

# Din ve İnsan Dergisi

Journal of Religion and Human - مجلة الدين والإنسان


ISSN: 2980-1117

Cilt: 4  
Volume / المجلد: ٤


Sayı: 8  
Issue / العدد: ٨

Aralık 2024  
December / كانون الأول 2024

Doç. Dr. Recep UÇAR  
İnönü Üniversitesi  
İlahiyat Fakültesi  
recep.ucar@gmail.com

 ORCID: 0000-0003-0520-577X


Sümeyra Yakut\*  
İnönü Üniversitesi  
İlahiyat Fakültesi  
Sumeyrayakut02@gmail.com

 ORCID: 0009-0006-5538-017X

İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin  
Akademik Öz Yeterlik, Depresyon,  
Anksiyete ve Stres Düzeyleri  
Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Examining the Relationship Between  
Academic Self-Efficacy, Depression,  
Anxiety and Stress Levels of Faculty of  
Theology Students

**Atıf:** Uçar, R., & Yakut, S. (2024). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Öz Yeterlik, Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Din ve İnsan Dergisi*, 4 (8), 335-362.

 DOI: 10.69515/dinveinsan.1561946

## Makale Türü / Article Information: Araştırma Makalesi / Research Article

Yükleme Tarihi / Received Date: 05.10.2024  
Kabul Tarihi / Accepted Date: 20.11.2024  
Yayımlanma Tarihi / Published Date: Aralık 2024  
İlk-Son Sayfa / First-Last Page: 335-362

## İntihal

Plagiarism / انتحال

Bu makale intihal programında taranmıştır.  
This article was checked in the plagiarism program.  
تم مسح هذه المقالة في برنامج الانتحال

 intihal.net

Yayımlanan makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine riayet edilmiş; COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için yayımlanmış olduğu uluslararası standartlar dikkate alınmıştır.

Research and Publication Ethics were complied with in the published articles; International standards published by COPE (Committee on Publication Ethics) for Editors and Authors have been taken into account.

\* Sorumlu Yazar.

Yazar katkı oranları 1. Yazar: %50; 2. Yazar: %50 olarak beyan edilmiştir.

## İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Öz Yeterlik, Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

### Examining the Relationship Between Academic Self-Sufficiency, Depression, Anxiety and Stress Levels of Faculty of Theology Students

#### Özet

Bu çalışma, İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin akademik öz yeterlik düzeyleri ile depresyon, anksiyete ve stres seviyeleri arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamaktadır. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin ruhsal sağlığı, özellikle depresyon, stres ve anksiyete gibi mental sağlık sorunları, dini eğitim ortamlarında da önemli bir konudur. Dini inanç ve değerlerin ön planda olduğu bu fakültelerde, öğrencilerin akademik öz yeterlik düzeylerinin ruhsal ve psikolojik sağlıklarını etkileyebileceği öngörülmektedir. Öz yeterlik, bireyin kendi yetenek ve becerilerine olan güveni olarak tanımlanmakta olup, kişinin zorluklarla başa çıkma gücünü ve yaşamda başarı elde etme inancını doğrudan etkiler. Bu nedenle, öz yeterlik ile depresyon, stres ve anksiyete arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların yapılması ilahiyat fakülteleri öğrencilerinin ruhsal sağlıklarının daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

Karma yöntemle gerçekleştirilen araştırmanın nicel boyutunda, 261 öğrenciye Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği (DASÖ) ile Akademik Öz Yeterlik Ölçeği uygulanmış; nitel boyutta ise belirlenen katılımcılarla derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Analizler, kadın öğrencilerin stres (Ort.= 2.33, SS= 0.78), anksiyete (Ort.= 2.27, SS= 0.74) ve depresyon (Ort.= 2.09, SS= 0.74) düzeylerinin erkek öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek olduğunu ve İlahiyat Fakültesi'ni kendi isteğiyle seçen öğrencilerin stres, anksiyete ve depresyon düzeylerinin, aile baskısıyla seçen öğrencilere kıyasla daha düşük olduğunu göstermiştir ( $p<0.05$ ). Korelasyon analizleri, akademik öz yeterlik ile depresyon ( $r=-0.24$ ,  $p<0.01$ ), anksiyete ( $r=-0.27$ ,  $p<0.01$ ) ve stres ( $r=-0.31$ ,  $p<0.01$ ) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle 3. sınıf öğrencilerinin depresyon (Ort.= 2.87) ve stres (Ort.= 2.87) seviyelerinin diğer sınıf seviyelerine göre daha yüksek olduğu, 4. sınıflarda ise bu seviyelerin en düşük olduğu belirlenmiştir.

Nitel analizler, yüksek akademik öz yeterlik algısına sahip öğrencilerin psikolojik olarak daha dayanıklı olduklarını ve stres, anksiyete gibi olumsuz duygusal durumlarla daha etkin başa çıktıklarını ortaya koymuştur. Sonuçlar, ilahiyat fakültelerinde öz yeterlik düzeyinin artırılmasının öğrencilerin akademik başarılarının yanı sıra ruhsal iyi oluşlarını da olumlu yönde etkileyebileceğini vurgulamaktadır.

Sonuç olarak, araştırma bulguları, akademik öz yeterlik düzeyinin yüksek olmasının, öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini anlamlı ölçüde azalttığını göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Din Eğitimi, İlahiyat Fakültesi Öğrencileri, Akademik Öz Yeterlik, Depresyon, Anksiyete, Stres.

#### Abstract

This study aims to investigate the relationship between the academic self-sufficiency levels of theology faculty students and their depression, anxiety and stress levels. The mental health of theology faculty students, especially mental health problems such as depression, stress and anxiety, is also an important issue in religious education environments. In these faculties where religious beliefs and values are at the forefront, it is anticipated that the academic self-sufficiency levels of the students may affect their mental and psychological health. Self-sufficiency is defined as the individuals' confidence in their own abilities and skills, and directly affects the persons' power to cope with difficulties and their belief in achieving success in life. Therefore, conducting studies addressing the relationship between self-sufficiency and depression, stress and anxiety will contribute to a better understanding of the mental health of theology faculty students.

In the quantitative dimension of the study conducted with mixed methods, the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASÖ) and the Academic Self-Sufficiency Scale were applied to 261 students; in the qualitative dimension, in-depth interviews were conducted with the determined participants. The analyses showed that the levels of stress ( $M= 2.33$ ,  $SD= 0.78$ ), anxiety ( $M= 2.27$ ,  $SD= 0.74$ ) and depression ( $M= 2.09$ ,  $SD= 0.74$ ) of female students were significantly higher than those of male students and that the levels of stress, anxiety and depression of students who chose the Faculty of Theology voluntarily were lower than those of students who chose it under family pressure ( $p<0.05$ ). Correlation analyses revealed that there were negative significant relationships between academic self-sufficiency and depression ( $r=-0.24$ ,  $p<0.01$ ), anxiety ( $r=-0.27$ ,  $p<0.01$ ) and stress ( $r=-0.31$ ,  $p<0.01$ ). It was determined that especially the 3<sup>rd</sup> grade students had higher levels of depression ( $M= 2.87$ ) and stress ( $M= 2.87$ ) compared to other grades, while these levels were the lowest in the 4<sup>th</sup> grade.

Qualitative analyses revealed that students with high academic self-sufficiency perception were more psychologically resilient and coped more effectively with negative emotional states such as stress and anxiety. The results emphasize that increasing the level of self-sufficiency in theology faculties can positively affect students' academic success as well as their spiritual well-being. As a result, research findings show that a high level of academic self-sufficiency significantly reduces students' depression, anxiety and stress levels.

**Keywords:** religious education, faculty of theology students, academic self-sufficiency, depression, anxiety, stress.

## Giriş

Üniversiteler gençler ve genç yetişkinler için bağımsızlığın ve sorumluluğun arttığı bir ortamı sağlar. Bu dönemin kişilerin kimlik rolü geçişlerinde ve psikolojik olgunluğa ulaşmalarında kritik bir dönemi temsil ettiği ve bu kişilerin artan mental sorunlarla başa çıkmaya çalıştıkları görülmektedir. Bu süreçte kişiler ailelerinden uzaklaşarak kendi kararlarını vermeye başladıklarından kimliklerini bulma ve kişisel değerlerini tanımlama sürecine girerler ve aynı zamanda stres ve belirsizliklerle de başa çıkmaya çalışırlar (Smith & Brown, 2019). Birçok öğrenci için, üniversiteye geçiş aynı zamanda akademik ve sosyal baskıların arttığı bir dönemi de işaret eder. Yeni bir akademik ortama uyum sağlama, sınavlarla başa çıkma, akademik beklentilerle baş etme ve sosyal ilişkiler kurma gibi konularda yaşanan zorluklar, mental sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına neden olabilir (Jones & Garcia, 2020). Bu zorluklarla başa çıkabilme yeteneği, kişilerin psikolojik olgunluğa ulaşmalarında kritik bir rol oynar. Bu süreçte etkili stres yönetimi, duygusal denge, sosyal destek sistemleri ve kişisel gelişim becerileri gibi faktörler önemlidir (Wang & Lee, 2018). Bu dönemde, kişiler hayatlarında önemli kararlar alırken ve kendilerini tanımlarken büyük değişimler yaşamaktadırlar. Yaşanan bu durum öğrencilerin akademik iyi oluşlarını etkilemektedir (Liu, Li, & Cao, 2024). Günümüzde, öğrencilerin akademik başarıları ve psikolojik iyi oluşları üzerinde etkili olan pek çok faktör bulunmaktadır (Bandura, 1997; Lazarus & Folkman, 1984). Bu faktörlere akademik öz yeterlik, akademik stres, depresyon ve anksiyete örnek olarak verilebilir. Kişilerin yaşadığı akademik baskı ve rekabet ortamı kişinin stres yaşamasına sebep olabilir. Özellikle sınav dönemlerinde artan akademik beklentiler, öğrencilerde yoğun stres ve kaygıya yol açabilir (Brown & Smith, 2018). Bu durum, öğrencilerin motivasyonlarını azaltabilir ve akademik başarılarını olumsuz yönde etkileyebilir. Üniversite yılları kişilerin sosyal ilişkilerinde yoğun etki oluşturan bir dönemdir. Öğrencilerin sosyal ilişkilerdeki yaşadıkları zorluklar da öğrencilerin duygusal iyilik hallerini etkileyebilir. Yalnızlık ve sosyal dışlanma hissi, öğrencilerde depresyon ve anksiyete riskini artırabilir (Garcia, 2019). Özellikle yeni bir çevreye adapte olma sürecinde olan öğrenciler, sosyal ilişki kurma konusunda zorlanabilir ve bu da psikolojik iyi oluşlarını olumsuz etkileyebilir. Zaman yönetimi, problem çözme ve stresle başa çıkma stratejilerinin yetersizliği, öğrencilerin duygusal zorluklarla başa çıkma kapasitelerini sınırlayabilir (Wang & Lee, 2020). Bu da stres, depresyon ve anksiyete gibi sorunların ortaya çıkma olasılığını artırabilir.

Akademik öz yeterlik, bireyin akademik becerilerine ve yetkinliklerine duyduğu güveni ifade eder (Bandura, 1997). Diğer yandan, Dünya Sağlık Örgütü tarafından sağlığı etkileyen temel belirleyicilerden biri olarak kabul edilen akademik stres, öğrenme süreçlerinde karşılaşılan zorluklar, zaman baskısı ve başarı beklentileri gibi faktörlerin yol açtığı psikolojik gerilimi tanımlar (Selye, 1978; Liu, Li, & Cao, 2024). Depresyon ve anksiyete ise dünya çapında milyonlarca insanı etkileyen ciddi ve yaygın psikolojik sorunlardır (World Health Organization, 2017). Depresyon, uzun süreli üzüntü, umutsuzluk ve ilgi kaybı gibi belirtilerle karakterize edilen bir durum iken (American Psychiatric Association, 2013) anksiyete ise sürekli endişe, korku ve gerginlik duygularıyla belirgin olan bir durumdur ve normal işlevselliği olumsuz yönde etkileyebilir (Craske, 2003).

Son yıllarda, akademik öz yeterlik kavramı üzerinde yapılan araştırmalar, bu kavramın öğrencilerin akademik performansları üzerinde önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur (Zimmerman, 2000). Akademik öz yeterliğin, öğrencilerin öğrenme süreçlerine olan katılımını, motivasyonlarını ve başarılarını olumlu yönde etkilediği bulguları sıkça vurgulanmıştır (Multon vd., 1991). Zimmerman, akademik öz yeterlik eksikliği yaşayan öğrencilere, öz yeterliklerini geliştirmelerine yardımcı olacak müdahaleler sunulmasıyla öğrencilerin akademik becerilerini geliştirmelerine, zorluklarla başa çıkma stratejileri öğrenmelerine ve akademik hedeflerine ulaşma inançlarını geliştirmelerine yardımcı olunabileceğini ifade etmiştir (Zimmerman, 2000). Öncü, akademik öz yeterliğin öğrencilerin öğrenmeye yönelik motivasyonlarını, zorlu görevlerde ısrar etme eğilimlerini ve başarısızlık sonrasında bile öğrenmeye devam etme düzeylerini etkileyebileceğini belirtmiştir. (Öncü, 2007). Ekici'ye göre, yüksek akademik öz yeterliğe sahip öğrenciler, daha yüksek notlar alma, daha zor dersler seçme ve akademik programlarını tamamlama eğilimindedir (Ekici, 2012). Karcı ve Çelik tarafından ergenlere yönelik olarak yürütülen çalışma sonucunda algılanan stres, akademik öz yeterlik ve psikolojik sağlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu, akademik öz yeterlikleri yüksek olan ergenlerin psikolojik sağlıklarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Karcı & Çelik, 2024). Koçak ve Çolak tarafından yürütülen çalışmada ise sporcu öz yeterliği ve stresle başa çıkma düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu, sporcu öz yeterlik düzeyinin yükselmesi durumunda, stresle başa çıkma düzeyinin arttığı sonucuna varılmıştır (Koçak & Çolak, 2024). Akkuş ile Daştan tarafından anksiyete ve öz yeterlilik algısı ilişkisine yönelik olarak yürütülen çalışma sonucunda öğrencilerin, öz yeterlikleri ve anksiyete arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır (Akkuş & Daştan, 2024). Taytaş ve Kardaş tarafından öz yeterlik ile depresyon arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmada öz yeterlik algıları yüksek olan ergenlerin depresyon seviyelerinin düşük olduğu görülmüştür. Ancak, akademik stresin bu denli yaygın olduğu ortamda, akademik öz yeterliğin bu stresle nasıl ilişkilendiği ve bu ilişkinin öğrencilerin genel akademik uyumlarına etkisi konusu daha detaylı olarak incelenmelidir.

İlahiyat fakültelerinde verilen dinî eğitim, öğrencilerin akademik başarılarını ve psikolojik iyilik hallerini önemli ölçüde etkileyerek, öz yeterliklerini artırmakta ve stres, kaygı gibi psikolojik sorunlarla başa çıkmalarını kolaylaştırmaktadır; bu süreç, öğrencilerin ruhsal sağlıklarını iyileştirdiği gibi, akademik başarılarını da teşvik etmektedir (Koç, 2019; Pargament, 2013; Sharma & Kumra, 2020). Ancak, öğrencilerin ruhsal sağlığı, özellikle de depresyon, stres ve anksiyete gibi mental sağlık sorunları, bu dini eğitim ortamlarında da önemli bir konudur. Bu nedenle, öz yeterlik ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkilere yönelik çalışmaların yapılması ilahiyat fakülteleri için son derece önemlidir. İlahiyat fakültelerinde eğitim gören öğrenciler, genellikle dini inançları ve değerleri ön planda tutan bir ortamda bulunurlar (Aktaş, 2017). Bu ortamda, dini bilgi ve uygulamaların yanı sıra öğrencilerin ruhsal ve psikolojik sağlıkları da önemlidir. Öz yeterlik, kişinin kendi yeteneklerine ve becerilerine olan güveni olarak tanımlanabilir ve bu özellik, kişinin zorluklarla başa çıkma ve yaşamda başarı elde etme konusundaki inancını etkileyebilir (Smith & Brown, 2020). Ayrıca, öz yeterlik ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi, ilahiyat fakültelerinde öğrencilerin ruhsal sağlıklarının daha iyi anlaşılmasına ve iyileştirilmesine katkı sağlayabilir. Araştırmalar, öz yeterliğin yüksek olduğu durumlarda depresyon, stres ve anksiyete düzeylerinin daha düşük olduğunu göstermektedir (Garcia & Wang, 2019). Bu nedenle, ilahiyat fakültelerinde öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin artırılması, onların mental sağlıklarını korumak ve geliştirmek için önemli bir adım olabilir. Ayrıca, ilahiyat fakültelerinde yapılan araştırmaların sonuçları, dini liderlerin ve ruhsal danışmanların, topluluklarındaki bireylerin ruhsal ve psikolojik ihtiyaçlarını daha iyi anlamalarına yardımcı olabilir. Bu da toplumun genel olarak ruhsal ve psikolojik sağlığını iyileştirmeye katkıda bulunabilir. Sonuç olarak, ilahiyat fakülteleri için öz yeterlik ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkilere yönelik çalışmaların yapılması son derece önemlidir. Bu çalışmalar, öğrencilerin ruhsal sağlığını anlamak ve iyileştirmek için değerli bilgiler sağlayabilir ve dini liderlerin topluluklarındaki bireylerin ruhsal ihtiyaçlarına daha etkili bir şekilde yanıt vermesine yardımcı olabilir.

Bu araştırmanın amacı, ilahiyat fakültesi öğrencilerinin akademik öz yeterlik, depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasında ne düzeyde bir ilişki bulunduğunu ortaya koymaktır. Bu amaçla araştırmanın temel problemi şu şekilde belirlenmiştir: İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin akademik öz yeterlikleri ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?

Bu temel amaç doğrultusunda araştırmanın nicel bölümünde aşağıda yer alan alt problemlere cevap aranmıştır.

1. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları arasında cinsiyet değişkenine göre farklılık var mıdır?

2. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları ilahiyat fakültesini seçme nedenlerine göre farklılık göstermekte midir?

3. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları sınıf değişkenine göre farklılık göstermekte midir?

4. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları devam-devamsızlık durumuna göre farklılık göstermekte midir?

5. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın nitel bölümünde aşağıda yer alan alt problemlere cevap aranmıştır.

1. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin yaşadıkları psikososyal durumlar ile öz yeterlikleri arasındaki ilişki nedir?

2. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterliklerinin Dasö'ye ne tür etkileri bulunmaktadır?

Bu çalışma, ilahiyat fakültesi öğrencilerinin akademik başarılarına etki eden faktörleri belirlemeyi ve öğrencilerin akademik performanslarını artırmayı amaçlamaktadır. Çalışmada, akademik öz yeterlik ile akademik stres, depresyon ve anksiyete kavramlarına yönelik literatür taraması yapılmakta ve mevcut bulgular derlenip değerlendirilmektedir. Ayrıca, bu değişkenler arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerin öğrencilerin akademik yaşamlarına etkileri ele alınmaktadır. Son olarak, akademik öz yeterliğin artırılması ve akademik stresin azaltılması için öneriler sunulmaktadır.

## 1. Yöntem

Bu bölümde araştırmanın deseni, çalışma grubu, veri toplama aracı ve geliştirilmesi, verilerin toplanması ve verilerin analizi yer almaktadır.

### 1.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmada betimsel ilişkiyi yaklaşımla karma yöntem kullanılmıştır. Karma yöntem araştırmaları araştırmacının, araştırma problemlerini kapsamlı ve çok boyutlu incelemek için hem nicel veriler (kapalı uçlu) hem de nitel veriler (açık uçlu) topladığı iki veri toplama yöntemini pragmatist felsefenin ilkeleri doğrultusunda birbiriyle bütünleştirerek sonuçlar çıkardığı bir yöntem olarak tanımlanmakta ve araştırma probleminin daha iyi anlaşılmasında nicel ve nitel yöntemlerin tek başına kullanılmasından daha avantajlı olacağı varsayılmaktadır (Creswell, 2021; Yıldırım & Şimşek, 2013).

Karma yöntem araştırmalarının 1980'lerin sonlarına kadar uzanan oldukça yakın bir geçmişi olmasına rağmen hem nicel hem de nitel araştırma yöntemlerinin güçlü yönlerini birleştirdikleri için birçok araştırmacı bunları benimsemiş ve yaygın olarak kullanmıştır. Bu güce ek olarak, sosyal bilimlerdeki problemlerin karmaşıklığı karşısında nicel veya nitel verilerin tek başına kullanılması yetersiz kalabileceğinden, araştırmacılar iki yöntemin güçlü yönlerini bir arada kullanma konusunda daha motive olmuşlardır (Creswell & Plano Clark, 2011; Johnson & Onwuegbuzie, 2007). Bu çalışmada karma araştırma yönteminin kullanılma gerekçesi ise; nicel ve nitel verilerin sonuçlarının karşılaştırılmasını ifade eden veri çeşitlenmesini, elde edilen sonuçların detaylı bir biçimde açıklanmasını ifade eden tamamlayıcılık ilkesini ve kullanılan bir yöntemin sonuçlarının diğer metodu genişletip yönlendirmesi esasına dayayan geliştirme tipolojisini sağlamaktır (Toraman, 2021). Araştırmada nicel verilerin analizinin ardından elde edilen sonuçlara göre nitel verilerin toplanması ve analiz edilmesinin ardından derinlikli bir şekilde yorumlanmasına imkân sağlayan açıklayıcı karma desen kullanılmıştır.

Sayısal verilerin toplanması, analiz edilmesi ve yorumlanmasında kullanılan sistemli yaklaşımları içeren nicel araştırma yöntemleri, ölçülebilir ve nesnel verilere dayanarak hipotezleri test etmek ve genellemeler yapmak için kullanılır (Creswell, 2014; Bryman, 2016). Araştırmanın nicel bölümü geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan tarama modeliyle (Karasar, 2012) desenlemiştir. Belirli bir evrende belirli bir zamanda toplanan verilerin betimlenmesini yapan bu tip araştırmaların temel amacı bir evrene ait durumları belirtmektir (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2012). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeylerinin cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla ilişkisel tarama desenlerinden nedensel-karşılaştırma yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterliklerinin, depresyon, stres ve anksiyete düzeylerine etkisine ilişkin görüşlerinin anlamlı yordayıcıları olup olmadığının belirlenmesi amacıyla da korelasyonel araştırma deseni kullanılmıştır. Araştırmanın nitel bölümünde ise nitel bir araştırma yöntemi olan fenomenolojik desen kullanılmaktadır. Fenomenolojik desen ile katılımcıların bir olguya ilişkin deneyimlerini, algılarını ve bu deneyimlere yükledikleri anlamları keşfetme amaçlanmaktadır. Bu desende olguya ilişkin deneyimi olan bireylerden toplanan veriler bütüncül olarak sunulur (Creswell, 2013).

## 1.2. Katılımcılar ile Evren ve Örneklem

Betimsel tarama ve ilişkisel tarama desenlerinden nedensel karşılaştırma ve korelasyonel desenine uygun olarak desenlenen araştırmada, evrendeki tüm öğrencilere ulaşılmasının zaman ve imkân gibi çeşitli nedenlerden dolayı zor olduğu görölmüş ve örneklem alınmasına karar verilmiştir. Örneklemde yer alacak öğrencilerin belirlenmesi amacıyla öncelikle tabakalı

örnekleme yoluyla okullar seçkisiz olarak belirlenmiş örneklem olarak Cohen, Manion, Morrison'un 2000 yılında hazırladığı Örneklem Hesaplama Tablosu'na göre %90 güven aralığında (Cohen, Manion, & Morrison, 2007) Mayıs 2024 itibariyle 3500 kişilik evrenden, en az 261 kişi olarak alınmıştır (İnönü Üniversitesi, 2024).

**Tablo 1. Örneklem Büyüklüğü-Güven Aralıkları**

Evren (N)	Örneklem (n) (%90 güven seviyesi)	Örneklem (n) (%95 güven seviyesi)	Örneklem (n) (%99 güven seviyesi)
100	73	79	87
500	176	217	285
1000	214	278	399
10.000	265	370	622
30.000	270	379	649
50.000	271	381	655
150.000	272	383	661
200.000	272	383	661

(Cohen, Manion, & Morrison, 2007, s. 104)

Araştırmada İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler evren olarak belirlenmiş, evrendeki tüm öğrencilere ulaşılmasının zaman ve imkân gibi çeşitli nedenlerden dolayı zor olduğu görülmüş, 261 öğrenci örneklem olarak seçilmiştir. Öğrencilerin cinsiyetlerine ilişkin frekanslar tablo2'de, sınıf düzeylerine ilişkin frekanslar ise tablo 3' te belirtilmektedir.



**Tablo 2. Cinsiyete ilişkin frekanslar**

Cinsiyet	Öğrenci Sayısı	%
Kadın	210	80,5
Erkek	51	19,5
Toplam	261	100,0

**Tablo 3. Sınıf Düzeyine ilişkin Frekanslar**

Sınıf Düzeyi	Hazırlık	1. Sınıf	2 Sınıf	3. Sınıf	4. Sınıf	Toplam
Öğrenci Sayısı	36	74	57	75	19	261
Yüzde %	13,8	38,4	21,8	28,7	7,3	100

Araştırmanın nitel boyutunda katılımcıları, nicel bir çalışmanın sonuçlarına göre derinlemesine bir izleme çalışması yapılmak istenildiğinde kullanılacak olan (Büyüköztürk, vd., 2020, s. 95) amaçlı örnekleme yöntemlerinden, ölçüt örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Katılımcıların ilahiyat fakültesi öğrencisi olmaları ve araştırmaya katılmaya gönüllü olmaları temel ölçütlerdir (Creswell, 2013). Araştırmanın katılımcıları, maksimum çeşitlilik örnekleme yönteminin gerekleri dikkate alınarak İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi öğrencilerinden, araştırmaya katılmaya gönüllü olan 10 öğrenciden oluşmaktadır. Maksimum çeşitliliği sağlamak amacıyla katılımcılar her sınıf düzeyinden en az bir kadın ve bir erkek olmak üzere farklı yaş gruplarına sahip kişilerden oluşmaktadır.

### 1.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada nicel verilerin toplanması amacıyla Lovibond (1995) tarafından geliştirilen Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği'nin (DASÖ), Akın ile Çetin tarafından oluşturulan Türkçe formu (Akın & Çetin, 2007) ile Ekici tarafından hazırlanmış olan Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği kullanılmıştır (Ekici, 2012). Veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıdaki gibidir.

#### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın bağımsız değişkenleri hakkında veri toplamak amacıyla oluşturulan kişisel bilgi formu, fakültede öğrenim görmekte olan öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemeye yönelik toplam 4 sorudan (Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, İlahiyat Fakültesini Seçme Nedeni, Devam-Devamsızlık Durumu) oluşmaktadır.

#### Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ)

2 boyutlu ölçeğin ilk boyutunda ölçme aracı olarak Lovibond (1995) tarafından geliştirilen Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği'nin (DASÖ), Akın ile Çetin tarafından oluşturulan Türkçe formu (Akın & Çetin, 2007) kullanılmıştır. Ölçek 3 faktörden (Depresyon, Anksiyete ve Stres) oluşmakta ve faktör yükleri .39 ile .88 arasında değişmektedir. Ayırtedici geçerlik sonuçları ölçeğin klinik ve

normal örnekleme geçerli biçimde ayırt edebildiğini göstermiştir. DASÖ'nün dilsel eşdeğerlik ve uyum geçerliği puanlarının sırasıyla .99 ve .87, .84 olduğu görülmüştür. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .89, madde-toplam korelasyonları .51 ile .75 arasında bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar ve iki yarı güvenirlik puanları ise .99 ve .96 olarak belirlenmiştir.

### **Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği**

Öğrencilerin akademik ortamlarda başarılı olma yeteneğine dair inancını ölçmek için kullanılan bir değerlendirme aracı olan akademik öz yeterlik ölçekleri çeşitli amaçlarla kullanılmaktadır. Bu amaçlara; öğrencilerin akademik başarılarını tahmin etmek, öğrencilerin motivasyonlarını ve öğrenme davranışlarını incelemek, öğretim müdahalelerinin etkililiğini değerlendirmek, öğrencilerin akademik zorluklarla başa çıkma becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmak örnek olarak verilebilir.

33 maddeden oluşan ve sosyal statü, bilişsel uygulamalar ve teknik beceriler boyutuna sahip olan ölçeğin tek boyutta da kullanılacağı belirtilmektedir. Beşli Likert türünde hazırlanan ölçeğin toplam puanları maddelere verilen 1 ile 5 arasında değişen puanların toplamıyla hesaplanan aritmetik ortalama değeriyle hesaplanmaktadır. Ölçeğin genelinden alınabilecek en yüksek puan  $5 \times 33 = 165$  puan, en düşük puan ise  $1 \times 33 = 33$  puandır. Ölçeğin Kaise-Meyer-Olkin (KMO) değeri 0,86 Barlett testi sonucu ise ( $p < ,000$ )' dir. Ölçekte yer alan her maddenin iç tutarlılık kat sayısı 0,90 ve 0,92 olarak belirlenmiştir. Cronbach Alpha güvenirlik değeri ise 0,86 olarak belirlenmiştir.

Nitel verilerin toplanması amacıyla nicel bulgulardan ve literatür taramasından hareketle araştırmanın amacına uygun olarak görüşmeleri gerçekleştirmek için yarı yapılandırılmış görüşme formları oluşturulmuştur. Sorular uzman görüşüne sunulmuş uzman onayından sonra sorulara son şekli verilmiştir.

### **1.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmanın tüm aşamaları için İnönü üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan ön etik izinler alınmıştır. Katılımcılara, herhangi bir yasal yükümlülüklerinin bulunmadığı ve araştırma sürecinden istedikleri zaman ayrılacaklarına dair güvence verilmiştir. Araştırmanın nicel bölümünde ölçek sorularına güvenilir yanıtlar alabilmek için katılımcılara kişisel bilgilerinin korunacağı bilgisi verilmiştir. Nitel bölümde ise verilerin raporlanmasında kişilerin isimleri yerine rumuz kullanılacağı, kişisel bilgilerini açıklayacak hiçbir bilginin kullanılmayacağı ve bu şekilde gizliliğin korunacağı ifade edilmiştir.

Verilerin toplanması için gerekli izinler alındıktan sonra veriler 2024 yılının mayıs ve haziran aylarında İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi öğrencilerine uygulanan ölçek formu ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yoluyla toplanmıştır. Ölçek soruları Google form üzerinden

hazırlanarak online bir şekilde uygulanmıştır. Katılımcıların bulunmasında aynı fakültede öğrenim gören öğrencilerden yardım alınmıştır. Bu amaçla öncelikle görüşme yapılacak öğrencilerin özelliklerine ilişkin bilgiler yardımcı olacak öğrencilerle paylaşılmıştır. Görüşmelerin toplanacağı ortam katılımcılarla birlikte belirlenmiştir. Veri toplama öncesinde katılımcılara görüşmenin amacı hakkında kısaca bilgi verilmiştir. Daha sonra kendilerine gizlilik beyanı ile katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu hatırlatılmıştır. Tüm katılımcıların bilgilendirilmiş onam formunu imzalamalarının ardından katılımcılardan görüşme sorularına yanıt vermeleri istenmiştir. Her görüşme ortalama 20 dakika sürmüştür. Katılımcıların her birine gerçek isimleri yerine veri analizleri sırasında kullanılan bir rumuz verilerek kodlama yapılmıştır. Sonraki aşamada ölçeğe ve görüşmelere yönelik analizler yapılmıştır.

#### 1.4.1. Verilerin Analizi

Öz yeterlik ölçeği beşli likert türünde Dasö ölçeği dördümlü likert türünde hazırlanmıştır. Yapılan hesaplamalara ait puanlar aşağıda tablo halinde sunulmuştur.

**Tablo 4. Öz yeterlik ölçeğine ait puanlar**

Katılım Derecesi (Öz yeterlik)	Puanlar
Oldukça Az	1.00
Az	2.00
Kısmen Fazla	3.00
Fazla	4.00
Oldukça Fazla	5.00

**Tablo 5. DASÖ'ye ait puanlar**

Katılım Derecesi (Dasö)	Puanlar
0	1.00
1	2.00
2	3.00
3	4.00

Araştırmada elde edilen veriler değerlendirilirken veri toplama aracının birinci bölümünde yer alan bağımsız değişkenler için frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, yüzdeler oran hesaplamaları yapılmıştır. İkinci aşamada verilerin parametrik ve parametrik olmayan testlere uygunluğunun tespiti için normallik testi uygulanmıştır. Bu testin yapılış nedeni çarpıklık ve basıklığı belirlemek istediğimiz verilerin analizi için hazırlık yapmaktır. Normallik testleri birçok istatistiksel test için ön gerekliliktir. Çünkü t-testi, Anova, Pearson Korelasyon Testi gibi parametrik testlerin varsayımı, verilerin normallik gösterdiğidir. Analizlere en uygun testlerin seçimi için değişkenler alt kategorilere ayrılarak her bir değişken için ayrı normallik testleri uygulanmıştır. Normallik testlerinde Kolmogrov-Smirnov testi ile Shapiro-Wilk testi, histogram, çarpıklık katsayısı sonuçlarına bakılmıştır. Kolmogrov-Smirnov testi ile Shapiro-Wilk testi sonuçlarında P değeri 0,05'ten küçük bulunduğundan veri setinin normal dağılmadığı görülmüştür. Kolmogrov-Smirnov testi ile Shapiro-Wilk testi sonuçlarına ilişkin tablo aşağıda verilmiştir.

**Tablo 6. Uygulanan ölçeklere ilişkin normallik testi sonuçları**

Gruplara uygulanan ölçeklerin alt boyutlarına ilişkin sonuçlar	Kolmogrov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Öz yeterlik	,062	261	,016	,983	261	,003
DASÖ	,064	261	,011	,972	261	,000

**Tablo 7. Uygulanan ölçeklerin alt boyutlarına ilişkin normallik testi sonuçları**

Gruplara uygulanan ölçeklerin alt boyutlarına ilişkin sonuçlar	Kolmogrov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Bilişsel uygulamalar	,051	261	,094	,990	261	,073
Sosyal Statü	,084	261	,000	,973	261	,000
Teknik Uygulamalar	,131	261	,000	,954	261	,000
Stres	,078	261	,001	,970	261	,000
Anksiyete	,077	261	,001	,972	261	,000
Depresyon	,081	261	,000	,953	261	,000

İkinci olarak basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerlerine bakılmıştır. Öz yeterlik Skewness değerinin ,459, Kurtosis değerinin ise ,392 olduğu Dasö Skewness değerinin ,366 Kurtosis değerinin ise -,507 olduğu gözlenmiştir. Kurtosis ve Skewness değerleri -1 ile +1 olduğu zaman normal dağılım olduğu kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2021). Ölçekler ve alt boyutlarına ait ortalamalarının skewness ve kurtosis değerleri tablo 6 'da verilmiştir.

**Tablo 8. Ölçekler ve alt boyutlarına ait ortalamalarının Skewness ve Kurtosis değerleri**

	N	Mean	Skewness	Ss	Kurtosis	Ss
Bilişseluygulamalar_ortalaması	261	2,89	,284	,151	-,118	,300
Sosyalstatü_ortalaması	261	2,54	,626	,151	,667	,300
Teknikuygulamalar_ortalaması	261	2,43	,700	,151	,236	,300
Özyeterlik_ortalaması	261	2,73	,459	,151	,392	,300
Stres_ortalaması	261	2,73	,278	,151	-,738	,300
Anksiyete_ortalaması	261	2,80	,341	,151	-,607	,300
Depresyon_ortalaması	261	2,93	,555	,151	-,260	,300
DASÖ_ortalaması	261	2,82	,366	,151	-,507	,300

Öğrencilerin veri toplama aracında yer alan maddelere verdikleri yanıtların kişisel bilgilerle ilgili değişkenlere göre (eğitim türü, cinsiyet, alan ve yaş) farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için t-testi ile anova testi uygulanmıştır. Verilerin istatistiksel analizinde hata payı üst sınırı 0.05 kabul edilmiştir.

Çalışmanın nitel verileri analiz edilirken; elde edilen verilerin daha önceden belirlenen temalara göre yorumlandığı, verilerin temalara göre düzenlenebildiği, görüşme sonrasında elde edilen verileri çarpıcı bir şekilde yansıtmak için doğrudan alıntılarının sıklıkla kullanıldığı bir analiz tekniği olan betimsel analiz kullanılmıştır. Bu amaçla görüşmelerde elde edilen veriler önce kodlanmış ardından kodlar bir araya getirilerek temaların ortaya konulması ile betimsel analiz yapılmıştır. Analize ait tabloya aşağıda yer verilmiştir.

**Tablo 9. Verilerin Analizi**

Tema	Kategori	Kod
Öz-Yeterlik	Derslerdeki tartışmalara katılma	İlgi alanına bağlılık.
	Kalabalık- Kalabalık olmayan sınıfta kendini ifade etme	Kalabalık olmayan ortamda daha rahat hissetme...
	Alandaki çalışmalara objektif bakabilme	Ön Yargı...
Yapabilirim	Öz başarı	Verilen emek kadar gelen başarı.....
	Can sıkıcı durumlarla başa çıkabilme	Ortamdan uzaklaşma...
	Hayatın değeri	Duruma göre değişme...
	Zorluklarla karşılaşma	Üzerine giderim...
Yeterliyim Mutluyum	İlahiyat fakültesine bakış açısı	İsteyerek gelme...
	Öz yeterlik DASÖ ilişkisi	Kaygı ve strese azalma...

Araştırmada katılımcıların gerçek isimleri yerine kodlamalar yapılmış “K.” kısaltması kullanılarak isimlendirilmişlerdir. Görüşmelerden elde edilen veriler yorumlanırken doğrudan alıntılar ile desteklenmiştir. Doğrudan alıntılarda katılımcıların özelliğinin daha iyi anlaşılabilmesini sağlamak için “K2. Esra\_1” biçiminde kodlanmıştır. Bu kodlamalar ile katılımcının kadın ve 1. Sınıfa giden bir öğrenci olduğunun anlaşılması amaçlanmıştır. Doğrudan alıntılarının kullanım biçimine ilişkin örnek aşağıda belirtilmiştir:

K2. Esra\_1: Yüksek nitelikli çalışmalar yapıyorum. Alanıma olan ilgi ve alakam beni buna sürüklüyor. Her şeyi en iyi şekilde yapmaya çalışıyorum. O yüzden de başarılı çalışmalar yaptığımı düşünüyorum. Başarılı olamadığım zamanda bazı kelime ve cümlelerle kendimi motive etmeye çalışıyorum.

### 1.5. Geçerlik ve Güvenirlik

Nicel bölümde geçerliği sağlamak için örneklem grubunu oluşturan bireyler seçkisiz olarak belirlenmiştir. Veri toplama aracının kapsam geçerliğini sağlamak amacıyla hazırlanan sorular uzman görüşüne sunulmuş verilerin faktör analizine uygunluğu ise KMO, BKT ile incelenmiştir.

Güvenirliği sağlamak amacıyla örneklem grubu homojen olarak seçilmiş sorular açık ve anlaşılır olarak hazırlanmıştır. Anketi doldururken kişilerin kendilerini rahat ve güvende hissetmesini sağlamak için maddelerin üst kısmında kısa bir bilgilendirici metne yer verilmiştir. Anket maddeleri üzerinde Cronbach Alpha değeri ile anket maddeleri üzerinde parametrik testlerin yapılıp yapılamayacağını belirlemek amacıyla normallik testi için Skewness ve Kurtosis değerleri hesaplanmıştır.

**Tablo 10. Cronbach alfa**

Özyeterlik		
Cronbach's Alpha		N of Items
,957	,957	33

Nitel araştırmada geçerlik yerine kullanılan inandırıcılığı sağlamak amacıyla verilerin elde edilmesinin aşamaları detaylı olarak anlatılmıştır. Araştırmacının araştırmadaki yansızlığı ile yönlendirmelerde bulunmadığı ifade edilmiştir. Katılımcılar ile ilgili betimsel bilgiler tam olarak ifade edilmiş ve araştırma süreci ayrıntılı bir şekilde ortaya konmuştur. Veriler yorumlanırken doğrudan alıntılardan yararlanılmış tablolar ile desteklenmiştir.

Katılımcıların kaygısını en aza indirgeyerek samimi cevaplar vermelerini sağlamak amacıyla ölçümlerin araştırma amacıyla yapıldığı, isimlerinin kodlaştırılması ile görüşmelerden elde edilen verilerin gizli tutulacağı ifade edilmiştir. Veriler ses kaydı yöntemi ile kayıt altına alınmış katılımcılara, görüşme sonrasında ses kayıtlarının kendilerine dinletileceği ve istemedikleri bölümlerin çalışmaya eklenmeyeceği belirtilmiştir. Verilerin inandırıcılığını sağlamak için birden çok kaynaktan veri teyidi gerçekleştirilmiştir. Her bir öğrenciyle ikişer kez grşlmştş. Öğrencilerden görüşme formunu doldurmaları istenerek görüşlerini daha rahat ve serbest bir biçimde ifade etmeleri sağlanmaya çalışılmıştır. Elde edilen bulgular literatür ile tartışılmış sonuçların büyük oranda örtüştüğü grlmştş.

## 2. Bulgular

### 2.1. Araştırmanın Nicel Boyutunun Alt Problemine İlişkin Bulgular ve Yorumlar

1. İlahiyat fakültesi ğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları arasında cinsiyet değişkenine göre farklılık var mıdır?
2. İlahiyat fakültesi ğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları ilahiyat fakültesini seçme nedenlerine göre farklılık göstermekte midir?
3. İlahiyat fakültesi ğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları sınıf değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
4. İlahiyat fakültesi ğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları devam-devamsızlık durumuna göre farklılık göstermekte midir?
5. İlahiyat fakültesi ğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

### 1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

“İlahiyat fakültesi ğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları arasında cinsiyet değişkenine göre farklılık var mıdır?” problem cümlesi doğrultusunda katılımcılara DASÖ ile z-Yeterlik leği uygulanmıştır.

Cinsiyet değişkeni doğrultusunda uygulanan ölçeklere ilişkin puanların karşılaştırılmasında kullanılacak teste karar vermek amacıyla tanımlayıcı istatistikler incelenmiş (Tablo 6) ve puan dağılımlarının normal olup olmadığı Kolmogrov-Smirnov testiyle sınıanmıştır

(Tablo 7). Katılımcı sayısı 50'den fazla olduğu için dağılımın normal olup olmadığı Kolmogrov-Smirnov testiyle sınanmıştır. Tablo incelendiğinde Kolmogrov-Smirnov test sonuçlarına göre elde edilen anlamlılık düzeyi öz yeterlik ( $p=,016<,05$ ), Dasö ( $p=,011<,05$ ) bulunduğundan veri setinin normal dağılmadığı görülmüştür. Bu doğrultuda İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları arasında cinsiyet değişkenine ilişkin farkın anlamlı olup olmadığını belirlemek için parametrik testlerden bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Tablo 6 incelendiğinde Öz yeterlik Skewness değerinin ,459, Kurtosis değerinin ise ,392 olduğu Dasö Skewness değerinin ,366 Kurtosis değerinin ise -,507 olduğu gözlenmiştir. Kurtosis ve Skewness değerleri -1 ile +1 olduğu zaman normal dağılım olduğu kabul edilmektedir.

**Tablo 11. Öğrencilerinin Öz Yeterlikleri ile Depresyon, Stres ve Anksiyete Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Ortalamaları**

Değişkenler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	t	sd	p
Bilişsel Ortalamalar	Kadın	210	2,92	,75	,935	259	,351
	Erkek	51	2,81	,80			
Sosyal Statü	Kadın	210	2,53	,74	-,661	259	,509
	Erkek	51	2,61	,80			
Teknik Uygulamalar	Kadın	210	2,42	,85	-,792	259	,429
	Erkek	51	2,52	,89			
Öz Yeterlik	Kadın	210	2,74	,70	,246	259	,806
	Erkek	51	2,71	,77			
Stres	Kadın	210	2,33	,78	3,367	259	,001
	Erkek	51	1,96	,68			
Anksiyete	Kadın	210	2,27	,74	3,117	259	,002
	Erkek	51	1,91	,67			
Depresyon	Kadın	210	2,09	,74	1,459	259	,146
	Erkek	51	1,92	,80			
DASÖ	Kadın	210	2,23	,72	2,668	259	,008
	Erkek	51	1,93	,69			

Tablo incelendiğinde grupların (kadın/erkek) bilişsel ortalamalar (2,92/ 2,81), sosyal statü (2,53 /2,61), teknik uygulamalar. (2,42 /2,52), öz yeterlilik (2,74/ 2,71) ve depresyon (2,09/ 1,92) değişkenlerine ilişkin aritmetik ortalamaların benzer olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların Stres, anksiyete ve Dasö ye ilişkin aritmetik ortalamaları erkek katılımcıların aritmetik ortalamalarına kıyasla daha yüksektir.

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin grup değişkeni bakımından bilişsel ortalamaları, sosyal statü, teknik uygulamalar, öz yeterlilik ve depresyon puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (sırasıyla  $p=,351$ ,  $p=,509$ ,  $p=,429$ ,  $p=,806$ ,  $p=,146$ ;  $p>,05$ ). Kadın katılımcıların stres, anksiyete ve Dasö puanları erkek katılımcılara kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir (sırasıyla  $p=,001$ ,  $p=,002$ ,  $p=,008$ ;  $p<,05$ ).

## 2. Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

“İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları ilahiyat fakültesini seçme nedenlerine göre farklılık göstermekte midir?” problem

cümlesi doğrultusunda katılımcılara DASÖ ile Öz-Yeterlik Ölçeği uygulanmıştır. Katılımcıların ilahiyat fakültesini seçme nedenleri değişkeni doğrultusunda katılımcılara uygulanan ölçeklere ilişkin puanların karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t – testi kullanılmıştır.

**Tablo 12. Öğrencilerinin Öz Yeterlikleri İle Depresyon, Stres Ve Anksiyete Düzeyleri İle İlahiyat Fakültesini Seçmeleri Arasındaki İlişki**

Değişkenler	Grup	N	$\bar{X}$	SS	t	sd	p
<b>Bilişsel Ortalamalar</b>	Kendi is	211	2,91	,73	,648	259	,517
	Aile is.	50	2,83	,89			
<b>Sosyal Statü</b>	Kendi is	211	2,57	,74	1,075	259	,284
	Aile is.	50	2,45	,79			
<b>Teknik Uygulamalar</b>	Kendi is	211	2,45	,86	,626	259	,532
	Aile is.	50	2,37	,86			
<b>Öz Yeterlik</b>	Kendi is	211	2,75	,70	,830	259	,408
	Aile is.	50	2,66	,79			
<b>Stres</b>	Kendi is	211	2,15	,73	-4,840	259	,000
	Aile is.	50	2,72	,80			
<b>Anksiyete</b>	Kendi is	211	2,11	,70	-4,094	259	,000
	Aile is.	50	1,57	,78			
<b>Depresyon</b>	Kendi is	211	1,94	,71	-5,501	259	,000
	Aile is.	50	2,56	,74			
<b>Dasö</b>	Kendi is	211	2,07	,68	-5,046	259	,000
	Aile is.	50	2,62	,73			

Tablo incelendiğinde ilahiyat fakültesini kendi isteği ile tercih edenler ile aile isteği nedeniyle tercih eden katılımcıların bilişsel ortalamalar (2,91/ 2,83), sosyal statü (2,57 /2,45), teknik uygulamalar (2,45 /2,37), öz yeterlilik (2,75/ 2,66) değişkenlerine ilişkin aritmetik ortalamaların benzer olduğu görülmektedir. Aile isteği nedeniyle ilahiyat fakültesini tercih eden katılımcıların stres, depresyon ve Dasö ye ilişkin aritmetik ortalamaları kendi isteğiyle tercih eden katılımcıların aritmetik ortalamalarına kıyasla daha yüksektir.

İlahiyat fakültesini kendi isteğiyle tercih edenler ile aile isteği nedeniyle tercih eden katılımcıların bilişsel ortalamaları, sosyal statü, teknik uygulamalar ve öz yeterlilik puanları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (sırasıyla p=,517, p=,284, p=,532, p=,408; p>,05). İlahiyat fakültesini aile isteği nedeniyle tercih edenlerin stres, anksiyete, depresyon ve Dasö puanları kendi isteğiyle tercih eden katılımcılara kıyasla anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir (sırasıyla p=,000, p=,000, p=,000, p=,000; p<,05).

### 3. Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

“İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları sınıf değişkenine göre farklılık göstermekte midir?” problem cümlesi doğrultusunda katılımcılara DASÖ ile Öz-Yeterlik Ölçeği uygulanmıştır. Katılımcıların ilahiyat fakültesini seçme



nedenleri değişkeni doğrultusunda katılımcılara uygulanan ölçeklere ilişkin puanların karşılaştırılmasında Anova testi kullanılmıştır.

**Tablo 13. Eğitim seviyesine göre Anova testi**

Sınıf Seviyesi	N	X	Ss	Varyans Kaynağı	KT	sd	KO	F	P
Hazırlık	36	13,8	3,647	Grup arası özy dasö	,912 ,510	3	,555	1,786 1,786	,132 ,029
1	74	28,4	130,644	Grup içi özy Dasö	1,415 ,514	278	,369		
2	57	21,8	134,290						
3	75	28,7	5,661						
4	19	7,3	131,540						
Toplam	261	100,0	137,201						

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ortalamalarının sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark göstermediği bulunmuştur (F = 0,132; p> 0,05).

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin depresyon, stres ve anksiyete ortalamaları sınıf değişkenine göre farklılık göstermektedir (F=,029; p<.05). 3. Sınıf öğrencilerinin depresyon, stres ve anksiyete ortalamaları diğer gruptan yüksektir. En düşük ortalamaya sahip grup 4. sınıflardır.

#### 4. Araştırmanın dördüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

“İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları devam-devamsızlık durumuna göre farklılık göstermekte midir?” problem cümlesi doğrultusunda katılımcılara DASÖ ile Öz-Yeterlik Ölçeği uygulanmıştır. Katılımcıların ilahiyat fakültesini seçme nedenleri değişkeni doğrultusunda katılımcılara uygulanan ölçeklere ilişkin puanların karşılaştırılmasında Anova testi kullanılmıştır.

**Tablo 14. Devam devamsızlık durumuna göre Anova testi-1**

	Frekans	Yüzde
Oldukça Az	109	41,8
Az	86	33,0
Kısmen Fazla	51	19,5
Fazla	13	5,0
Oldukça Fazla	2	,8
Total	261	100,0

**Tablo 15. Devam devamsızlık durumuna göre Anova testi-2**

Devam Devamsızlık	N	X	Ss	Varyans Kaynağı	KT	sd	KO	F	P
Oldukça Az	109	2,88	,068	Grup arası özy dasö	7,109 3,273	4	1,77 ,818	3,57 1,58	,007 ,179
Az	86	2,70	,069	Grup içi özy Dasö	127,18 132,24	7,30	,497 ,517		
Kısmen Fazla	51	2,50	,102						
Fazla	13	2,50	,204						
Oldukça Fazla	2	3,53	1,46						
Toplam	261								

İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri devam devamsızlık durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. ( $F=3,57$ ;  $P>,007$ ).

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin depresyon, stres ve anksiyete ortalamaları devam devamsızlık durumlarına göre farklılık göstermemektedir ( $F=1,58$ ;  $p>.05$ ).

## 5. Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, sters ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular tablo 13'te gösterilmiştir.

**Tablo 16. İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Öz Yeterlikleri İle Depresyon, Stres Ve Anksiyete Düzeyleri Ortalamaları Arasındaki İlişki**

		DASÖ_ort
Öz yeterlik_ort	Pearson r	,074
	p	,232
	N	261

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular tablo 'da gösterilmiştir.

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişki zayıf ( $r=,074$ ) ve Korelasyon değeri  $p>0,01$  düzeyinde olduğundan anlamsızdır.

## 2.2. Araştırmanın Nitel Boyutuna İlişkin Sonuçlar

### 2.2.1. Araştırmanın Nitel Boyutunun Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular ve Yorumlar

Araştırmanın nitel boyutunun birinci alt probleminde İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile yaşadıkları psikososyal durumlar arasında ne tür bir ilişkinin bulunduğu incelenmiştir.

**Tablo 17. Öz Yeterlik ile Yaşanılan Psikososyal Durumlar Arasındaki İlişki**

Kodlar	Katılımcılar	Katılımcı Sayısı
Can Sıkıcı Durumlarla Başa Çıkabilme	K2, K8	2
Karşılaşılan Zorluklarla Mücadele Edebilme	K1, K2, K3, K7, K8	5
Öz başarıya sahip olma	K1, K2, K4, K5, K7, K8	6
Hayatı Değerli Bulma	K3, K4, K7, K8	4
Fakülteye Uyum Sağlama	K1, K2, K3, K4, K5, K8	6

Bu doğrultuda yapılan görüşmeler sonucunda katılımcıların kendilerini başarılı hissettikleri ve karşılaştıkları sorunlarla başa çıkma durumlarının, sorunlardan kaçma durumlarından daha fazla olduğu görülmüştür. Sınav başarılarının kendi emekleri ile doğru orantılı olduğu düşük notlar almalarının kendilerini başarısız hissettirmedeği “ne kadar emek o kadar başarı” sloganıyla hareket ettikleri görülmüştür. Bu alt probleme ilişkin katılımcı görüşlerinin bazılarını aşağıda yer verilmiştir:

K2. Mert\_1: Tartışmalara katılıyorum. Çünkü kendini ifade etmeyi seven atılgan bir yapıya sahibim. Her türlü düşünce ve fikre saygı duyar kendi düşüncelerimi de ifade etmeyi severim.

K5. Canan\_4: Sınıfın kalabalık olup olmaması çok fark etmez. Hoca ile diyolog içinde olmam bu durumda etkili oluyor. O yüzden duygu durumumu etkilemiyor.

K7. Ömer\_3: Kesinlikle değerli. Özellikle değer verdiğiniz şeyler varsa hayat yaşanmaya değer. Anlamli ilişkiler kurma, kişisel hedeflere ulaşma, kendini sürekli geliştirme veya dünyaya olumlu bir etki yapma bana hayatın yaşanılabilirliği ile ilgili geliyor.

K8. Cihan\_3: Katılmaya çalışırım. Çünkü düşünceler ifade edilince problemler çözülebiliyor.

## 2. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterliklerinin Dasö'ye ne tür etkileri bulunmaktadır?

Araştırmanın nitel boyutunun ikinci alt probleminde İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile Dasö düzeyleri arasında ne tür bir ilişkinin bulunduğu incelenmiştir.

**Tablo 18. Öz yeterliğin DASÖ üzerindeki etkisi**

Kodlar	Katılımcılar	Katılımcı Sayısı
Olumlu Etkiler	K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8	8
Stresimi Azaltır	K2, K4, K6	3
Kaygımı Azaltır	K3, K7, K8	3
Rahatlama Hissederim	K1, K5,	2

Bu doğrultuda yapılan görüşmeler sonucunda katılımcıların öz yeterlik düzeylerinin yükselmesi ile Dasö düzeylerinde azalışın olduğu sonucuna varılmıştır. Kendini yetersiz hisseden öğrencilerin kaygı düzeylerinin yüksek olduğu ve bu durumunda depresyona girmelerine sebep olduğu görülmüştür. Atama durumlarında ilahiyat fakültesi öğrencilerinin zorlanmalarının okudukları bölüme karşı isteksizlik yaşamalarına sebep olduğu ve bu durumda öz yeterliklerine zarar verdiği sonucuna varılmıştır. Bu alt probleme ilişkin katılımcı görüşlerinin bazılarını aşağıda yer verilmiştir:

K1. Ahmet\_2: Kendimi yeterli hissettiğimde, genellikle kaygı duygularım azalıyor ve bu durum bana huzur ve rahatlık sağlıyor. Kendime güven duygusu, stres seviyemi düşürüyor ve

psikolojik olarak daha dengede hissetmemi sağlıyor. Bu nedenle, kendimi yeterli hissetmek, benim rahatlamama yardımcı oluyor.

K4. Beyza\_1: Çok streslenen bir insan değilim. Başarabileceğimi düşünüyorum. Bu da kaygımı stresimi düşürüyor.

K6. Yaren\_1: Kendimi yetersiz hissettiğim durumlarda, genellikle yüksek kaygı ve stres yaşıyorum. Bu tür durumlar, duygusal olarak beni zorlayabiliyor ve zaman zaman bu kaygı ve stres, genel ruh halimi olumsuz yönde etkiliyor.

K7. Ömer\_3: Kendimi yeterli hissetmemenin depresyon, stres ve anksiyete üzerindeki etkilerini kişisel olarak deneyimledim. Yetersizlik duygusu, genellikle benim stres seviyemi artırıyor ve bu durum bazen kaygı ve depresyona yol açabiliyor. Ancak, bu tür duygusal zorlukların üstesinden gelebilme yeteneğim olduğunu düşünüyorum. Stresli durumlarla başa çıkmak için çeşitli stratejiler geliştirdim ve bu sayede kendimi daha iyi yönetebiliyorum. Bu nedenle, kendimi yetersiz hissettiğimde yaşadığım olumsuz etkileri aşabilme kapasitemi artırmayı başardım.

### **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Üniversite yılları, bireylerin psikososyal gelişimlerinde kritik bir geçiş dönemi olup, öğrencilerin akademik ve sosyal baskılara maruz kaldıkları, bu nedenle de çeşitli mental sağlık sorunları ile karşılaştıkları bir süreçtir. Literatürde, akademik öz yeterlik bireylerin akademik başarılarını ve zorluklarla başa çıkma kapasitelerini artıran önemli bir psikolojik değişken olarak tanımlanmakta ve yüksek öz yeterlik düzeyinin stres, depresyon ve anksiyete düzeylerini düşürdüğüne dair bulgulara rastlanmaktadır (Bandura, 1997; Zimmerman, 2000).

Öz yeterlik algısı yüksek bireyler, bir görevi başarmak için genellikle daha fazla çaba gösterir, daha kararlı ve azimli olurlar. Bu kişiler, yenilikleri denemekten ve zorlu görevleri üstlenmekten çekinmezler. Öte yandan, öz yeterlik algısı düşük olan bireyler, zorlayıcı görevlerde genellikle çekingen davranır ve bu görevleri kişisel bir tehdit olarak görebilirler. Bu kişiler, hedeflerine ulaşmada genellikle daha düşük bir sorumluluk duygusuna sahiptir ve karşılaştıkları zorluklarda çabalarını azaltır veya hızla pes ederler. Bu çalışma, İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin akademik öz yeterlik düzeyleri ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişkileri kapsamlı bir şekilde ele almış ve elde edilen bulgular, önceki literatürde yer alan benzer çalışmalarla örtüşmektedir. Literatüre göre akademik öz yeterlik, bireylerin akademik başarılarının yanı sıra psikolojik iyi oluşlarını da olumlu yönde etkileyen önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır (Bandura, 1997; Zimmerman, 2000). Bu çalışmanın bulguları da akademik öz yeterlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin anlamlı

derecede düşük olduğunu ortaya koyarak önceki çalışmaları desteklemektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin depresyon, stres, anksiyete ölçeğine ilişkin puan ortalamaları ( $\bar{x}= 2,82$ ) ile öğrencilerin akademik öz yeterlik puan ortalamaları ise orta düzeyde çıkmıştır. ( $\bar{x}= 2,73$ ) İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile depresyon, stres ve anksiyete düzeyleri arasında zayıf düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. ( $r=,074$ ;  $p>,232$ ). Araştırmanın nitel bölümünde ise ilahiyat fakültesi öğrencilerinin akademik öz yeterliklerinin yüksek olduğu; bu durumda depresyon, stres ve anksiyete düzeylerini düşürdüğü görülmüştür. Kadın öğrencilerin stres, anksiyete ve depresyon düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olması, üniversite öğrencileri arasında yapılan çeşitli araştırmalarla tutarlıdır. Özellikle kadınların akademik ve sosyal baskılar karşısında daha fazla endişe ve stres yaşadıkları, bu durumun ise depresyon riskini artırdığı bilinmektedir (Brown & Smith, 2018). Çalışma bulguları, cinsiyetin mental sağlık üzerindeki etkilerini daha ayrıntılı incelemenin gerekliliğini bir kez daha vurgulamaktadır. Ayrıca, öğrencilerin İlahiyat Fakültesi'ni kendi isteğiyle mi yoksa aile isteğiyle mi seçtikleri değişkenine dayanan bulgular, bireylerin akademik öz yeterlik düzeylerini etkileyen dış faktörlerin önemini göstermektedir. Kendi isteğiyle bu fakülteyi seçen öğrencilerin daha düşük depresyon ve anksiyete düzeylerine sahip olmaları, bireylerin akademik seçim süreçlerindeki otonom karar alma yetilerinin ruhsal iyi oluşlarına olan katkısını desteklemektedir.

Çutuk tarafından yapılan çalışmada; cinsiyetin, kardeş sayısının, anne baba tutumunun ve sosyoekonomik durumun duygusal öz-yeterlik düzeyi üzerinde etkisinin olmadığı, duygusal öz-yeterlik ile sıkıntıya dayanma düzeyi arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu ve sıkıntıya dayanmanın duygusal öz yeterlik düzeyini anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna varılmıştır (Çutuk, 2019). Çalışmanın nicel bölümünden elde edilen sonuçlar bahsedilen çalışma ile paralellik göstermektedir. Kadın ve erkeklerin öz yeterliğe sahip olmalarına ilişkin aritmetik ortalamaların benzer olduğu görülmektedir.

Adal ile Yavuz tarafından yürütülen çalışma sonucunda; öğrencilerin kaygı düzeyleri, sınıf seviyesine, matematik dersine karşı tutuma ve sosyoekonomik düzeye göre farklılaştığı cinsiyete ve matematik kursuna katılım durumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür. Matematik öz yeterlik ile matematik kaygısı arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki bulunduğu sonucuna varılmıştır (Adal & Yavuz, 2017). Kılıç tarafından yürütülen çalışma sonucunda ise; öğrencilerin öz yeterlik puanı ile cinsiyet, ekonomik gelir, yerleşim yeri, mezun olunan ortaöğretim türü, hazırlık okuma, fakülteyi tercih nedeni, yapılmak istenen meslek, not ortalaması arasında istatistiki açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Kılıç, 2019).

Ancak bu çalışma sonuçlarından farklı olarak çalışmanın nicel ve nitel bölümünden elde edilen sonuçlara göre kadınların kaygı, stres, depresyon ve Dasö ortalamalarının erkeklerle oranla anlamlı derecede yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca İlahiyat fakültesi öğrencilerinin

depresyon, stres ve anksiyete ortalamaları sınıf değişkenine göre farklılık göstermektedir ( $F=,029$ ;  $p<.05$ ). 3. Sınıf öğrencilerinin depresyon, stres ve anksiyete ortalamaları diğer gruptan yüksektir. En düşük ortalamaya sahip grup 4. sınıflardır. Nitel çalışma sonucunda ise 2. Sınıfların öz yeterliklerinin daha yüksek olduğu; depresyon, anksiyete ve stres oranlarının daha düşük olduğu görülmüştür. 4. Sınıf öğrencilerinin atamalarının zor olduğu gerekçesiyle öz yeterliklerinin düşük olduğu bu durumda kaygı düzeylerini arttırarak depresyona girmelerine sebep olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, sınıf seviyesine göre depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinde farklılıklar gözlemlenmesi, öğrencilerin akademik yaşantılarındaki ilerleme ile birlikte bu psikolojik faktörlerin nasıl değiştiğine dair önemli bilgiler sunmaktadır. Üçüncü sınıf öğrencilerinin diğer sınıf seviyelerine kıyasla daha yüksek stres ve depresyon seviyelerine sahip olmaları, bu dönemin artan akademik sorumluluklar, mezuniyet sonrası kariyer belirsizlikleri ve atama kaygıları ile ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Dördüncü sınıf öğrencilerinin stres seviyelerinin daha düşük olması ise, mezuniyete yakın olmaları ve kariyer beklentilerinin netleşmesi ile açıklanabilir.

Dam tarafından yapılan çalışmanın sonucuna göre; öğretmen adaylarının öz yeterlik inanç düzeyleri, yaş gruplarına göre farklılık göstermektedir. Özellikle 20-25 yaş aralığı ile 26-30 yaş aralığı karşılaştırıldığında, 26-30 yaş grubundaki adayların öz yeterlik inanç puanları daha yüksektir. Benzer şekilde, 36-40 yaş grubunun öz yeterlik puanları da 20-25 yaş grubu ve 41 yaş üstü gruplara göre daha yüksektir. Analizler, öğrenci katılımı ve öğretim stratejileri alt boyutlarında yaş grupları arasında önemli farklılıklar olduğunu, ancak sınıf yönetimi boyutunda bu tür bir farklılaşma bulunmadığını ortaya koymuştur. Ayrıca, öğrenci katılımı ve öğretim stratejileri alt boyutlarında da 36-40 yaş grubundaki öğretmen adaylarının öz yeterlik inanç düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak öğretmen adaylarının öğretmenliğe yönelik öz yeterlik inanç düzeyleri ile akademik başarı algıları arasında bir ilişki bulunamamıştır (Dam, 2020).

İlahiyat fakültesinde ailesinin tercihi sebebiyle öğrenim gören kişilerin kendi tercihleriyle öğrenim gören kişilere göre depresyon, anksiyete ve stres yaşama durumları daha yüksektir. Öz yeterlik ile depresyon arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmanın sonucunda; öz yeterlik inancının insanların nasıl hissettiğini, düşündüğünü, kendilerini nasıl motive ettiğini ve nasıl davrandığını belirlediği ifade edilmiştir. Ayrıca öz yeterlik kavramının ruh sağlığı üzerinde önemli bir role sahip olduğu akademik öz yeterlik ile depresyon arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Düşük öz yeterliğe sahip olmanın genellikle duygusal ve sosyal sorunlar gibi zihinsel sağlığı da içeren bazı sorunları artırdığı görülmüştür (Tahmassian & Moghadam, 2011).

İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öz yeterlikleri ile Dasö düzeyleri arasında ters bir ilişki olduğunun ele alındığı çalışmamızın sonucunda; kişilerinin akademik öz yeterlik düzeylerinin

yükselmesi ile depresyon, anksiyete ve stres yaşama durumlarının azaldığı sonucuna varılmıştır. Karademas'a göre, düşük öz yeterlik düzeyine sahip kişilerde, genellikle negatif duygular ve ümitsizlik ile ilişkilendirilen anksiyete ve depresyon gibi olumsuz duyguların görülme sıklığı daha yüksektir (Karademas, 2006). Albal tarafından yürütülen çalışma sonucunda öz yeterliğin depresyon ile başa çıkmada önemli bir faktör olduğu sonucuna varılmıştır (Albal, 2009). Kahraman ve Çelik'in yürüttüğü çalışma da ise; öğretmen adaylarının öz yeterlik algıları ile mesleki kaygıları arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu, öz yeterlik algıları yüksek olan öğretmen adaylarının mesleki kaygı düzeylerinin düşük olduğu sonucuna varılmıştır (Kahraman & Çelik, 2019). Çiçek ile Almalı tarafından yürütülen çalışmanın sonucunda duygusal öz yeterliği yüksek bireylerin kaygıya rağmen psikolojik iyi oluşlarının daha yüksek seviyede olduğu görülmüştür (Çiçek & Almalı, 2020).

Sharma ve Kumra'nın (2022) farkındalık, öz yeterlilik, kaygı, depresyon ve stres arasındaki ilişkileri inceledikleri çalışmada ulaşılan bulgular şu şekilde özetlenebilir:

Öz-yeterlilik ve Psikolojik Sorunlar: Öz-yeterlilik, bireyin kendi yeteneklerine olan inancı olarak tanımlandığında, kaygı, stres ve depresyon ile olumsuz bir ilişki içinde olduğu bulunmuştur. Öz-yeterliliği düşük olan bireyler, bu psikolojik sorunları yaşama eğilimindedirler.

Aracılık Analizi: Araştırmanın aracılık analizi, öz-yeterliliğin, farkındalık (bilinçli farkındalık) ile kaygı, stres ve depresyon arasındaki ilişkilerde kısmi bir aracılık rolü üstlendiğini ortaya koymuştur. Bu durum, öz-yeterliliğin, farkındalık ile bu psikolojik sorunlar arasındaki ilişkinin bir kısmını açıklayabileceğini veya etkileyebileceğini göstermektedir. Başka bir deyişle, farkındalığın kaygı, stres ve depresyon üzerindeki etkisi, kısmen öz-yeterlilik aracılığıyla şekillenmektedir (Sharma & Kumra, 2022). Adölesan annelerde öz yeterlilik düzeyim ile postpartum depresyon arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada; adölesan annelerin öz yeterlik düzeylerinin az olduğu, depresyon açısından riskli grupta oldukları, genel öz yeterlik düzeyleri ile postpartum depresyon arasında zayıf ilişki olduğu sonucuna varılmıştır (Solmaz, Atalay, & Çağan, 2024).

Bu araştırma, İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin akademik öz yeterlik düzeyleri ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasındaki ilişkileri ortaya koymakta ve yüksek akademik öz yeterlik düzeyine sahip öğrencilerin daha düşük depresyon, anksiyete ve stres seviyelerine sahip olduklarını göstermektedir. Çalışmanın bulguları, akademik öz yeterliğin üniversite öğrencilerinin mental sağlıkları üzerinde koruyucu bir faktör olduğunu ve öğrencilerin bu yöndeki yeteneklerinin geliştirilmesinin psikolojik iyi oluşları açısından önemli olduğunu vurgulamaktadır.

Cinsiyet, akademik öz yeterlik ve psikolojik sorunlar arasındaki anlamlı farklılıklar, kadın öğrencilerin ruhsal sağlıklarının korunmasına yönelik özel stratejilerin geliştirilmesini gerektirmektedir. Özellikle İlahiyat Fakültesi gibi öğrencilerin dini ve manevi değerlere yoğun şekilde maruz kaldığı eğitim ortamlarında, akademik öz yeterliğin güçlendirilmesi, bireylerin psikolojik sağlıklarını iyileştirmek açısından kritik bir rol oynamaktadır.

### **Sonuç**

Sonuç olarak, bu çalışma, üniversite öğrencilerinin akademik başarıları ile psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkilere dair önemli bulgular sunmaktadır. Öğrencilerin akademik öz yeterlik düzeylerini artırmaya yönelik yapılacak müdahaleler hem akademik performanslarını iyileştirebilir hem de depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini düşürebilir. Bu bağlamda, akademik öz yeterliğin öğrencilerin genel psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisi, müdahaleci stratejilerin geliştirilmesi gereken bir alan olarak öne çıkmaktadır. Öğrencilere sunulacak akademik danışmanlık hizmetleri, onların öz yeterlik algılarını artırarak psikolojik zorluklarla daha etkin bir şekilde başa çıkmalarına yardımcı olabilir. Ayrıca, öğrencilerin öz yeterliklerini destekleyecek eğitim programlarının uygulanması hem akademik başarılarını hem de psikolojik iyilik hallerini artırmak için etkili bir çözüm sunabilir.

### **Öneriler**

**Öz Yeterlik Müdahalelerinin Etkililiği:** Bu çalışma, akademik öz yeterliğin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri üzerindeki etkisini ortaya koymuştur. Gelecekteki araştırmacılar, öz yeterlik algısını artırmaya yönelik eğitim programlarının ve müdahalelerin uzun vadeli etkilerini incelemelidir. Özellikle öz yeterlik artırıcı stratejilerin öğrencilerin akademik performansları ve ruhsal sağlıkları üzerindeki kalıcı etkileri değerlendirilmeli, bu stratejilerin farklı eğitim ortamlarında ve disiplinlerde uygulanabilirliği araştırılmalıdır.

**Cinsiyet Temelli Farklılıkların Derinlemesine İncelenmesi:** Bu araştırmada kadın öğrencilerin stres, anksiyete ve depresyon düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Gelecek çalışmalar, bu farklılıkların nedenlerini derinlemesine ele alarak, cinsiyet temelli sosyal ve kültürel faktörlerin öğrencilerin psikolojik sağlıkları üzerindeki etkisini daha kapsamlı bir şekilde araştırabilir. Özellikle, üniversite öğrencilerinde cinsiyet farkının mental sağlık üzerindeki etkisini azaltmaya yönelik cinsiyete özgü müdahaleler geliştirilebilir.

**Akademik Baskılar ve Sınıf Seviyesine Göre İncelemeler:** Çalışmada, üçüncü sınıf öğrencilerinin stres ve depresyon seviyelerinin diğer sınıflara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum, akademik baskıların ve kariyer belirsizliklerinin sınıf seviyesine göre değişebileceğini göstermektedir. Sonraki araştırmalarda, öğrencilerin farklı akademik yıllardaki stres kaynakları, beklentileri ve kaygıları daha ayrıntılı bir şekilde incelenmelidir. Ayrıca, sınıf



seviyesine özgü destek mekanizmalarının etkinliği araştırılarak, öğrencilerin mezuniyet öncesi dönemde daha düşük stres seviyelerine sahip olmaları sağlanabilir.

**Aile Baskısı ve Akademik Seçimler:** Bu çalışmada, aile isteği ile İlahiyat Fakültesi'ni seçen öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. İlerleyen araştırmalar, aile baskısının öğrencilerin akademik seçimleri ve psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkilerini daha derinlemesine incelemelidir. Özellikle, aile beklentileri ve bireysel tercihlerin uyumsuz olduğu durumlarda, öğrencilerin öz yeterlik ve motivasyon düzeylerindeki değişiklikler araştırılabilir.

**Niteliksel Araştırmaların Genişletilmesi:** Bu çalışmada karma yöntem kullanılmış olsa da, nitel verilerin daha derinlemesine analiz edilmesi öğrencilerin bireysel deneyimlerini anlamada önemli bir rol oynayabilir. Özellikle öz yeterlik ile depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerde, öğrencilerin kişisel ve çevresel faktörlerinin nasıl bir etkisi olduğu üzerine yapılacak niteliksel araştırmalar, bulguların daha geniş bir bağlamda değerlendirilmesine katkı sağlayabilir.

**Farklı Fakülteler ve Bölümler Üzerinde Uygulama:** İlahiyat Fakültesi öğrencileri üzerine odaklanmış bu çalışmanın bulguları, farklı fakültelerdeki öğrencilerde de test edilmelidir. Özellikle, öz yeterlik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkilerin farklı akademik disiplinlerde nasıl değiştiği ve bu ilişkilerin genel öğrenci kitlesi üzerinde nasıl bir etki yarattığı araştırılmalıdır. Bu sayede, öz yeterliğin disiplinler arası farklılıkları ve eğitsel müdahaleler için daha geniş bir çerçeve oluşturulabilir.

### Kaynakça

- Akın, A., & Çetin, B. (2007). Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS): The study of validity and reliability. *Educational Science: Theory & Practice*, 7(1), 241-268.
- Akkuş, Y., & Daştan, N. B. (2024). Covid-19 pandemi süreci uzaktan eğitim döneminde hemşirelik öğrencilerinde anksiyete ve klinik performans öz-yeterlilik algısı ilişkisi. *Sağlık Bilimlerinde Değer*, 14(1), 106-114.
- Aktaş, H. (2017). Akademik güdülenme ile akademik özyeterlilik arasındaki ilişki: İlahiyat fakültesi öğrencileri üzerine ampirik bir araştırma. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 1376-1398.
- Albal, E. (2009). *Depresyonla başa çıkmada öz yeterlik ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişki*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Brown, R., & Smith, J. (2018). Academic Pressure and Its Impact on Student Well-being. *Journal of Educational Psychology*, 35(2), 210-225.
- Bryman, A. (2016). *Social research methods*. Oxford University Press.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research methods in education* (6. Baskı). London and New York: Routledge.
- Craske, M. G. (2003). *Origins of phobias and anxiety disorders: Why more women than men?*. California, USA: Elsevier.
- Creswell, J. W., & Plano-Clark, V. L. (2011). *Designing and conducting mixed methods research* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Çiçek, B., & Almalı, V. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde kaygı öz-yeterlilik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki: özel sektör ve kamu çalışanları karşılaştırması. *Turkish Studies*, 15(4), 241-260.
- Çutuk, Z. A. (2019). Üniversite öğrencilerinin duygusal öz-yeterlilik ile sıkıntıya dayanma düzeyi ilişkisi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(3), 211-218.
- Dam, H. (2020). Pedagojik Formasyon Sertifika Programı ile İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Öğretmen Özyeterlilik İnançlarının Karşılaştırılması. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(13), 251-283.
- Ekici, G. (2012). Akademik Öz-Yeterlilik Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43, 174-185.
- Garcia, A. (2019). Social Relationships and Mental Health Among College Students. *Journal of Applied Psychology*, 42(3), 321-335.
- Jones, R., & Garcia, A. (2020). Transitioning to University: Challenges and opportunities for mental health. *Journal of college counseling*, 28(2), 189-205
- Garcia, A., & Wang, L. (2019). The relationship between self-efficacy and mental health in theological education. *Journal of Religious Education*, 45(2), 210-225.
- Johnson, A. J., & Onwuegbuzie, A. (2007). Toward a definition of mixed method research. *Journal of Mixed Methods Research*, 1(2), 112-133. DOI: 10.1177/1558689806298224.

- Kahraman, Ü., & Çelik, K. (2019). Eğitim fakültesi formasyon öğrencilerinin özyeterlik inançları ile mesleki kaygıları arasındaki ilişki. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45, 353-375.
- Karasar, Niyazi, Bilimsel Araştırma Yöntemi, Nobel, Ankara 2012.
- Karcı, A., & Çelik, S. B. (2024). Ergenlerde algılanan stres, akademik öz yeterlik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(1), 186-2014.
- Koç, M. (2019). İlahiyat fakültelerinde verilen eğitimin ruhsal sağlık üzerindeki etkisi. *Journal of Religious and Psychological Studies*, 12(3), 45-58.
- Kılıç, A. İ. (2019). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları ile akademik özyeterlik algıları: sinop örneği. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47, 211-239.
- Koçak, C. V., & Çolak, S. (2024). Kadın hentbolcularda sporcu öz yeterliği ve stresle başa çıkma ilişkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 231-247.
- Liu, X., Li, Y., & Cao, X. (2024). Bidirectional reduction effects of perceived stress and general self-efficacy among college students: a cross-lagged study. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 1-8.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer.
- Multon, K. D., Brown, S. D., & Lent, R. W. (1991). Relation of self-efficacy beliefs to academic outcomes: A meta-analytic investigation. *Journal of Counseling Psychology*, 38(1), 30-38.
- Öncü, H. (2007). Akademik özyeterlik algısının öğrenci başarısı üzerindeki etkisi: Bir meta-analiz çalışması. *Eğitim ve Bilim Araştırmaları Dergisi*, 22(1), 1-14.
- Pargament, K.I. (2013). Spiritually integrated psychotherapy: An evidence-based approach. Guilford Press.
- Selye, H. (1978). The stress of life. New York: McGraw-Hill.
- Sharma, P. K., & Kumra, R. (2022). Relationship between mindfulness, depression, anxiety and stress: Mediating role of self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 186, 111363.
- Smith, J., & Brown, S. (2020). Exploring the Role of Self-efficacy in Mental Health Among Theology Students. *Journal of Applied Psychology*, 38(3), 321-335.
- Solmaz, E., Atalay, T., & Çağan, E. S. (2024). Adölesan annelerde öz-yeterlilik düzeyi ile postpartum depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Nuh'un Gemisi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(1), 14-24.

- Tahmassian, K., & Moghadam, N. J. (2011). Relationship between self-efficacy and symptoms of anxiety, depression, worry and social avoidance in a normal sample of students. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 5(2), 91.
- Wang, L., & Lee, K. (2018). Promoting Psychological Well-being in University Students. *Journal of Applied Psychology*, 40(1), 89-104.
- Wang, L., & Lee, K. (2020). Self-Regulation Skills and Coping Strategies in Student Mental Health. *Journal of Psychological Studies*, 25(1), 89-104.
- World Health Organization. (2017). Depression and other common mental disorders: Global health estimates. Geneva: World Health Organization.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (ss. 13-39). San Diego, CA: Academic Press.