

Genel Özyeterliğin Akademik Özgüvene Etkisinde Boş Zaman Tatmininin
Aracılık Rolü

Ramazan ÖZAVCI¹, Mehmet Enes SAĞAR², Okan ÜNVER³

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1349486>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

¹Bingöl Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi,
Bingöl/Türkiye

²Afyon Kocatepe
Üniversitesi, Eğitim
Fakültesi, Rehberlik ve
Psikolojik Danışmanlık
Anabilim Dalı,
Afyonkarahisar/Türkiye

³Çanakkale Onsekiz Mart
Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi,
Çanakkale/Türkiye

Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde genel özyeterliğin akademik özgüvene etkisinde boş zaman tatmininin aracılık rolünü incelemektir. Araştırmaya 2023 yılının bahar döneminde Türkiye'deki farklı üniversitelerde öğrenciliği bulunan 386 kişi katılmıştır. Öğrencilerin genel özyeterlik, akademik özgüven ve boş zaman tatminlerinin belirlenebilmesi adına üç ölçek kullanılırken betimsel sonuçların incelenmesi amacıyla bilgi formu kullanılmıştır. Kurgulanan teorik modele göre belirlenen hipotezler öncelikle düzenlemeler ve temel varsayımların belirlenmesi adına SPSS programına aktarılmıştır. Yapısal modelin test edilmesi için AMOS programı kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre, genel özyeterliğin akademik özgüven ve boş zaman tatminine etkisi anlamlı bulunmuştur. Ayrıca boş zaman tatmini de akademik özgüveni istatistiksel olarak anlamlı biçimde etkilediği belirlenmiştir. Aracılık analizinde de genel özyeterliğin akademik sosyal yeterliği boş zaman tatmini üzerinden %16,9 oranında açıkladığı, akademik motivasyonu %12,6 ve akademik sosyal doyumu da %14,3 oranında etkilediği tespit edilmiştir. Böylece öğrencilerin genel özyeterlik düzeylerinin akademik özgüvene etkisinde boş zaman tatminin kısmı bir aracılık etkisine sahip olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak, genel özyeterliliğin akademik özgüvene anlamlı bir etkisinin olduğu ve boş zaman tatminin bu etkileşimde önemli bir aracılık role sahip olduğu anlaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Akademik Özgüven, Boş Zaman Tatmini, Genel Özyeterlik.

Sorumlu Yazar:
Ramazan ÖZAVCI
ramazanozavcii@gmail.com

The Mediating Role of Leisure Time Satisfaction in The
Effect of General Self-Efficacy on Academic Self-
Confidence

Abstract

The purpose of this research is to examine the mediating role of leisure satisfaction in the effect of general self-efficacy on academic self-confidence in university students. In the spring term of 2023, 386 students who were students at different universities in Turkey participated in the research. While three scales were used to determine the general self-efficacy, academic self-confidence and leisure satisfaction of the students, the information form was used to examine the descriptive results. The hypotheses determined according to the theoretical model were first transferred to the SPSS program to determine the arrangements and basic assumptions. AMOS program was used to test the structural model. According to the results of the analysis, the effect of general self-efficacy on academic self-confidence and leisure time satisfaction was found to be significant. In addition, it has been determined that leisure time satisfaction has a statistically significant effect on academic self-confidence. In the mediation analysis, it was determined that general self-efficacy explained 16.9% of academic social competence over leisure satisfaction, it affected academic motivation by 12.6% and academic social satisfaction by 14.3%. Thus, it has been determined that leisure satisfaction has a partial mediating effect on the effect of students' general self-efficacy levels on academic self-confidence. As a result, it has been understood that general self-efficacy has a significant effect on academic self-confidence and leisure satisfaction has an important mediating role in this interaction.

Keywords: Academic Self-Confidence, General Self-Efficacy, Leisure Satisfaction.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
24.08.2023

Kabul Tarihi:
07.10.2023

Online Yayın Tarihi:
29.10.2023

Giriş

Öğrencilik kendi içerisinde karmaşık ve dikkat çekici bir dönemdir. Bu dönem öğrencilerin birçok olumlu veya olumsuz etkenle karşı karşıya kalmalarını mümkün kılabilir. Özellikle de aileden uzaklaşma bu durumu daha da stresli bir hale sokabilir. Bu durum beraberinde akademik başarının olumsuz şekillenmesiyle sonuçlanabilir. Akademik yaşam açısından öğrencilerin dersleri yönünden başarı elde etme durumu akademik başarı olarak nitelendirilmekte (Bakırcıoğlu, 2012; Novo ve Calixto, 2009) ve eğitimde kalite açısından önemli bir kriter olarak görülmektedir (Hakimi vd., 2011). Dolayısıyla akademik yaşam içinde akademik başarı öğrencilerden belirlenen bilgi ve becerilerin kazanma düzeyine ilişkin sağlıklı bir tespit ve belirleme yapabilmek bakımından önemli bir ölçüt olarak değerlendirilmektedir (Ateş, 2016). Akademik başarı çok nadiren bir yeteneğe atfedilse de (Wehrens, 2008) akademik anlamda başarı tespiti, değerlendirmeler, eğitsel ve mesleki yönelmeler, yerleştirmeler gibi önemli aşamalarda öğrencilerin iyi bir geleceğe ulaşmasında kişisel, eğitsel ve mesleki gelişim açısından kritik bir önem taşımaktadır (Ateş, 2016; Ateş ve Sağar, 2021a, 2022a). Bu noktada yaşam açısından önemli kararları etkileyen akademik başarının altında yatan faktörlerden motivasyon ve gösterilen çaba özgüven açısından kilit bir rolü üstlenirken; özgüven eksikliği ise, kişinin akademik başarısına müdahale ederek kaçınma ve kaygı davranışına sebep olmakta ve kişiyi akademik yenilgiye uğratmaktadır (Barrow, 1986). Dolayısıyla özgüven düzeyinin yüksek olması kişiyi harekete geçirme ve ısrarcı olması bakımından itici bir güç sağlarken; özgüven düzeyinin düşük olması ise kişide aşağılık duygularını artırmakta ve daha yavaş ilerleme, çalışmayı bırakma gibi olumsuz durumlara sevk edebilmektedir (Wehrens, 2008). Bu bağlamda akademik performans üzerinde olumlu katkı sunan motivasyon ve çaba durumu, akademik özgüven gibi önemli bir kavramı gündeme getirerek, son derece dikkat çeken ve merak edilen konulardan birini oluşturmaktadır.

Akademik özgüven kişinin genel anlamda akademik ve entelektüel yeteneklerine olan güveni ile bu yeteneğin belirli yönlerine olan güveni (örneğin, problem çözme becerisi ya da matematiksel yetenek) olarak nitelendirilmektedir (Nelson Laird, 2005). Kişinin öğrenme alanında başarı elde etmesi için sergilediği performans düzeyini, akademik performansına ilişkin güvenini, tutumunu ve kapasitesine olan inancını ortaya koymaktadır (Kalkan vd., 2020). Kişinin akademik özgüven düzeylerine etki eden faktörler cinsiyet, yaş, zekâ, inançlar, kişisel özellikler ve alışkanlıklar gibi faktörlerin yanında yaşanan ortam, okul, elde edilen başarı ve başarısızlıklar, sosyal karşılaştırmalar gibi dışsal faktörler de olabilmektedir (Klapp, 2018). Alanyazın incelendiğinde akademik özgüvenin, motivasyon, öğrenci-akran ve öğrenci-öğretim üyesi etkileşimi (Plecha, 2002), bilişsel performans (Alias ve Hafir, 2009), sınav kaygısı (Lawal vd., 2017) gibi farklı değişkenlerle ilişkili olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara dayalı olarak akademik özgüvenin çeşitli değişkenlerle ilişkili olduğu

söylenbilir. Akademik performans açısından oldukça dikkat çekici bir konu olan akademik özgüvenin farklı değişkenlerle incelenmesi öğrencilerin kişisel, eğitsel ve mesleki gelişimlerine yol gösterici bir kaynak olabilir. Bu gerekçelerle bu çalışma kapsamında akademik özgüvenin boş zaman tatmini ve genel özyeterlik değişkenleri ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışma kapsamında akademik özgüvenle ilişkili olabileceği düşünülen ilk değişken boş zaman tatminidir. Boş zaman tatmini kişinin boş zaman aktiviteleriyle meşguliyet geliştirmesi ve boş zaman seçimlerinin bir sonucu olarak pozitif algı ya da hisleri olarak tanımlanmaktadır (Beard ve Ragheb, 1980; Misra ve McKean, 2000). Bunun yanında boş zaman zorunluluk, mecburiyet ya da görev olmaksızın kişinin kendi özgür iradesiyle bir şeyler yapması, rahatlaması için geçirdiği zaman dilimi anlamını taşımaktadır (Edginton vd., 2002). Bu tanımlar doğrultusunda boş zaman tatmini, kişinin genel olarak boş zaman deneyimlerinden kaynaklanan memnuniyet derecesi olarak nitelendirilebilmektedir (Beard ve Ragheb, 1980). Zaman kavramına atfedilen önem açısından, zamanı değerlendirme ve verimli kullanma büyük önem arz etmektedir (Koch, 1999; Mackenzie, 1987). Nitekim zamanını etkin kullanan kişi hem özel ve aile yaşantısında hem de akademik ve çalışma performansında başarılı olmaktadır. Dolayısıyla zamanını verimli kullanan ve düzenleyebilen bir kişi, akademik görevlerini de yerine getirerek başarı elde edebilmekte ve doyum yaşayabilmektedir (Yasartürk, 2019). Bu bağlamda boş zamanlarını etkin değerlendirerek pozitif hisler yaşayan bireylerin akademik anlamda iyi bir performans sergilemesinde önemli bir koşul olan akademik özgüveni olumlu etkileyebileceği söylenebilir.

Bu çalışmada akademik özgüvenle ilişkili olabileceği düşünülen diğer değişken ise genel özyeterliktir. Bandura tarafından alanyazına kazandırılan genel özyeterlik kavramı kişinin belli bir hedefi elde etmesi noktasında yeterliklerine olan güveni olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 1997). Bir başka ifade ile kişinin belli bir görev ya da işi başarılı olarak tamamlamasında kendi yeterliklerine yönelik algısı, inancı ve yargısı olarak da ifade edilmektedir (Bandura, 1977, 1984, 1986). Bunun yanında genel özyeterlik, doğrudan ve dolaylı yaşantıların bir ürünü olarak belli bir şeyi yerine getirme noktasında kişinin kendisi hakkındaki yargı ve inancı olarak nitelendirilebilir (Ateş ve Sağar, 2021b, 2022a, 2022b). Bu tanımlar ve açıklamalar bağlamında genel özyeterliğin kişinin akademik performansına olumlu katkılar sağladığı ve akademik özgüven kazanmasına yardımcı olduğu söylenebilir. Nitekim Santiago ve Einarson (1998) genel özyeterlik ve akademik özgüvenin, kişinin akademik başarısı üzerinde aracı etkileri olduğuna dikkat çekmektedir. Martin (2013) özgüvenin akademik performansın gelişmesi ile yüksek oranda bağlantılı olduğunu belirtmektedir. Bunun yanında Ballane (2019) ise özgüvenin, akademik performansı artırmada en belirgin faktörlerden bir tanesi olduğuna dikkat çekmektedir. Ayrıca özgüven düzeyi daha yüksek kişilerin zorluklarla daha fazla mücadele edici eğilimde ve daha çok öğrenme arzusu içinde olduklarına vurgu yapmaktadır. Bu

bilgiler doğrultusunda genel özyeterlik düzeyinin kişilerde akademik özgüveni harekete geçirebileceği beklenmektedir. Dolayısıyla genel özyeterlik ve akademik özgüven gibi iki önemli yapının ilişkili olabileceği ve akademik özgüveni etkileyebileceği düşünülmektedir.

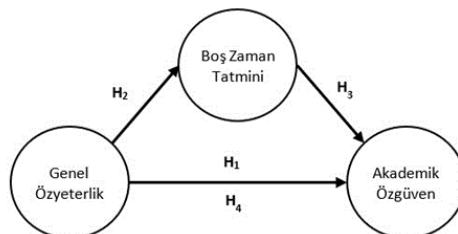
Akademik özgüven kişinin akademik yetenekleriyle ilgili kendine olan güveni olarak değerlendirilebilir. Akademik anlamda kendini güvende hisseden ve kendi mevcut kapasitesine inancı olan kişilerin yüksek düzeyde akademik özgüvene sahip olabileceği söylenebilir. Bu noktada üniversite öğrencileri açısından bu konu değerlendirildiğinde akademik performansına genel anlamda pozitif bakabilen üniversite öğrencilerinin yüksek düzeyde akademik özgüvenli olmaları beklenmektedir. Akademik özgüvene ilişkin alanyazın göz önüne alındığında farklı gruplar ve farklı değişkenlerle incelendiği ancak yapılan çalışmaların oldukça sınırlı kaldığı gözlemlenmiştir. Mevcut alanyazın çalışmalarında akademik özgüvenin boş zaman tatmini ve genel özyeterlik değişkenleriyle bir arada ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Aracı değişken olarak tercih edilen boş zaman tatmini temelinde öğrencilere psikolojik, fizyolojik, fiziksel ve sosyal açıdan olumlu etki etmesi nedeniyle tercih edilmiştir. Bu açıdan yapılan araştırma önemli ve yararlı görülmektedir. Ayrıca bu araştırmadan elde edilen sonuçların üniversite öğrencilerinde akademik özgüvene yönelik yapılacak çalışmalara da olumlu faydalar sunacağı beklenmektedir. Nitekim bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin genel özyeterlik düzeylerinin akademik özgüvene etkisinde boş zaman tatminin aracılık rolünü incelemektir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmada benimsenen tüm süreçler bu bölümde ele alınmıştır.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada öğrencilerin algıladıkları genel özyeterlik, akademik özgüven ve boş zaman tatmin düzeyleri arasındaki bağ ilişki modeline uygun biçimde analiz edilmiştir (Karasar, 2018, s. 114). Bu anlamda araştırmanın teorik modeli şekil 1’de olduğu gibi belirlenmiştir.



Şekil 1. Araştırmanın teorik modeline göre belirlenen hipotezler;

H1: Genel özyeterliğin akademik özgüvene istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkisi vardır.

H2: Genel özyeterliğin boş zaman tatminine istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkisi vardır.

H3: Boş zaman tatmininin akademik özgüvene istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkisi vardır.

H4: Genel özyeterliğin akademik özgüvene etkisinde boş zaman tatmininin istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir aracılık etkisi vardır.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmaya 2023 bahar döneminde farklı üniversitelerde lisans düzeyinde öğrenciliği bulunan toplam 386 kişi katılmıştır. Araştırmanın yapıldığı dönemde Türkiye’de lisans düzeyinde öğrenciliği bulunan toplam 3.754.095 öğrenci bu araştırmanın evrenini oluşturmuştur (YÖK, 2023). Söz konusu evren içerisinde 384 kişilik örneklemin evreni temsil ettiği kabul edildiğinden (Ural ve Kılıç, 2006) araştırmaya dahil olan 386 öğrenci sayısının yeterli olduğu söylenebilir.

Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin tanımlayıcı bilgilerinin elde edilmesi amacıyla demografik bilgi formu kullanılmıştır. Detaylı bilgiler tablo 1’de yer almaktadır.

Genel özyeterlik ölçeği: Schwarzer ve Jerusalem’in (1995) tarafından geliştirilen ve Aypay (2010) tarafından Türkçe ’ye uyarlanan genel özyeterlik ölçeği toplam 10 madde ve 4’lü likert tipindedir. Tek boyutlu olan ölçeğin cevaplama seçenekleri “1:Tamamen Yanlış, 2:Yanlış, 3:Doğru, 4:Tamamen Doğru” şeklindedir.

Akademik özgüven ölçeği: Kalkan vd. (2020) tarafından geliştirilen akademik özgüven ölçeği “Akademik Sosyal Yeterlik, Akademik Motivasyon, Akademik Sosyal Doyum, Akademik Öz-Yeterlik İnancı, Akademik İtibar” olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmanın amacına uygun olarak yalnızca ilk üç alt boyut değerlendirmeye alınmıştır. Ölçek beşli likert tipindedir. Cevaplama seçenekleri; “1:Hiç katılmıyorum, 2:Katılmıyorum, 3:Kısmen Katılıyorum, 4:Katılıyorum, 5:Tamamen Katılıyorum” şeklindedir.

Boş zaman tatmin ölçeği: Boş zaman tatmin ölçeği, Beard ve Raghep (1980) tarafından geliştirilmiştir. Kısa formu 22 maddeden oluşmaktadır. Türkçe uyarlama çalışması, Vapur ve Sevin (2021) tarafından yapılmıştır. Ölçek beşli likert tipindedir. Bunlar; “1:Neredeyse hiç doğru değil, 2:Nadiren doğru, 3:Bazen Doğru, 4:Çoğuz kez doğru, 5:Neredeyse her zaman doğru” şeklindedir. Ölçek alt boyutları sırasıyla “Dinlenme, Sosyal, Fizyolojik, Psikolojik, Eğitsel, Estetik” başlıklarından oluşmaktadır. Bu alt boyutlardan eğitsel ve estetik boyutları araştırmanın amacına uygun olmadığı gerekçesiyle çalışma dışında bırakılmıştır.

Verilerin Analizi

SPSS programına aktarılan veriler öncelikle eksik ve hatalı verilerden arındırılarak gerekli gruplandırma işlemleri yapılmıştır. Daha sonra hipotez testleri için temel varsayım olan normallik durumu test edilmiştir. Böylece ölçüm modelinin geçerlik ve güvenilirliğinin test edildiği aşamaya geçilmiştir. Buna göre, güvenilirlik sonuçlarının tespit edilmesi adına Cronbach Alpha ve Composite Reliability testlerine başvurulmuştur. Geçerlik durumunun tespit edilmesi amacıyla da yapı, birleşme,

ayrışma, yakınsak, ıraksak ve uyum geçerlilik testlerine başvurulmuştur. Yapı geçerliği DFA analizinde elde edilen model uyum sonuçlarıyla belirlenirken ayrışma geçerliği AVE karekök ile saptanmıştır. Yakınsak, ıraksa ve uyum geçerliğinin belirlenmesi adına ise AVE, MSV ve CR sonuçları incelenmiştir. Araştırmanın teorik modelinin test edilmesi amacıyla YEM değerlendirilmiştir. Yapısal modelde aracılık durumunun belirlenebilmesi adına %95 güven aralığında 5.000 örneklemlili Bootstrap yöntemi uygulanmıştır. Bu test yöntemi AMOS programı üzerinden ele alınmıştır.

Araştırmanın Etiği

Bu makaledeki araştırma sürecinde, dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Bu araştırma E-22315946-604.01.01-113366 sayı numarasıyla Bingöl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu tarafından etik olarak uygun bulunmuştur. Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerden elde edilen verilerin betimsel analiz sonuçları, güvenilirlik ve geçerlik sonuçları ve YEM sonuçlarına bu bölümde yer verilmiştir.

Tablo 1

Betimsel Sonuçlar

Değişkenler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kadın	247	64,0
	Erkek	139	36,0
Yaş	18-19 yaş	98	25,4
	20-21 yaş	122	31,6
	22-23 yaş	91	23,6
	24 yaş ve üzeri	75	19,4
Sınıf	1. Sınıf	205	53,1
	2. Sınıf	80	20,7
	3. Sınıf	49	12,7
	4. Sınıf	52	13,5
Akademik not ortalaması (100'lük sistem)	40-50 arası	7	1,8
	51-60 arası	21	5,4
	61-70 arası	89	23,1
	71-80 arası	170	44,0
Günlük boş zaman süresi	81-100 arası	99	25,6
	1-2 saat	117	30,3
	3-4 saat	173	44,8
	5-6 saat	66	17,1
Boş zamanlarda tatmin olmak önemli mi?	7 saat ve üzeri	30	7,8
	Hiç önemli değil	13	3,4
	Önemli değil	14	3,6
	Önemli	191	49,5
Toplam	Çok önemli	168	43,5
		386	100

Öğrencilerin cinsiyeti incelendiğinde %64 oranında kadınların ön planda olduğu gözlemlenmiştir. Yaşları itibarıyla en fazla katılımın %31,6 oranında 20-21 yaş aralığındakilerin olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların %53,1'i 1.sınıfta öğrenciliğe devam etmektedir. Öğrencilerin genel not ortalaması incelendiğinde %44,0 oranında 71-80 arasında olduğu belirlenmiştir. Sahip olunan boş zaman süresine bakıldığında öğrencilerin %44,8 oranında günlük 3-4 saat boş zamana sahip oldukları tespit edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin %93'ü boş zamanlarda tatmin olmanın önemli veya çok önemli olduğu düşüncesinde olduğu saptanmıştır.

Tablo 2

Ölçüm Modeli Güvenirlik ve Geçerlik Sonuçları

Değişkenler	α	CR	AVE	MSV	Çarpıklık	Basıklık
Öz Yeterlik	0,885	0,922	0,544	0,309	-0,529	1,137
Dinlenme	0,850	0,876	0,639	0,489	-0,520	0,301
Sosyal	0,833	0,855	0,598	0,489	-0,323	-0,047
Fizyoloji	0,748	0,842	0,581	0,392	-0,230	-0,334
Psikoloji	0,924	0,782	0,558	0,403	-0,486	0,265
Yeterlik	0,920	0,914	0,679	0,407	-0,845	0,629
Motivasyon	0,839	0,843	0,575	0,328	-0,889	1,073
Doyum	0,834	0,835	0,570	0,407	-0,094	-0,463

Ölçeklerin iç tutarlılıklarının test edilmesi amacıyla uygulanan Cronbach Alpha ve Composite Reliability test sonuçlarına göre 0,70 üstünde olduğundan kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğu kabul edilmiştir (Hair vd., 2017). Ölçeklerin birleşme geçerliğinin test edilmesi amacıyla AVE incelenmiş ve çıkan sonuçlar 0,50 üstünde olduğundan söz konusu ölçeklerin birleşme geçerliğine sahip oldukları kabul edilmiştir (Hair vd., 2019). Ölçeklere ait tüm CR değerlerinin AVE değerlerinden büyük olması ve AVE değerlerinin 0,50 üstünde olması nedeniyle yakınsak geçerliğin sağlandığı belirlenmiştir. Ayrıca MSV değerleri AVE değerlerinden küçük olduğundan iraksak geçerliğinde sağlandığı tespit edilmiştir (Yaşlıoğlu, 2017). Ölçeklerin uyum geçerliğine bakıldığında CR sonuçlarının 0,70 üzerinde ve AVE sonuçlarının da 0,50 üzerinde olması nedeniyle uyum geçerliğinin de sağlandığı anlaşılmıştır (Fornell ve Larcker, 1981; Gaskin ve Lim, 2016). Ayrıca ölçüm modelinin veri dağılımı çarpıklık-basıklık sonuçlarına göre incelenmiş ve ± 2 aralığında bir sonuç elde edildiğinden verilerin normal dağıldığı kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2010).

Tablo 3

Ayrım Geçerliği Sonuçları

Değişkenler	Öz Yeterlik	Dinlenme	Sosyal	Fizyoloji	Psikoloji	Yeterlik	Motivasyon	Doyum
Öz Yeterlik	0,737*
Dinlenme	0,358***	0,800*
Sosyal	0,382***	0,699***	0,773*
Fizyoloji	0,324***	0,593***	0,617***	0,762*
Psikoloji	0,377***	0,635***	0,629***	0,626***	0,747*	.	.	.
Yeterlik	0,422***	0,438***	0,422***	0,426***	0,351***	0,824*	.	.
Motivasyon	0,556***	0,469***	0,405***	0,388***	0,328***	0,572***	0,758*	.
Doyum	0,277***	0,304***	0,356***	0,314***	0,255***	0,638***	0,434***	0,755*

Fornell-Larcker Kriteri *= \sqrt{AVE} : Ortalama açıklanan varyansın kare kökü; ***= $p < ,000$

Kullanılan ölçüklerin ayrışma geçerliğinin test edilmesi amacıyla AVE karekök sonuçları değerlendirilmiştir. Buna göre her değişkenin altında yer alan korelasyon değerlerinden daha yüksek olması beklenmektedir. Çıkan sonuçlar ölçüklerin ayrışma geçerliğine sahip olduğunu göstermektedir (Fornell & Larcker, 1981; Hair vd., 2019).

Tablo 4

Ölçüm Modeli Uyum İyiliği

χ^2	p	DF	GFI	NFI	CFI	RMSEA	SRMR
1,502	0,000	631	0,886	0,901	0,964	0,036	0,040

Ölçüm modelinden elde edilen sonuçlar Hair vd., (2010) ve Arbuckle (2011) tarafından belirtilen DFA uyum iyiliği referans aralığı olan $\chi^2 \leq 5$; RMSEA $\leq 0,08$; SRMR $\leq 0,08$; NFI $\geq 0,90$; CFI $\geq 0,90$ şeklinde bulunmuş GFI değeri ise, belirtilen referansın altında tespit edilmiştir. Öte yandan Schermelleh-Engel vd., (2003), GFI değerinin 0,85 üstünde olmasının da kabul edilebilir olduğuna işaret ettiğinden ölçüm modelinin yapı geçerliğinin sağlandığı söylenebilir.

Tablo 5

Yapısal Eşitlik Modeli Sonuçları

Model 1			β	B	S.H.	C.R.	p	r^2	Hipotez
Öz Yeterlik	→	Yeterlik	0,444	0,716	0,091	7,883	0,000	0,197	Kabul
Öz Yeterlik	→	Motivasyon	0,573	0,793	0,081	9,817	0,000	0,328	Kabul
Öz Yeterlik	→	Doyum	0,317	0,498	0,094	5,302	0,000	0,101	Kabul
Model 2			β	B	S.H.	C.R.	p	r^2	Hipotez
Öz Yeterlik	→	Dinlenme	0,395	0,670	0,094	7,097	0,000	0,156	Kabul
Öz Yeterlik	→	Sosyal	0,426	0,764	0,102	7,493	0,000	0,182	Kabul
Öz Yeterlik	→	Fizyoloji	0,367	0,686	0,105	6,553	0,000	0,135	Kabul
Öz Yeterlik	→	Psikoloji	0,417	0,754	0,107	7,049	0,000	0,174	Kabul
Model 3			β	B	S.H.	C.R.	p	r^2	Hipotez
Dinlenme	→	Yeterlik	0,248	0,226	0,049	4,584	0,000	0,152	Kabul
Sosyal	→	Yeterlik	0,152	0,132	0,047	2,830	0,005		Kabul
Fizyoloji	→	Yeterlik	0,260	0,214	0,045	4,746	0,000		Kabul
Psikoloji	→	Yeterlik	0,007	0,006	0,045	0,131	0,896		Ret
Dinlenme	→	Motivasyon	0,141	0,106	0,042	2,530	0,011	0,180	Kabul
Sosyal	→	Motivasyon	0,351	0,279	0,045	6,131	0,000		Kabul
Fizyoloji	→	Motivasyon	0,191	0,138	0,040	3,428	0,000		Kabul
Psikoloji	→	Motivasyon	-0,021	-0,015	0,041	-0,371	0,710		Ret
Dinlenme	→	Doyum	0,181	0,148	0,047	3,162	0,002	0,095	Kabul
Sosyal	→	Doyum	0,126	0,114	0,050	2,258	0,024		Kabul
Fizyoloji	→	Doyum	0,215	0,184	0,050	3,677	0,000		Kabul
Psikoloji	→	Doyum	-0,011	-0,009	0,046	-0,192	0,848		Ret

β = Standartlaştırılmış regresyon katsayısı; B= Standartlaştırılmamış regresyon katsayısı; S.H.: Standart Hata; C.R.= Kritik Değer

Model 1'e göre, araştırmaya katılan öğrencilerin genel özyeterliklerinin akademik özgüvene istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre, genel özyeterliğin akademik sosyal yeterliğe %20 (β : 0,444), akademik motivasyona %33 (β : 0,573) ve akademik sosyal doyuma %10 (β : 0,317) etki ettiği tespit edilmiştir. Dolayısıyla genel özyeterliğin akademik özgüven açısından belirleyici bir unsur olduğu söylenebilir.

Model 2'ye göre, öğrencilerin genel özyeterlik düzeylerinin boş zaman tatmin durumunu istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkilediği bulgulanmıştır. Buna göre, genel özyeterlik

dinlenme boyutunu %16 (β : 0,395), sosyal boyutunu %18 (β : 0,426), fizyoloji boyutunu %14 (β : 0,367) ve psikoloji boyutunu %17 (β : 0,417) oranında etkilediği anlaşılmıştır. Boş zaman tatmini açısından genel özyeterliğin belirleyici bir unsur olduğu söylenebilir.

Model 3'e göre, boş zaman tatmini akademik özgüveni istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir. Buna göre, boş zaman tatmininin psikoloji alt boyut hariç akademik sosyal yeterliği %15 oranında etkilediği anlaşılmıştır. Ayrıca boş zaman tatmininin akademik motivasyonu %18 açıkladığı ancak yine psikoloji alt boyutunun bu modelde etkili olmadığı belirlenmiştir. Son olarak akademik sosyal doyuma da boş zaman tatmininin %9,5 oranında anlamlı bir etkisinin olduğu fakat psikoloji boyutunun bu modelde de çalışmadığı belirlenmiştir. Model 3'ten elde edilen sonuçlara göre, boş zaman tatmini akademik özgüven açısından belirleyici olsa da psikoloji boyutunun kurgulanan bu modelde işlevsel olmadığı anlaşılmıştır.

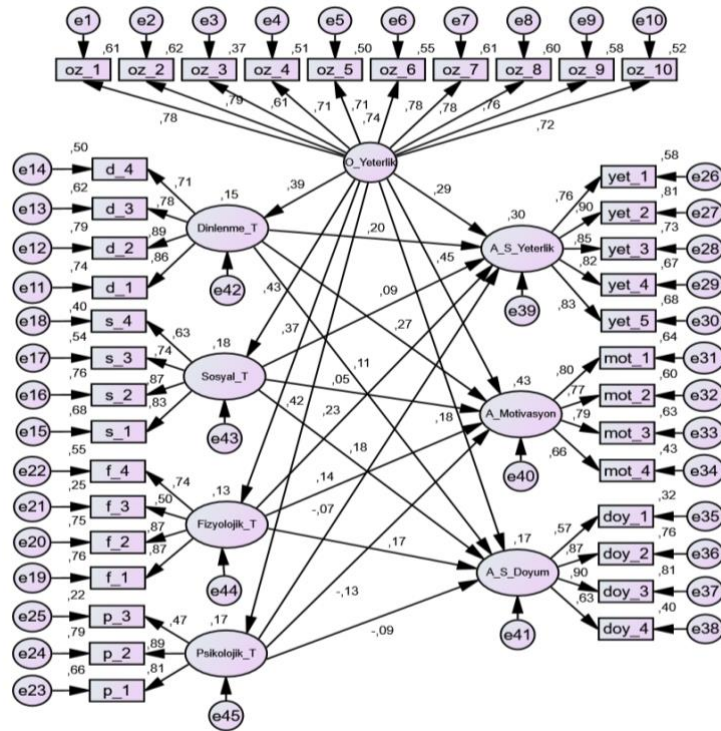
Tablo 6

Yapısal Eşitlik Modeli Aracılık Sonuçları

Model 4				LB	UB	p	R ²	Hipotez
Genel Öz Yeterlik	→	Dinlenme	→	0,071	0,276	0,004	0,169	Kabul
Genel Öz Yeterlik	→	Sosyal	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Fizyoloji	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Psikoloji	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Dinlenme	→	0,037	0,199	0,009	0,126	Kabul
Genel Öz Yeterlik	→	Sosyal	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Fizyoloji	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Psikoloji	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Dinlenme	→	0,065	0,226	0,004	0,143	Kabul
Genel Öz Yeterlik	→	Sosyal	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Fizyoloji	→					
Genel Öz Yeterlik	→	Psikoloji	→					

Bootstrap %95, n=5,000 Lower Bound (LB)-Upper Bound (UB)

Öğrencilerin genel özyeterliklerinin boş zaman tatmini üzerinden akademik özgüveni istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Dolayısıyla boş zaman tatmininin bu modelde bir aracılık rolüne sahip olduğu söylenebilir. Öte yandan Model 1 ve 2'de belirlenen anlamlılık değerlerinin modele aracı değişken dahil edildikten sonra bozulmuş olması nedeniyle boş zaman tatmini değişkeninin bir kısmı aracılık özelliğine sahip olduğu anlaşılmıştır (Baron ve Kenny, 1986; Zhao vd., (2010). Araştırmanın teorik modeline göre kurgulanan hipotezler elde edilen analiz sonuçlarına göre kabul edilmiştir. Şekil 2'de test edilen hipotez sonuçları detaylı olarak verilmiştir.



Şekil 2. Yapısal eşitlik modeli sonuçları

Şekil 2’de belirtilen teorik modelinin istatistiksel sonuçları tablo 5 ve 6’da detaylı olarak açıklanmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırma Türkiye’deki farklı üniversitelerin lisans düzeyinde eğitim gören 386 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Öğrencilerin genel özyeterlik düzeylerinin akademik özgüvene etkisinde boş zaman tatmininin aracılık rolü değerlendirilmiştir. Bu bağlamda öğrencilerin kendilerini yeterli hissetmelerinin akademik özgüven açısından önem teşkil ettiği anlaşılmıştır. Ayrıca boş zaman tatmin duygusunun da bu etki sürecinde kısmi bir aracılık etkisine sahip olduğu belirlenmiştir. Söz konusu bu sonuç alanyazın da ki farklı araştırma bulgularıyla bu bölümde tartışılmıştır.

H1 Araştırmada üniversite öğrencilerinde genel özyeterliliğin akademik özgüveni istatistiksel olarak anlamlı biçimde etkilediği tespit edilmiştir (bkz. Tablo 5). Bir başka ifadeyle üniversite öğrencilerinde genel özyeterlik arttıkça akademik özgüven de artabilmektedir. Alanyazın incelendiğinde araştırmadan elde edilen bu sonuç ile tutarlı olan doğrudan bir çalışmaya rastlanmamıştır; ancak dolaylı yoldan tutarlı olduğu çalışmalar mevcuttur. Örneğin Santiago ve Einarson (1998) tarafından yürütülen çalışmada akademik özyeterlilik ile akademik özgüvenin ilişkili olduğu sonucuyla bu çalışmadan elde edilen sonuç tutarlıdır. Lee vd., (2015) tarafından yapılan bir başka çalışmada akademik özyeterliliğin (özellikle özgüvenin) akademik tükenmişliği açıkladığı sonucu bu çalışma bulgusuyla kısmen uyumludur. Bunun yanında Akram ve Ghazanfar (2014) tarafından yürütülen bir araştırmada genel özyeterlik ile akademik performans arasında anlamlı bir

pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Basith vd., (2020) tarafından yapılan başka bir çalışmada da benzer şekilde akademik özyeterlik akademik başarının yordayıcısı olarak bulgulanmıştır. Akram ve Ghazanfar (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmada elde edilen sonuçlara dayalı olarak kişinin yüksek düzeyde genel özyeterliğe sahip olması onun akademik özgüvenini artırabilmekte ve bu noktada akademik başarı ve performansını artmasına yol açabilmektedir. Dolayısıyla bu noktada bu araştırmadan elde edilen sonuçla tutarlı olduğu ifade edilebilir. Bunun yanında Rezaei'nin (2012) yürüttüğü çalışmada okullaşma ve mezuniyet oranlarındaki bu artış olmasında, kişinin özgüveni ve genel özyeterliğine bağlanabileceği sonucuyla da bu çalışma sonucu uyumludur. Ayrıca Blanco vd., (2020) tarafından yapılan çalışmada genel özyeterlik ile özgüven arasında pozitif bir ilişkinin olduğu sonucunu da bu çalışma sonucu desteklemektedir. Alanyazında yer alan araştırma sonuçları ile bu çalışmadan elde edilen sonuç birlikte değerlendirildiğinde genel özyeterlik düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinde akademik özgüvenin de yükselebileceği söylenebilir. Bu doğrultuda üniversite öğrencilerinin akademik özgüven düzeylerini artırmada genel özyeterlik düzeylerini artırmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

H2 Araştırma sonucuna göre üniversite öğrencilerinde genel özyeterliğinin boş zaman tatmin düzeyini istatistiksel olarak anlamlı biçimde etkilediği belirlenmiştir (bkz. Tablo 5). Bir başka ifadeyle üniversite öğrencilerinde genel özyeterlik arttıkça boş zaman tatmininde artabildiği söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde araştırmadan elde edilen bu sonuç ile tutarlı olan doğrudan bir çalışmaya rastlanamasa da sınırlı sayıda dolaylı yoldan tutarlı sonuçların olduğu çalışmalara rastlanmak mümkündür. Örneğin Akay ve Yaşartürk (2023) tarafından yürütülen çalışmada serbest zaman doyum düzeyi ile genel özyeterlik inançlarının ilişkili olduğu sonucuyla bu çalışmadan elde edilen sonuç tutarlıdır. Bum vd., (2021) tarafından yapılan başka bir aktif ya da sosyal boş zaman etkinliklerine katılan bireylerin, genel özyeterliğinin de yüksek olduğu sonucunu desteklemektedir. Bunun yanında Briki (2018) ve Peterson vd., (2008) tarafından yapılan çalışmalarda boş zaman fiziksel aktivite ile özyeterlik arasında ilişki sonuçları bu çalışmadan elde edilen sonuç ile uyumludur. Alanyazın da ki araştırma sonuçları ile bu çalışmadan elde edilen sonuç bir arada değerlendirildiğinde genel özyeterliği yüksek olan bir üniversite öğrencisinin boş zaman tatmin düzeyinin de yüksek olabileceği söylenebilir. Bu bağlamda genel özyeterliğin boş zaman tatminin üzerinde belirleyici bir rol üstlendiği ifade edilebilir.

H3 Araştırma sonucuna göre, üniversite öğrencilerinde boş zaman tatminin akademik özgüveni istatistiksel olarak anlamlı biçimde etkilediği belirlenmiştir (bkz. Tablo 5). Bu modelde psikolojik tatmin boyutu anlamlı bulunmasa da genel etkinin anlamlı olması nedeniyle kurulan hipotezin kabul edildiği söylenebilir. Bir başka ifadeyle üniversite öğrencilerinde boş zaman tatmini arttıkça akademik özgüvenin de artabildiği söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde araştırmadan elde

edilen bu sonuç ile tutarlı olan doğrudan bir çalışmaya rastlanmamıştır; ancak dolaylı yoldan tutarlı olduğu çalışmalar mevcuttur. Örneğin Kuo vd., (2021) tarafından yürütülen çalışmada boş zaman tatmini öğrenme motivasyonu, öğrenme tatmini ve öğrenme performansı akademik konularla anlamlı ve pozitif olarak ilişkili olduğu sonucuyla bu çalışmadan elde edilen sonucun tutarlı olduğu söylenebilir. Johnson (2016), boş zamanın bir özgürlük duygusu olduğu ve insan yaşamında temel bir unsur olarak kabul edildiğine dikkat çekmektedir. Kişinin boş zamanlarını değerlendirmesi onun çeşitli ileri öğrenme etkinlikleri seçeneklerine ulaşmasını sağlamaktadır. Bunun yanında Prvu (1998) tarafından yapılan çalışmada boş zaman eğitimi sonunda kişinin boş zaman doyumu ve özgüvene olumlu etki ettiği sonucuyla da dolaylı yönden uyumludur. Bunlara ek olarak alanyazında boş zaman tatminin mutluluk (Kim vd., 2023), yaşam doyumu (Karagöz, 2022), iş doyumu (Koç ve Er, 2020), boş zaman motivasyonu (Beggs ve Elkins, 2010), boş zaman ile boş zaman repertuarı (Lee vd., 2023) gibi değişkenler ile ilişkili olduğuna vurgu yapan çalışmaların sonuçlarıyla da bu çalışmadan elde edilen sonucun uyumlu olduğu görülmüştür. Alanyazın da ki mevcut araştırma sonuçları ve bu çalışmadan elde edilen sonuç göz önünde bulundurulduğunda boş zaman tatmini düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinde akademik özgüvenin de yüksek düzeyde olabileceği söylenebilir. Bu doğrultuda üniversite öğrencilerinin akademik özgüven düzeylerini artırmada boş zaman tatmin düzeylerinin yükseltmenin işlevsel bir role sahip olacağı düşünülmektedir.

H4 Araştırma sonucuna göre, üniversite öğrencilerinde genel özyeterliğin akademik özgüvene etkisinde boş zaman tatmininin bir kısmı aracılık etkisine sahip olduğu belirlenmiştir (bkz. Tablo 6). Bu yönde yapılan çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Yapılan çalışmalar özyeterliğin akademik özgüven (Akram ve Ghazanfar, 2014; Basith vd., 2020; Blanco vd., 2020; Lee vd., 2015; Rezaei, 2012; Santiago ve Einarson, 1998) ve boş zaman tatmini ile (Akay ve Yaşartürk, 2023; Briki, 2018; Bum vd., 2021; Peterson vd., 2008) ilişkili olabileceğine dair kanıtların olduğunu göstermektedir. Bunun yanında özyeterliğin akademik yaşamı olumlu etkilediği bilinmektedir (Ateş ve Sağar, 2022a). Bu çalışmalar ışığında genel özyeterliğin akademik özgüvene etkisinde boş zaman tatmininin bir kısmı aracılık rolünün alanyazın sonuçlarıyla paralel ilerlediği söylenebilir.

Sonuç olarak, öğrencilerde akademik özgüvenin belirleyicisi olarak genel özyeterliğin önemli bir unsur olduğu düşünülmektedir. Bu etki sürecinde de boş zamanlarda tatmin olmanın dikkat çekici bir niteliğe sahip olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin sahip oldukları not ortalaması ve günlük boş zaman süreleri söz konusu bu araştırma bulguları açısından önemlidir. Nitekim araştırmaya katılan öğrencilerin %93'ü boş zamanlarda tatmin olmanın önemli olduğunu belirtmiştir. Günlük sahip oldukları boş zaman sürelerine bakıldığında da verimli bir planlama yaptıkları söylenebilir. Ayrıca akademik not ortalaması da bu anlamda önemli bir belirteç olarak görülebilir (bkz. Tablo 1).

Dolayısıyla genel özyeterliğin ve boş zaman tatmin durumunun yüksek olmasının akademik özgüveni arttırabileceği söylenebilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Bingöl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 05.07.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E-22315946-604.01.01-113366

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın giriş, tartışma ve sonuç bölümleri 2. yazar tarafından yazılmıştır. Analiz kısmı 1. Yazar tarafından yürütülmüştür. Araştırma kurgusu, giriş, tartışma ve sonuç bölümlerine ise 3. yazar katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akay, B., ve Yaşartürk, F. (2023). Beden eğitimi öğretmenlerinin serbest zaman doyumu ile öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Trakya Eğitim Dergisi*, 13(1), 318-330. <https://doi.org/10.24315/tred.1032955>
- Akram, B., ve Ghazanfar, L. (2014). Self-efficacy and academic achievement performance of the students of Gujrat University Pakistan. *Academic Research International*, 5(1), 283-290. [http://www.savap.org.pk/journals/ARInt./Vol.5\(1\)/2014\(5.1-30\).pdf](http://www.savap.org.pk/journals/ARInt./Vol.5(1)/2014(5.1-30).pdf)
- Alias, M., ve Hafir, N. (2009). *The relationship between academic selfconfidence and cognitive performance among engineering students*. Proceedings of the Research in Engineering Education Symposium, Palm Cove, Queensland, Australia. http://www.academia.edu/235097/The_relationship_between_academic_selfconfidence_and_cognitive_performance_among_engineering_students
- Arbuckle, J. L. (2011). IBM SPSS Amos 20 user's guide. Amos Development Corporation, SPSS Inc.
- Ateş B. ve Sağar M. E. (2022b). Öğretmen adaylarında psikolojik esnekliğin, öz-yeterliğin ve iletişim becerilerinin yaşam doyumu üzerindeki yordayıcı rolü. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 11(1), 219-227. <https://doi.org/10.30703/cije.1007362>
- Ateş, B. (2016). Üniversite öğrencilerinde akademik başarının yordayıcısı olarak psikolojik iyi oluş ve sosyal yetkinlik. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1203-1214. <https://doi.org/10.17755/esosder.263225>
- Ateş, B., ve Sağar M. E. (2022a). Psikolojik danışman adaylarında akademik başarının yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık, bilişsel esneklik ve öz-yeterlik. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(1), 1-9. <https://doi.org/10.17556/erziefd.894637>
- Ateş, B., ve Sağar, M. E. (2021a). The predictive role of teacher candidates' life satisfaction and communication skills on academic success. *Journal of Family, Counseling and Education*, 6(2), 59-70. <https://doi.org/10.32568/jfce.1032814>.
- Ateş, B., ve Sağar, M. E. (2021b). Üniversite öğrencilerinde öz-yeterliğin yordayıcısı olarak bilişsel esneklik, duyu düzenleme becerileri ve psikolojik sağlamlık. *İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(3), 679 - 695. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iausos/issue/62979/902797>

- Aypay, A. (2010). Genel öz yeterlik ölçeğinin (GÖYÖ) Türkçe 'ye uyarlama çalışması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 113-132.
- Bakırcıoğlu, R. (2012). *Eğitim ve psikoloji sözlüğü*. Anı Yayıncılık.
- Ballane, G. P. (2019). *Understanding of self-confidence in high school students*. Doctoral dissertation. Walden University Education For Good.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1984). Recycling misconceptions of perceived self-efficacy. *Cognitive Therapy And Research*, 8(3), 231-255. <https://doi.org/10.1007/BF01172995>
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice Hall.
- Baron, M., ve Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Barrow, J. C. (1986). *Fostering cognitive development of students*. Jossey-Bass.
- Basith, A., Syahputra, A., ve Ichwanto, M. A. (2020). Academic self-efficacy as predictor of academic achievement. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 9(1), 163-170. <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v9i1.24403>
- Beard, J. G., ve Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33. <https://doi.org/10.1080/00222216.1980.11969416>
- Beggs, B. A., ve Elkins, D. J. (2010). The influence of leisure motivation on leisure satisfaction. *LARNet: The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research*, 1–9. <http://larnet.org/2010-02.html>
- Blanco, Q. A., Carlota, M. L., Nasibog, A. J., Rodriguez, B., Saldaña, X. V., Vasquez, E. C., ve Gagani, F. (2020). Probing on the relationship between students' self-confidence and self-efficacy while engaging in online learning amidst COVID-19. *Journal La Edusci*, 1(4), 16-25. <https://doi.org/10.37899/journallaedusci.v1i4.220>
- Briki, W. (2018). Why do exercisers with a higher trait self-control experience higher subjective well-being? The mediating effects of amount of leisure-time physical activity, perceived goal progress, and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 125, 62-67. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.12.020>
- Bum, C. H., Lee, J. H., ve Choi, C. (2021). The effects of leisure activities on self-efficacy and social adjustment: A study of immigrants in South Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 8311. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168311>
- Edginton, C. R, Jordan, D. J, DeGraaf, D. G., ve Edginton, S. R. (2002). *Leisure and life satisfaction* (3rd edition.). Dubuque, IA: McGraw-Hill.
- Fornell, C. ve Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Gaskin, J., ve Lim, J. (2016). *Master validity tool*. AMOS Plugin: Gaskination's Stat Wiki.
- George, D., ve Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., ve Sarstedt, M. (2017). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*, (Second edition). Sage publications.
- Hair, J. F., Black, B., Babin, B. J., ve Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: Global edition* (7th Editio). Harlow: Pearson Education.
- Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., ve Ringle, C. M. (2019). When to Use and How to Report the Results of PLS-SEM. *European Business Review*, 31(1), 2-24. <https://doi.org/10.1108/EBR-11-2018-0203>
- Hakimi, S., Hejazi, E., ve Lavasani, M. G. (2011). The relationships between personality traits and students' academic achievement. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 836-845. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.312>
- Johnson, N. F. (2016). *The multiplicities of internet addiction: The misrecognition of leisure and learning*. Routledge.

- Kalkan, A., Bakioğlu, F. ve Toprak, Y. (2020). Akademik özgüven ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Milli Eğitim*, 49(225), 319-342. <https://dergipark.org.tr/en/pub/milliegitim/issue/52526/690710>
- Karagöz, S. (2022). The effect of leisure time satisfaction levels of university students taking reformer pilates training on life satisfaction: Structural modeling. *International Journal on Social and Education Sciences (IJonSES)*, 4(3), 474-485. <https://doi.org/10.46328/ijonSES.407>
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemi kavramlar ilkeler teknikler* (33.Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kim, J., Lee, Y., Kil, N., Pitas, N. A., ve Hwang, S. (2023). Exploring the Relationships Across Recreation Specialization, Leisure Satisfaction, and Happiness: The Case of Korean Hikers. *Leisure Sciences*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/01490400.2023.2197901>
- Klapp, A. (2018). Does academic and social self-concept and motivation explain the effect of grading on students' achievement?. *European Journal of Psychology of Education*, 33(2), 355-376. <https://doi.org/10.1007/s10212-017-0331-3>
- Koch, R. (1999). *80/20 ilkesi daha aزیyla daha çoğunu elde etmenin sırrı*. Varlık Yayınları.
- Koç, M. C., ve Er, Y. (2020). Leisure satisfaction and job satisfaction: A research on academics. *African Educational Research Journal*, 8(2), 329-341. <https://doi.org/10.30918/AERJ.82.20.063>
- Kuo, Y. K., Wang, J. H., Kuo, T. H., ve Ho, L. A. (2021). Leisure satisfaction influences learning performance among community college students. *SAGE Open*, 11(4), 1-11. <https://doi.org/10.1177/21582440211067238>
- Lawal, A. M., Idemudia, E. S., ve Adewale, O. P. (2017). Academic self-confidence effects on test anxiety among Nigerian university students. *Journal of Psychology in Africa*, 27(6), 507-510. <https://doi.org/10.1080/14330237.2017.1375203>
- Lee, C., Choi, W., Lim, J., ve Lee, W. (2023). Examining the long-term effect of leisure engagement, leisure satisfaction, and perceived discrimination on stress perception among Koreans with physical disabilities. *Journal of Leisure Research*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/00222216.2023.2187266>
- Lee, S. H., Jeon, W. T., Lee, S. H. ve Jeon, W. T. (2015). The relationship between academic self-efficacy and academic burnout in medical students. *Korean journal of medical education*, 27(1), 27-35. <https://doi.org/10.3946/kjme.2015.27.1.27>
- MacKenzie, A. (1987). *Zaman Tuzağı*. (Çev. Yakut Güneri). İlgı Yayıncılık.
- Martin, A. J. (2013). Academic buoyancy and academic resilience: Exploring 'everyday' and 'classic' resilience in the face of academic adversity. *School Psychology International*, 34(5), 488-500. <https://doi.org/10.1177/0143034312472759>
- Misra, R., ve McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American journal of Health studies*, 16(1), 41-51.
- Nelson Laird, T. F. (2005). College students' experiences with diversity and their effects on academic self-confidence, social agency, and disposition toward critical thinking. *Research in higher education*, 46(4), 365-387. <https://doi.org/10.1007/s11162-005-2966-1>
- Novo, A., ve Calixto, J. A. (2009). *Academic achievement and/or educational attainment – The role of teacher librarians in students' future: main findings of a research in Portugal*. Paper presented at the Preparing pupils and students for the future: School libraries in the picture. Proceeding of the 13th International Forum on Research in School Librarianship, the 38th Annual Conference and the IASL-IFLA Joint Meeting. 2-4 September 2009. Padova, Italy
- Peterson, J. J., Lowe, J. B., Peterson, N. A., Nothwehr, F. K., Janz, K. F., ve Lobas, J. G. (2008). Paths to leisure physical activity among adults with intellectual disabilities: self-efficacy and social support. *American Journal of Health Promotion*, 23(1), 35-42. <https://doi.org/10.4278/ajhp.07061153>
- Plecha, M. (2002). *The impact of motivation, student-peer, and student-faculty interaction on academic self-confidence*. Annual Meeting of the American Educational Research Association, New Orleans, LA.
- Prvu, J. A. (1998). *The effects of leisure education on leisure satisfaction, leisure participation, and self-confidence for individuals with brain injuries* (Doctoral dissertation).
- Rezaei, A. (2012). Can self-efficacy and self-confidence explain Iranian female students' academic achievement?. *Gender and Education*, 24(4), 393-409. <https://doi.org/10.1080/09540253.2011.630314>

- Santiago, A. M., ve Einarson, M. K. (1998). Background characteristics as predictors of academic self-confidence and academic self-efficacy among graduate science and engineering students. *Research in higher education*, 39(2), 163-198. <https://doi.org/10.1023/A:1018716731516>
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., ve Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schwarzer, R., ve Jerusalem, M. (1995). *Generalized self-efficacy scale*. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35-37). Windsor, UK: NFER-Nelson.
- Ural, A., ve Kılıç, İ. (2006). *Bilimsel araştırma süreci ve Spss ile veri analizi* (İkinci Baskı). Detay Yayıncılık.
- Vapur, M. ve Sevin, H.D. (2021). Boş zaman tatmin ölçeğinin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 9(1), 409-425.
- Wehrens, M. J. P. W. (2008). *How did you do? Social comparison in secondary education*. PhD Thesis, University of Groningen.
- Yaşartürk, F. (2019). Analysis of the Relationship between the Academic Self-Efficacy and Leisure Satisfaction Levels of University Students. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3), 106-115. <https://doi.org/10.11114/jets.v7i3.3988>
- Yaşloğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.
- YÖK (2023). <https://istatistik.yok.gov.tr/> Erişim Tarihi: 03.07.2023
- Zhao, X., Lynch Jr, J. G. ve Chen, Q. (2010). Reconsidering Baron and Kenny: Myths and truths about mediation analysis. *Journal of Consumer Research*, 37(2), 197-206. <https://doi.org/10.1086/651257>



Bu eser [Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.