etmek ya da vazgeçmek şeklinde iki ayrı davranış biçiminin temel belirleyicisi olarak görmektedirler. Bu noktadan hareketle, bir kişilik özelliği olarak iyimser olmak ya da yaşama olumlu bakış açısına sahip olmak, en genel anlamıyla olabileceklerin en iyisini bekleme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Scheier ve Carver, 1987). Bu kişilik özelliğine sahip bireyler, karşılaştıkları engeller ne olursa olsun güven duygularını kaybetmemekte, problemlerinin çözümleneceği yönündeki olumlu beklentilerine bağlı olarak sürekli çaba göstermekte ve sorunlarla daha etkin bir biçimde başa çıkabilmektedirler (Scheier ve Carver, 1992; 1987; 1985). Bulguları bu yaklaşımla değerlendirdiğimizde, belirtilen özelliklere sahip bireylerin kendilerine belirledikleri hedeflere ulaşma konusunda daha iyimser oldukları ve daha ısrarlı davranarak, sahip oldukları tüm davranışsal ve güdüsel kaynakları bu doğrultuda harcadıkları, bir başka deyişle seçici birincil ve seçici ikincil kontrol stratejilerini daha sıklıkla kullandıkları söylenebilir.

Araştırmada model çerçevesindeki yordamaların tersine, yaşama bakış açısı ile ödünleyici ikincil kontrol stratejisi arasında da olumlu yönde ve güçlü bir ilişki gözlenmiştir. Yaşama daha olumlu bakış açısına sahip bireylerin, stres yaratan durumlarla başa çıkmada daha aktif oldukları ve problem çözmeye yönelik davrandıkları araştırma bulgularıyla ortaya konmuştur (Carver ve Scheier, 1982; Scheier ve ark., 1986). Dolayısıyla, bu tür bir kişilik özelliğine sahip olma ile belirlenen hedeften vazgeçme arasında olumsuz bir ilişki beklenebilir. Ancak araştırmada,

ödünleyici ikincil kontrol stratejisi, bireyin kendisini daha zor durumda olan kişilerle karşılaştırarak ve daha başarılı olduğu diğer alanları düşünerek başarısızlığını telafi etmesi ya da kendini teselli etmesi ile temsil edilmiş, hedeften vazgeçmeye yönelik alt boyutlar yer almamıştır. Bu açıdan bakıldığında elde edilen olumlu yöndeki ilişki, daha olumlu bakış açısına sahip bireylerin, her koşulda kendilerini daha iyi hissetmeye yönelik yüklemeler ve karşılaştırmalar yapmasıyla açıklanabilir.

Sonuç olarak, iyimser bir yaşam yönelimine sahip olmanın bireylerin yaşamları boyunca gelişmelerini düzenlemede kullandıkları kontrol stratejilerini olumlu yönde etkileyebilecek bir değişken olma potansiyeli taşıdığı söylenebilir. Günümüzde modern yaşamın gereği olarak bireyler, günlük işleyişe ilişkin yaşam becerilerini sürdürmek ve yaşama ilişkin hedeflerine ulaşmak için çaba harcamak, kendilerini yeni durumlara ayarlamak ve engellendiklerinde de yeni yollar bulmak durumundadırlar. Dolayısıyla iyimser bir yaşam yönelimine sahip olmak, hem doğrudan hem de kontrol stratejileri üzerindeki dolaylı etkisi yoluyla, belirlenen hedeflere ulaşmayı ve başarıyı olumlu yönde etkileyebilir. Ayrıca yaş ilerledikçe yaşama bakış açısının daha olumlu hale geldiği, ileri yaşlardaki bireylerin daha iyimser oldukları söylenebilir. Bu bağlamda, 75 yaş üstü bireylerin de yer aldığı bir çalışmada, genç yaşlı olarak tanımlanan 75 yaşın altındaki bireylerde iyimserlik yaşam doyumuyla olumlu yönde ilişkiliyken, 75 yaşın üstündeki bireylerde olumsuz yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Yaşam doyumunun yaş ilerledikçe azalması, ölüm kaygısı ya da gelecekte kaçınma duygusundan daha çok gerçek yaşlanmaya bağlı performans kayıplarıyla ilişkili olabileceği ileri sürülmektedir (Lennings, 2000). Bu araştırma bulgusu dikkate alındığında, ileride yapılacak olan çalışmalarda sözü edilen stratejilerin hem daha yaşlı bireylerde (75 yaş üstü) iyimserlik ile ilişkilerinin hem de yaşama bakışı daha olumsuz olan bireylerde durumun ele alınması modelin zenginleştirilmesi açısından önemli bilgiler sağlayabilir.

Özetle, bu çalışmada başarılı bir yetişkinlik ve

yaşlılık için gelişimsel düzenlemede rol oynayan kontrol stratejilerindeki gelişimsel değişimler ve bir kişilik özelliği olan iyimserlik ile kontrol stratejileri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu açıdan elde edilen bulgular, ödünleyici birincil kontrol stratejisi dışında tüm stratejilerin genel olarak ileri yaşlarda daha fazla kullanıldığını, diğer insanlardan yardım ve tavsiye istemeyi içeren ödünleme yönteminin ise hemen her yaşta sıklıkla tercih edildiğini ortaya koymaktadır. Bir kişilik özelliği olarak daha iyimser olan insanların hem hedefi seçme ve onu sürdürmeyele ilgili kontrol stratejilerini hem de kendilerini korumaya dönük ödünlemeleri daha fazla kullandıkları görülmüştür. Kendine bir hedef seçme ve bu hedefe ulaşmada sebat etme, yükseköğretim mezunu genç bireylerde daha sık görülürken, ileri yaşlarda azaldığı, ancak ileri yaşlarda eğitim düzeyi görece olarak düşük bireylerde bu kontrol yönteminin daha fazla kullanıldığı görülmüştür. Kadınlarda ise benliği korumaya yönelik ödünlemelerin erkeklere göre daha fazla kullanıldığı gözlenmektedir. Kontrol stratejileri birincil ve ikincil olma özellikleri açısından karşılaştırıldığında, birincil kontrol stratejilerinin daima ikincil kontrol stratejilerinden daha fazla tercih edildiği görülmüştür. Aslında bu bulgu, hem kontrolle ilgili literatüre hem de modelin öngörülleri ve bulgulara uygun düşmektedir. Yine ilginç olarak yaşlılığa ilişkin gelişim literatürü ile tutarlı biçimde, bu grupta birincil kontrolün anlamlı biçimde bir azalma göstermediği ancak yaşın ilerlemesiyle birlikte ortaya çıkan biyolojik sınırlılıkları ödünleme ve optimum gelişimi koruma adına ikincil kontrol stratejilerinin de en az birincil stratejiler kadar sıklıkla kullanıldığı görülmektedir.

Son olarak, iki önemli noktaya değinmenin yararlı olacağı düşünülmektedir. Bunlardan birincisi, Gould'un (1999) da açıkça ifade ettiği gibi, birincil ve ikincil kontrolün ve bu çerçevede tanımlanan kontrol stratejilerinin geçerliğinin daha geniş kültürlerarası temelde incelenmesi gereğidir. İkincisi ise, sözü edilen bu kontrol biçimlerinin ve yöntemlerinin farklı gelişim dönemlerinde ve farklı ortamlarda incelenmesinin gerektiğidir. Bu bağlamda, birincil

kontrolün tehdit altında olduğu ya da bireyin kontrolü kaybettiği veya ikincil kontrolün özellikle yararlı olduğu durumların ele alınması önemli görülmektedir. Bu türden araştırmalardan elde edilecek sonuçların; hem bireylerin yaşamın hangi alanlarında ve neleri kontrol edebileceklerine ilişkin farkındalık sağlama yönündeki toplumsal amaçlı çalışmalara rehberlik edebileceği, hem de sağlıklı, üretken bir yetkinlik ve yaşlılık dönemi için geliştirilecek politikalara yön verebileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Azuma, H. (1984). Secondary control as a heterogeneous category. *American Psychologist*, 39, 970-971.
- Aydın, G., & Tezer, G. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Psikoloji Dergisi*, 26, 2-9.
- Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23 (5), 611-626.
- Baltes, P. B. (1991). The many faces of human aging: Toward a psychological culture of old age. *Psychological Medicine*, 21, 837-854.
- Baltes, P. B., Reese, H. W., & Lipsitt, L. P. (1980). Life-Span developmental psychology. *Annual Review of Psychology*, 31, 65-110.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes & M. M. Baltes (Ed.), *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences* (pp. 1-34). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B., Staudinger, U. M., & Lindenberger, U. (1999). Lifespan psychology: Theory and application to intellectual functioning. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-507.
- Brandtstadter, J., & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexibility goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilation and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging*, 5, 58-67.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1982). Control theory: A useful framework for personality, social, clinical and health psychology. *Psychological Bulletin*, 92, 11-135.
- Çukur, C. Ş. (1999). Kültürün psikoloji bilimindeki yeri üzerine görüşler. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1(3), 1-16.
- Erikson, E. H. (1982). *The Life cycle completed: Review*. New York: Norton.
- Essau, C. A., & Trommsdorff, G. (1996). Coping with university-related problems: A cross cultural comparison. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 27, 315-328.
- Gould, S. J. (1999). A Critique of Heckhausen and Schulz's (1995) life-span theory of control from a cross-cultural perspective. *Psychological Review*, 106 (3), 597-604.
- Göregenli, M. (1995). Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10, 1-14.
- Heckhausen, J. (1997). Developmental regulation across adulthood: Primary and secondary control of age-related challenges. *Developmental Psychology*, 33 (1), 176-187.
- Heckhausen, J. (1999). *Developmental Regulation in Adulthood: Age-Normative and Sociostructural Constraints as Adaptive Challenges*. New York: Cambridge University Press.
- Heckhausen, J., & Brim, O. G. (1997). Perceived problems for self and others: Self-protection by social downgrading through adulthood. *Psychology and Aging*, 12 (4), 610-619.
- Heckhausen, J., & Krueger, J. (1993). Developmental expectations for the self and most other people: Age grading in three functions of social comparison. *Developmental Psychology*, 29 (3), 539-548.
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1993). Optimisation by selection and compensation: Balancing primary and secondary control in life span development. *International Journal of Behavioral Development*, 16 (2), 287-303.
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1994). Primacy of primary control as a universal feature of human behavior. Paper presented at the 13th Biennial Meetings of the International Society for the Study of Behavioral Development, Amsterdam.
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1995). A Life-Span theory of control. *Psychological Review*, 102 (2), 284-304.
- Heckhausen, J., & Schulz, R. (1999). The primacy of primary control is a human universal: A Reply to Gould's (1999) critique of the life-span theory of control. *Psychological Review*, 106 (3), 605-609.
- Heckhausen, J., Schulz, R., & Wrosch, C. (1998). Developmental regulation in adulthood: Optimization in primary and secondary control. Manuscript submitted for publication, Max Planck Institute for Human Development, Berlin.

- Heckhausen, J., & Wrosch, C. (1998). Social comparison as a strategy of developmental regulation in adulthood. Manuscript in preparation, Max Planck Institute for Human Development, Berlin.
- İmamoğlu, O. E. (1987). An interdependence model of human development. In Ç. Kağıtçıbaşı (Ed.) *Growth and Progress in Cross-cultural Psychology* (pp. 138-145). Lisse, Holland: Swets & Zeitlinger.
- İmamoğlu, O. E., & İmamoğlu, V. (1992a). Housing and living environments of the Turkish elderly. *Journal of Environmental Psychology, 12*, 35-43.
- İmamoğlu, O. E., & İmamoğlu, V. (1992b). Life situations and attitudes of the Turkish elderly toward institutional living within a cross-cultural perspective. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences, 47* (2), 102-108.
- İmamoğlu, E. O., Küller, R., İmamoğlu, V., & Küller, M. (1993). The social psychological worlds of Swedes and Turks in and around retirement. *The Journal of Cross-Cultural Psychology, 24* (1), 26-41.
- İmamoğlu, E. O., & Aygün, Z. K. (1999). 1970'lerden 1990'lara değerler: Üniversite düzeyinde gözlenen zaman, kuşak ve cinsiyet farklılıkları. *Türk Psikoloji Dergisi, 14* (44), 1-18.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1998). *Kültürel Psikoloji: Kültür Bağlamında İnsan ve Aile*. İstanbul: Altan Matbaacılık Ltı. Şti.
- Kuşdil, M. E., & Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). Türk öğretmenlerin değer yönelimleri ve Schwartz Değer Kuramı. *Türk Psikoloji Dergisi, 15* (45), 59-76.
- Lachman, M. E. (1986). Locus of control in aging research: A case for multidimensional and domain-specific assessment. *Psychology and Aging, 1*, 34-40.
- Lachman, M. E., & Burack, O. R. (1993). Planning and control processes across the life course: An overview. *International Journal of Behavioral Development, 16*, 131-145.
- 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*, 553-562.
- Lennings, C. J. (2000). Optimism, satisfaction and time perspective in the elderly. *International Journal of Aging and Human Development, 51* (3), 167-181.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion and motivation. *Psychological Review, 98*, 224-253.
- Peng, Y., & Lachman, M. E. (1993). Primary and secondary control: Age and cultural differences. Paper presented at 101st Annual Convention of the American Psychological Association, Toronto.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R., & Synder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A Two-Process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology, 42* (1), 5-37.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality, 55* (2), 169-210.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research, 16*, 201-228.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology, 51* (6), 1257-1264.
- Schulz, R., & Heckhausen, J. (1996). A Life-Span model of successful aging. *American Psychologist, 51* (7), 702-714.
- Schulz, R., & Heckhausen, J. (1999). Aging, culture and control: Setting a new research agenda. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences, 54B* (3), 139-145.
- Schulz, R., Heckhausen, J., & O'Brien, A. T. (1994). Control and the disablement process in the elderly. *Journal of Social Behavior and Personality, 9*, 139-152.
- Schulz, R., Heckhausen, J., & Locher, J. L. (1991). Adult development, control and adaptive functioning. *Journal of Social Issues, 47* (4), 177-196.
- Seginer, R., Trommsdorff, R., & Essau, C. (1993). Adolescent control beliefs: Cross-cultural variations of primary and secondary control orientations. *International Journal of Behavioral Development, 16*, 243-260.
- Uçanok, Z. (2001). *Gelişimsel Düzenleme Modeli Çerçevesinde Genç Yetişkin, Orta Yaş ve Yaşlılıkta Kontrol Stratejilerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Weisz, J. R., Rothbaum, F. M., & Blackburn, T. C. (1984). Standing out and standing in. The psychology of control in America and Japan. *American Psychologist, 39* (9), 955-969.
- Wrosch, C., Heckhausen, J., & Lachman, M. E. (2000). Primary and secondary control strategies for managing health and financial stress across adulthood. *Psychology and Aging, 15* (3), 387-399.

Summary

Developmental Regulation Across Adulthood: An Investigation of Control Strategies

Zehra Uçanok*

Hacettepe Üniversitesi

Heckhausen and Schulz (1993; 1995) proposed a two-dimensional model of optimization in primary and secondary control (OPS Model). The OPS model extends and elaborates Baltes and Baltes' (1990) *model of selective optimization with compensation* by integrating it with the *life span theory of primary and secondary control* (Heckhausen and Schulz, 1995). The OPS model conceptualizes developmental regulation as being composed of the dimensions of primary and secondary control on the one hand and the selection and compensation on the other (Heckhausen & Schulz, 1993; 1995; Schulz & Heckhausen; Heckhausen, 1999). Four types of control strategies are identified in this two dimensional model.

The first one is selective primary control which refers to focused investment of resources such as time, effort, abilities and skills in the attainment of goals. The second one is compensatory primary control which is required when the given internal resources of the individual prove to be insufficient to attain a chosen goal, as in young children or frail, elderly people. The third type of control is selective secondary control that is directed to the internal world of the individual to promote the volitional commitment to a chosen goal. The fourth one is compensatory secondary control which is aimed at minimizing negative effects of failure on the individual's self-esteem and motivational resources, such as perceived personal control and self-efficacy. The effective use of each of the four strategies is regulated by a high order process: optimization. Optimization balances the employment of the four

strategies according to the developmental opportunities and constraints, so as to expand, maintain and protect the long-term potential for primary control (Heckhausen & Schulz, 1995; Schulz & Heckhausen, 1996; Heckhausen, 1999).

A number of empirical studies have confirmed age-differential endorsement of primary and secondary control strategies. With respect to compensatory secondary control, cross-sectional studies provide evidence that older adults, as compared with younger adults, use strategies associated with compensatory secondary control more frequently (Heckhausen, Schulz & Wrosch, 1998; Peng & Lachman, 1993; Wrosch & Heckhausen, 1999). In contrast, the empirical evidence with respect to age differences in primary control is inconsistent. Cross-sectional studies have shown an age-graded increase (Heckhausen et al., 1998; Wrosch et al., 2000), stability (Heckhausen, 1997; Peng & Lachman, 1993) or decrease (Brandtstadter & Renner, 1990; Heckhausen & Schulz, 1994) in strategies associated with primary control. With respect to the relationship between control strategies and other variables of interest, empirical studies have confirmed that both primary and self-protective secondary control strategies are positively correlated with several indicators of successful development, such as life satisfaction, low depression, perceived control and subjective well-being (eg., Brandtstadter & Renner, 1990; Heckhausen et al., 1998).

The main purpose of this study was to investigate

*Address for Correspondence: Zehra Uçanok, Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, 06532 Ankara, Turkey.
E-mail: ucanok@hacettepe.edu.tr

the developmental regulation model from a life-span perspective. Optimization and control strategies were investigated in the framework of this model in Turkish culture. And life orientation variable was added to the design assuming that dispositional optimism may be closely related with control strategies.

Method

Participants

The sample consisted of 361 male and female subjects from different educational levels. There were three age groups representing young adulthood (age range = 20-35 years; $M = 28.1$, $SD = 4.71$), middle age (age range = 40-55 years; $M = 45.73$, $SD = 4.72$) and old age (age range = 60-75 years; $M = 66.52$, $SD = 5.07$).

Measures

“Optimization and Control Strategies Scale (OPS Scale)” and “Life Orientation Test” were used for collecting data. The Life Orientation Test (Scheier & Carver, 1987) consisted of twelve items, of which eight items assessed dispositional optimism. Reliability and validity of the Optimization and Control Strategies Scale for Turkish culture were studied by the researcher. Internal consistency and split-half reliability techniques were used for estimating reliability. and confirmatory factor analysis was utilized for assessing validity of the OPS Scales. Cronbach alpha coefficients of the OPS Scale range between .65 and .86.; split-half coefficients range between .69 and .87 in Turkish sample. Since the developmental regulation model was tested both empirically and statistically in a Turkish sample for the first time, the first model was named as an initial model, ($\chi^2(199) = 750.78$, $N = 361$, $p < .001$; $RMS = .09$, $GFI = .84$, $AGFI = .80$). Next, in order to get the most representative model for our sample, a number of different models were tested. Finally, the most fitted model to the data was labelled as a revised model, ($\chi^2(42) = 46.44$, $N = 361$, $RMS = .02$, $GFI = .98$, $AGFI = .96$) for this

study, and further analyses were based upon this model.

Results

The analyses were conducted in three steps. Firstly, the main and interaction effects of age groups, sex and educational level on the endorsement of control and optimization strategies were investigated. A significant main effect of age showed that use of all control strategies except the compensatory primary control strategy increased by age. In addition, it was revealed that the effects of age variable significantly interacted with educational level on the scores of selective secondary control strategy. Further post-hoc analyses yielded that young adults with higher educational level were used this strategy more than those with lower education level. In the old age groups, on the contrary, participants with higher education used the selective secondary control strategy less than those with lower education. The main effect of sex was also significant, indicating that female participants used the compensatory secondary control strategy more than males did.

Secondly, to get a conclusive explanation about primary and secondary control strategies, they were also compared. This comparison indicated that the primary control was used more than the secondary control in all age groups, except the oldest one. Strategy and gender interaction revealed that male participants used more primary control strategies than female participants did.

Finally, in order to investigate the predictive relationship of optimization and life orientation with control strategies, hierarchical regression analyses were carried out. The results showed that optimization and life orientation significantly predicted selective primary, selective secondary and compensatory secondary control strategies.

Discussion

The findings of this study revealed an age-related differences in the endorsement of control strategies.

With respect to selective primary control, older and middle age groups as compared with younger adults more frequently use this of strategy. This finding is consistent with the results of some of the previous studies (Heckhausen et al., 1998; Wrosch et al., 2000), but not with some others (Peng & Lachman, 1993; Heckhausen, 1997; Brandtstadter & Renner, 1990; Heckhausen & Schulz, 1994). In contrast, there were no age differences in compensatory primary control including other people's help and advice which means that this type of strategy highly valued by all age groups. Our findings indicated age-related differences in terms of both selective and compensatory secondary control that were also consistent with previous research (Heckhausen et al., 1998; Wrosch et al., 2000; Peng & Lachman, 1993; Heckhausen, 1997; Brandtstadter & Renner, 1990; Heckhausen & Schulz, 1994). From these findings, it can be said that, strategic social comparisons are much more commonly used as the age increases (Heckhausen & Krueger, 1993; Heckhausen & Brim, 1997; Heckhausen & Wrosch, 1998).

The comparison of the primary and secondary control indicated the primacy of primary control, except for the old age group. This finding confirmed the prediction of life span theory of control, and it can be accepted as a cross-cultural support for the view that "the primacy of primary control is invariant across cultures and historical time"

(Heckhausen & Schulz, 1995, p. 286). On the other hand, findings related to gender indicated that female participants used the compensatory secondary control strategy more than males did; however, male participants used more primary control strategies than females did. Findings also yielded an age and educational level interaction effect on selective secondary control strategy. Therefore, much more detailed investigation of control strategies in terms of gender and educational level from a crosscultural perspective can be suggested in order to improve the developmental regulation model.

With respect to the predictive relations between control strategies and life orientation, findings have confirmed the predictions of life span theory of control in terms of selective primary and selective secondary control. However, contrary to predictions, findings revealed a positive and strong correlation between life orientation and compensatory secondary control strategy.

Overall, it can be concluded that, the present study's findings on age-related differences in optimization and control strategies and relationship between control strategies and life orientation confirm the predictions based on the OPS life span model in Turkish culture.