

ÖZ-YETERLİLİĞİN ARKASINDAKİ İTİCİ GÜÇ: ÖZNEL İYİ OLUŞ

(Yahya BEYHAN, yahya_56@hotmail.com)

(Dr. Öğr. Üyesi Abdulvehap BOZ, sagacious56@yahoo.com)

ÖZET

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin öz-yeterlilik ve öznel iyi oluş algıları arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmaktır. Araştırmanın diğer bir amacı, lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarının belirlenmesinde öznel iyi oluşun öğrenciler arasında aracılık rolü oynayıp oynamadığını tespit etmektir. Lise öğrencilerinin öz-yeterlilik ve öznel iyi oluş algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi araştırmamızın bir diğer amacıdır. Siirt ili Pervari ilçesindeki devlet okullarında eğitimlerine devam eden 406 (205 Kız, 201 Erkek) lise öğrencisinin katıldığı ve ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilen bu araştırmada veri toplama araçları olarak kişisel bilgi formunun yanı sıra iki farklı ölçme aracı kullanılmıştır. Araştırma kapsamında toplanan verilerin analizinde t-testi, ANOVA ve Regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Araştırma bulguları lise öğrencilerinin genel öz-yeterlilik ve öznel iyi oluş düzeylerinin ortalamasının üzerinde olduğu ve öz-yeterlilik algılarının cinsiyet ve yaş değişkenine göre farklılaşmadığını göstermektedir. Analiz sonuçları öz-yeterlilik ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü ve anlamlı düzeyde bir ilişkinin varlığını ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Öz-yeterlilik, öznel iyi oluş, pozitif psikoloji.

DRIVING FORCEBEHIND SELF-EFFICACY: SUBJECTIVE WELL-BEING**ABSTRACT**

The main purpose of this study is to investigate the relationship between self-efficacy and subjective well-being among high schools students. Further, the study aims to explore whether subjective well-being functions as mediator of self-efficacy. Moreover this paper discovers perception of high school students in respect of some demographic variables. For his study two existing survey instruments, previously tested for reliability and validity, including form of demographic variables, were used to collect data. A total of 406 studying at state schools in Pervari in Siirt province (205 girls, 201 boys). High school students participated this study. t-test, ANOVA and Regression analyses were used in the analysis of the data collected within the scope of the research. Findings of study proposed that high perception of high school students self-efficacy and subjective well-being were measured above average. Moreover, showed that age and perception of self efficacy and subjective well-being does not differs according to gender and age. The results of the analysis revealed positive significant relationship between self-efficacy and subjective well-being.

Keywords: Self-efficacy, well-being, positive psychology.

Bu makale; Yahya BEYHAN tarafından Dr. Öğretim Üyesi Abdulvehap Boz danışmanlığında tamamlanan “Lise Öğrencilerinin Öz Yeterlilik Düzeyleri İle İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişki” başlıklı bitirme projesinden üretilmiştir.

1. GİRİŞ

Bandura'nın (1977:194) 'Öz-Yeterlilik' adlı makalesinden bu yana öz-yeterlilik kavramı; psikoloji, felsefe, sosyoloji, sağlık ve eğitim bilimleri gibi pek çok disiplinin ilgi odağı haline gelmiş ve konu ile ilgili çok fazla araştırma yapılmıştır. Bilindiği gibi öz-yeterlilik kavramı Bandura'nın sosyal bilişsel teorisinin temelini oluşturmaktadır. Öz-yeterlilik bir bakıma bireyin kendi mayasında bulunan öz-cevherine inançla sarılması düşüncesi üzerine temellendirilmiştir. Öz-yeterlilik inancı, insan doğasını meydana getiren bileşenler açısından değerlendirildiğinde, insanın her türlü zorluğun üstesinden gelebilecek donanıma sahip olduğu şeklinde yorumlanabilir. İbn-i Haldun'un (2015:312) ifadesiyle insan gerekenleri yapacak, engelleri aşacak bir donanımla yaratılmıştır. Bu bağlamda insanın hayattaki başarısı onun yetenek ve kapasitesine duyduğu inançla başka bir deyimle öz-yeterlilik algısıyla açıklanabilir.

Öz-yeterlilik kavramı, literatürde çok sayıda kişi tarafından tanımlanmıştır. Bandura (1977:193) öz-yeterliliği bireyin gelecekte karşılaşacağı olay ve durumları kontrol altında tutmak, yönetmek ve planlanan amaçlara ulaşmak için yetenek ve potansiyeline duyduğu inanç, güven şeklinde tanımlamaktadır. Schunk (2003:171) ise öz-yeterliliği 'bireyin ne yapacağını bilmesinden ziyade ne yapabileceğine yönelik inanç olarak nitelendirmektedir. Coleman ve Karraker (1998:55) öz-yeterliliği kısaca belli bir işi başarıyla yapabileceğine dair bireyin kendisine ve kapasitesine duyduğu güven olarak tanımlamaktadır.

Öz-yeterlilik bireyin tutum, yetenek ve zihinsel becerilerinden meydana gelen öz-sistem olarak nitelendirilen bir yapıdır(Lent, Brown ve Larkin, 1984; Schunk, 2003). Bandura'ya (1977:194) göre öz-yeterlilik bireyin etkinlik seçimini, çabalama düzeyini, devamlılığını etkileyen önemli bir faktördür. Bu olgu öz-yeterliliğin bireyin tutum ve davranışlarının yanı sıra düşünce süreçlerini de etkilediğini ortaya koymaktadır.

Bandura'ya (1977:195) öz yeterlilik inancını kişinin etkililiğini, zorluklara karşı duruşunu çabalarının seviyesini ve performansını etkileyen bir durum olarak tarif etmiştir. Gerek ampirik araştırma bulguları gerekse konu ile ilgili yapılan teorik endeksli değerlendirmeler bu varsayımı destekler mahiyettedir (Coleman ve Karraker, 1998; Zimmerman, 2000; Pajares ve Valiante, 1997; Zimmerman ve diğerleri, 1992).

Bir eylemi gerçekleştirmek konusunda kendilerini yeterli gören bireylerin başarıma olasılığı kendilerini yetersiz olarak değerlendiren bireylerin eylemleri gerçekleştirme olasılığından daha

yüksektir (Arseven, 2016:68). Başka bir deyişle, öz-yeterlilik düzeyi yüksek olan bireylerin daha hırslı, çalışkan ve zorluklar karşısında daha direngen oldukları, başarı için daha kolay bir şekilde organize olabildikleri bilinmektedir (Bandura, 1977; Zimmerman vd., 1992; Schunk, 2003; Pajares ve Valiante, 1997).

Bandura (1989) bir makalesinde öz-yeterliliğin bilişsel, duygusal ve denetim olmak üzere üç süreçten meydana geldiğini ifade etmektedir. Yine öz-yeterlilik algısının bireyin doğrudan deneyimlediği yaşantılar, dolaylı deneyimler, sözel ikna ve psikolojik kaynaklardan beslendiğini belirtmektedir. Buna göre, bireyin öz-yeterlilik algısı geçmişte edindiği olumlu ve olumsuz deneyimlerden, duygulardan, algılardan etkilenmektedir.

Sosyal bilimlerde geniş düzlemde incelenen öz-yeterliliğin popülerlik kazanmasında başarıyı etkileyen motivasyonun artırılmasında oynadığı rolün belirleyici olduğunu söylemek olasıdır. Nitekim öz-yeterlilik algısıyla güdülenme arasında güçlü bir korelasyona işaret eden belli başlı araştırmalar mevcuttur (Zimmerman vd., 1992; Zimmerman, 2000; Arseven, 2016; Kotaman, 2008). Zira Zimmerman (2000:82) öz-yeterliliğin motivasyon ve öğrenme arasındaki ilişkide oynadığı olumlu etkiye göndermede bulunmaktadır. Bandura (1977:193) öz-yeterliliğin motivasyon artırıcı özelliğinin yanı sıra motivasyonda devamlılığı sağlayan önemli bir psikolojik durum olduğunu ileri sürmektedir. Schunk'a (2003:168) göre öğrenciler başarılı olacaklarını sezinledikleri zaman motivasyonları artmaktadır. Özellikle zor amaç ve hedeflerin motivasyonu artırdığı ve bunun da öz-yeterlilik algısını yükselttiği bilinmektedir. Ayrıca başarmak için gereksinim duyulan bilişsel öz-yeterliliğe sahip olan öğrencilerin motivasyon düzeylerinin öz-yeterlilik algıları düşük olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bilinmektedir (Schunk, 2003:161). Bu bağlamda öz-yeterliliğin benlik kavramıyla yakından ilişkili olduğunu ileri sürmek de mümkündür. Yine Bandura (1977:195) öz-yeterlilik algısının, gizil bir takım becerilerin ortaya çıkmasına aracılık ettiğini ifade etmektedir. Örneğin öz-yeterlilik algıları yüksek olan bireyler zorlukları bir tehditten ziyade gelişme ve uzmanlık kazanma aracı olarak fırsat gibi değerlendirirler. Başarısızlığı yetersiz çaba ve eksik bilgiye yorar ve başarısızlık söz konusu olduğunda öz-yeterlilik algıları hemen devreye girer ve negatif değil pozitif sonuçlar çıkarırlar. Benight ve Bandura'nın (2004) çalışmasında bu tespitler bulgulanmıştır.

Öz-yeterlilik ile akademik başarı arasında güçlü bir bağ olduğuna ve öz-yeterliliğin öğrenme çıktılarını olumlu yönde etkilediğine yönelik ciddi varsayımlar ileri sürülmüştür. Konu ile ilgili yapılan araştırma sonuçları da bu minvaldedir. Zimmerman (2000:86) öz-yeterlilik inancına sahip öğrencilerin amaç belirleme, öz-izleme, öz-değerlendirme ve strateji kullanma gibi öğrenmeyi ve

başarıyı etkileyen süreçleri daha iyi yönettiklerini ve başarı konusunda daha kolay motive olabildiklerini ileri sürmektedir. Kendilerini nesnel olarak değerlendirme potansiyeline sahip bireyler zor ve çaba gerektiren durumlarda daha direngendirler (Zimmerman vd., 1992:664). Bu bağlamda öz-yeterlilik duygusunun hayata tutunmada, zorluklara direnme noktasında bireyin tutum ve davranışlarına yön veren önemli bir belirleyici olduğu görülmektedir.

Bir makalesinde Bandura (1989) öz-yeterliliğin evrensel ölçekte genellenebilir ve sabit, durağan bir kişilik özelliği olmadığını aksine işe ve duruma göre değişen, dinamik bir kişisel gelişim süreci olduğunu ileri sürmektedir. O aynı makalesinde öz-yeterliliğin bazı durumlarda genellenebilir bir özelliğe sahip olduğunu ve özellikle birbiriyle ilişkili olan kavramların öğrenilmesinde böyle bir genellemeye gitmenin mümkün olduğunu ifade etmektedir. Örneğin matematik öz-yeterlilik düzeyi yüksek olan öğrencilerin fizik dersinde de başarılı olabileceklerine dair güçlü bir inanca sahip olması bunun göstergesidir. Ancak yapılan bazı araştırmalarda birbiriyle kavramsal açıdan ilişkili olmayan konular için böyle bir genellemeden söz etmenin mümkün olmadığı anlaşılmıştır (Coleman ve Karraker, 1998; Kotaman, 2008).

Öz-yeterlilik inancının pozitif öğrenme çıktılarını ulaşma noktasında etkili olduğu düşünülmektedir. Schunk (2003), Ryan ve arkadaşları (1998) makalelerinde öğrenme konusunda öz-yeterliliğin motivasyon artırıcı etkisine vurgu yapmaktadır. Öz-yeterlilik algısı yüksek olan öğrenciler amaç yönelimlidirler ve yaptıklarının doğruluğunu test etmek amacıyla başkalarından yardım talebinde bulunmaya daha eğilimlidirler. Yardım isteme güdüleyici bir süreç olduğu için başarıyı arttırmaktadır. Ayrıca akranlarından yardım alma öğrenme ve öz-yeterliliği artırmada rol oynayabilir (Schunk, 2003:171). Collins'in (Schunk, 2003:170) konu ile ilgili Britanya'da gerçekleştirdiği çalışmanın bulguları yukarıda ileri sürülen varsayımı destekler niteliktedir. Buna göre, öğrencilere çözmeleri için problemler vermiş ve çözmedikleri soruları tekrar çözmelerini istemiş. Araştırma sonunda öz-yeterlilik algısı yüksek olan öğrencilerin öz-yeterlilik algısı düşük olan öğrencilere göre daha fazla sayıda matematik sorusu çözdüğünü, kaçırdıkları soruları çözmek için daha çok çabaladıklarını bulmuştur. Bu örnek öz-yeterliliğin akademik başarıyı artırdığına dair ileri sürülen savları doğrular niteliktedir. Nitekim konu ile ilgili yapılan başka araştırmaların bulguları da bu minvaldedir. Araştırma sonuçları öz-yeterlilik inancının öğrencilerin etkili öğrenme stratejileri kullanmalarına, gerektiğinde öğretmen ve akranlarından yardım talebinde bulunmalarına aracılık ettiğini ve bu durumun başarıyı arttırdığını ortaya koymaktadır (Schunk, 2003; Kotaman, 2008; Ryan vd., 1998). Öz-yeterlilik inancı özellikle deneyimsiz, başarısız, öğrenme güçlüğü çeken

ve öğrenme konusunda yetenek ve kapasitelerinden şüphe duyan öğrenciler için iyileştirici bir rol oynamaktadır (Schunk, 2003:168).

Nitekim Schriver ve Czerniak (1999:25) öz-yeterlilik algısı yüksek olan öğretmenlerin potansiyellerine güvenmeyen öğrencileri öğrenme konusunda güdüleyebileceklerini ileri sürmektedir. Örneğin, ‘yapabileceğine inanıyorum’ türündeki öğretmen tarafından verilen bir dönüt, öğrencilerin öz-güvenlerini artırabilir ve öğrenme sürecine odaklanmalarını sağlayabilir. Bu durum benzer sorunlar yaşayan diğer öğrenciler için de rol model olabilir.

Schunk (2003:164) öz-yeterliliğin öğrenme sürecinde nasıl işlediğini açıklamaya çalıştığı makalesinde eylemin başlangıcında başarıma konusunda kapasiteleri ve becerilerine ilişkin görüşlerin farklılaştığını ve öz-yeterliliğin durumsal faktörlerden –ödül, ceza, öğretmen dönütleri gibi- faktörlerden etkilendiğini ileri sürmektedir.

İlgili araştırmalar öz-yeterlilik kavramının olumlu yönlerinin yukarıda belirtilenlerle sınırlı olmadığını ortaya koymaktadır. Bu olumlu katkılarının yanı sıra öz-yeterliliğin bağımlılıkla sonuçlanan bazı tutum ve davranışlar açısından da işlevsel olabileceğini gösteren makaleler vardır (DiClemente Prochaska ve Gibertini, 1985; Godding ve Glasgow, 1985). Bu araştırmalar öz-yeterliliğin sigara, alkol ve sindirimi zor yiyeceklerin tüketimi gibi bir takım olumsuz alışkanlıkların edinilmesini engellediği veya bu tür zararlı alışkanlıkları söndürdüğü konusunda çarpıcı sonuçlar ortaya koymaktadır. Schunk’un (2003:172) DiClemente’nden aktardığına göre öz-yeterlilik algısı yüksek olan bireylerin sigarayı bırakma denemelerinin daha uzun süreli olduğunu ve tekrar başlama oranlarının da daha düşük olduğunu belirtmektedir. Godding ve Glasgow’da (1985:584) benzer bulgulara ulaşmışlardır. Yakın zamanda konu ile ilgili araştırma bulguları daha önce yapılan araştırma sonuçlarıyla büyük oranda örtüşmektedir. Örneğin, Shadel ve arkadaşlarının (2017:202) öz-yeterliliğin sigarayı bırakmadaki rolüne ilişkin gerçekleştirdiği deneysel çalışmanın sonuçları öz-yeterliliğin bir dereceye kadar sigaraya başlama ve sigarayı terk etme davranışları üzerinde etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca öz-yeterliliğin stres ve anksiyete gibi bazı ruhsal rahatsızlıkların tedavisinde bilişsel düzenleyici olduğu Bandura’nın (1989) makalesinde belirtilmiştir. Benight ve Bandura (2004:1130) travma sonrası bozukluklarının tedavisinde öz-yeterliliğin etkisini konu edinen araştırmaları incelemiş ve öz-yeterliliğin travma sonrası rahatsızlıkların iyileşme sürecinde aracılık rolü oynadığını saptamışlardır.

2. Öznel İyi Oluş

Bütün çağlarda insan eylem ve çabalarının neyi amaçladığı veya nereye varmak istediği hep sorgulanmıştır. Aristoteles'ten beri insan eylemlerinin nihai amacının *eudaimonia* (mutluluk) olduğu görüşü yaygın bir şekilde kabul görmektedir.

İnsan türünün yaşam serüvenindeki bütün çabası kendisini mutlu kılacak beklenti ve gereksinimlerin karşılanmasında somutlaşmaktadır. Bu arayış sürecinde insan kendisini mutlu edecek eylemlere yoğunlaşmakta ve onu huzursuz edecek eylemlerden kaçınmaktadır. İnsanoğlu bunu gerçekleştirmek amacıyla biteviye bir mücadele ve çaba içerisinde. Aslında insanoğlunun mutluluk arayışında yaşadıkları tuhaf bir paradoks gibi görünmektedir. İnsanoğlu ihtiyaçlarını karşılama, yaşamdan haz alma ve sonuçta mutlu olma adına büyük yokluk, acı, hüznün ve kedere razı olmaktadır. İnsanoğlunun mutlu ve iyi olma arayışında yaşadıklarını arenadaki bir gladyatörün yaşama tutunma motivasyonuna benzetmek olasıdır. Gladyatör nasıl ki hayatta kalmak adına büyük acılar ve ölümcül yaralara katlanmak durumunda ise mutluluk, iyi oluş ve hazza ulaşma mücadelesi veren insanlarda bir takım acılara ve ıstıraplara katlanmak zorunda kalmaktadır. İnsanoğlunun iyi olma, mutlu olma adına bunca sefalet, acı ve ıstıraba katlanmasının temel sebebi Schopenhauer'un (2010:87) deyişiyle 'zevkin acıya ağır basması' olsa gerek. Aksi takdirde anlık veya kısa süreli hazlar için bunca acıya ve ıstıraba katlanmak pek mümkün olmazdı. Mutlu olma arayışında, yaşamdan doyum alma- öznel iyi oluş- kaliteli yaşamın önemli psikolojik boyutudur (Bech, 1990:77).

Öznel iyi oluş kavramı her ne kadar Diener ve Lucas (1999:216) ile birlikte popülerlik kazanmaya başlamışsa da tarihsel kökleri çok daha derinlerde yer almaktadır. Angner (2011:11) '*Öznel İyi Oluşun Tarihsel Kökleri*' adlı çalışmasında öznel iyi oluşu ifade eden mutluluk, doyum ve bilişsel sağlık gibi kavramların görece yeni kavramlar olduklarını ancak öznel iyi oluş kavramının tarihsel köklerinin çok daha derinlerde aranması gerektiğini ifade etmektedir. Aslında sosyal bilimlerdeki pek çok kavram gibi iyi oluş kavramı da Antik Yunan dönemine ortaya atılmış bir kavramdır. Söz konusu dönemde kavram geniş bir düzlemde tartışılmış ve nihayetinde psikoloji alanında araştırma yapan bilim insanlarının dikkatini çekmiştir (Diener ve Lucas, 1999:214). Kavram uzun yıllar boyunca etik, teolojik, politik ve ekonomik perspektiften incelenmiştir Angner, 2011:10).

Psikoloji sadece sorunlu, hastalıklı bireyler ve patolojik sorunlar ile ilgilenmişlerdir. Örneğin "klinik psikologlar dikkatlerinin büyük kısmını patolojilerin tanı ve tedavisine odaklamış ve "tedavi" arayışında, psikolojik sağlığın doğasına az önem vermiştir. Sosyal bilişsel psikoloji

uygulayıcıları ilgilerinin önemli kısmını önyargılar, sanrılar, yanılsamalar, fobiler ve insanın diğer sorunlarına vermişlerdir” (Sheldo ve King, 2020:125). Seligman’ın çabalarıyla psikolojinin bu geleneksel yaklaşımı belli ölçüde terk edilmiş ve bireyin pozitif yönü ile daha çok ilgilenir hale gelmiştir. Pozitif psikolojiyle birlikte “öznel iyi oluş” kavramı psikolojinin gündemine daha fazla girmiştir. Bu kavram mutluluk, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş, psikolojik sermaye, psikolojik direnç olarak da tarif edilmektedir. Öznel iyi oluş bireyin psiko-sosyal ruhsal ve zihinsel açıdan iyi olma haline vurgu yapmaktadır (Roothman vd. 2003:214).

Diener ve Lucas (1999:215) özneliyi oluşu neşe, özsaygı, haz, yaşam doyumu, başarma duygusu gibi pozitif duyguların bileşkesi olduğunu ileri sürmektedir. Onlar, bireyin sahip olduğu öznel iyi oluşun negatif duygulara karşı bariyer işlevi gördüğünü çünkü öznel iyi oluş sayesinde bireyde hâkim olan olumlu duyguların olumsuz duygulara karşı zırh görevi etkisi yaptığını ifade etmektedir. Deci ve Ryan’da (2008:5) öznel iyi oluşu bireyin yüksek düzeyde olumlu duygulara sahip olma, düşük düzeyde negatif duygular taşınması ve nihayetinde yaşamdan üst düzeyde tatmin olma durumu olarak tanımlamaktadır. Tanımlardan da anlaşılacağı üzere psikolojik iyi oluş, bireylerin mutluluğunu, yaşam doyum düzeyini pozitif etki ile kuşatan bir mahiyete sahiptir. Öznel iyi oluşun bireylerde pozitif duyguların ortaya çıkmasında ve yaşam doyum düzeylerinin yükselmesinde aracılık ettiğine ilişkin makale bulguları mevcuttur (Zimmerman, 2000; Deci ve Ryan, 2008; Goodman vd., 2018; Diener ve Lucas, 1999; Denovan ve Macaskill, 2017).

Öznel iyi oluş ile akademik başarı arasındaki ilişkinin boyutu uzun süredir araştırmacıların ilgisini çekmektedir. Araştırma bulguları çok sayıda iç ve dış faktörün öznel iyi oluşu etkilediğini göstermektedir(Sivis-Çetinkaya, 2013:318). İlgili alan yazın incelendiğinde makalelerin öznel iyi oluş ile akademik başarıyı doğrudan veya dolaylı olarak etkileyen değişkenler arasında ilişkiye odaklandıkları görülmektedir (Aktürk ve Aylaz, 2013; Diener ve Lucas, 1999; ; Ryff, 1989). Araştırma sonuçları hem psikolojik hem de demografik faktörlerin bireyin öznel iyi oluş düzeyini etkilediğini ortaya koymaktadır.

Öznel iyi oluş kavramının öz-yeterlilik ile yakından ilişkili olduğuna dikkati çekmek gerekir. Yurt dışı literatür incelendiğinde öz-yeterlilik ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bulguların yayımlandığı bazı makalelerin mevcut olduğu görülmektedir (Edmondson ve Macleod, 2015; Natovová ve Chýlová, 2014; Certel vd., 2015, Magaletta ve Oliver, 1999; İkiz ve Telef, 2013; Strobel, Tumasjan ve Spörrle, 2011). Bu araştırmalar öznel iyi oluş ile öz-yeterlilik arasında pozitif bir korelasyon olduğunu açık biçimde ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra aynı araştırmalarda öğrenme çıktılarını olumsuz etkilediği bilinen depresyon, stres, yabancılaşma, sinizm

gibi olumsuz duygular açısından tedavi edici bir etkisinin olduğu da kabul edilmektedir. Örneğin, Edmondson ve Macleod (2015:420) yaptıkları çalışmada bu gerçeği, depresyonun tedavi sürecindeki yöntem bireyin iyi oluş halini artırıcı bir etkiye sahip ise tedavi daha etkili olabilmektedir şeklinde ifade etmişlerdir. Konu ile ilgili başka araştırma bulguları da bu savı destekler niteliktedir. Örneğin, Denovan ve Macaskill 'ın (2017:505) Birleşik Krallıktaki üniversite öğrencileri üzerinde yapıları ve birinci dönemin ilk üç haftası ile altı ay sonraki dönemi kapsayan boylamsal çalışmalarının sonuçları öznel iyi oluş ile öz-yeterlilik arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak okul sistemlerinin öznel iyi oluş konusunda birikim ve donanımlarını geliştirmeleri, bu konunun akademik başarı için göz ardı edilemeyecek bir hassasiyet taşıdığı söylenebilir. Öznel iyi oluşun okul sistemlerince desteklenmesi olumlu okul iklimleri için aracılık yapacak reel bir olgudur.

3. YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Nicel yöntemden yararlanılan bu çalışmada, tarama modellerinden ilişkiyel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkiyel tarama modeli geçmişte ya da günümüzde var olan bir durumu, var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan ve değişkenlerin birlikte değişimini ifade bir araştırma modelidir (Karasar, 2011).

3.2. Araştırma Grubu

Çalışmanın evrenini 2019-2020 eğitim öğretim döneminde Siirt İlinin Pervari ilçesinde bulunun devlet liselerinde öğrenimlerine devam eden 205'i kız, 201'i erkek olmak üzere toplam 406lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında evrenin tümüne ulaşılması hedeflenmiş olup örneklem seçimine gidilmemiştir. Araştırma evrende yer alan öğrencilerin tamamı ile gerçekleştirilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak "öz-yeterlilik ve öznel iyi oluş" ölçeklerinin yanı sıra Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

3.3.1. Öz Yeterlilik Ölçeği

Öz-Yeterlilik Ölçeği, Aypay (2010:127) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Maddelerin toplam puanla olan korelasyon katsayıları 0.37 ile 0.59 arasında farklılık göstermektedir. 10 maddenin toplam alfa iç tutarlılık katsayısı 0.83 çıkmıştır. GÖYÖ'nün Türkçe uyarlamasının

geçerlik ve güvenilirlik analizlerinden çıkan veriler 10 maddeden oluşan bu ölçeğin genel öz yeterliliği ölçmede kullanılabilir bir anket olarak nitelendirilebilir (Aypay, 2010:128). Mevcut çalışmada ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,82 olarak bulunmuştur.

3.3.2. Öznel İyi Oluş Ölçeği

Kern ve arkadaşları (2015:266) tarafından geliştirilen ölçek, bağlılık (engagement), kararlılık (perseverance), iyimserlik (optimism), ilişkili (connectedness) ve mutluluk (happiness) olmak üzere beş alt boyuttan oluşmaktadır. Kararlılık, kişinin sorunlarla karşılaşsa dahi amaçlarına doğru gitme hususunda gösterdiği yeteneği ifade eder. İyimserlik boyutu, gelecekte umutlu olma ve gelecek konusunda güvende olduğunu düşünmeyi ifade eder. İyimserlik, eylemlerin olumlu yönünü görmeyi ve olumsuz eylemlerin geçici, dış kaynaklı ve duruma özgü olduğu kanaatine varmayı kapsamaktadır. İlişki, kişinin ilişkilerinden memnun kalması, başka biri tarafından ilgi gördüğü, sevildiği, değer verildiği ve başka birileri için de bu duyguları hissettiği ilişkileri ifade ediyor. Mutluluk boyutu ise anlık duygulardan ziyade kişinin hayatından genelde memnun kalması anlamına gelmektedir (Kern ve diğ., 2015:267). Ölçek, Demirci ve Ekşi (2015:20) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır.

Ölçekte yer alan maddeler, 1 (hiçbir zaman) ile 5 (her zaman) arasında değişen 5'lik 38 Likert derecelendirmesine göre puanlanmaktadır. Ölçeğin değerlendirilmesinde, her bir boyuttaki puanların ortalaması alınarak 1 ve 5 arasında bir puan hesaplanmış ve bu 5 boyut gösterge paneli yaklaşımı ile raporlanmıştır. Toplamda 20 madde, her boyutta 4 madde bulunan ölçeğe ulaşılabilir en düşük puan 20, en yüksek puan 100'dür ve ters puanlama gerektiren herhangi bir madde bulunmamaktadır.

Araştırmada kullanılan "Lise Öğrencilerinin Öz Yeterlilik Ölçeği" ve "Öznel İyi Oluş Ölçeği"nden alınan puanların dağılımının normal olup olmadığını tespit etme durumunda Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış olup, her iki ölçekten de elde edilen puanların normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Ancak veri sayısı çok fazla (n=406 adet) olduğu için ve öz yeterlilik ve öznel iyi oluş puanlarının çarpıklık-basıklık değerleri (-1.5;+1.5) aralığında yer aldığından gruplar arası farklılığın araştırılmasında T testi kullanılmış, istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir. Çalışmada elde edilen verilerin analizinde güven aralığı %95 olarak değerlendirilmeye çalışılmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Lise öğrencileriyle gerçekleştirilen anket çalışması neticesinde, çıkan verilerin istatistiksel analizinde IBM SPSS 20 programı kullanılmıştır. Lise öğrencilerinin kişisel bilgi dağılımı frekans ve yüzde ile gösterilmiştir.

Araştırmada kullanılan “Lise Öğrencilerin Öz Yeterlilik Ölçeği” ve “Öznel İyi Oluş Ölçeğinden alınan puanların dağılımının normal olup olmadığını tespit etme durumunda Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış olup, her iki ölçekten elde edilen puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği tespit edilmiştir ($p>0,05$). Ayrıca veri sayısı yeterli ($n=406$) olduğundan ve öz yeterlilik ve öznel iyi oluş puanlarının çarpıklık-basıklık değerleri (-1;+1) aralığında yer aldığından dolayı analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. İki kategorili gruplar arası farklılığın araştırılmasında t testi kullanılmıştır. Üç ve üçten fazla gruplu değişkenlerde farklılaşan gruplarda ise Anova testi kullanılmıştır. Öznel iyi oluş algıları ile öz yeterlilik algıları arasındaki ilişki basit lineer regresyon ile incelenmiştir. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Ölçeklerin ve alt boyutlarının ilişkisinin yönü Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Alt boyut puanları arasındaki korelasyonlarının boyutları ilişki gücü olarak 0,00-0,25 arası *çok zayıf*, 0,26-0,49 arası *zayıf*, 0,50-0,69 arası *orta*, 0,70-0,89 arası *yüksek* ve 0,90-1,00 arası *çok yüksek* bir şekilde değerlendirilmiştir (Kalaycı, 2010). Ölçeklerin güvenilirliğinde Cronbach Alfa katsayısı kullanılmıştır. Bu araştırmada toplanan veriler ile Cronbach alfa katsayısı genel öz-yeterlilik ölçeği için 0,84 ve öznel iyi oluş ölçeği için 0,86 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlara göre her iki ölçme aracının da iç tutarlılık güvenilirlik katsayılarının yeterince yüksek olduğu söylenebilir. Cronbach Alpha katsayısının güvenilirlik tespitinde ise 0,00-0,40 arası güvenilir olmadığı 0,40-0,60 arası güvenilirliğin düşük, 0,60-0,80 arası oldukça güvenilir ve 0,80-1,00 arası ise yüksek derecede güvenilir olduğu şeklinde değerlendirilmiştir (Özdamar, 2002).

4. BULGULAR

4.1. Lise Öğrencilerinin Öz Yeterlilik Algılarına İlişkin Bulgular

Araştırma grubunun öz-yeterlilik algılarını belirlemek amacıyla yapılan analizlerin sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Lise Öğrencilerinin Öz Yeterlilik Algıları

	<i>N</i>	\bar{x}	<i>Ss</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>
<i>Öz-yeterlilik algısı(Toplam)</i>	406	3,61	0,80	-,346	,040	0,042 $p=,080$

Tablo 1’deki veriler incelendiğinde lise öğrencilerin genel öz yeterlilik algısına ait verilerin aritmetik ortalamasının ($\bar{x}=3,61$) olduğu saptanmıştır.

Cinsiyet değişkenine göre lise öğrencilerin genel öz yeterlilik algısına ilişkin veriler Tablo 2' sunulmuştur.

4.2. Lise Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Genel Öz Yeterlilik Algılarına İlişkin Bulgular

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre genel öze yeterlilik algıları ile ilgili sonuçlar Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo. 2. Lise Öğrencilerinin Cinsiyet DeğişkenineGöre Genel Öz Yeterlilik Algıları

	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	\bar{x}	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>Sd</i>	<i>P</i>
Öz-yeterlilik algısı	<i>Kız</i>	205	3,57	0,79	-1,063	404	,288
	<i>Erkek</i>	201	3,65	0,81			

Tablo 2'deki verileraraştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre genel öz yeterlilik algılarının farklılaşmadığı görülmüştür. Analiz sonuçlarına göre kız öğrencilerin($\bar{x}=3,57$) ve erkek öğrencilere ($\bar{x}= 3,65$) göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.3. Lise Öğrencilerinin Yaş Değişkenine Göre Genel Öz Yeterlilik Algılarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarının cinsiyet değişkenine göre belirlenmesi amacıyla yapılan analizlerin sonuçları Tablo 3'de sunulmuştur.

Tablo 3.Öğrencilerinin Yaş Değişkenine göre Genel Öz Yeterlilik Algıları

<i>Yaş</i>	<i>N</i>	\bar{x}	<i>Ss</i>	<i>Sd</i>	<i>F</i>	<i>P</i>	<i>Fark</i>
<i>15 yaş ve altı</i>	174	3,51	0,74	4, 401	2,104	,080	yok
<i>16 yaş</i>	103	3,71	0,81				
<i>17 yaş</i>	85	3,63	0,88				
<i>18 yaş-19 yaş üstü</i>	44	3,72	0,82				

Tablo 3'teki veriler öğrencilerinin genel öz yeterlilik algılarının yaş değişkenine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Öğrencilerin öz-yeterlilik algıları karşılaştırıldığında en yüksek ortalama 19 yaş ve üstü grubuna ait öğrencilerde ($\bar{x}=4,28$) olduğu görülmektedir.Katılımcıların genel öz yeterlilik algılarının anlamlı bir biçimde farklılığın olup olmadığını tespit etmek nedeniyle tek taraflı varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.Ancak ANOVA sonucunda yaş gruplarının genel öz yeterlilik algıları arasında görülen farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.

4.4. Lise Öğrencilerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Genel Öz Yeterlilik Algılarına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarının Anne eğitim Durumu değişkenine göre değişip değişmediğine yönelik yapılan analizlerin sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo. 4. Lise Öğrencilerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine göre Genel Öz Yeterlilik Algısı

Öz-yeterlilik algısı	N	\bar{x}	Ss	Sd	F	P	fark
a-Okuryazar değil	244	3,56	0,85				
b- Okuryazar veya ilkokul mezunu	102	3,74	0,74				
c-Ortaokul mezunu	44	3,60	0,64	4,401	1,238	,294	yok
d-Lise mezunu	8	3,79	0,88				
e-Üniversite mezunu	8	3,37	0,60				

Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerinin öz yeterlilik algıları yaş değişkenine göre kıyaslandığında en yüksek ortalama lise mezunu grubuna ait öğrencilerde ($\bar{x}=3,79$) olduğu görülmektedir. Bunu okuryazar veya ilkokul mezunu grubu ($\bar{x}=3,74$), ortaokul mezunu grubu ($\bar{x}=3,60$) ve okuryazar değil grubu ($\bar{x}=3,56$) izlemekte ve en düşük ortalamaya sahip grubun ise üniversite mezunu ($\bar{x}=3,37$) olduğu görülmektedir.

4.5. Lise Öğrencilerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Genel Öz Yeterlilik Algılarına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarının Baba eğitim Durumu değişkenine göre değişip değişmediğine yönelik yapılan analizlerin sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo. 5. Lise Öğrencilerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine göre Genel Öz Yeterlilik Algıları

Baba eğitim durumu	N	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
a-Okuryazar değil	60	3,34	0,79				
b-Okuryazar veya ilkokul mezunu	147	3,80	0,78				a-b
c-Ortaokul mezunu	130	3,51	0,83	4,401	4,571	,001	b-c
d- Lise mezunu	53	3,68	0,70				
e- Üniversite mezunu	16	3,53	0,65				

Lise öğrencilerinin öz-yeterlilik görüşleri baba eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde en yüksek ortalama okuryazar veya ilkokul mezunu grubuna ait öğrencilerde ($\bar{x}=3,80$) olduğu görülmektedir. Bunu lise mezunu grubu ($\bar{x}=3,68$), üniversite mezunu grubu ($\bar{x}=3,53$) ve ortaokul mezunu grubu ($\bar{x}=3,51$) izlemekte ve en düşük ortalama ise okuryazar değil grubu ($\bar{x}=3,34$) olduğu görülmektedir. Katılımcıların genel öz yeterlilik düzeylerinin anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek taraflı varyans analizi kullanılmıştır. Varyans analizi neticesinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($F=4,571$; $p<0,05$). Yapılan post-hoc çoklu karşılaştırma analizleri sonucunda farklılığın okuryazar veya ilkokul mezunu kategorileri arasında olduğu saptanmıştır.

Yapılan Anova testi baba eğitim durumu okuryazar ya da ilkokul mezunu olan katılımcıların öz yeterlilik algılarının, baba eğitim durumu okuryazar olmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer alt boyutlar arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

4.6. Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Algılarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algılarının belirlemeye yönelik yapılan analizlerin sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş

	<i>N</i>	\bar{x}	<i>Ss</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>
<i>Öznel iyi oluş algısı (toplam)</i>	406	3,49	0,75	-,368	,140	0,035 $p=,200$

Tablo 6'daki veriler incelendiğinde lise öğrencilerin öznel iyi oluş algılarına ait puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x} =3,49$) ve standart sapması ($Ss=0,75$) tespit edilmiştir. Ayrıca çarpıklık-basıklık ve Kolmogorov-Smirnov test değerlerine göre puan dağılımının normal olduğu görülmüştür.

4.7.Lise Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Algılarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algılarının cinsiyet değişkenine göre değişip değişmediğine yönelik yapılan analizlerin sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Lise Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenlerine Göre Öznel İyi Oluş Algısı

	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	\bar{x}	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
<i>Öznel iyi oluş algısı</i>	<i>Kız</i>	205	3,50	0,76	0,443	0,633
	<i>Erkek</i>	201	3,47	0,74		

Tablo 7’de Lise öğrencilerin cinsiyet durumuna göre öznel iyi oluş algı düzeyleri karşılaştırıldığında kız öğrenciler ($\bar{x}=3,50$) ve erkek öğrencilerin ($\bar{x}= 3,47$) algılarının benzer oldukları ve cinsiyet değişkenine göre öznel iyi oluş algısı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

4.8.Lise Öğrencilerinin Yaş Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Algularına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algılarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemeye yönelik yapılan analizlerin sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8. Lise Öğrencilerinin Yaş Değişkenlerine Göre Öznel İyi Oluş Algısı

Yaş	N	\bar{x}	Ss	sd	F	p	fark
a-15 yaş ve altı	174	3,56	0,68				
b-16 yaş	103	3,49	0,77	3,402	2,502	,042*	a-c
c-17 yaş	85	3,30	0,83				
d-18 yaş ve 19 yaş üstü	44	3,62	0,72				

*(p<0,05)

Tablo 8’de Lise öğrencilerin gruplandıkları yaş seviyelerine göre öznel iyi oluş düzeyleri karşılaştırıldığında en yüksek ortalama 19 yaş ve üstü grubuna ait öğrencilerde ($\bar{x}=4,04$) olduğu görülmektedir. Bunu 15 yaş ve altı grubu ($\bar{x}=3,56$), 16 yaş grubu ($\bar{x}=3,49$) ve 18 yaş grubu ($\bar{x}=3,47$) izlemekte ve en düşük ortalama ise 17 yaş ve altı grubu ($X=3,30$) olduğu görülmektedir. Katılımcıların genel öz yeterlilik düzeylerinin anlamlı bir biçimde farklılığın olup olmadığını tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi kullanılmış ve anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($F=2,502$; $p<0,05$). Post-hoc çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre bu farkın 15 yaş ve altındaki grup ile 17 yaş grubu arasında olduğu belirlenmiştir.

4.9.Lise Öğrencilerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Algularına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algılarının Anne Eğitim Durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemeye yönelik gerçekleştirilen analiz sonuçları Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Lise Öğrencilerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenlerine göre Öznel İyi Oluş Algısı

Anne eğitim durumu	N	\bar{x}	Ss	sd	F	p	fark
a-Okuryazar değil	244	3,48	0,73				a-e
b-Okuryazar veya ilkokul mezunu	102	3,56	0,72				b-e
c-Ortaokul mezunu	44	3,45	0,81	4,401	2,836	,024	
d-Lise mezunu	8	3,73	0,95				
e-Üniversite mezunu	8	2,69	0,83				

Tablo 9’da Lise öğrencilerin gruplandıkları anne eğitim durumu seviyelerine göre öznel iyi oluş düzeyleri karşılaştırıldığında en yüksek ortalama lise mezunu grubuna ait öğrencilerde ($\bar{x}=3,73$) olduğu görülmektedir. Yapılan varyans analizi neticesinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar hesaplanmıştır. Farklılığın üniversite mezunu grubunda olduğu bulunmuştur. Yapılan Anova testi sonucunda katılımcıların anne eğitim durumu değişkenine göre iyi oluş düzeyi arasında $p=0,024 < 0,05$ olduğundan anlamlı bir farklılık ($F= 2,836; p=0,024 < 0,05$) tespit edilmiştir.

4.10. Lise Öğrencilerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Öznel İyi Oluş Algılarına İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algılarının Baba Eğitim Durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemeye yönelik gerçekleştirilen analiz sonuçları Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Lise Öğrencilerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenlerine Göre Öznel İyi Oluş Algısı

Baba eğitim durumu	N	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	fark
a-Okuryazar değil	60	3,37	0,65				
b-Okuryazar veya ilkokul mezunu	147	3,61	0,73				c-d
c-Ortaokul mezunu	130	3,37	0,78	4,401	4,035	,003	
d-Lise mezunu	53	3,68	0,66				
e-Üniversite mezunu	16	3,15	0,96				

Tablo 10’da Lise öğrencilerin gruplandıkları baba eğitim durumu seviyelerine göre öznel iyi oluş düzeyleri karşılaştırıldığında en yüksek ortalama lise mezunu ($\bar{x}=3,68$) olduğu görülmektedir. En düşük ortalama ise üniversite mezunu grubu ($\bar{x}=3,15$) olduğu görülmektedir. Yapılan Anova testi sonucunda katılımcıların baba eğitim durumu değişkenine göre öz yeterlilik algısı arasında ($p=0,003 < 0,05$) olduğundan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anova testi sonucunda yapılan Post-Hoc Testi incelendiğinde ise baba eğitim durumu lise mezunu olan katılımcıların öznel iyi

oluş düzeylerinin, baba eğitim durumu ortaokul mezunu olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer alt boyutlar arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

4.11. Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Algılarının Öz Yeterlilik Algılarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algıları ile genel öz-yeterlilik algıları arasında doğrusal bir ilişki vardır ($r=,572$; $p<0,01$). Ayrıca hem genel öz-yeterlilik hem de öznel iyi oluş puanları normal dağılım göstermektedir. Bu nedenle regresyon varsayımlarının karşılandığı söylenebilir. Öznel iyi oluş algılarının genel öz-yeterlilik algılarını yordamasına ilişkin regresyon modeli anlamlı bulunmuştur ($F=196,77$; $p<0,01$). Regresyon katsayıları ve anlamlılık düzeyleri Tablo 11’ de sunulmuştur.

Tablo 11. Lise Öğrencilerinin Genel Öz Yeterlilik Algısı ve Öznel İyi Oluş Algısı Arasındaki Regresyon Analizi

	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize katsayılar	t	P
	B	Std. hata	Beta		
(Sabit)	1,481	,155		9,539	,000
Öznel iyi oluş	,611	,044	,572	14,027	,000

$R=,572$; $R^2=,328$; $F=196,77$; $p=,000$ Bağımlı değişken=Genel öz-yeterlilik

Öznel iyi oluşun öz-yeterliliği yordayıp yordamadığını ortaya koymak amacıyla yapılan basit regresyon analizi sonucunda öğrencilerin öznel iyi oluş algıları onların genel öz yeterlilik algılarını pozitif yönde ve anlamlı şekilde yordadığı görülmektedir ($B=0,611$; $t=14,027$; $p<0,01$). Yordamaya ilişkin determinasyon katsayısı $R^2=,328$ olarak belirlenmiştir. Bu sonuca göre lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algıları onların öz-yeterlilik düzeylerindeki değişimin yaklaşık %33’ünü oluşturduğu görülmekte ve anlaşılmaktadır.

5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma lise öğrencilerinin öz-yeterlilik ve öznel iyi oluşlarının cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu ve baba eğitim durumuna göre değişip değişmediğini ve öznel iyi oluşun öz-yeterliliği ne kadar yordadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla gerçekleştirilen analiz sonuçları lise öğrencilerinin öz-yeterlilik düzeylerinin yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırma bulguları lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarının bazı demografik özelliklerden etkilendiğini ve öznel iyi oluşun öğrencilerin öz-yeterlilik düzeyini anlamlı ve pozitif yönde yordadığını göstermektedir.

Araştırma bulguları lise öğrencilerinin öz-yeterliliklerine yönelik algı düzeylerinin yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Literatürde araştırmamızın sonuçlarıyla örtüşen çalışmalar söz konusudur. Örneğin, Erdoğan ve Yüzbaşı (2018) yaptıkları çalışmada lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarının yüksek düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonuç lise öğrencilerinin sahip oldukları potansiyel konusunda olumlu görüşe sahip olduklarını göstermektedir. Lise çağındaki öğrencilerin yaş aralığı dikkate alındığında toplumu her açıdan şekillendirecek kitleyi temsil ettikleri aşikârdır. Bu noktadan hareketle mevcut durumun ülkemiz açısından ümit verici bir durum olduğu söylenebilir. Araştırmaya konu olan grubu oluşturan öğrencilerin yaşadığı coğrafyada geleneksel ilişkilerin daha yoğun yaşandığı ve dolayısıyla öz-benlik ve öz-yeterlilik gibi olumlu özelliklerin daha düşük olması beklenir oysaki mevcut araştırmada lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarını yüksek olduğu görülmüştür. Mevcut sonuç öğrencilerimizin akademik olarak başarılı olacaklarının bir teminatı olarak değerlendirilebilir. Nitekim Lent ve arkadaşları (1984:359) öz-yeterlilik düzeyi yüksek olan öğrencilerin akademik olarak daha başarılı olduklarını ileri sürmektedir. Benzer şekilde Aktürk ve Aylaz (2013:181) öz-yeterlilik ile akademik başarı arasında yakın bir ilişki bulgulamışlardır. Lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algıları cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde erkek öğrencilerin öz-yeterlilik algılarının kız öğrencilerin öz-yeterlilik algılarına göre daha yüksek olmasına rağmen bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Literatürde öğrenci algılarının cinsiyetten nasıl etkilendiğine dair çok sayıda araştırma gerçekleştirilmiştir. Örneğin, Certel ve arkadaşlarının (2015:313) gerçekleştirdikleri araştırma bulgularına göre erkek ve kız öğrencilerin öz-yeterlilik algılarının birbirine çok yakın olduğunu belirlemişlerdir. Alanyazında cinsiyetin öz-yeterlilik üzerinde belirleyici olduğunu bulgulayan çok sayıda araştırma mevcuttur (Bacchini ve Magliulo, 2003; McKenzie, 1999; Vardarlı, 2005; Kumar ve Lal, 2006; Aypay, 2010; Morgil, Seçken ve Yücel, 2004). Araştırma sonuçlarına göre erkek öğrencilerin öz-yeterlilik algılarının kız öğrencilerin öz-yeterlilik algılarına göre daha yüksek olduğu bulgulamıştır (Eaton ve Bradly, 2008; Morgil, Seçken ve Yücel, 2004). Mevcut araştırma bulguları cinsiyetin öz-yeterlilik üzerinde belirleyici olmadığını ortaya koymaktadır. Alanyazında bu sonuçla çelişen çalışma bulguları söz konusudur. Örneğin Santos ve arkadaşlarının (2014:11) çalışma sonuçları cinsiyetin öz-yeterlilik belirleyici olduğunu göstermektedir.

Düşük bir düzeyde de olsa erkek öğrencilerin öz-yeterlilik algılarının kız öğrencilerin öz-yeterlilik algılarına göre daha yüksek olması çalışmanın gerçekleştiği evrenin kültürel dokusuyla açıklanabilir. Söz konusu çevre geleneksel yaşam tarzının hüküm sürdüğü ve kadınların sosyal yaşamdan izole oldukları bir çevredir. Böylesi kısıtlayıcı bir çevrede ve ikincil bir konumda yetişen kız çocukların öz-yeterlilik algılarının olumsuz etkilenmesi doğal bir sonuç olarak karşılanmalıdır.

Araştırmamızın anne-baba eğitim durumuna yönelik analizler ilginç ve beklenmedik sonuçlara kaynaklık etmektedir. Anne-baba eğitim durumu değişkeni ile ilgili elde edilen en çarpıcı sonuç ebeveynleri okuryazar veya ilkökul mezunu olan öğrencilerin en yüksek ortalamaya sahip olmalarıdır. Anne eğitim düzeyi üniversite mezunu olan öğrencilerin öz-yeterlilik algılarının en düşük seviye sahip olmaları araştırmanın en çarpıcı sonuçlarından biridir. Araştırma sonuçları anne-baba eğitim durumunun lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algılarında belirleyici bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Varyans analizi neticesinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar hesaplanmıştır. Yapılan Anova testi baba eğitim durumu okuryazar ya da ilkökul mezunu olan katılımcıların öz yeterlilik algılarının, baba eğitim durumu okuryazar olmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer alt boyutlar arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek amacıyla yapılan analizler ‘sık sık’ değer aralığında olduğunu ortaya koymaktadır. Bu lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Demografik değişkenlerin öznel iyi oluş üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik çok sayıda araştırma gerçekleştirilmiştir. Mevcut araştırma bulgularına göre lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algıları cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde kız ve erkek öğrencilerin öz-yeterlilik algılarının birbirine yakın oldukları görülmektedir. Alanyazında bu sonuçla çelişen çalışmalar vardır. Örneğin Santos ve arkadaşlarının (2014:7) araştırma sonuçları cinsiyetin özneliyi oluş açısından belirleyici olduğunu göstermektedir. Araştırma bulguları incelendiğinde genel olarak erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek öznel iyi oluş algısına sahip oldukları görülmektedir. Katja ve arkadaşlarının (2002:243) ve Eryılmaz ve Ercan (2011:143) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarının bulgularına erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek öznel iyi oluş düzeylerine sahip olduklarını göstermektedir. Alanyazında çalışma bulgularımızla çelişen sonuçlar söz konusudur. Şirin ve Ulaş’ın (2015:291) araştırma bulguları kız ve erkek öğrencilerin öz-yeterlilik algıları arasında kız öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymaktadır. Yine Lu’nun (2010:62) Tayvan’da gerçekleştirdiği araştırma bulguları, mevcut çalışma sonuçlarının tersine bulgular ortaya koymuştur. Söz konusu çalışmada kız öğrencilerin öznel iyi oluş algıları erkek öğrencilerin öznel iyi oluş algılarından daha yüksek çıkmıştır.

Anne ve baba eğitim durumunun lise öğrencilerinin öznel iyi oluş algılarını etkilediği görülmektedir. Başka bir deyişle anne ve babanın eğitim düzeyi öğrencilerin öznel iyi oluşlarını bir dereceye kadar etkilemektedir. Ancak bu etkinin beklenen yön ve düzeyde olmadığı görülmektedir.

Normal koşullarda anne ve babanın eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin öznel iyi oluşlarının da bundan olumlu olarak etkilenmesi beklenir ancak mevcut sonuçlar bu beklentiyi karşılamamaktadır. Buna göre anne ve babası üniversite mezunu grubundaki öğrencilerin en yüksek öznel iyi oluş düzeyine sahip olmaları beklenirken bu oranın düşük düzeyde çıkması ilginç ve olağan dışı bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Araştırmada lise öğrencilerinin öz-yeterlilik algıları ile öznel iyi oluş düzeyleri arasında güçlü ve pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuçlar öznel iyi oluşun öz-yeterliliği güçlü ve anlamlı bir şekilde yordadığını diğer bir ifadeyle öznel iyi oluşun öğrencilerin öz-yeterlilik düzeylerindeki değişimi büyük oranda açıkladığını göstermektedir. Santos ve arkadaşlarının (2014:11) çalışma bulguları mevcut araştırmanın sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Benzer bir şekilde Santos ve arkadaşlarının (2014:11) yaptıkları araştırmada öz-yeterlilik ile öznel iyi oluş arasında pozitif bir korelasyon tespit edilmiştir. Alanyazında konu ile ilgili yapılan başka araştırma sonuçları ile mevcut çalışmada ulaşılan bulguların sonuçlarının örtüştüğü görülmektedir (Magaletta ve Oliver, 1999; Singh ve Udainiya, 2009; Certel vd., 2015; İkiz ve Telef, 2013).

Regresyon analizleri incelendiğinde öznel iyi oluşun öz-yeterliliğin gelişmesinde önemli ve belirleyici bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin onların öz-yeterlilik düzeylerinin pozitif yönde anlamlı bir yordayıcı olduğu yani öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri arttıkça öz-yeterlilik düzeylerinin de arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Souza ve arkadaşları (2014), Özbay ve diğerleri (2012:332), Strobel Tumasjan ve Spörrle'nin (2011) araştırma sonuçları da benzer yöndedir.

Bu sonuçlardan hareketle öznel iyi oluşun öğrencilerin kendilerine güven duyma, zorluklarla mücadele etme, geleceklerini tasarlama, planlama ve gerçekleştirme noktasında etkili bir araç olacağını ve bunun onların öz-yeterlilik düzeylerini olumlu bir şekilde etkileyeceğini ileri sürmek mümkündür. Nitekim öz-yeterliliğin, bireyin zorluklara karşı duruşunu, çabalarının seviyesini, performansının belirlenmesinde ve benlik algısı yüksek bireylerin yetiştirilmesinde öz-yeterliliğin etkili bir araç olduğu bilinen bir olgudur (Coleman ve Karraker, 1998; Zimmerman, 2000; Pajares ve Valiante, 1997; Schriver ve Czerniak, 1999; Schunk, 2003; DiClemente vd., 1985; Arseven, 2016).

Ortaya çıkan sonuç eğitim kurumlarının temel amacı olan akademik başarı ile öznel iyi oluş arasında güçlü bir bağ olduğunu ortaya koyması bakımından da anlamlıdır. Öznel iyi oluş,öz-yeterlilik düzeyini arttırarak öğrencilerin kapasite ve potansiyellerine yönelik güvenlerinin artmasına (Lent vd., 1984; Schriver ve Czerniak 1999; Ryff, 1989), bunun yanında gerek yaşam

mücadelesinde gerekse öğrenme sürecinde karşılaştıkları zorluklara karşın daha direngen olmalarını (Bandura, 1977; Zimmerman vd.,1992; Schunk, 2003; Pajares ve Valiante, 1997), bunun yanında başkalarıyla dayanışma içinde olmalarını (Schunk, 2003; Kotaman, 2008; Ryan vd., 1998) ve öğrenme sürecine daha iyi motive olmalarını (Zimmerman vd. 1992; Bandura, 1977; Zimmerman, 2000) sağlamaktadır. Öznel iyi oluş öz-yeterliliği olumlu yönde etkileyerek bireylerin daha az stres yaşamalarına aracılık etmektedir (Cicognani vd, 2008; Natovová ve Chýlová, 2014). Bütün bulguları, ortaya çıkan sonucun nedeni olarak değerlendirmek mümkündür.

Araştırma bulguları öğretmenler açısından da önemli mesajlar barındırmaktadır. Eğitim ve öğretim kurumları olan okulların öğrencilerin bilişsel sosyal ve duygusal gelişimlerine önemli katkıları olduğu bilinmektedir (Santos vd, 2014:12). Yine okulların bu misyonlarını gerçekleştirmelerinin ancak öğretmenler aracılığıyla mümkün olduğu bilinmektedir. Bu bağlamda, birbirlerini karşılıklı olarak etkiledikleri araştırma sonuçlarıyla ispatlanan öz-yeterlilik ve öznel iyi oluş düzeylerinin gelişmesi ve artırılması noktasında öğretmenlere önemli görevler düşmektedir. Bu amaçla öğretmenlerin çocukların öz-yeterlilik ve öznel iyi oluşlarında kritik role sahip olan aileler ile sağlıklı ve etkili bir işbirliği kurmalarının bir gereklilik olduğu düşünülmektedir. Çünkü öz-yeterlilik ile aile katılımı arasında doğrusal bir ilişki söz konusudur (Yap ve Baharudin, 2016:267).

Son olarak okul yöneticilerinin öğrencilerin kendilerini gerçekleştirebilecekleri olanakları yaratmak için istekli olmaları, velilerinde gençlerin kendilerini özgürce ifade edebilecekleri demokratik ortamlar oluşturmaları önem arz eden hususlardır.

KAYNAKLAR

- Angner, E. (2011). The evolution of eupathics: The historical roots of subjective measures of well-being *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 4-41.
- Aktürk, Ü., Aylaz, R. (2013). "Bir ilköğretim okulundaki öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri". Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 6 (4):177-183.
- Arseven, A. (2016). Öz-yeterlilik: Bir kavram analizi. *Electronic Turkish Studies*, 11(19). 63-80.
- Aypay, A. (2010). The Adaptation Study of General Self-Efficacy (GSE) Scale to Turkish. *Inonu University Journal of the Faculty of Education* , 11(2). 113-131.
- Bacchini, D., & Magliulo, F. (2003). Self-image and perceived self-efficacy during adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 32(5), 337-349.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*. Vol. 4, No. 2, 191-215.
- Bandura, A. (1989). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Advances in Behaviour Research and Therapy*. Volume 1, Issue 4, Pages 139-161.

- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4,71-81). New York: Academic Press. (Reprinted in H. Friedman [Ed.], *Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press.
- Bech, P. (1990). Measurement of psychological distress and well-being. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 54(2-3), 77-89.
- Benight, C. C., & Bandura, A. (2004). Social cognitive theory of posttraumatic recovery: The role of perceived self-efficacy. *Behaviour research and therapy*, 42(10), 1129-1148.
- Blevins, C. E., Farris, S. G., Brown, R. A., Strong, D. R., & Abrantes, A. M. (2016). The role of self-efficacy, adaptive coping, and smoking urges in long-term cessation outcomes. *Addictive disorders & their treatment*, 15(4), 183
- Certel, Z.; Bahadır, Z.; Saracaloğlu, Seda, A. & Varol, Rana, S. (2015). Lise öğrencilerinin öz-yeterlikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi Journal of Research in Education and Teaching*. Cilt:4 Sayı:2. 307.318.
- Cicognani, E., Albanesi C., & Zani, E. (2008). The impact of residential context on adolescents' subjective well being. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 18, 558-575.
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental review*, 18(1), 47-85.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of happiness studies*, 9(1), 1-11.
- DiClemente, C. C., Prochaska, J. O., & Gibertini, M. (1985). Self-efficacy and the stages of self-change of smoking. *Cognitive Therapy and Research*. 9.181-200.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: Foundations of hedonic psychology*, New York: Russell Sage Foundation. 213. 229.
- Demirci, İ., & Ekşi, F. (2015). Ergenler için beş boyutlu iyi oluş modeli: EPOCH ölçeği'nin Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 9-30.
- Denovan, A., & Macaskill, A. (2017). Stress and subjective well-being among first year UK undergraduate students. *Journal of Happiness Studies*, 18(2), 505-525.
- Eaton, R. J., & Bradley, G. (2008). The role of gender and negative affectivity in stressor appraisal and coping selection. *International Journal of Stress Management*, 15(1), 94-115.
- Edmondson, O. J., & MacLeod, A. K. (2015). Psychological well-being and anticipated positive personal events: Their relationship to depression. *Clinical psychology & psychotherapy*, 22(5), 418-425.
- Erdoğan, M. Y., & Yüzbaşı, D. (2018). Lise Öğrencilerinin Okula Bağlılık İle Genel Öz-Yeterlilik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Journal of Suleyman Demirel University Institute of Social Sciences*, 32(1). 205-227.
- Erol, M., & Dilek, A. T. (2016). Eyleme geçiren bir katalizör: Öz yeterlik algısı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir İnceleme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)* 31(4): 711-723
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36). 139-151.
- Godding, P. R., & Glasgow, R. E. (1985). Self-efficacy and outcome expectations as predictors of controlled smoking status. *Cognitive Therapy and Research*, 9(5), 583-590.

- Goodman, F. R., Disabato, D. J., Kashdan, T. B., & Kauffman, S. B. (2018). Measuring well-being: A comparison of subjective well-being and Perma. *The Journal of Positive Psychology, 13*(4), 321-332.
- İ. Haldun (2015). Mukkadime 1. (Çeviri, Turan Dursun). İstanbul: Kaynak yayınları.
- İkiz, E.& Telef, B. B. (2013). The effects of socioeconomic status and gender besides the predictive effect of self-efficacy on life satisfaction in adolescence. *International Journal of Social Science, 6*(3), 1201-1216.
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (Vol. 5). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2011). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Nobel Yayınları
- Katja, R., Päivi, Å. K., Marja-Terttu, T., & Pekka, L. (2002). Relationships Among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health, 72*(6), 243-249.
- Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework. *The journal of positive psychology, 10*(3), 262-271.
- Kotaman, H. (2008). Özyeterlilik inancı ve öğrenme performansının geliştirilmesine ilişkin yazın taraması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21*(1), 111-133.
- Kumar, R. ve Lal, R. (2006). The role of self-efficacy and gender difference among the adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 32*(3), 249-254.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Larkin, K. C. (1984). Relation of self-efficacy expectations to academic achievement and persistence. *Journal of counseling psychology, 31*(3). 356-362.
- Lu, L. (2010). Who is happy in Taiwan? The demographic classifications of the happy person. *Psychologia, 53*(2), 55-67.
- Magaletta, P. R., & Oliver, J. M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. *Journal of Clinical Psychology, 55*(5), 539-551.
- McKenzie, J. K. (1999). Correlation between self-efficacy and self-esteem in students. Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Master of Science Degree with a Major in. The Graduate College University of Wisconsin-Stout.
- Morgil, İ., Seçken, N. ve Yücel, A. S. (2004). Kimya öğretmen adaylarının öz-yeterlilik inançlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *BAÜ Fen Bil. Enst. Dergisi, 6*(1), 62-72.
- Natovová, L., & Chýlová, H. (2014). Is there a relationship between Self-efficacy, Well-being and Behavioural Markers in Managing Stress at University Students?. *Journal on efficiency and responsibility in education and science, 7*(1), 14-18.
- Özbay, Y., Palancı, M., Kandemir, M., & Çakır, O. (2012). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal öz-yeterlilik ve başa çıkma davranışları ile yordanması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 10*(2), 325-345.
- Özdamar, K. (2002). Paket programlarla istatistiksel veri analizi-1. 4. Baskı. *Eskişehir: Kaan Kitabevi*.
- Pajares, F., & Valiante, G. (1997). Influence of self-efficacy on elementary students' writing. *Journal of Educational Research, 90*(6), 353-360.
- Roothman, B., Kirsten, D. K., & Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African journal of psychology, 33*(4), 212-218.
- Ryan, A. M., Gheen, M. H., & Midgley, C. (1998). Why do some students avoid asking for help? An examination of the interplay among students' Academic Efficacy, Teachers' Social-Emotional Role, and the Classroom Goal Structure. *Journal of Educational Psychology, 90*(3). 528-535

- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Santos, M. C. J., Magramo Jr, C. S., Oguan Jr, F., & Paat, J. J. (2014). Establishing the relationship between general self-efficacy and subjective well-being among college students. *Asian journal of management sciences & education*, 3(1), 1-12.
- Schrivier, M., & Czerniak, C. M. (1999). A comparison of middle and junior high science teachers' levels of efficacy and knowledge of developmentally appropriate curriculum and instruction. *Journal of Science Teacher Education*, 10(1), 21-42.
- Schunk, D. H. (2003). Self-efficacy for reading and writing: Influence of modeling, goal setting, and self-evaluation. *Reading & Writing Quarterly*, 19(2), 159-172.
- Schopenhauer, A. (2010). *Hayatın Anlamı*, (Çev. Ahmet Aydoğan). İstanbul: *Say Yayınları*.
- Singh, B., & Udainiya, R. (2009). Self-efficacy and well-being of Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(2), 227-232
- Shadel, W. G., Martino, S. C., Setodji, C., Cervone, D., & Witkiewitz, K. (2017). Does self-efficacy causally influence initial smoking cessation? An experimental study. *Addictive behaviors*, 73, 199-203.
- Sheldo, K, King, L. (2020). Pozitif psikoloji neden gereklidir? (Yusuf Arslan, Çev.). *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 4 (1) , 124-126.
- Sivis-Cetinkaya, R. (2013). Turkish college students' subjective wellbeing in regard to psychological strengths and demographic variables: Implications for college counseling. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 35(4), 317-330.
- Souza, L. A. S. D., Torres, A. R. R., Barbosa, G. A., Lima, T. J. S. D., & Souza, L. E. C. D. (2014). Self-efficacy as a mediator of the relationship between subjective well-being and general health of military cadets. *Cadernos de Saúde Pública*, 30, 2309-2319.
- Strobel, M., Tumasjan, A., & Spörrle, M. (2011). Be yourself, believe in yourself, and be happy: Self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Scandinavian Journal of psychology*, 52(1), 43-48.
- Şirin, A., & E, Ulaş. (2015). Ortaokul öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile karakter eğitimi uygulamaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 13(30), 279-307.
- Vardarlı, G. (2005). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin öz-yeterlik düzeylerinin yordanması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Yap, S. T., & Baharudin, R. (2016). The relationship between adolescents' perceived parental involvement, self-efficacy beliefs, and subjective well-being: A multiple mediator model. *Social Indicators Research*, 126(1), 257-278.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 82-91.
- Zimmerman, B. J., Bandura, A., & Martinez-Pons, M. (1992). Self-motivation for academic attainment: The role of self-efficacy beliefs and personal goal setting. *American educational research journal*, 29(3), 663-676.