



## Relations between Daily Habits, Social Capital, and Life Satisfaction: A Comparative Analysis of High School and University Students\*

Mehmet Fatih KÖSE<sup>a\*</sup> (ORCID ID – 0000-0002-2297-8152)

Muhammet İbrahim AKYÜREK<sup>b</sup> (ORCID ID – 0000-0001-9122-471X)

<sup>a</sup>MYS General Directorate of Education, Research and Coordination, Ankara/Türkiye

<sup>b</sup>Etimesgut Science and Art Center, Ankara /Türkiye



### Article Info

DOI: 10.14812/cufej.1041056

Article history:

Received 23.12.2021

Revised 22.06.2022

Accepted 30.07.2022

Keywords:

Daily Living,  
Life Satisfaction,  
Social Capital.

Research Article

### Abstract

This study follows a relational survey model in its aim to examine the daily habits, social capital, and life-satisfaction levels of 2472 high school and university students. Data were collected using the Social Capital Scale, Daily Habits Scale, and Life-Satisfaction Scale. In addition to descriptive statistics, we used correlation and regression analyses to inspect the data we obtained. The findings reveal that students' daily habits have a positive strong effect on their social capital levels. Daily academic activities and online activities had an adverse effect on students' life-satisfaction levels. These findings draw attention to the shortcomings of the education system in terms of facilitating socialization and happiness, which are the two main priorities of the education system, as it reveals that academic activities cannot make a positive contribution to the social capital and life satisfaction of the students. Accordingly, we recommend that daily life habits should be considered as a student-centered, important and practical intervention field in order to improve students' social capital and life satisfaction levels.

## Günelik Yaşam Alışkanlıkları, Sosyal Sermaye ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerinde Karşılaştırmalı Bir İnceleme

### Makale Bilgisi

DOI: 10.14812/cufej.1041056

Makale Geçmişi:

Geliş 23.12.2021

Düzeltilme 22.06.2022

Kabul 30.07.2022

Anahtar Kelimeler:

Günelik Yaşam,  
Yaşam Doyumu,  
Sosyal Sermaye.

Araştırma Makalesi

### Öz

Araştırmanın temel amacı, lise ve üniversite öğrencisi gençlerin günelik yaşam alışkanlıkları, sosyal sermayeleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin karşılaştırmalı olarak incelenmesidir. İlişkisel tarama modelinde tasarlanan araştırma, Türkiye genelinde 2472 lise ve üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada; Günelik Yaşam Alışkanlıkları Ölçeği, Sosyal Sermaye Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Veri analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra, korelasyon ve regresyon analizleri ile yol analizi kullanılmıştır. Araştırmanın temel bulguları, günelik yaşam alışkanlıklarının öğrencilerin sosyal sermayeleri üzerindeki etkisinin güçlü ve anlamlı olduğunu göstermektedir. Günelik yaşamda akademik faaliyetler ve çevrim içi faaliyetler öğrencilerin yaşam doyumlarını sosyal sermaye aracılığı ile olumsuz etkilemektedir. Araştırma sonuçları, akademik faaliyetlerin öğrencilerin sosyal sermayelerine ve yaşam doyumlarına olumlu bir katkı sağlayamadığını ortaya koyması bakımından eğitim sisteminin en temel iki önceliği olan toplumsallaşma ve mutluluk bağlamındaki eksikliklerine dikkat çekmektedir. Günelik yaşam alışkanlıklarının öğrencilerin sosyal sermayelerini ve yaşam doyumlarını artırmak açısından öğrenci merkezli, önemli ve pratik bir müdahale alanı olarak dikkate alınması önerilmektedir.

\* This study was approved by the Scientific Research and Publication Ethics Committee of the Ministry of Youth and Sports. (Dec. 11, 2021; E-36592570-604.02-1513251).

\*Corresponding Author: i\_akyurek56@hotmail.com

## Introduction

Daily life, as a field of interactions that describes the social world created by people multi-dimensionally, also constitutes the construction area of social relations that make up social capital. Studies on quality of life, on the other hand, reveal that social capital has positive effects on people's life satisfaction (Laishram & Haokip, 2021; Zou, Su & Wang, 2018). A well-organized daily life has the potential to provide multiple benefits for the individual (Monteagudo, Ahedo & Ponce de León, 2017). Therefore, daily life habits, which form the basis of social capital and life satisfaction at the micro level, are considered important in terms of their mutual relations with these two concepts. The current study focuses on the decisive effect of daily life habits on an individual's social capital and life satisfaction. When the decisive effect of the quality of the society on the qualities of the individual is considered as a basic principle of social psychology (Freyer, 1963), the evaluation of individuals' daily life habits and social capital is also considered important in terms of allowing general evaluations about social standards.

### Daily Life and Life Satisfaction

The discipline produced by modernity for daily life varies under the conditions of radical modernity. Classical modernity showed a panoptic form of power while disciplining its undetermined, inherent environmental elements to exhibit certain behaviours. In this form of power, which had an oppressive nature, the central power directed the periphery to the centre by different means - such as monetization, collapse of craft production, transformation into private property - and kept the periphery under surveillance with disciplines such as medicine, pedagogy, economy. At this level, the goal was not to allow anyone to leave the centre's surveillance area but to produce predictable, specific behaviours (Bauman, 1999). However, with the establishment of modernity, the spread of waged life to general, rural depopulation, the unemployment phenomenon accompanying the liberation of the capital and the globalization of communication opportunities and digital networks have led to the emergence of a different discipline process. In this process, while the centre made its demands unclear and kept them in a constant transformation, the differentiated demands of the centre were seen as internalized pressure on the passive group against the capital. While the panoptic power of classical modernity tried to bring outsiders inside, the synoptic power of radicalized modernity constantly worked to keep those who are inside and those who move inside out. Thus, the minority in the centre did not consider the demands of the majority outside, but the majority outside considered the demands of the minority inside (Bauman, 2000). Thus, a transformation occurred from the oppressive nature of the panoptic power to the surveillance of the synoptic power centred on pleasure and entertainment, the power forms produced by modernity were changed and a transition from the paternalist power to the autonomous power was accomplished (Sennett, 2005). On the other hand, the digital world and new media environments, which constituted an important threshold in the context of intergenerational change, have also affected and transformed daily life, caused social life to change in different ways, and the terms of identity and society have almost been redefined in the virtual context (Lister, Dovey, Giddings, Grant & Kelly, 2009; Flichy, 2006). Interactive and personal use-based new media instruments such as social networks and social media (Binark, 2013) have allowed people to interact with each other in a level of openness and magnitude that could not be imagined in the pre-internet era, while everything from products to followed individuals, shared photos and videos now supports the surveillance system discussed in the context of synoptic power (Laughey, 2010). In this way, the situation produced by new power mechanisms has been transferred from institutional mechanisms to psychological processes. In the daily life, which has been under intense pressure in the process, pleasure and desire together with the collapsing meaning habits have become the centre of popular culture (Lefebvre, 2007). With this sociological transformation process, a social environment has emerged in which the psychological interaction between daily life and life satisfaction has become more evident than the traditional society. The current study is seen to be important especially in terms of including the interaction between the daily life habits and life satisfaction of young people, who are among the groups most affected by modernity.

Life satisfaction as an existential human goal, especially in the pedagogical context, with its positive or negative multifaceted effects such as self-efficacy, self-esteem, participation, academic achievement, social acceptance, peer relations, school adjustment, absenteeism, school dropout, and behavioural problems have been widely researched by researchers (Proctor et al., 2009; Fergusson et al., 2015). Life satisfaction is also the subject of research in wider contexts such as internalization and externalization problems, social stress and substance use, especially in adolescents (Zullig et al., 2001; Haranin et al., 2007).

Research directly relates adolescents' psychological adjustment to their own life goals, including their perceptions, self-evaluations and subjective well-being (Ben-Arieh et al., 2014). While early studies of subjective well-being focused on adult samples, recent studies have extended to school students (Huebner et al., 2014). Subjective or psychological well-being is understood as a multidimensional construct that includes both emotional and cognitive elements (Salami 2011). Thus, this concept can be considered as a self-evaluation that includes both positive and negative emotional reactions, along with cognitive evaluations of life satisfaction (Diener et al., 2013). Cognitive subjective well-being or life satisfaction is the process of subjectively evaluating one's life as a whole (Diener, 2008) and it is the most discussed construct in research investigating child subjective well-being (Lyons and Huebner, 2016). This subjective perception is considered a crucial factor in the school context because research has shown a positive correlation between high levels of life satisfaction and positive academic characteristics such as student engagement, connection with teachers, or academic performance (Forrest et al., 2013; Lyons & Huebner 2016; Ng et al., 2015). In addition, high life satisfaction may be a protective factor against maladaptive behaviours (Huebner et al., 2014). On the contrary, lower life satisfaction levels are associated with possible negative outcomes, maladaptive behaviours and drop-out (Huebner et al., 2014; Lewis et al., 2011). These results highlight the importance of including education for subjective well-being in the school curriculum as a primary goal. Accordingly, schools should focus their efforts on increasing their students' life satisfaction, as it is highly effective in facilitating the optimal functioning of students (Noddings, 2003). Thus, with the increase in life satisfaction, young people can be more successful in their academic and daily lives.

There are many studies examining the positive social consequences of high life satisfaction. In many of these studies, it is seen that individuals with high life satisfaction tend to have more positive social relationships, receive more social support, and experience more marital satisfaction compared to those with low life satisfaction (Barger, Donoho & Wayment, 2009). Moreover, individuals with high life satisfaction are also advantageous in terms of professional success. High life satisfaction is associated with better job performance, greater career satisfaction, increased organizational commitment and decreased intention to quit (Erdogan, Bauer, Truxillo & Mansfield, 2012). Life satisfaction is also related to health and longevity. Higher life satisfaction levels are found to be associated with better overall physical health and fewer long-term health conditions (Siahpush, Spittal & Singh, 2008). In addition, individuals with high life satisfaction have a significantly lower risk of death than individuals with low life satisfaction (Xu & Roberts, 2010).

Studies show that life satisfaction also has positive results in the context of education. For example, many studies have shown that, in addition to psychological well-being, high life satisfaction is an important facilitator for student engagement and academic achievement among university students (Antaramian, 2015; Renshaw & Cohen, 2014). Furthermore, university students with high life satisfaction tend to be more satisfied with their academic experiences (Duffy, Allan & Bott, 2012). Life satisfaction is also associated with more positive academic expectations, increased academic self-efficacy, greater perceived progress towards goals and less academic stress (O'Sullivan, 2011; Ojeda et al., 2011). Some studies suggest that positive life satisfaction is also associated with higher grade point averages among university students (Howell, 2009; Rode et al., 2005). Therefore, it is seen that life satisfaction, which is one of the main variables of the current study, is in a strong interaction with many social, psychological and pedagogical factors.

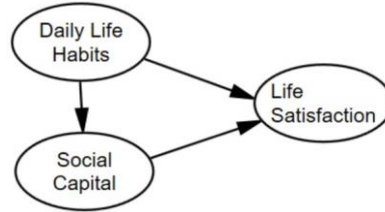
### Social Capital and Life Satisfaction

Social capital, which is one of the main variables of the current study, is defined in its widest sense as the sum of actual or potential resources connected to a durable network or more or less institutionalized relations and the benefits provided to individuals through their ties with others (Bourdieu, 1986; Coleman, 1988; Portes, 2000). Social capital, as a function of relationships rather than of individual actions (Schuller, Baron, & Field, 2000), is a phenomenon that is addressed in a broad context in a wide variety of fields such as educational attainments, immigrant studies and sports (Coleman, 1988). Associating social capital with intra-community and inter-community networks, Putnam (2000) argued that social capital has a strengthening and binding function in social in-group relations. Social capital can also serve the function of a bridge for wider social relations (Andrews & Withey, 1976; Huebner, 2004). Among these areas, especially personal and social life and economic life satisfaction come to the fore (Köse, Çobanoğlu & Mercan-Sarı, 2022). In terms of building bridges for strong social relations, social capital is expected to be in a strong relationship with social life satisfaction, which constitutes an important dimension of life satisfaction.

It is also important in shaping the opportunity structure in areas such as social capital, education and employment as a result of intra-group and inter-group ties (Rose-Redwood & Rose-Redwood, 2013). In this context, Coleman's (1988) concept of intergenerational closure explains the effects of social networks between parents on children's academic lives. According to Bourdieu (1973, 1986), social capital serves as part of an invisible mechanism that protects the educational advantages of children from dominant social classes. Studies investigating Bourdieu's theory within the framework of education (McDonough, 1997; Perna & Titus, 2005) emphasize the importance of promoting social capital gain, especially for young people from disadvantaged backgrounds. Therefore, it can be said that social capital has direct and indirect relations with economic life satisfaction, which is another important dimension of life satisfaction.

### Conceptual Model, Original Value and Purpose of the Study

In the conceptual framework discussed comprehensively above, the relationships between daily life habits, social capital and life satisfaction variables, which are the main variables of the current study, were evaluated. In this context, the conceptual model of the study is presented in Figure 1.



**Figure 1.** Conceptual Model

Evaluation of the relationships of young people's daily life habits with their social capital and life satisfaction is considered important in terms of providing a guide for decision makers, practitioners and researchers in shaping policies for young people. In addition, it is thought that the current study will reveal important results for students, families and educators, especially in terms of empirically testing the medium and long-term effects of daily life habits on one's life. In-depth studies focused on the young population, which constitutes the most important target group of education and employment policies, are important in supporting policy processes on scientific grounds. It is expected that the current study will make a unique contribution to the related literature in terms of empirically examining the variables related to the problem situation in a holistic conceptual model and with a large sample group.

The general purpose of the current study, which is designed in line with this conceptual model, is to investigate the relationships between high school and university students' daily life habits, social capital and life satisfaction. To this end, the sub-problems of the study are defined as follows;

1. What are the daily life habits, social capital levels and life satisfaction levels of young people?
2. Is there a relationship between the daily life habits, social capital and life satisfaction of young people?
3. Are the daily life habits and social capital of young people significant predictors of their life satisfaction?
4. Is social capital a significant mediator variable between the daily life habits and life satisfaction of young people?

### Method

Details about the population, sample, measurement tools and data analysis methods of the current study employing the correlational survey model are presented in this section.

#### Population and Sample

Ethics Committee Approval required to conduct the study was obtained from the Ministry of Youth and Sports Scientific Research and Publication Ethics Committee, dated 13.12.2021 and numbered E-36592570-604.02-1513251.

The population of the study is comprised of high school and university students attending schools and universities located across Turkey. According to TUIK (2020) statistics, the number of students at secondary education level in Turkey is 6.3 million. According to the statistics of the Higher Education Institution (YÖK, 2021), the number of students in higher education is 8.2 million. In a study, if the population consists of homogeneous sub-populations, sample size estimation is suggested for each sub-population (Büyükoztürk et al., 2010, p. 97). For both population groups, the minimum size was determined to be 384 at the 95% confidence level, taking into account the sample estimation parameters in the continuous variables according to the variable of being student (Büyükoztürk et al., 2010, p. 96) in order for the sample to have sufficient representative power. In addition, the sample size was kept as large as possible in order to increase the predictive power in the analyses (Fraenkel & Wallen, 2009) and data were collected online from 974 high school and 1498 university students across Turkey who were reached by means of the convenience sampling method. Table 1 contains details about the distribution of both sample groups by gender, age and place of residence.

**Table 1.**  
*Demographic Information about the Sample*

Demographic Features	Total		High school		University	
	n	%	n	%	n	%
Gender						
Male	1357	54.9	527	21.3	830	33.6
Female	1105	44.7	447	18.1	658	26.6
Place of residence						
Village or rural area	189	7.6	112	4.5	77	3.1
Town	789	31.9	268	10.8	521	21.1
City	1493	60.4	594	24.0	899	36.4
Age						
19 and under	941	38.1	824	33.3	117	4.7
20-25	1027	41.5	150	6.1	877	35.5
25 and over	504	20.4	0	0.0	504	20.4
Total	2472	100.0	974	39.4	1498	60.6

When Table 1 is examined, it can be said that the distributions across to the variables are close to the distribution across the population and that the power of representation in the determined parameters will be sufficient. As expected, there is no high school student aged 25 and over. A small portion (3%) of

the university students expressed their place of residence as village or rural area, which is because of the colleges and university departments opened in small settlements. When the age of the sample is examined in detail, it is seen that the age of the high school students ranges from 15 to 20 with the mean age of 17.21 ( $\pm 1.18$  years), while the age of the university students ranges from 18 to 32 with the mean age of 22.80 ( $\pm 2.85$  years).

### Measurement Tools

In the current study, three different measurement tools were used: The Daily Life Habits Scale, The Social Capital Scale and The Life Satisfaction Scale. Information on the original forms of the measurement tools and the validity and reliability levels for the sample groups used in the current study are presented below.

*The Daily Life Habits Scale:* The scale developed by Köse, Mercan-Sarı and Çobanoğlu (2021) consists of 18 five-point Likert type items. The scale, which was developed to evaluate routine activities in daily life, consists of four sub-dimensions: private activities, social activities, academic activities and online activities. Goodness-of-fit values for the original form of the scale were found to be at the acceptable level [ $\chi^2/sd=3.17$ ; RMSEA=.08; GFI=.93; CFI=.85; NFI=.80]. Internal consistency values for each sub-dimension were found to be varying between .76 and .87. The reliability values calculated on the data of the current study were found to be between .74 and .89.

*The Social Capital Scale:* The scale developed by Fidan and Yurdasever (2017) consists of 18 five-point Likert type items. The scale developed to evaluate social capital consists of six sub-dimensions: self-efficacy and control level, social interaction, tolerance for differences, compromise, taking initiative, trust and adoption, and self-confidence. Within the context of the current study, the internal consistency values for each sub-dimension were examined and it was seen that they ranged from .70 to .78.

*The Life Satisfaction Scale:* The scale developed by Diener, Emmons, Larsen, and Griffin (1985) was adapted into Turkish by Dağlı and Baysal (2016). The model fit of the one-dimensional five-item scale was found to be excellent [ $\chi^2/sd=1.17$ ; RMSEA=.03; GFI=.99; CFI=1.00; NFI=.99]. The internal consistency value for the single dimension was found to be .88 (Dağlı & Baysal, 2016). The internal consistency value calculated on the data of the current study was found to be .86 and the reliability of the scale was confirmed.

### Data Analysis

SPSS and AMOS programs were used in the analysis of the data collected in the current study. Before the data analysis, incomplete and incorrect data entries were checked and it was decided to remove 38 forms that were found to systematically include missing data from the data set. For the data that were determined to be formed randomly and not to form a systematic bias or pattern, the assignments were made by using the serial average method, taking into account the sub-dimensions. The reliability of the measurement tools for the sample of the current study was evaluated with the Cronbach's alpha coefficient. In addition to descriptive statistics, correlation and regression analyses and path analysis were used in the data analysis. In order to evaluate whether the data set meets the assumptions required for the aforementioned analyses, first of all, single and multiple normal distributions were evaluated and it was determined that the data were close to the normal distribution within the range of  $\pm 2$  (George & Mallery, 2010). Moreover, for the regression analysis, it was evaluated whether the relationships between the independent variables created a multicollinearity problem. Path analysis was conducted to test the final conceptual model of the study. Maximum likelihood estimation (MLE) was used as the parameter estimation method in the structural equation modelling constructed. Before MLE, the multiple normal distribution assumption was tested and it was decided that the critical ratio (c.r=7.56) assumption was met (Bayram, 2010; Kline, 2011). In the path analysis, some basic indices were used for model fit values. In this connection,  $\chi^2/sd < 3$ , the comparative fit index (CFI)  $> .90$ , the root mean square error of

approximation (RMSEA)<.08 and the goodness-of-fit index (GFI)>.90 were used (Gefen, Straub & Boudreau, 2000; McDonald & Ho, 2002).

### Findings

The findings obtained a result of the correlation, regression and path analyses made in line with the sub-problems of the study are presented in this section of the study. In this connection, first, descriptive analyses of the variables and regression analysis were performed to determine the relationships between the variables. Table 2 shows the results of the descriptive analyses and the correlation values between the variables.

**Table 2.**  
*Descriptive Analysis and Correlation Values*

	X	SS	Skewness	Kurtosis	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Social Capital	3.15	0.56	-.070	.198	1	.461**	.192**	.287**	.141**	-.079**	.604**	.795**	.586**	.556**	.733**	.202**
2. Life Satisfaction	1.46	0.59	1.742	1.271		1	.264**	.234**	.068**	<b>.008</b>	.288**	.469**	.205**	.129**	.360**	<b>.010</b>
3. Private Activities	2.01	0.60	.584	-.114			1	.297**	.229**	.108**	.075**	.181**	.100**	.088**	.198**	-.084**
4. Social Activities	1.85	0.54	.472	-.219				1	.478**	.385**	.189**	.228**	.137**	.085**	.296**	<b>.005</b>
5. Academic Activities	2.47	0.81	.322	-.340					1	.219**	<b>.005</b>	.120**	.082**	.116**	.117**	.040*
6. Online Activities	2.48	0.83	.389	-.269						1	-.056**	-.104**	<b>.029</b>	-.126**	-.031	<b>.005</b>
7. Self-confidence	2.91	0.98	.132	-.097							1	.435**	.225**	.241**	.348**	-.019
8. Self-efficacy	3.38	0.65	-.181	.027								1	.197**	.317**	.492**	.047*
9. Trust	2.78	1.02	.031	-.589									1	.246**	.246**	.152**
10. Compromise	3.80	0.90	-.828	.656										1	.325**	.086**
11. Social Interaction	2.79	1.01	.068	-.629											1	<b>.033</b>
12. Tolerance	4.21	1.07	-1.355	1.029												1

\* p< 0.05 \*\* p< 0.01

When Table 2 is examined, it is seen that the correlation values between social capital, life satisfaction and daily life activities, which are the main variables of the study, are positive and significant in almost all the sub-dimensions. On the other hand, the relationship of the tolerance sub-dimension in social capital and that of the online activities sub-dimension among daily life activities with some variables were not found to be statistically significant.

When the correlation values are evaluated in the context of the assumptions required for the regression analysis, it is seen that the correlations between the independent variables are not high enough to form multicollinearity ( $r^2=.5$ ). Accordingly, four different regression models were tested, in which the variables of life satisfaction and social capital were considered as the dependent variables. The results of the regression analysis are presented in Table 3.

When the regression results in Table 3 are examined, it is seen that social capital has an explanatory power of 26% on life satisfaction ( $R^2=.259$ ;  $p<.001$ ). When the explanatory power of daily life activities is examined, it is seen that the explanatory power of life satisfaction is 11% ( $R^2=.108$ ;  $p<.001$ ), while the explanatory power of social capital is 14% ( $R^2=.136$ ;  $p<.001$ ). It is seen that the fourth model, which was created to test the explanatory power of all the independent variables together on life satisfaction, has the highest explanatory power with 29% ( $R^2=.290$ ;  $p<.001$ ).

**Table 3.**  
*Results of the Multiple Regression between the Variables*

Models	Dependent Variables	Independent Variables	B	Standard Error	$\beta$	t	p
Model 1	Life Satisfaction	(Constant)	-.074	.085		-.875	.381
		Self-confidence	.053	.015	.070	3.510	.000
		Trust	.071	.013	.101	5.432	.000
		Compromise	-.063	.015	-.078	-4.101	.000
		Tolerance	-.013	.012	-.019	-1.099	.272
		Interaction	.112	.015	.156	7.504	.000
		Self-efficacy	.385	.022	.368	17.297	.000
			R=.509		R <sup>2</sup> =0.259		
			F <sub>(6, 2465)</sub> = 143.867 p = .000				
Model 2	Life Satisfaction	(Constant)	1.002	.058		17.238	.000
		Private Activities	.209	.019	.220	10.965	.000
		Social Activities	.245	.024	.240	10.205	.000
		Academic Activities	-.056	.016	-.077	-3.518	.000
		Online Activities	-.064	.015	-.089	-4.330	.000
			R = .328		R <sup>2</sup> = 0.108		
			F <sub>(4, 2464)</sub> = 74.247 p = .000				
Model 3	Social Capital	(Constant)	2.846	.045		63.145	.000
		Private Activities	.086	.015	.115	5.835	.000
		Social Activities	.272	.019	.337	14.597	.000
		Academic Activities	.001	.012	.001	.061	.952
		Online Activities	-.125	.012	-.220	-10.834	.000
			R = .368		R <sup>2</sup> = 0.136		
			F <sub>(4, 2464)</sub> = 96.755 p = .000				
Model 4	Life Satisfaction	(Constant)	-.355	.097		-3.677	.000
		Private Activities	.152	.017	.160	8.767	.000
		Social Activities	.083	.023	.081	3.667	.000
		Academic Activities	-.047	.014	-.064	-3.224	.001
		Online Activities	.005	.014	.007	.342	.732
		Self-confidence	.050	.015	.065	3.339	.001
		Trust	.062	.013	.088	4.815	.000
		Compromise	.363	.022	.348	16.426	.000
		Tolerance	-.056	.015	-.069	-3.655	.000
		Interaction	.000	.012	.000	.003	.997
Self-efficacy	.085	.015	.118	5.679	.000		
			R=.539		R <sup>2</sup> =0.290		
			F <sub>(10, 2458)</sub> =100.443 p=.000				

When the regression models are evaluated comparatively, it is seen that the  $\beta$  values, which show the explanatory powers of daily life activities in Model 2, decreased significantly in Model 4, where all variables were examined together. Accordingly, it was decided to conduct a path analysis to evaluate the direct and indirect relationships between the variables.

**Measurement Model**

Before the path analysis, confirmatory factor analysis (CFA) was performed to test the measurement models of latent constructs between variables. Three latent variables, namely social capital, daily life habits and life satisfaction, and 15 observed variables reflecting these latent variables were defined in the measurement model. CFA results show that the model and data fit is at an acceptable level for the tested model [ $\chi^2/sd=2.38$ ; RMSEA=0.05; GFI=0.95; CFI=0.91].



### Structural Model

A structural equation model was created to test the conceptual hypothetical model of the study. The final holistic model of the study was tested separately for the two groups in order to evaluate the high school and university students more in-depth due to their different social development periods and significant differences in their socialization styles. Accordingly, the path analysis results for the high school and university students are given in Figure 1a and Figure 1b.

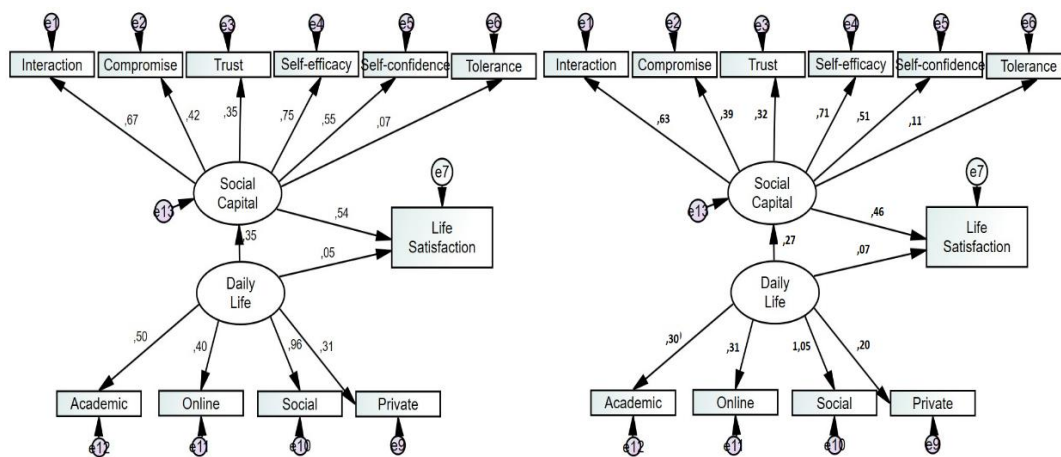


Figure 1a. For University Students

Figure 1b. For High School Students

Path Analysis Diagram

Path Analysis Diagram

When the results of the path analysis were examined in terms of direct and indirect relationships between the variables, it was determined that the significant paths did not change for the high school and university students, and the model fit values were found to be at the acceptable level both for the high school students [ $\chi^2/sd=3.5$ ; RMSEA=.06; GFI=.95; CFI=.87] and the university students [ $\chi^2/sd=3.4$ ; RMSEA=.06; GFI=.96; CFI=.88]. When the direct effects of daily life habits on life satisfaction ( $\beta=.05$  and  $\beta=.07$ ;  $p<.01$ ) were examined, it was found that the effect was not at a significant level for both groups. The effect of daily life habits on social capital was found to be positive and significant for the university students ( $\beta=.35$ ;  $p<.01$ ) and for the high school students ( $\beta=.27$ ;  $p<.01$ ). The direct effects of social capital on life satisfaction were also found to be positive and significant for the university students ( $\beta=.54$ ;  $p<.01$ ) and for the high school students ( $\beta=.46$ ;  $p<.01$ ). In Model 2 given in Table 3, the effect of daily life habits on life satisfaction was found to be significant, while this effect became statistically insignificant with the inclusion of social capital in the model, as seen in Figure 1. On the other hand, the significant effects of daily life habits on social capital and those of social capital on life satisfaction indicate the existence of a mediating effect between the two variables. In this regard, the bootstrap test was used to determine the indirect effects between the variables, and the indirect effect of daily life on life satisfaction through social capital was calculated as 0.19 for the university students and 0.13 for the high school students in the 95% confidence interval.

### Discussion, Results and Suggestions

Based on the idea that daily life habits are an important determinant in human life, the current study examined the relationship of daily life habits with students' social capital and life satisfaction. The main findings of the study revealed the existence of strong and significant relationships between these variables. According to Monteagudo et al. (2017), a well-organized daily life has the potential to provide multiple benefits for the individual. In this context, the findings of the current study show that the daily life habits of young people are an important factor in predicting their social capital and life satisfaction.

The results of the regression analysis revealing that the sub-dimension of spending time online, which is among the daily life habits, is the only sub-dimension that has a negative and significant effect on the social capital variable, is particularly remarkable in terms of showing the effects of the internet on the youth's life. With the widespread use of information technologies, social networks, new media and internet play an important role in shaping the modern world. Media products and consumption have been put forward by capitalism as a necessity of daily life and daily life has started to give more value to commodities and consumption of these commodities as a result of capitalism (Bennet, 2005). Thus, the internet has become more affecting the behaviour patterns in daily life and many activities involved in the flow of daily life have been transferred to the virtual space (Haythornthwaite, 2001). In the context of research findings, it can be said that this mobility towards virtual space causes a significant loss of value for young people in the context of social capital. In daily life, while young people are under the control and surveillance of the modern world (Vaneigem, 2012), they also lose their social capital. When the connection of social capital with interpersonal relationships based on mutual trust and its strengthening effects on these relationships (Erbil, 2008; Putnam, 2000) are considered, it can be said that the digital world and online activities also harm the trust in society and the ability to act for common purposes. In this connection, the first and most important suggestion of the current study is that instead of surrendering to the gravity of the digital field, more importance should be attached to the ways of engaging young people with the other dimensions of daily life outside the digital field. In addition, researchers can be recommended to conduct further research to examine the effects of digital life habits on students' social lives and life satisfaction in a wider context.

When the regression results are examined in more detail in the context of the sub-dimensions of the variables of the study, the negative effect of academic activities on life satisfaction comes to the fore as an interesting finding. The effect of academic activities on students' perceptions of their own social capital was not found to be statistically significant. The academic activities sub-dimension includes the activities of high school and university students such as course and exam preparation, research, and participation in personal and professional development courses (Köse, Mercan-Sarı & Çobanoğlu, 2021). This finding, which shows that academic activities, which are at the centre of life as the most basic area of responsibility of students, are perceived negatively in terms of life satisfaction, is quite remarkable in terms of students' learning motivation in the Turkish education system. As defined in the Basic Law of National Education (MEB, 1973), the most striking emphasis on the ultimate goal of education is the preparation of individuals for life in a way that will make them happy and contribute to the happiness of the society, that is, the emphasis on socialization and happiness. Considering the important motivational sources such as finding the learning process and its objectives useful, valuable and enjoyable (Wlodkowski & Ginsberg, 2017), it can be said that the education system is far from providing this to students in the current conditions. Likewise, the lack of positive effect of academic activities on students' social capital points to the weak contribution of the education process to effective participation in social life. The empirical findings of the current study have revealed important clues about the deep reasons why students' efforts to be successful by neglecting their intrinsic motivation and life satisfaction and many reform initiatives in the education system fail to succeed. Therefore, the results of the study are important in terms of adopting a policy that concentrates all elements of the education system on student happiness, and drawing the attention of policy makers to the measures to be taken in this regard.

When the direct effects of social capital and daily life habits on life satisfaction are compared, it is seen that social capital has a much stronger effect. The positive effects of social capital on quality of life are a phenomenon frequently encountered in the literature (Laishram & Haokip, 2021; Zou, Su & Wang, 2018). The more notable finding is that the indirect effect of daily life habits on life satisfaction through social capital is stronger than their direct effect. Bourdieu's (2002) important emphasis is that the source of social capital is the long-term social relationships, which makes the relationships between the variables of the current study more understandable. Life satisfaction also emerges as a result of long-term and comprehensive emotional accumulations of one's own life (Sousa & Lyubomirsky, 2001). In this sense, it

is a remarkable finding that the indirect effects of daily life on life satisfaction through social capital are more significant than its direct effects. In the same context, the fact that both direct and mediating effects of social capital on life satisfaction are higher in the university students than in the high school students indicates the long-term cumulative nature of social capital formation. Based on these empirical findings of the study, it can be concluded that daily life habits should be seen as an important and practical intervention area in order to increase one's social capital and life satisfaction. When the important consequences of high life satisfaction in terms of social relationships and social adjustment are considered (Barger, Donoho, & Wayment, 2009; Diener & Seligman, 2002; Huebner et al., 2014; Lewis et al., 2011; Pavot & Diener, 2008), it can be said that policies and practices aimed at improving daily life habits should be taken into consideration more by policy makers, practitioners and researchers.

#### **Author Contribution Rates**

The authors contributed equally to the study.

#### **Ethical Declaration**

All rules included in the "Directive for Scientific Research and Publication Ethics in Higher Education Institutions" have been adhered to, and none of the "Actions Contrary to Scientific Research and Publication Ethics" included in the second section of the Directive have been implemented.

#### **Conflict Statement**

The author declares no competing interests.

## Türkçe Sürümü

### Giriş

İnsanların oluşturduğu sosyal dünyayı çok yönlü olarak betimleyen etkileşimler alanı olarak gündelik yaşam, sosyal sermayeyi oluşturan toplumsal ilişkilerin de inşa alanını oluşturmaktadır. Yaşam kalitesi araştırmaları ise sosyal sermayenin kişilerin yaşam doyumları üzerinde olumlu etkileri olduğunu ortaya koymaktadır (Laishram ve Haokip, 2021; Zou, Su ve Wang, 2018). İyi organize edilmiş bir gündelik yaşam, birey için çok yönlü faydalar sağlama potansiyeli taşımaktadır (Monteagudo, Ahedo ve Ponce de León, 2017). Dolayısıyla, sosyal sermayenin ve yaşam doyumunun mikro düzeyde zeminini oluşturan gündelik yaşam alışkanlıkları, bu iki kavram ile karşılıklı ilişkileri bakımından önemli görülmektedir. Mevcut çalışma, gündelik yaşam alışkanlıklarının, bireyin sosyal sermayesi ve yaşam doyumunu üzerindeki belirleyici etkisine odaklanmaktadır. Temel bir sosyal psikoloji ilkesi olarak ferdin nitelikleri üzerinde toplumun niteliğinin belirleyici etkisi göz önünde bulundurulduğunda (Freyer, 1963), bireylerin gündelik yaşam alışkanlıkları ve sosyal sermayelerinin değerlendirilmesi, toplumsal standartlara dair genel değerlendirmelere imkân tanınması bakımından da önemli görülmektedir.

### Gündelik Yaşam ve Yaşam Doyumu

Modernitenin gündelik yaşama dönük ürettiği disiplin, radikal modernite şartlarında değişiklik göstermektedir. Klasik modernite; belirlenemeyen, doğasına has çevre unsurlarını belirli davranışlar sergilemek için disiplin altına alırken panoptik iktidar şekli göstermiştir. Baskıcı bir doğası olan bu iktidar şeklinde merkez iktidar, farklı araçlarla -parasallaşma, zanaat üretiminin çöküşü, özel mülkiyete dönüşüm gibi- çevreyi merkeze yönlendirmekte ve çevreyi tıp, pedagoji, ekonomi vb. disiplinlerle gözetimde tutmaktaydı. Bu seviyede hedef, kimsenin merkezin gözetim sahasının dışına çıkmasına müsaade etmemek ve öngörülebilir, belirli davranışlar üretmekti (Bauman, 1999). Fakat modernitenin yerleşiklik kazanmasıyla birlikte ücretli yaşamın genele yayılması, kırsal nüfusun tasfiyesi, sermayenin özgürlük kazanmasına eşlik eden işsizlik olgusu ve iletişim imkânları ile dijital ağların küreselleşmesi, farklı bir disiplin süreci ortaya çıkarmıştır. Bu süreçte merkez, taleplerini belirsizleştirip sürekli dönüşüm durumunda tutarken sermaye karşısında pasif durumdaki grup için merkezin farklılaşan talepleri içselleştirilmiş baskı olarak görülmüştür. Klasik modernliğin panoptik iktidarı, dışarıdakileri içeri almaya dönük çalışırken radikalleşen modernliğin sinoptik iktidarı ise içeridekileri ve içeri hareket edenleri sürekli dışarıda bırakmaya yönelik hareket etmektedir. Böylece merkezdeki azınlık çoğunluğu değil, dışarıdaki çoğunluk içerideki azınlığın taleplerini göz önünde bulundurmaktadır (Bauman, 2000). Böylece panoptik iktidarın baskıcı doğasından sinoptik iktidarın haz ve eğlenceyi merkeze alan gözetimine geçilmiş ve modernitenin ürettiği iktidar şekilleri değiştirerek paternalist iktidar şeklinden, özerk iktidar şekline geçiş sağlanmıştır (Sennett, 2005). Diğer taraftan özellikle kuşaklar arası değişim bağlamında önemli bir eşik oluşturan dijital dünya ve yeni medya ortamları, gündelik yaşamı da etkileyerek dönüştürmüş, sosyal hayatın farklı biçimlerde değişmesine yol açmış, kimlik ve toplum terimleri sanal bağlamda adeta yeniden tanımlanmıştır (Lister, Dovey, Giddings, Grant ve Kelly, 2009; Flichy, 2006). Sosyal ağlar ve sosyal medya gibi etkileşimli ve kişisel kullanım temelli yeni medya enstrümanları (Binark, 2013), internet öncesi zamanda hayal bile edilemeyecek türden açıklık ve büyüklük düzleminde kişilerin birbiriyle etkileşim kurmalarına imkân tanırken satın alınan ürünlerden, takip edilen bireylere, paylaşılan fotoğraf ve videolara kadar her şey sinoptik iktidar bağlamında tartışılan gözetim sistemini desteklemektedir (Laughey, 2010). Böylece, yeni güç ve iktidar mekanizmalarının ürettiği durum; kurumsal düzeneklerden, psikolojik süreçlere geçirilmiştir. Süreçte yoğun baskı altında tutulan gündelik yaşamda, çöken anlam alışkanlıkları ile beraber haz ve arzu, popüler kültürün merkezine oturmuştur (Lefebvre, 2007). Bu sosyolojik dönüşüm süreci ile birlikte gündelik yaşam ve yaşam memnuniyeti arasındaki psikolojik etkileşimin geleneksel topluma göre daha belirgin hâle geldiği bir toplumsal vasat ortaya çıkmıştır. Mevcut çalışma özellikle

modernitenin en fazla etki altına aldığı gruplar arasında yer alan gençlerin gündelik yaşam alışkanlıkları ile yaşam doyumları arasındaki etkileşimi de kapsamına alması bakımından önemli görülmektedir.

Varoluşsal insani bir amaç olarak yaşam doyumu, özellikle pedagojik bağlamda, özyeterlik, benlik saygısı, katılım, akademik başarı, sosyal kabul, akran ilişkileri, okula uyum, devamsızlık, okul terki, davranış sorunları gibi olumlu ya da olumsuz çok yönlü etkileri ile eğitim araştırmacılarının üzerinde yoğun olarak durduğu bir olgudur (Proctor vd., 2009; Fergusson vd., 2015). Yaşam doyumu, özellikle ergenlerde, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları, sosyal stres ve madde kullanımı gibi daha geniş bağlamlarda da araştırmalara konu edilmektedir (Zullig vd., 2001; Haranin vd., 2007).

Araştırmalar, ergenlerin psikolojik uyumlarını algıları, kişisel değerlendirmeleri ve öznel iyi oluşları da dâhil olmak üzere kendi yaşamlarına ilişkin hedefleri ile doğrudan ilişkilendirmektedir (Ben-Arieh vd., 2014). Öznel iyi oluşla ilgili erken çalışmalar yetişkin örneklemelerine odaklanmış olsa da son çalışmalar okul öğrencilerine kadar uzanmıştır (Huebner vd., 2014). Öznel veya psikolojik iyi oluş, hem duygusal hem de bilişsel unsurları içeren çok boyutlu bir yapı olarak anlaşılmaktadır (Salami 2011). Böylece bu kavram, yaşamdan duyulan doyumun bilişsel değerlendirmeleri ile birlikte hem olumlu hem de olumsuz duygusal tepkileri içeren bir öz değerlendirme olarak düşünülebilir (Diener vd., 2013). Bilişsel öznel iyi oluş veya yaşam doyumu, kişinin yaşamını bir bütün olarak öznel olarak değerlendirme sürecidir (Diener, 2008) ve çocuk öznel iyi oluşunu inceleyen araştırmalarda en çok ele alınan yapıdır (Lyons ve Huebner, 2016). Bu öznel algı, okul bağlamında çok önemli bir faktör olarak kabul edilir. Çünkü araştırmalar, yüksek düzeyde yaşam doyumu ile öğrenci katılımı, öğretmenlerle bağlantı veya akademik performans gibi olumlu akademik özellikler arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir (Forrest vd., 2013; Lyons ve Huebner 2016; Ng vd., 2015). Ayrıca yüksek düzeyde yaşam doyumu uyumsuz davranışlara karşı koruyucu bir faktör olabilir (Huebner vd., 2014). Tersine, düşük yaşam doyumu seviyeleri ise olası olumsuz sonuçlar, uyumsuz davranışlar ve okuldan ayrılma ile ilişkilendirilmiştir (Huebner vd., 2014; Lewis vd., 2011). Bu sonuçlar, öznel iyi oluş için eğitimin okul müfredatına temel bir amaç olarak dâhil edilmesinin önemini vurgulamaktadır. Buna göre okullar, öğrencilerin optimal işleyişini kolaylaştırmada son derece etkili olduğundan, çabalarını öğrencilerinin yaşam doyumunu artırmaya odaklamalıdır (Noddings, 2003). Böylece yaşam memnuniyetinin yükselmesiyle gençler, akademik ve gündelik hayatlarında daha başarılı olabilir.

Yüksek yaşam doyumunun olumlu sosyal sonuçlarını inceleyen çok sayıda araştırma vardır. Bu çalışmaların birçoğunda, yaşam memnuniyeti yüksek olan bireylerin, yaşam memnuniyeti düşük olanlara kıyasla daha olumlu sosyal ilişkilere sahip olma, daha fazla sosyal destek alma ve daha fazla evlilik doyumu yaşama eğiliminde olduğu görülmektedir (Barger, Donoho ve Wayment, 2009). Ayrıca yaşam doyumu yüksek olan bireyler mesleki başarı açısından da avantajlıdır. Yüksek yaşam tatmini, daha iyi iş performansı, daha fazla kariyer tatmini, artan örgütsel bağlılık ve azalan işten ayrılma niyeti ile ilişkilidir (Erdogan, Bauer, Truxillo ve Mansfield, 2012). Yaşam doyumu aynı zamanda sağlık ve uzun ömür ile de ilgilidir. Daha yüksek yaşam doyumu seviyeleri, daha iyi genel fiziksel sağlık ve daha az uzun vadeli sağlık koşulları ile ilişkili bulunmaktadır (Siahpush, Spittal ve Singh, 2008). Ayrıca, yaşam doyumu yüksek olan bireyler, yaşam doyumu düşük olan bireylere göre önemli ölçüde daha düşük ölüm riskine sahiptir (Xu ve Roberts, 2010).

Araştırmalar, eğitim bağlamında da yaşam doyumunun olumlu sonuçları olduğunu göstermektedir. Örneğin, birçok çalışma, psikolojik rahatlığa ek olarak yüksek yaşam doyumunun, üniversite öğrencileri arasında öğrenci katılımı ve akademik başarı için önemli bir kolaylaştırıcı olduğunu göstermiştir (Antaramian, 2015; Renshaw & Cohen, 2014). Ayrıca, yaşam doyumu yüksek olan üniversite öğrencileri akademik deneyimlerinden daha çok doyum sağlama eğilimindedir (Duffy, Allan ve Bott, 2012). Yaşam doyumu aynı zamanda daha olumlu akademik beklentiler, artan akademik öz-yeterlik, hedeflere yönelik daha fazla algılanan ilerleme ve daha az akademik stres ile ilişkilidir (O'Sullivan, 2011; Ojeda vd., 2011). Bazı araştırmalar, pozitif yaşam memnuniyetinin üniversite öğrencileri arasında daha yüksek not ortalamaları ile de ilişkili olduğunu ileri sürmektedir (Howell, 2009; Rode vd., 2005). Dolayısıyla

araştırmanın temel değişkenlerinden birisi olan yaşam doyumunun sosyal, psikolojik, pedagojik pek çok faktörle güçlü bir etkileşim içerisinde olduğu görülmektedir.

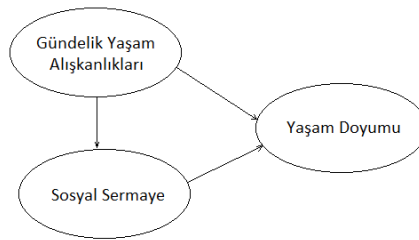
### Sosyal Sermaye ve Yaşam Doyumu

Araştırmanın temel değişkenlerinden birisini oluşturan sosyal sermaye, en geniş anlamı ile dayanıklı bir ağa veya az çok kurumsallaşmış ilişkilere bağlı fiili veya potansiyel kaynakların toplamı ve diğerleriyle olan bağları yoluyla bireylere sağlanan faydalar olarak tanımlanmaktadır (Bourdieu, 1986; Coleman, 1988; Portes, 2000). Bireysel eylemlerden ziyade ilişkilerin bir işlevi olarak sosyal sermaye (Schuller, Baron ve Field, 2000); eğitim kazanımları, göçmen araştırmaları, spor gibi çok çeşitli alanlarda ve geniş bir bağlamda ele alınan bir olgudur (Coleman, 1988). Sosyal sermayeyi topluluk içi ve topluluklar arası ağlarla ilişkilendiren Putnam (2000), sosyal sermayenin sosyal grup içi ilişkileri güçlendirici ve bağlayıcı bir işlev gördüğünü öne sürmüştür. Sosyal sermaye, aynı zamanda daha geniş sosyal ilişkiler için de bir köprü rolü oynayabilmektedir. Diğer taraftan yaşam doyumu da kişinin genel olarak eğitim, aile, sosyal ve ekonomik hayat gibi yaşamının çeşitli alanlarından kişisel memnuniyetinin bütünleşik bir sonucu olarak tanımlanmaktadır (Andrews ve Withey, 1976; Huebner, 2004). Bu alanlar içerisinde özellikle, kişisel ve sosyal yaşam ile ekonomik yaşam memnuniyeti öne çıkmaktadır (Köse, Çobanoğlu ve Mercan-Sarı, 2022). Sosyal sermayenin güçlü sosyal ilişkiler için köprü kurma özelliğiyle, yaşam memnuniyetinin önemli bir boyutunu oluşturan sosyal yaşamdan memnuniyetle önemli bir ilişki içerisinde olması beklenmektedir.

Ayrıca grup içi ve gruplar arası bağların bir sonucu olarak sosyal sermaye, eğitim ve istihdam gibi alanlarda fırsat yapısını şekillendirmede de önemlidir (Rose-Redwood ve Rose-Redwood, 2013). Bu bağlamda Coleman'ın (1988) nesiller arası kapanma kavramı, ebeveynler arası sosyal ağların çocukların akademik yaşamları üzerindeki etkilerini açıklamaktadır. Bourdieu'a göre (1973, 1986) sosyal sermaye, egemen sosyal sınıflardan gelen çocukların eğitim avantajlarını koruyan görünmez bir mekanizmanın parçası olarak hizmet etmektedir. Bourdieu'nun teorisinin, eğitim çerçevesinde incelendiği çalışmalar (McDonough, 1997; Perna ve Titus, 2005), özellikle dezavantajlı geçmişe sahip gençler için sosyal sermaye kazanımını teşvik etmenin önemini vurgulamaktadır. Dolayısıyla sosyal sermayenin yaşam memnuniyetinin bir diğer önemli boyutunu oluşturan ekonomik yaşam memnuniyeti üzerinde de doğrudan ve dolaylı ilişkiler içinde olduğu söylenebilir.

### Araştırmanın Kavramsal Modeli, Özgün Değeri ve Amacı

Yukarıda kapsamlı olarak ele alınan kavramsal çerçevede, araştırmanın temel değişkenlerini oluşturan gündelik yaşam alışkanlıkları, sosyal sermaye ve yaşam doyumu değişkenleri arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Bu çerçevede araştırmanın kavramsal modeli Şekil 1'de sunulmaktadır.



Şekil 1. Kavramsal Model

Gençlerin gündelik yaşam alışkanlıklarının sosyal sermayeleri ve yaşam doyumları ile ilişkilerinin değerlendirilmesi, gençlere yönelik politikaların biçimlendirilmesinde karar alıcılar, uygulayıcılar ve araştırmacılar için yol gösterici olması bakımından önemli görülmektedir. Ayrıca bu çalışmanın özellikle gündelik yaşamın basit görünen alışkanlıklarının kişinin yaşamındaki orta ve uzun vadeli etkilerini ampirik olarak test etmesi bakımından öğrenciler, aileler ve eğitimciler açısından önemli sonuçlar ortaya koyacağı düşünülmektedir. Özellikle eğitim ve istihdam politikalarının en önemli hedef kitesini oluşturan genç nüfusa odaklı derinlemesine çalışmalar, politika süreçlerinin bilimsel olarak desteklenmesi bakımından

önem taşımaktadır. Araştırmının, problem durumuna ilişkin değişkenleri bütüncül bir kavramsal modelde ve geniş bir örneklem grubu ile ampirik olarak incelemesi yönüyle de ilgili alanyazına özgün bir katkı sağlaması beklenmektedir.

Bu kavramsal model doğrultusunda tasarlanan bu araştırmanın genel amacı, lise ve üniversite öğrencisi gençlerin; gündelik yaşam alışkanlıkları, sosyal sermayeleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Bu doğrultuda araştırmanın alt problemleri aşağıdaki gibi tanımlanmıştır;

1. Gençlerin gündelik yaşam alışkanlıkları, sosyal sermayeleri ve yaşam doyumları ne düzeydedir?
2. Gençlerin gündelik yaşam alışkanlıkları, sosyal sermayeleri ve yaşam doyumları arasında ilişki var mıdır?
3. Gençlerin gündelik yaşam alışkanlıkları ve sosyal sermayeleri yaşam memnuniyetlerinin anlamlı bir yordayıcısı mıdır?
4. Sosyal sermaye, gençlerin gündelik yaşam alışkanlıkları ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir aracı değişken midir?

### Yöntem

İlişkisel tarama modelinde tasarlanan araştırmanın evren ve örnekleme ile ölçme araçları ve veri analizi yöntemlerine ilişkin detaylar bu bölümde sunulmaktadır.

#### Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın gerçekleştirilebilmesi için Etik Kurul Onayı (Gençlik ve Spor Bakanlığı Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 13.12.2021 tarihli ve E-36592570-604.02-1513251 sayılı yazısı) alınmıştır.

Araştırmanın evrenini Türkiye genelinde eğitimini sürdüren lise ve üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. TÜİK (2020) istatistiklerine göre Türkiye’de ortaöğretim düzeyindeki öğrenci sayısı 6.3 milyon olarak belirtilmiştir. Yükseköğretim Kurumu istatistiklerine göre ise (YÖK, 2021) yükseköğretimdeki öğrenci sayısı 8.2 milyondur. Bir araştırmada evrenin homojen alt evrenlerden oluşması durumunda her bir alt evren için örneklem büyüklüğü tahmini önerilmektedir (Büyüköztürk vd., 2010, s. 97). Her iki evren grubu ve örneklemin temsil gücünün yeterli olması için asgari büyüklük, öğrenci olma değişkenine göre sürekli değişkenlerde örneklem tahmini parametreleri (Büyüköztürk vd., 2010, s. 96) dikkate alınarak %95 güven düzeyinde 384 olarak belirlenmiştir. Bununla birlikte analizlerdeki kestirim gücünü artırabilmek için örneklem büyüklüğü olabildiğince büyük tutulmuş (Fraenkel ve Wallen, 2009) ve Türkiye genelinde kolay örnekleme yöntemi ile ulaşılan 974 lise ve 1498 üniversite öğrencisinden çevrim içi olarak veri toplanmıştır. Tablo 1’de cinsiyet, yaş ve yaşanan yer parametrelerine göre her iki örneklem grubunun dağılımına ilişkin detaylar yer almaktadır.

Tablo 1 incelendiğinde değişkenlere göre dağılımların evrendeki dağılıma yakın olduğu ve belirlenen parametrelerdeki temsiliyet gücünün yeterli olacağı söylenebilir. Beklenileceği gibi, 25 yaş ve üzeri lise katılımcısı bulunmamaktadır. Üniversite öğrencilerinin %3 gibi küçük bir oranının yaşadığı yer olarak kırsal ifade etmesi, küçük yerleşim yerlerinde açılan yüksekokul ve üniversite bölümleri ile ilgili görülmektedir. Örneklemin yaş durumu detaylı incelendiğinde lise öğrencilerinin yaşlarının 15 ile 20 arasında değiştiği ve yaş ortalamalarının 17.21 ( $\pm 1.18$  yıl) olduğu, üniversite öğrencilerinin ise yaşlarının 18 ile 32 arasında değiştiği ve yaş ortalamalarının 22.80 ( $\pm 2.85$  yıl) olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 1.**  
*Örnekleme Ait Demografik Bilgiler*

Demografik Özellikler	Toplam		Lise		Üniversite	
	n	%	n	%	n	%
Cinsiyet						
Erkek	1357	54.9	527	21.3	830	33.6
Kadın	1105	44.7	447	18.1	658	26.6
Yaşadığı yer						
Köy veya kırsal	189	7.6	112	4.5	77	3.1
İlçe merkezi	789	31.9	268	10.8	521	21.1
Şehir merkezi	1493	60.4	594	24.0	899	36.4
Yaş						
19 ve altı	941	38.1	824	33.3	117	4.7
20-25	1027	41.5	150	6.1	877	35.5
25 ve üzeri	504	20.4	0	0.0	504	20.4
Toplam	2472	100.0	974	39.4	1498	60.6

**Ölçme Araçları**

Araştırma kapsamında *Gündelik Yaşam Alışkanlıkları Ölçeği*, *Sosyal Sermaye Ölçeği* ve *Yaşam Doyumu Ölçeği* olmak üzere üç farklı ölçme aracı kullanılmıştır. Ölçme araçlarının özgün formlarına ve bu çalışmadaki örneklem grupları için geçerlik ve güvenirlik düzeylerine ilişkin bilgiler aşağıda sunulmaktadır.

*Gündelik Yaşam Alışkanlıkları Ölçeği*: Köse, Mercan-Sarı ve Çobanoğlu (2021) tarafından geliştirilen ölçek, 5'li Likert tipinde 18 sorudan oluşmaktadır. Gündelik yaşamdaki düzenli faaliyetleri değerlendirmek üzere geliştirilen ölçek; *özel faaliyetler*, *sosyal faaliyetler*, *akademik faaliyetler* ve *çevrim içi faaliyetler* olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin özgün formu için yapısal uyum değerleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur [ $\chi^2/sd=3,17$ ; RMSEA=0.08; GFI=0.93; CFI=0.85; NFI=0.80]. Her bir alt boyut için iç tutarlılık değerleri ise .76 ile .87 arasında değişmektedir. Mevcut araştırmanın verisi ile yapılan güvenirlik değerlerinin ise .74 ile .89 arasında olduğu belirlenmiştir.

*Sosyal Sermaye Ölçeği*: Fidan ve Yurdasever (2017) tarafından geliştirilen ölçek, 5'li Likert tipinde 18 sorudan oluşmaktadır. Sosyal sermayeyi değerlendirmek üzere geliştirilen ölçek; *öz yeterlilik ve kontrol düzeyi*, *sosyal etkileşim*, *farklılıklara tolerans*, *uzlaşma*, *inisiyatif alma*, *güven ve benimseme ile öz güven* olmak üzere altı alt boyuttan oluşmaktadır. Mevcut çalışma kapsamında her bir alt boyut için iç tutarlılık değerleri incelenmiş ve .70 ile .78 arasında değiştiği görülmüştür.

*Yaşam Doyumu Ölçeği*: Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ölçek, Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Tek boyutlu beş maddeden oluşan ölçeğin model uyumu mükemmel düzeyde bulunmuştur [ $\chi^2/sd=1,17$ ; RMSEA=0.03; GFI=0.99; CFI=1.00; NFI=0.99]. Tek boyuta ilişkin iç tutarlılık değeri de .88 olarak tespit edilmiştir (Dağlı ve Baysal, 2016). Mevcut çalışmanın örnekleme ile yapılan iç tutarlılık analizi de .86 bulunmuş ve ölçeğin güvenilirliği teyit edilmiştir.

**Verilerin Analizi**

Araştırma verilerinin analizinde SPSS ve AMOS programları kullanılmıştır. Veri analizi öncesinde eksik ve hatalı veri girişleri gözden geçirilmiş ve sistematik kayıp veri oluşturduğu tespit edilen 38 formun tümüyle veri setinden çıkartılmasına karar verilmiştir. Seçkisiz oluştuğuna ve sistematik bir yanlılık ya da örüntü oluşturmadığına karar verilen veriler için ise alt boyutlar dikkate alınarak seri ortalamaları yöntemi ile atama yapılmıştır. Ölçme araçlarının mevcut örneklem için güvenirliği Cronbach's alpha katsayısı ile değerlendirilmiştir. Veri analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra, korelasyon ve regresyon analizleri ile yol analizi kullanılmıştır. Veri setinin söz konusu analizler için gerekli varsayımları karşılayıp karşılamadığını değerlendirmek üzere öncelikle tekli ve çoklu normal dağılımlar değerlendirilmiş ve verinin  $\pm 2$  aralığında



normal dağılıma yakın olduğu belirlenmiştir (George ve Mallery, 2010). Ayrıca regresyon analizleri bağımsız değişkenler arasındaki ilişkilerin çoklu bağlantı problemi oluşturup oluşturmadığı değerlendirilmiştir. Araştırmanın nihai kavramsal modelini test etmek üzere yol analizi yapılmıştır. Oluşturulan yapısal eşitlik modellemesinde parametre kestirim yöntemi olarak en büyük olabilirlik kestirimi (MLE) kullanılmıştır. MLE öncesi çoklu normal dağılım varsayımı test edilmiş ve kritik oranın ( $c.r=7.56$ ) varsayımı karşılandığına karar verilmiştir (Bayram, 2010; Kline, 2011). Yol analizinde model uyum değerleri için temel bazı indekslerden yararlanılmıştır. Buna göre  $\chi^2/sd < 3$ , karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI)  $> .90$ , yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA)  $< .08$  ve iyilik uyum indeksi (GFI)  $> .90$  kullanılmıştır (Gefen, Straub ve Boudreau, 2000; McDonald ve Ho, 2002).

### Bulgular

Araştırmanın alt problemleri doğrultusunda yapılan korelasyon, regresyon ve yol analizleri sonucunda ortaya çıkan bulgular çalışmanın bu bölümünde sunulmaktadır. Buna göre öncelikle değişkenlere ilişkin betimsel analizler ile değişkenler arası ilişkileri belirlemek üzere regresyon analizi yapılmıştır. Tablo 2’de betimsel analiz sonuçları ve değişkenler arası korelasyon değerleri yer almaktadır.

**Tablo 2.**  
*Betimsel Analiz ve Korelasyon Değerleri*

	X	SS	Çarpıklık	Basıklık	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Sosyal Sermaye	3.15	0.56	-.070	.198	1	.461**	.192**	.287**	.141**	-.079**	.604**	.795**	.586**	.556**	.733**	.202**
2. Yaşam Doyumu	1.46	0.59	1.742	1.271		1	.264**	.234**	.068**	<b>.008</b>	.288**	.469**	.205**	.129**	.360**	<b>.010</b>
3. Özel Faaliyetler	2.01	0.60	.584	-.114			1	.297**	.229**	.108**	.075**	.181**	.100**	.088**	.198**	-.084**
4. Sosyal Faaliyetler	1.85	0.54	.472	-.219				1	.478**	.385**	.189**	.228**	.137**	.085**	.296**	<b>.005</b>
5. Akademik Faaliyetler	2.47	0.81	.322	-.340					1	.219**	<b>.005</b>	.120**	.082**	.116**	.117**	.040*
6. Çevrim içi Faaliyetler	2.48	0.83	.389	-.269						1	-.056**	-.104**	<b>.029</b>	-.126**	-.031	<b>.005</b>
7. Öz güven	2.91	0.98	.132	-.097							1	.435**	.225**	.241**	.348**	-.019
8. Özyeterlik	3.38	0.65	-.181	.027								1	.197**	.317**	.492**	.047*
9. Güven	2.78	1.02	.031	-.589									1	.246**	.246**	.152**
10. Uzlaşma	3.80	0.90	-.828	.656										1	.325**	.086**
11. Sosyal Etkileşim	2.79	1.01	.068	-.629											1	<b>.033</b>
12. Tolerans	4.21	1.07	-1.355	1.029												1

\*  $p < 0.05$  \*\*  $p < 0.01$

Tablo 2 incelendiğinde, araştırmanın temel değişkenlerini oluşturan sosyal sermaye, yaşam doyumu ve gündelik yaşam faaliyetleri arasındaki korelasyon değerlerinin hemen hemen tüm alt boyutlarda pozitif yönde ve anlamlı olduğu görülmektedir. Buna karşın özellikle sosyal sermayede tolerans alt boyutunun ve gündelik yaşam faaliyetleri arasında çevrim içi faaliyetler alt boyutunun bazı değişkenlerle ilişkisi istatistiki olarak anlamlı bulunmamıştır.

Korelasyon değerleri, regresyon analizi için gerekli varsayımlar bağlamında değerlendirildiğinde, bağımsız değişkenler arasındaki ilişkilerin çoklu bağlantı oluşturacak kadar yüksek olmadığı görülmektedir ( $r^2=.5$ ). Buna göre yaşam doyumu ve sosyal sermaye değişkenlerinin bağımlı değişken olarak ele alındığı dört farklı regresyon modeli test edilmiştir. Regresyon analizi sonuçları Tablo 3’te yer almaktadır.

**Tablo 3.**  
*Değişkenler Arası Çoklu Regresyon Sonuçları*

Modeller	Bağımlı Değişkenler	Bağımsız Değişkenler	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Model 1	Yaşam Doyumu	(Sabit)	-,074	,085		-,875	,381
		Öz güven	,053	,015	,070	3,510	,000
		Güven	,071	,013	,101	5,432	,000
		Uzlaşma	-,063	,015	-,078	-4,101	,000
		Tolerans	-,013	,012	-,019	-1,099	,272
		Etkileşim	,112	,015	,156	7,504	,000
		Özyeterlik	,385	,022	,368	17,297	,000
			R=.509		R <sup>2</sup> =0.259		
			F <sub>(6, 2465)</sub> = 143.867 p = .000				
Model 2	Yaşam Doyumu	(Sabit)	1,002	,058		17,238	,000
		Özel Faaliyetler	,209	,019	,220	10,965	,000
		Sosyal Faaliyetler	,245	,024	,240	10,205	,000
		Akademik Faaliyetler	-,056	,016	-,077	-3,518	,000
		Çevrim içi Faaliyetler	-,064	,015	-,089	-4,330	,000
					R = .328		R <sup>2</sup> = 0.108
			F <sub>(4, 2464)</sub> = 74.247 p = .000				
Model 3	Sosyal Sermaye	(Sabit)	2,846	,045		63,145	,000
		Özel Faaliyetler	,086	,015	,115	5,835	,000
		Sosyal Faaliyetler	,272	,019	,337	14,597	,000
		Akademik Faaliyetler	,001	,012	,001	,061	,952
		Çevrim içi Faaliyetler	-,125	,012	-,220	-10,834	,000
					R = .368		R <sup>2</sup> = 0.136
			F <sub>(4, 2464)</sub> = 96.755 p = .000				
Model 4	Yaşam Doyumu	(Sabit)	-,355	,097		-3,677	,000
		Özel Faaliyetler	,152	,017	,160	8,767	,000
		Sosyal Faaliyetler	,083	,023	,081	3,667	,000
		Akademik Faaliyetler	-,047	,014	-,064	-3,224	,001
		Çevrim içi Faaliyetler	,005	,014	,007	,342	,732
		Öz güven	,050	,015	,065	3,339	,001
		Güven	,062	,013	,088	4,815	,000
		Özyeterlik	,363	,022	,348	16,426	,000
		Uzlaşma	-,056	,015	-,069	-3,655	,000
		Tolerans	,000	,012	,000	,003	,997
		Etkileşim	,085	,015	,118	5,679	,000
			R=.539		R <sup>2</sup> =0.290		
			F <sub>(10, 2458)</sub> =100.443 p=.000				

Tablo 3'te yer alan regresyon sonuçları incelendiğinde, sosyal sermayenin yaşam doyumunu üzerinde %26 oranında açıklama gücü olduğu görülmektedir (R<sup>2</sup>=.259; p<0001). Gündelik yaşam faaliyetlerinin açıklama gücü incelendiğinde ise yaşam doyumunu açıklama gücü %11 oranında (R<sup>2</sup>=.108; p<0001) iken sosyal sermayeyi açıklama gücü %14 oranında bulunmuştur (R<sup>2</sup>=.136; p<0001). Tüm bağımsız değişkenlerin yaşam doyumunun birlikte açıklama gücünü test etmek üzere oluşturulan dördüncü modelin %29 ile açıklama gücü en yüksek model olduğu görülmektedir (R<sup>2</sup>=.290; p<0001).

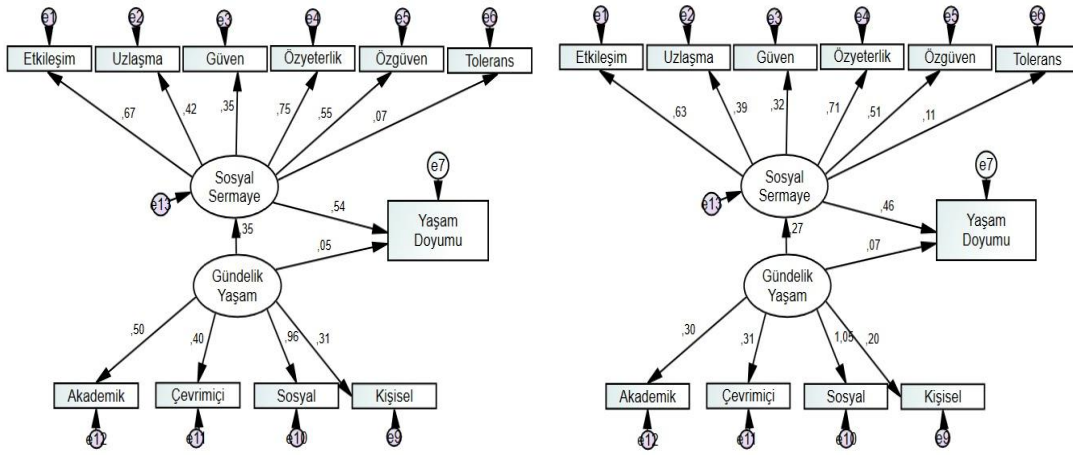
Regresyon modelleri karşılaştırmalı olarak değerlendirildiğinde, Model 2’de gündelik yaşam faaliyetlerinin açıklama güçlerini gösteren  $\beta$  değerlerinin tüm değişkenlerin bir arada incelendiği 4. modelde önemli ölçüde düştüğü görülmektedir. Buna göre değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkileri değerlendirmek üzere yol analizi yapılmasına karar verilmiştir.

### Ölçüm Modeli

Yol analizi öncesi, değişkenler arası örtük yapıların ölçüm modellerini test etmek üzere doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Ölçüm modelinde sosyal sermaye, gündelik yaşam alışkanlıkları ve yaşam doyumu olmak üzere üç adet örtük değişken ve bu değişkenleri yansıtan 15 gözlenen değişken tanımlanmıştır. DFA sonuçları, test edilen model için model ve veri uyumunun kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir [ $\chi^2/sd=2.38$ ; RMSEA=0.05; GFI=0.95; CFI=0.91].

### Yapısal Model

Buna göre araştırmanın kavramsal hipotetik modelini test etmek üzere yapısal eşitlik modeli oluşturulmuştur. Araştırmanın nihai bütüncül modeli, sosyal gelişim dönemlerinin farklı olması ve sosyalleşme biçimlerindeki önemli farklılaşmalar nedeniyle lise ve üniversite öğrencilerinin daha derinlemesine değerlendirilebilmesi amacıyla bu gruplar için ayrı ayrı test edilmiştir. Buna göre lise ve üniversite öğrencileri için yol analizi sonuçları Şekil 1a ve Şekil 1b’de yer almaktadır.



Şekil 1a. Üniversite Öğrencileri İçin

Yol Analizi Diyagramı

Şekil 1b. Lise Öğrencileri İçin

Yol Analizi Diyagramı

Yol analizi sonuçları değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiler bakımından incelendiğinde, lise ve üniversite öğrencileri için anlamlı yolların değişmediği ve model uyum değerlerinin hem lise öğrencileri [ $\chi^2/sd=3.5$ ; RMSEA=0.06; GFI=0.95; CFI=0.87] hem de üniversite öğrencileri [ $\chi^2/sd=3.4$ ; RMSEA=0.06; GFI=0.96; CFI=0.88] için kabul edilebilir düzeyde olduğu belirlenmiştir. Gündelik yaşam alışkanlıklarının, yaşam doyumu ( $\beta=.05$  ve  $\beta=.07$ ;  $p<.01$ ) üzerindeki doğrudan etkilerine bakıldığında her iki grup için etkinin anlamlı bir düzeyde olmadığı görülmektedir. Gündelik yaşam alışkanlıklarının sosyal sermaye üzerindeki etkisi ise üniversite öğrencileri için ( $\beta=.35$ ;  $p<.01$ ) ve lise öğrencileri için ( $\beta=.27$ ;  $p<.01$ ) pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur. Sosyal sermayenin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkileri de üniversite öğrencileri için ( $\beta=.54$ ;  $p<.01$ ) ve lise öğrencileri için ( $\beta=.46$ ;  $p<.01$ ) pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur. Tablo 3’te verilen model 2 incelendiğinde, gündelik yaşam alışkanlıklarının yaşam doyumu üzerindeki etkisi anlamlı bulunurken Şekil 1’de görüldüğü üzere modelde sosyal sermayenin dâhil olması ile etki düzeyi istatistiki olarak anlamsız hâle gelmektedir. Diğer taraftan gündelik yaşam alışkanlıklarının sosyal sermaye üzerinde ve sosyal sermayenin de yaşam doyumu üzerindeki anlamlı etkileri, iki değişken arasında aracı bir etkinin varlığına işaret etmektedir. Buna göre değişkenler arası dolaylı etkileri tespit etmek için bootstrap testi yapılmış ve gündelik yaşamın sosyal sermaye üzerinden yaşam doyumu

üzerindeki dolaylı etkisi %95 güven aralığında üniversite öğrencileri için 0.19, lise öğrencileri için 0.13 olarak hesaplanmıştır.

### **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Gündelik yaşam alışkanlıklarının, insan hayatında çok yönlü bir belirleyici olduğu fikrinden hareketle bu araştırmada, gündelik alışkanlıkların öğrencilerin sosyal sermayeleri ve yaşam doyumları ile ilişkileri incelenmiştir. Araştırmanın temel bulguları, söz konusu değişkenler arasında güçlü ve anlamlı ilişkilerin varlığını ortaya koymaktadır. İyi organize edilmiş bir gündelik yaşam, kişi için çok yönlü faydalar sağlama potansiyeli taşımaktadır (Monteagudo, Ahedo ve Ponce de León, 2017). Bu bağlamda, mevcut araştırmada elde edilen bulgular, gençlerin gündelik yaşam alışkanlıklarının onların sosyal sermayelerini ve yaşam doyumlarını kestirebilmede önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

Gündelik yaşam alışkanlıkları arasında yer alan çevrim içi vakit geçirme alt boyutunun, sosyal sermaye değişkeni üzerinde negatif yönde ve anlamlı etkiye sahip tek alt boyut olduğunu ortaya koyan regresyon analizi sonuçları, özellikle internetin genç yaşamı üzerindeki etkileri bakımından dikkat çekicidir. Bilgi teknolojilerinin kullanımındaki yaygınlaşma ile birlikte modern dünyanın şekillenmesinde sosyal ağlar, yeni medya ve internet önemli bir rol üstlenmektedir. Medya ürünleri ve tüketim, kapitalizm tarafından gündelik yaşamın gerekliliği olarak ortaya konulmuş ve gündelik yaşam, geç kapitalizmle beraber meta ile bu metaların tüketimine daha çok değer vermeye başlamıştır (Bennet, 2005). Bunun sonucu olarak internet, özellikle gündelik yaşamdaki davranış şekillerini daha çok etkiler hâle gelmiş ve gündelik yaşam akışı içinde yer alan pek çok faaliyet sanal alana transfer edilmiştir (Haythornthwaite, 2001). Bununla birlikte araştırma bulguları bağlamında, sanal alana doğru gerçekleşen bu hareketliliğin sosyal sermaye bağlamında gençler için önemli bir değer kaybına neden olduğu söylenebilir. Gündelik yaşamda gençler, bir taraftan modern dünyanın kontrol ve gözetimi altına girerken (Vaneigem, 2012) buna karşılık diğer taraftan sosyal sermayelerini de kaybetmektedirler. Bir bütün olarak sosyal sermayenin kişiler arası karşılıklı güvene dayalı ilişkilerle bağlantısı ve ilişkileri güçlendirici etkileri göz önüne alındığında (Erbil, 2008; Putnam, 2000) dijital dünyanın ve çevrim içi faaliyetlerin toplumdaki güven unsuruna ve ortak amaçlarla hareket edebilme kabiliyetine de zarar verdiği söylenebilir. Bu çıkarımlardan hareketle araştırmanın ilk ve en önemli önerisi, dijital alanın büyük çekim kuvvetine teslim olmak yerine, gündelik yaşamı dijital alanın dışındaki boyutlara taşımaya öncelikli bir devlet politikası olarak benimsenmesidir. Aynı sonuçtan hareketle araştırmacılara da dijital yaşam alışkanlıklarının öğrencilerin sosyal hayatları ve yaşam memnuniyetleri üzerindeki etkilerini daha geniş bir bağlamda incelemek üzere daha ileri araştırmalar yapmaları önerilebilir.

Araştırma değişkenlerinin alt boyutları bağlamında regresyon sonuçlarına daha detaylı bakıldığında akademik faaliyetlerin yaşam doyumu üzerindeki olumsuz etkisi dikkat çekici bir bulgudur. Akademik faaliyetlerin öğrencilerin kendi sosyal sermayelerine ilişkin algıları üzerindeki etkisi ise istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Akademik faaliyetler alt boyutu, lise ve üniversite öğrencilerinin ders ve sınav hazırlığı, araştırma, kişisel ve mesleki gelişim kurslarına katılma gibi faaliyetlerini içermektedir (Köse, Mercan-Sarı ve Çobanoğlu, 2021). Öğrencilerin en temel sorumluluk alanı olarak yaşamın merkezinde yer alan akademik faaliyetlerin yaşam doyumu bağlamında olumsuz algılandığını gösteren bu bulgu, Türk eğitim sisteminde öğrencilerin öğrenme motivasyonları açısından oldukça dikkat çekicidir. Millî Eğitim Temel Kanunu'nda (MEB, 1973) tanımlandığı üzere eğitimin nihai amacında en dikkat çeken vurgu, kişilerin kendilerini mutlu kılacak ve toplumun mutluluğuna katkıda bulunacak şekilde hayata hazırlanması yani toplumsallaşma ve mutluluk vurgusudur. Öğrenmenin, öğrenme sürecini ve kazanımlarını faydalı, değerli ve keyifli bulma gibi önemli motivasyon kaynakları (Wlodkowski ve Ginsberg, 2017) düşünüldüğünde, mevcut şartlarda eğitim sisteminin öğrencilere bunu sağlamaktan uzak olduğu söylenebilir. Aynı şekilde akademik faaliyetlerin öğrencilerin sosyal sermayeleri üzerinde de bir etki oluşturamaması, toplum hayatına etkin katılım konusunda eğitim sürecinin katkısının zayıflığına işaret etmektedir. Mevcut araştırmanın ampirik bulguları, öğrencilerin içsel motivasyonlarını ve yaşam doyumlarını ihmal ederek başarı elde etme çabalarının ve eğitim sistemindeki pek çok reform girişiminin başarıya ulaşamamasının derinlerdeki sebeplerine dair önemli ipuçları ortaya koymaktadır. Dolayısıyla

araştırma sonuçları, eğitim sisteminin tüm unsurları ile öğrenci mutluluğunu merkeze alan bir politika benimsenmesi noktasındaki eksikliğin bir kez daha altının çizilmesi ve politikanın taraflarının dikkatini bu konuda alınması gereken tedbirlere çekmesi bakımından önem taşımaktadır.

Yaşam doyumu üzerinde sosyal sermayenin ve gündelik yaşam alışkanlıklarının doğrudan etkileri karşılaştırıldığında, sosyal sermayenin çok daha güçlü bir etki oluşturduğu görülmektedir. Sosyal sermayenin yaşam kalitesi üzerindeki olumlu etkileri alanyazında sıkça bulgulanan bir olgudur (Laishram ve Haokip, 2021; Zou, Su ve Wang 2018). Daha dikkat çekici olan bulgu ise gündelik yaşam alışkanlıklarının yaşam doyumu üzerindeki sosyal sermaye üzerinden dolaylı etkisinin doğrudan etkisinden daha güçlü olduğu bulgusudur. Bourdieu'nun (2002) sosyal sermayenin kaynağına ilişkin uzun süreli toplumsal ilişkilerin bir sonucu olduğu şeklindeki önemli vurgusu değişkenler arası ilişkileri bu ilişkileri daha anlaşılır hâle getirmektedir. Zira yaşam doyumu da kişinin kendi yaşamına dair uzun süreli ve kapsamlı duygusal birikimlerinin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Sousa ve Lyubomirsky, 2001). Bu anlamda gündelik yaşamın, yaşam doyumunda doğrudan değil kişinin sosyal sermayesi üzerinden etkilerinin daha anlamlı olması dikkat çekici bir bulgudur. Aynı bağlamda sosyal sermayenin yaşam doyumu üzerindeki hem doğrudan hem de aracı etkilerinin üniversite öğrencilerinde lise öğrencilerine göre daha yüksek oluşu, sosyal sermaye oluşumunun uzun süreli birikimsel niteliğine işaret etmektedir. Araştırmanın bu ampirik bulgularından hareketle, gündelik yaşam alışkanlıklarının kişinin sosyal sermayesini ve yaşam doyumunu artırmak açısından önemli ve pratik bir müdahale alanı olarak görülmesi gerektiği çıkarımında bulunulabilir. Yüksek yaşam doyumunun toplumsal ilişkiler ve sosyal uyum bağlamındaki önemli sonuçları da (Barger, Donoho ve Wayment, 2009; Diener ve Seligman, 2002; Huebner vd., 2014; Lewis vd., 2011; Pavot ve Diener, 2008) dikkate alındığında gündelik yaşam alışkanlıklarında iyileştirmeye yönelik politika ve uygulamaların politika yapıcı ve uygulayıcılar ile araştırmacılar tarafından daha fazla dikkate alınması gerektiği söylenebilir.

#### **Yazar Katkı Oranı**

Yazarlar, çalışmaya eşit oranda katkı sunmuşlardır.

#### **Etik Beyan**

“Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesinde” yer alan tüm kurallara uyulmuş ve yönergenin ikinci bölümünde yer alan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemlerden” hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

#### **Çatışma Beyanı**

Yazarlar çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmektedirler.

## References

- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being*. Plenum.
- Antaramian, S. (2015). Assessing psychological symptoms and well-being: Application of a dual-factor mental health model to understand college student performance. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 33, 419-429. <https://doi.org/10.1177/0734282914557727>
- Barger, S. D., Donoho, C. J., & Wayment, H. A. (2009). The relative contributions of race/ethnicity, socioeconomic status, health, and social relationships to life satisfaction in the United States. *Quality of Life Research*, 18, 179-189. <https://doi.org/10.1007/s11136-008-9426-2>
- Bauman, Z. (1999). *Küreselleşme; toplumsal sonuçları*. Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (2000). *Siyaset arayışı*. Metis Yayınları.
- Bayram, N. (2010). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş AMOS uygulamaları*. Ezgi Yayınevi.
- Ben-Arieh, A., Casas, F., Frønes, I., & Korbin, J. E. (2014). Multifaceted concept of child well-being. In Ben-Arieh, A., Casas, F., Frønes, I., Korbin, J. (Eds.), *Handbook of child well-being: Theories, methods and policies in global perspective* (pp. 1-27). Springer Publications. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-9063-8\\_134](https://doi.org/10.1007/978-90-481-9063-8_134)
- Bennet, A. (2005). *Culture and everyday life*. Sage Publication.
- Binark, M. (2013). Yeni medya ve yaratıcı endüstri. E. Dağtaş (Der.), *Medya ekonomisi ve işletmeciliği* içinde (ss. 162-190). Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları.
- Bourdieu, P. (1973). Cultural reproduction and social reproduction. In R. Brown (Ed.), *Knowledge, education and social change* (pp. 71-84). Taylor & Francis.
- Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. G. Richardson (Ed.), *Handbook of theory and research for the sociology of education* (pp. 241-258). Greenwood Press.
- Bourdieu, P. (2002). The forms of capital on CALL. In N. W. Biggart (Ed.), *CALL Readings in economic sociology* (pp. 280-291). Oxford: Blackwell.
- Coleman, J. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94, 95-120. <https://doi.org/10.1086/228943>
- Çırak, M. (2021). *Üniversite öğrencilerinde nomofobi: Dijital bağımlılık, sosyal bağlılık ve yaşam doyumunun rolü* [Yayınlamamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Dağlı, A., & Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262. <https://doi.org/10.17755/esosder.75955>
- Diener, E. (2008). Myths in the science of happiness, and directions for future research. In M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 493-514). The Guilford Press.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81-84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Oishi, S., & Ryan, K. L. (2013). Universal and cultural differences in the causes and structure of happiness: A multilevel review. In C. L. M. Keyes (Ed.), *Mental well-being: International contributions to the study of positive mental health* (pp. 153-176). Springer Publications.
- Duffy, R. D., Allan, B. A., & Bott, E. M. (2012). Calling and life satisfaction among undergraduate students: Investigating mediators and moderators. *Journal of Happiness Studies*, 13(3), 469-479. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9274-6>

- Erbil, C. (2008). *Sosyal sermayeye örgütsel yaklaşım: Bir model önerisi*[Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi..
- Erdogan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M., & Mansfield, L. R. (2012). Whistle while you work: A review of the life satisfaction literature. *Journal of Management*, 38(4), 1038-1083. <https://doi.org/10.1177/0149206311429379>
- Fergusson, D. M., McLeod, G. F., Horwood, L. J., Swain, N. R., Chapple, S., & Poulton, R. (2015). Life satisfaction and mental health problems (18 to 35 years). *Psychological Medicine*, 45, 2427-2436. <https://doi.org/10.1017/S0033291715000422>
- Fidan, Y., & Yurdasever, E. (2017). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal sermaye profilleri üzerine bir araştırma: Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu örneği. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(1), 219-248. <https://doi.org/10.18026/cbayarsos.297890>
- Field, J. (2008). *Sosyal sermaye*. (B. Bilgen & B. Şen, Çev.). Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Flichy, P. (2006). New media history. L. A. Lievrouw, & S. Livingstone (Eds.), *Handbook of new media* (pp. 187-205). Sage Publication.
- Forrest, C. B., Bevans, K. B., Riley, A. W., Crespo, R., & Louis, T. A. (2013). Health and school outcomes during children's transition into adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 52(2), 186-194. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.06.019>
- Fraenkel, J. R. & Wallen, N. E. (2009). *How to design and evaluate research in education*. McGraw-Hill.
- Freyer, H. (1963). *Sosyolojiye giriş*. Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları.
- Gefen, D., Straub, D. W., & Boudreau, M. (2000). Structural equation modeling and regression: Guidelines for research practice. *Communications of the Association for Information Systems*, 4(7), 1-78. <https://doi.org/10.17705/1CAIS.00407>
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. Pearson.
- Güroca, M. (2020). *Üniversite öğrencilerinin sosyal sermaye ediniminde bir iletişim mekânı olarak kütüphane: GAÜN kütüphanesi örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Gaziantep Üniversitesi.
- Harandin, E. C., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2007). Predictive and incremental validity of global and domain-based adolescent life satisfaction reports. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 25(2), 127-138. <https://doi.org/10.1177/0734282906295620>
- Haythornthwaite, C. (2001). The internet in everyday life. *American Behavioral Scientist*, 45(3), 363-382. <https://doi.org/10.1177/00027640121957240>
- Howell, A. J. (2009). Flourishing: Achievement-related correlates of students' well-being. *Journal of Positive Psychology*, 4, 1-13. <https://doi.org/10.1080/17439760802043459>
- Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social Indicators Research*, 66(1), 3-33. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000007497.57754.e3>
- Huebner, E. S., Hills, K. J., Siddall, J., & Gilman, R. (2014). Life satisfaction and schooling. In M. J. Furlong, R. Gilman, E. S. Huebner, M. J. Furlong, R. Gilman, & E. S. Huebner (Eds.), *Handbook of positive psychology in schools* (pp. 192-207). Routledge/Taylor & Francis Group.
- İnan, A. (2019). *Üniversite öğrencilerinin dini yönelimlerinde sosyal sermayenin rolü: İlahiyat Fakülteleri örneği*[Yayınlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Kaya Şen, A. (2019). *Genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin beş faktörlü kişilik özellikleri ile beden algısı ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*[Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Arel Üniversitesi.
- Kirişoğlu, Ş. (2016). *Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*[Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.

- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. The Guilford Press.
- Köse, M.F., Çobanoğlu, G., ve Mercan Sarı, R. (2022). Yaşam memnuniyeti ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 55, 324- 346. <https://doi.org/10.9779.pauefd.1020012>
- Köse, M. F., Mercan-Sarı, R., & Çobanoğlu, G. (2021). *Günlük yaşam faaliyetleri ölçeği: Bir ölçek geliştirme çalışması*. "15. Uluslararası Eğitim Yönetimi" Kongresi'nde sunulan bildiri.
- Laishram, C., & Haokip, K. (2021). Does caste-based social stratification moderate the relationship between social capital and life satisfaction? Evidence from India. *International Journal of Sociology*, 51(6), 413-432. <https://doi.org/10.1080/00207659.2021.1978172>
- Laughy, D. (2010). *Medya çalışmaları: Teoriler ve yaklaşımlar*. (A. Toprak, Çev.). Kalkedon Yayınları.
- Lefebvre, H. (2007). *Modern dünyada gündelik hayat*. Metis Yayınları.
- Lewis, A. D., Huebner, E. S., Malone, P. S., & Valois, R. F. (2011). Life satisfaction and student engagement in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(3), 249-262. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9517-6>
- Lister, M., Dovey, J., Giddings, S., Grant, I., & Kelly, K. (2009). *New media*. Routledge.
- Lury, C. (2002). Everyday life and the economy. In T. Bennett, & D. Watson (Eds.). *Understanding everyday life* (pp.139-183). Massachusetts Blackwell Publishing.
- Lyons, M. D., & Huebner, E. S. (2016). Academic characteristics of early adolescents with higher levels of life satisfaction. *Applied Research in Quality of Life*, 11(3), 757-771. <https://doi.org/10.1007/s11482-015-9394-y>
- McDonald, R. P., & Ho, R. H. (2002). Principles and practice in reporting structural equation analyses. *Psychological Methods*, 7, 64-82. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.1.64>
- McDonough, P. M. (1997). *Choosing colleges: How social class and schools structure opportunity*. State University of New York Press.
- Milli Eğitim Bakanlığı (MEB). (1973). *Milli eğitim temel kanunu*. <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.1739.pdf>
- Monteagudo, M. J., Ahedo, R., & Ponce de León, A. (2017). The benefits of youth leisure and its contribution to human development. OBETS. *Revista de Ciencias Sociales* 12, 177-202. <https://doi.org/10.14198/OBETS2017.12.1.17>
- Ng, Z. J., Huebner, S. E., & Hills, K. J. (2015). Life satisfaction and academic performance in early adolescents: Evidence for reciprocal association. *Journal of School Psychology*, 53(6), 479-491. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2015.09.004>
- Noddings, N. (2003). *Happiness and education*. Cambridge University Press.
- O'Sullivan, G. (2011). The relationship between hope, eustress, self-efficacy, and life satisfaction among undergraduates. *Social Indicators Research*, 101(1), 155-172. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9662-z>
- Ojeda, L., Flores, L. Y., & Navarro, R. L. (2011). Social cognitive predictors of Mexican American college students' academic and life satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 58(1), 61-71. <https://doi.org/10.1037/a0021687>
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>



- Perna, L. W., & Titus, M. A. (2005). The relationship between parental involvement as social capital and college enrollment: An examination of racial/ethnic group differences. *The Journal of Higher Education, 76*(5), 485-518. <https://doi.org/10.1080/00221546.2005.11772296>
- Portes, A. (2000). The two meanings of social capital. *Sociological Forum, 15*(1), 1-12. <https://doi.org/10.1023/A:1007537902813>
- Proctor, C., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *J. Happiness Stud., 10*, 583-630.
- Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being, 10*(5), 583-630. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9110-9>
- Putnam, R. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon and Schuster.
- Renshaw, T. L., & Cohen, A. S. (2014). Life satisfaction as a distinguishing indicator of college student functioning: Further validation of the two-continua model of mental health. *Social Indicators Research, 117*(1), 319-334. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0342-7>
- Rode, J. C., Arthaud-Day, M. L., Mooney, C. H., Near, J. P., Baldwin, T. T., Bommer, W. H., & Rubin, R. S. (2005). Life satisfaction and student performance. *Academy of Management Learning and Education, 4*(4), 421-433. <https://doi.org/10.5465/AMLE.2005.19086784>
- Rose-Redwood, C. R., & Rose-Redwood, R. S. (2013). Self-segregation or global mixing? Social interactions and the international student experience. *Journal of College Student Development, 54*(4), 413-429. <https://doi.org/10.1353/csd.2013.0062>
- Salami, S. O. (2011). Personality and psychological well-being of adolescents: The moderating role of emotional intelligence. *Social Behavior and Personality, 39*(6), 785-794. <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.6.785>
- Schuller, T., Baron, S., & Field, J. (2000). Social capital: A review and critique. In S. Baron, J. Field, & T. Schuller (Eds.), *Social capital: Critical perspectives* (pp. 1-38). Oxford University Press.
- Sennett, R. (2005). *Otorite*. Ayrıntı Yayınları.
- Siahpush, M., Spittal, M., & Singh, G. K. (2008). Happiness and life satisfaction prospectively predict self-rated health, physical health, and the presence of limiting, long-term health conditions. *American Journal of Health Promotion, 23*(1), 18-26. <https://doi.org/10.4278/ajhp.061023137>
- Sousa, L., & Lyubomirsky, S. (2001). Life satisfaction. encyclopedia of women and gender: sex similarities and differences and the impact of society on gender (Cilt:2, s. 667-676) içinde. Academic Press.
- Sousa, L., & Lyubomirsky, S. (2001). Life satisfaction. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of women and gender: Sex similarities and differences and the impact of society on gender* (pp. 667-676). Academic Press.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2020). *Ulusal eğitim istatistikleri veritabanı*. <https://data.tuik.gov.tr/>
- Vaneigem, R. (2012). *The revolution of everyday life* (D. N. Nicholson, Trans.). PM Press.
- Wlodkowski, R. J., & Ginsberg, M. B. (2017). *Enhancing adult motivation to learn: A comprehensive guide for teaching all adults*. John Wiley & Sons.
- Xu, J., & Roberts, R. E. (2010). The power of positive emotions: It's a matter of life or death – subjective well-being and longevity over 28 years in a general population. *Health Psychology, 29*(1), 9-19. <https://doi.org/10.1037/a0016767>
- Yıldırım, O. (2014). *İnternet ve sosyal ağlar dolayımı gündelik yaşam pratikleri: Üniversite gençliği üzerine bir alan araştırması*. [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Yükseköğretim Kurulu (YÖK). (2021). *Öğrenci istatistikleri*. <https://istatistik.yok.gov.tr/>

- Zou, T., Su, Y., & Wang, Y. (2018). Examining relationships between social capital, emotion experience and life satisfaction for sustainable community. *Sustainability*, 10(8), 2651-2666. <https://doi.org/10.3390/su10082651>
- Zullig, K. J., Valois, R. F., Huebner, E. S., & Drane, J. W. (2001). Relationship between perceived life satisfaction and adolescents' substance abuse. *Journal of Adolescent Health*, 29(4), 279-288. [https://doi.org/10.1016/s1054-139x\(01\)00269-5](https://doi.org/10.1016/s1054-139x(01)00269-5)