



Okulda Öznel İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

 <https://doi.org/>

 10.55107/turksosbilder.1063908

Alaattin CİMİNLİ
alaattinciminli24@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0003-0684-0601>

ÖZ

Olumlu duyguların daha çok ve olumsuz duyguların daha az yaşandığı durumu ifade eden öznel iyi oluş farklı değişkenlerle ilişkilidir. Bu çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin akademik öz-yeterlik ve umut düzeyleri ile okulda öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma korelasyonel modele göre tasarlanmıştır. Araştırmada ortaöğretim öğrencilerinin akademik öz-yeterlik ve umut düzeylerinin okulda öznel iyi oluşlarını yordamasını belirlemek amacıyla doğrusal çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre akademik öz-yeterlik, umut ve okulda öznel iyi oluş arasında ilişki vardır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre akademik öz-yeterlik ve umut okulda öznel iyi oluşun % 31'ini açıklamaktadır.

Anahtar kelimeler: Akademik Öz-yeterlik, Umut, Öznel İyi Oluş, Okul

ABSTRACT

Subjective well-being is related to different variables explaining the situation in which positive emotions occur more and negative ones occur less. In this study, it has been aimed to investigate the relations of high school students' self-efficacies, hope levels and subjective well-beings. This study has been designed with correlational survey model. Multi linear regression analyses have been preferred in this study to measure high school students' well-beings, academical self-efficacies and hope tolerances. According to the results obtained from the study, there is a relationship between academic self-efficacy, hope and subjective well-being at school. With respect to results of the study, academical self-efficacy and hope at school express the 31 % of well-being.

Keywords: Academic self-efficacy, Hope, Subjective well-being, School

GİRİŞ

Toplumun geleceğini şekillendirecek olan bireylerin eğitim sürecindeki yaşantılarının olumlu olması ve zamanlarının büyük bir kısmını geçirdikleri okul ortamına ilişkin olumlu duygu ve düşünceler geliştirmesi oldukça önemlidir. Diener'a (1994) göre öznel iyi oluş bireyin kendi yaşantısına ilişkin bilişsel ve duyuşsal değerlendirmelerinden oluşmaktadır. Eğer kişi olumlu duygulara daha fazla olumsuz duygulara daha az sahipse öznel açıdan kendini daha iyi hissedecektir. Olumlu duygular; kişinin düşünce yapısını daha etkin kullanmasında oldukça önemli bir yere sahiptir (Fredrickson, 2001). Ayrıca bireyin olumsuz duygularından kaynaklanan ve fizyolojik belirtilerle ortaya çıkan yıkıcı etkileri ortadan kaldırmakta, stresli yaşam olaylarının neden olduğu tahribatı en aza indirmekte (Fredrickson & Joiner, 2002) ve bireyi daha dayanıklı hale getirmektedir (Fredrickson & Branigan, 2005).

Öznel iyi oluş genel bir çerçeve sunmasının yanı sıra öznel alanları da olan bir yapıyı ifade eder. Buna göre okuldaki yaşantılar sonucu oluşan öznel iyi oluş genel öznel iyi oluştan farklı olabilmektedir (Huebner, Drane & Valois, 2000). Okulda öznel iyi oluş, öğrencilerin okuldaki deneyimlerini öznel açıdan değerlendirmelerini içermektedir (Tian, 2008). Türkiye'de yapılan çalışmalar incelendiğinde okulda öznel iyi oluşun genellikle öğretmen ve yöneticiler bağlamında ele alındığı (Günbayı & Tokel, 2012; Karademir, 2016; Yılmaz & Altınok, 2009), öğrenci boyutuna ilişkin araştırmaların oldukça sınırlı kaldığı tespit edilmiştir (Alsaç, 2019; Kaplancı, 2018). Bu nedenle öğrencilerin akademik başarıları (Tuzgöl-Dost, 2010) ve akademik motivasyonları ile pozitif bir ilişkiye sahip olan (Aypay, & Eryılmaz 2011) okulda öznel iyi oluş üzerine çalışma yapılması önemli görülmüştür.

Okulda öznel iyi oluşla ilişkili olduğu düşünülen kavramlar arasında umut yer almaktadır. Snyder'e (2000) göre umut bireyin kendine amaçlar belirleyebilmesi, amaçlarına ulaşabilmek için alternatifler oluşturabilmesi ve belirlediği amaçlara ulaşma noktasında motive olması olarak tanımlanmaktadır. Arampatzi vd.,'ne (2019) göre bireyin umut gibi olumlu duygular yaşaması öznel iyi olma açısından oldukça önemlidir. Okulda yüksek umut düzeyine sahip olan öğrencilerin derslerde daha başarılı olduğu ve özsaygı düzeylerinin arttığı gözlenmiştir (Ciarrochi, Heaven, & Davies, 2007).

Bireyin belirlemiş olduğu hedeflere ulaşması için birçok yol mevcuttur. Düşük umut düzeyine sahip bireyler bu yolların daha az olduğunu düşünürler ve bir sorunla karşılaştıklarında umutsuzluğa kapılma eğiliminde olurlar. Bu kişilerin alternatif düşünceler üretme ihtimali daha azdır (Snyder,1994). Ancak umut düzeyi yüksek olan kişiler kendilerini iyi hisseder, fırsatlara daha çabuk erişim sağlar ve hedefe ulaşma noktasında daha başarılı olurlar (Snyder, 2002). Ayrıca umut psikolojik açıdan önleyici bir nitelik taşımaktadır. Karşılaşılması muhtemel sorunların ortaya çıkmadan önlenmesi veya ortaya çıkma ihtimallerinin azaltılması umut dolu düşüncelerin varlığı ile mümkündür (Snyder, 2000). Bu nedenle toplu yaşam alanlarının başında gelen okullarda bu tür duygu ve düşüncelerin geliştirilmesi, ortaya çıkabilecek problemlerin önlenmesi açısından büyük önem arz etmektedir. Türkiye'de iyi oluş üzerine yapılan çalışmalar sistematik olarak incelendiğinde iyi oluş ile umut kavramlarına ilişkin çalışmaların sınırlı olduğu tespit edilmiştir (Kardaş & Yalçın, 2019).

Okulda Öznel İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

Alaattin CİMİNLİ

Çalışmanın bu açıdan literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmalara göre bireyin okulda öznel iyi oluşu ile ilişkili olduğu düşünülen birçok faktör mevcuttur. Kişinin akademik alandaki görevleri başarabilmeye yönelik inançları olarak ifade edilen akademik öz-yeterliğin bu faktörlerden biri olduğu düşünülmektedir (Bandura, 1997). Akademik öz-yeterlik inancı yüksek olan öğrenciler görev yönelimlidir ve öğrenme süreçlerine daha aktif katılırlar (Bandura, 1997). Öğrencilerin sahip olduğu bu nitelikler okul ortamında başarılı sonuçlar elde etmelerini sağlar ve elde edilen başarılı sonuçlar yine akademik öz-yeterlik inançlarının yükselmesine neden olur (Pajares, 1996). Bu yönüyle akademik öz-yeterlik inançları kendi kendini besleyen bir yapı oluşturur.

Yüksek öz-yeterlik inancına sahip olan bireyler karşılaştıkları engeller karşısında hemen pes etmezler ve hedefe ulaşma noktasında daha istekli davranırlar (Siddigui, 2015). Öğrencilerin öz-yeterlik inançları ile iyi oluşları arasında güçlü bir bağ söz konusudur (Hampton, 2004). Doğrudan ve dolaylı yaşantılar, sözel ikna ve fiziksel ve duygusal durumlar öz-yeterliği oluşturan temel unsurlardır. Bu unsurlar bireyin iyi oluşunu arttırmada önemli yollar olarak görülmektedir (Singh & Udainiya, 2009). Karademas, Kafetsios ve Sideridis'e (2007) göre insanlar gün içinde birçok uyarıcıyla karşılaşır. Öz-yeterlik inançları yüksek kişiler bu uyarıcılardan kendilerini daha iyi hissettirecek olanlara daha açıktırlar. Bu nedenle öz-yeterlik inançları yüksek olan kişilerin iyi oluşlarının da yüksek olması beklenen bir durumdur.

Bu çalışmanın amacı okulda öznel iyi oluş ile umut ve akademik öz-yeterlik arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu kapsamda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Okulda öznel iyi oluş ile umut arasında bir ilişki var mıdır?
2. Okulda öznel iyi oluş ile akademik öz-yeterlik arasında bir ilişki var mıdır?

YÖNTEM

Bu kısımda; çalışmanın modeline, veri toplama araçlarına ve analiz tekniklerine yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Araştırmada korelasyonel model kullanılmıştır. Bu model, ikiden fazla değişkenin birlikte değişiminin nasıl oluştuğunu saptamaya çalışan araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2011).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 10 ve 11. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Erzincan ilinde öğrenim gören 413 (%57) kadın, 311 (%43) erkek olmak üzere toplam 724 öğrenci katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada kullanılan kişisel bilgi formunda cinsiyet, okul türü, sınıf seviyesi gibi değişkenlere ilişkin maddeler yer almaktadır.

Sürekli Umut Ölçeği

Türkçe uyarlamasını Bacanlı ve Tarhan'ın (2015) yaptığı, Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilen ölçek alternatif yollar düşüncesi (4 madde) ve eyleyici düşünce (4 madde) olmak üzere iki faktörden oluşmaktadır. Ölçekteki dört madde dolgu maddesidir ve puanlanmamaktadır. Sekizli likert tipi olan ölçek 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 64, en düşük puan ise 8'dir. Ölçeğin bütününe ilişkin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı “.86”, eyleyici düşünce boyutu için 0.81, alternatif yollar düşüncesi boyutu için 0.78 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .76 olarak hesaplanmıştır.

Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği

Türkçe uyarlaması Ekici (2012) tarafından yapılan, Owen ve Froman (1988) tarafından geliştirilen ölçek üç faktörden oluşmaktadır. Beşli likert tipi olan ölçek 33 maddedir. Ölçeğin en düşük puanı ise 33, en yüksek puanı 165'tir. Dereceleme ölçeği “Oldukça az =1” ve “Çok fazla =5” olarak tasarlanmıştır. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı “.88” sosyal statü alt boyutu için “.86”, bilişsel uygulamalar alt boyutu için “.82”, teknik beceriler alt boyutu için “.90” olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır.

Ergenler İçin Kısa Okulda Öznel İyi Oluş Ölçeği

Türkçe uyarlaması Özdemir ve Sağkal (2016) tarafından yapılan ve Tian ve diğerleri'nin (2015) geliştirdiği ölçek iki faktörlüdür. Altılı likert tipi olan ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin toplam puanı okul doyumu ve okulda duygu boyutlarının toplanmasıyla hesaplanmaktadır. Dereceleme ölçeği “1= Kesinlikle katılmıyorum, 6= Kesinlikle katılıyorum” olarak tasarlanmıştır. Ölçeğin bütününe ilişkin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı “.87”, okul doyumu alt boyutu için “.93”, okulda duygu alt boyutu için “.57”, olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama sürecine başlayabilmek için Trabzon Üniversitesi Etik Kurul Onayı ve Erzincan Milli Eğitim Müdürlüğünden uygulama izinleri alınmıştır. Araştırmaya ilişkin veriler 2021-2022 Eğitim Öğretim yılı içerisinde Erzincan ilinde bulunan Fen Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Anadolu İmam Hatip Lisesi, Anadolu Lisesi, Proje Programı Uygulayan Anadolu Lisesi' nin 10 ve 11. sınıf öğrencilerine ölçekler uygulanarak elde edilmiştir. Uygulama esnasında araştırmacı çalışmanın amacına ilişkin bilgileri paylaşmıştır. Veri toplama araçları katılımcılara gönüllülük esasına göre uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 22.0 kullanılmıştır. Bu kapsamda tanımlayıcı ve çıkarımlı istatistik tekniklerinden yararlanılmıştır. Verilerin normallik varsayımı karşılayıp karşılamadığını belirlemek için çarpıklık- basıklık değerlerine bakılmış ve normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Veri setinde yer alan uç değerler analize dahil edilmemiştir. Araştırmanın analizinde Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi, Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Çalışmada anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında ortaöğretim öğrencilerine uygulanan Akademik Öz-yeterlik Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği ve Ergenler için Okulda Öznel İyi Oluş Ölçeği'nden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Araştırmanın değişkenlerine ait istatistik değerleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Ölçekler	n	\bar{x}	Ss.	Min.	Max.	Çarpıklık	Basıklık
Okulda Öznel İyi Oluş	724	35.6	5.58	15.0	46.0	-.94	.69
Akademik Öz-yeterlik	724	115.7	20.13	48.0	165.0	-.46	.61
Umut	724	45.9	7.41	18.0	61.0	-1.09	1.19

Tablo 1: Ortaöğretim Öğrencilerinin Okulda Öznel İyi Oluş, Akademik Öz-Yeterlik ve Umutun Tanımlayıcı İstatistikleri

Tablo incelendiğinde öğrencilerin okulda öznel iyi oluş puanlarının 15-46, akademik öz-yeterlik puanlarının 48-165, umut puanlarının ise 18-61 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeklerin puan ortalamaları incelendiğinde okulda öznel iyi oluşun 35.6, akademik öz-yeterliliğin 115.7, umudun ise 45.9 olduğu tespit edilmiştir. Dağılımın normal olarak değerlendirilebilmesi için çarpıklık ve basıklık değerlerinin -3 ile +3 arasında olması gerekmektedir (Jondeau & Rockinger, 2003). Tablo incelendiğinde dağılımın belirtilen aralıkta olduğu görülmektedir. Bu bağlamda araştırmada elde edilen değerler normallik şartını sağlamaktadır.

Akademik öz-yeterlik, umut ve okulda öznel iyi oluşa ait korelasyon değerleri Tablo 2'de verilmiştir.

Okulda Öznel İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

Alaattin CİMİNLİ

Değişkenler	1	2	3
Okulda Öznel İyi Oluş	1.00		
Akademik Öz-yeterlik	.518*	1.00	
Umut	.492*	.661*	1.00

Tablo 2: Değişkenler Arası Korelasyon Değerleri

Araştırmada akademik öz-yeterlik ve umut değişkenlerinin okulda öznel iyi oluşu yordama gücünün belirlenmesi için Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Regresyon analizlerinde bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin yüksek olması analiz doğru sonuçlar vermesini zorlaştırmaktadır. Bağımsız değişkenler arasında .80 ve üzeri bir ilişki görülmesi bu değişkenlerin birlikte hareket ettiğini ve bazı durumlarda aslında aynı yapıyı ölçtüğünü ifade ettiğinden araştırmalarda istenmeyen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Tablo 2 incelendiğinde bağımsız değişkenler olan akademik öz-yeterlik ve umut arasında böyle bir durumun oluşmadığı görülmektedir.

Ayrıca araştırmadan elde edilen bulguların regresyon analizi yapabilmek için uygun olup olmadığını değerlendirmek için VIF değerlerine bakılmış ve değerlerinin 1.77 olduğu belirlenmiştir. VIF (Variance Inflation Factors) değerinin 10'un altında olması regresyon analizinin yapılabilmesi için istenen bir koşuldur (Büyüköztürk, 2004). Dolayısıyla elde edilen bulguların VIF değerleri regresyon analizi için uygun değerlerdedir.

Okulda Öznel İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

Alaattin CİMİNLİ

Tablo 3. Okulda Öznel İyi Oluşun Akademik Öz-yeterlik ve Umut Tarafından Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

*p<0.01

Değişkenler	B	Sh	β	t	p
Okulda Öznel İyi Oluş					
Akademik Öz-yeterlik	.09	.01	.343	8.30	.000
Umut	.20	.03	.265	6.42	.000
R= ,555	R ² = ,308	F = 160.71	p <.05		

Akademik öz-yeterlik ve umut okulda öznel iyi oluşun toplam varyansının % 31'ini (R=,555, R² =,308 F₍₂₋₇₂₃₎ =160,71 p<.01) açıklamaktadır. Buna göre ortaöğretim öğrencilerinin akademik öz-yeterlik inançları ve umut düzeylerinin okulda öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu söylenebilir.

SONUÇ ve TARTIŞMA

Bu çalışmaya göre ortaöğretim öğrencilerinin akademik öz-yeterlik inançları yükseldikçe okulda öznel iyi oluş düzeyleri de yükselmektedir. Alan yazın incelendiğinde bu çalışmadan elde edilen sonuçlarla literatür bulgularının benzerlik gösterdiği görülmektedir. Türkiye'de yapılan araştırmalarda sosyal ve akademik öz-yeterlik ile ergenlerin iyi oluşları arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir (Asıcı & İkiz 2019; Doğan & Eryılmaz, 2013; Özbay vd., 2011; Telef & Ergün, 2013). Yurt dışında yapılan çalışmalar incelendiğinde Türkiye'de yapılan çalışmaların sonuçlarıyla paralel sonuçlar elde edildiği görülmektedir (Bergman & Scott, 2001; Magaletta & Oliver, 1999; Natvig, Albrektsen, & Qvarnström, 2003; Tong & Song, 2004).

Yüksek öz-yeterlik inançları, iyi oluş ve mutluluk üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Bandura, 1997). Ayrıca öz-yeterliğin yapı taşlarını oluşturan doğrudan yaşantılar, olumlu rol modeller, olumlu geri bildirimler fiziksel ve duygusal durumlar iyi oluşu arttırmanın önemli yolları arasında gösterilmektedir (Singh & Udainiya, 2009).

Öz-yeterlik inançları, ergenlik döneminde bulunan bireylerin olumlu düşünmesine ve geleceğe yönelik olumlu beklenti oluşturmaları üzerinde oldukça etkilidir. Bu inançlar iyi oluşu arttırmada kullanılacak birçok müdahale yaklaşımına esin kaynağı oluşturabilecek yöntemsel yaklaşım sunmaktadır (Caprara vd., 2006). Dolayısıyla öz-yeterlik inançları ile iyi oluş arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır (Hampton, 2004). Öz-yeterlik inançları yüksek olan bireyler kendilerini iyi hissettirecek uyaranlara daha açıktır. Buna karşın öz-yeterlik inançları nispeten daha düşük olan bireylerde bu durumun tam tersi söz konusudur (Karademas, Kafetsios, & Sideridis, 2007).

Araştırmadan elde edilen bir diğer sonuç ise öğrencilerin umut düzeyleri arttıkça okulda öznel iyi

Okulda Özel İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

Alaattin CİMİNLİ

oluşlarının arttığıdır. [Pleeging](#), [Burger](#) ve [Exel](#) (2019) yaptıkları çalışmada özel iyi oluşla en güçlü ilişkiye sahip olan yapının umut olduğunu bulmuştur. Ülkemizde yapılan çalışmalar incelendiğinde umut ile özel iyi oluş arasında anlamlı düzeyde bir ilişkili olduğu karşımıza çıkmaktadır (Özer & Tezer, 2008; Şahin vd., 2012). Umut ile özel iyi oluşun ilişkisini ele alan yurt dışı çalışmalarda bu çalışma ile benzer sonuçlara ulaşılmıştır (Bailey, Eng, Frisch & Snyder, 2007; Diener, Lucas & Oishi, 2002; Wroblewski & Snyder, 2005).

Yüksek umuda sahip olan bireyler başarılı deneyimler elde etmek ister, daha yaratıcı davranır ve bu şekilde mutluluk seviyesini artırabilir (Snyder, [2000](#); Bailey, Eng, Frisch, & Snyder, 2007). Başarılı olan bireyler geleceğe daha umutla bakarlar ve bu durum onların iyi oluşlarını olumlu yönde etkiler. Ayrıca umut seviyesi yüksek bireyler kendilerini memnun edecek fırsatlara daha çabuk ulaşır ve başarılı bir kariyer yaşamı sürdürebilir (Snyder, [2002](#)).

Bu çalışma 10 ve 11. sınıflarda öğrenim gören öğrenciler üzerinde uygulanmıştır. Ortaöğretim seviyesinin tüm kademelerinde öğrenim gören öğrencilere ulaşamaması araştırmanın sınırlılığı olarak görülmektedir. Benzer araştırmalar; ortaöğretimin tüm kademelerinde öğrenim gören öğrenciler, lisans ve lisansüstü düzeydeki bireyler üzerinde uygulanabilir. Ayrıca özel iyi oluşu yordayabileceği düşünülen farklı yapılar da benzer çalışmalarla ortaya çıkarılabilir. Araştırma sonuçları ölçeklerden elde edilen veriler ışığında oluşturulmuştur. İleride yapılacak çalışmalarda ölçeklere ek olarak görüşme formları da kullanılabilir. Elde edilen sonuçlar ışığında okulda özel iyi oluşu düşük olan öğrencilere yönelik müdahale programları geliştirilebilir ve okullarda uygulanabilir.

KAYNAKÇA

- Alsaç, D. (2019). *İlkokul öğrencilerinde okulda pozitif yaşantıların ve okul yaşam kalitesinin okul doyumu üzerindeki etkisinin araştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ortak Yüksek Lisans Programı, İstanbul.
- Arampatzi, E., Burger, M., Stavropoulos, S. & Tay, L. (2019). The role of positive expectations for resilience to adverse events: subjective well-being before, during and after the greek bail out referendum, *Journal of Happiness Studies*, 21(1), 1-31.
- Asıcı, E. & İkiz, F. E. (2019). Okulda öznel iyi oluşun okul iklimi ve öz-yeterlik açısından yordanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(3), 621-628.
- Aypay, A. & Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile kimlik statüsü ilişkisinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (16).
- Bacanlı, H., & Tarhan, S. (2015) Sürekli umut ölçeği'nin türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 1-14.
- Bailey, T. C., Eng, W., Frisch, M. B., & Snyder, C. R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 168-175.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Bergman, M. M., & Scott, J. (2001). Young adolescents' well-being and health-risk behaviors: Gender and socio-economic differences. *Journal of Adolescence*, 24, 183-197.
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Caprara, G. V., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M., & Vecchio, G. M. (2006). Looking for adolescents' well-being: Self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiologia e Psichiatria Sociale*, 15(1), 30-43.
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C. L., & Davies, F. (2007). The impact of hope, self-esteem, and attributional style on adolescents' school grades and emotional well-being: A longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 41(6), 1161-1178.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.
- Diener, E. , Lucas, R. E. & Oishi, S. (2002). *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.). Handbook of positive psychology New York: Oxford University Press.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.
- Doğan, F. & Eryılmaz, A. (2013). İki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), 107-117.
- Ekici, G. (2012). Akademik öz-yeterlik ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (43) 43.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.

Okulda Özel İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

Alaattin CİMİNLİ

- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotion strigger up ward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, 13, 172-175.
- Fredrickson, B.L., & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognitionand Emotion*, 19, 313- 332.
- Frisch, M. B. (2006). *Quality of Life Therapy: Applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons Ltd.
- Günbayı, İ., & Tokel, A. (2012). İlköğretim okulu öğretmenlerinin iş doyum ve iş stresi düzeylerinin karşılaştırılmalı analizi. *ODÜ Sosyal Bilimleri Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*,3(5), 78-95.
- Hampton, N. Z. (2004). Subjective well-being among people with spinal cordinjuries: the role of self-efficacy, perceived social support, and perceived health. *Rehabil Counsel Bull*, 48(2), 31–37.
- Huebner, E. S., Drane, W. & Valois, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, 21(3), 281- 292.
- Jondeau E., & Rockinger M. (2003). Conditional volatility, skewness, and kurtosis: existence, persistence, and comovements. *Journal of Economic Dynamics & Control*, 27, 1699 – 1737.
- Kaplanlı, B. (2018). *İlkokul öğrencilerinin sorumluluk düzeylerinin okula bağlanma ve okul doyum bakımından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Karademas, E. C., Kafetsios, K., & Sideridis, G. D. (2007). Optimism, self-efficacy and information processing of threat and well-being related stimuli. *Stressand Health*, 23(1), 285-294.
- Karademir, N. (2016). Coğrafya öğretmenlerinin iş doyum düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*,6(2), 108-122.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kardaş, F. & Yalçın, İ. (2019). Türkiye’de iyi oluş ile ilgili yapılmış araştırmaların sistematik olarak incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(4).
- 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.
- Natvig, G. K., Albrektsen, G., & Qvarnström, U. (2003). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 9, 166-175.
- Owen, S. & Froman, R. D. (1988). Development of a college academic self-efficacy scale. Paper presented at an annual meeting of the national council on measurement in education. New Orleans. LA
- Özbay, Y. Palancı M. Kandemir, M. & Çakır, O. (2012). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal öz-yeterlik ve başa çıkma davranışları ile yordanması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(2), 325-345.
- Özdemir, Y. & Sağkal, A. S. (2016). Ergenler için kısa okulda öznel iyi oluş ölçeği’nin türkçe’ye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*,17(2), 333 – 350.
- Özer, B. U. & Tezer, E. (2008). Umut ve olumlu-olumsuz duygular arasındaki ilişkiler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 81-86.
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66 (4), 543–578.
- Pleeging, E.,Burger, M., ve Exel, J. (2019). Ther elations between hope and subjective well-being: A literature over view and empirical analysis. *Applied Research in Quality of Life*. Advance online publication.

Okulda Öznel İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

Alaattin CİMİNLİ

- Siddiqui, S. (2015). Impact of sel-efficacy on psychological well-being among under graduat estudents. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 4- 16.
- Singh, B.,& Udainiya, R. (2009). Self-efficacy and well-being of Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(2), 227-232.
- Snyder, C. R. (1994). *The Psychology of Hope: You Can Get There From Here*. New York: Free Press.
- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of Hope: Theory, Measure sand Applications*. San Diego, CA: Academic Press.
- Snyder, C. R. (2002). Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T. Et al. (1991) The will and the ways: Development and validation of an individual-differencess measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(2), 570-585.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S.V., Kaya, S. & Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(3), 827-836.
- Telef, B. B. & Ergün, E. (2013). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak öz-yeterlik. *Journal of Theoretical Educational Science*, 6(3), 23-433.
- Tian, L. (2008). Developing scale for school well-being in adolescents. *Psychology Development and Education*, 24(3), 100-106.
- Tian, L., Wang, D. ve Huebner, E. S. (2015). Development and validation of the Brief Adolescents' Subjective Well-Being in School Scale (BASWBSS). *Social Indicators Research*, 120, 615-634.
- Tong, Y., & Song, S., (2004). A study on general self-efficacy and subjective wellbeing of low SES-college students in a Chinese university. *College Student Journal*, 38, 637.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*.(Yayınlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Wroblewski, K. K. & Snyder, C. R. (2005). Hopeful thinking in older adults: Back to the future. *Experimental Aging Research*, 31(2), 217-233.
- Yılmaz, E., & Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Educational Administration: Theory and Practise*, 15(59), 451-469.

EXTENDED

Introduction

The aim of this study is to investigate the relationship between subjective well-being in school and hope and academic self-efficacy. In this context, answers to the following questions were sought.

1. Is there a relationship between subjective well-being in school and hope?
2. Is there a relationship between subjective well-being in school and academic self-efficacy?

Method

A correlational model was used in the research. This model is a research approach that helps determine how covariance between more than two variables occurs (Karasar, 2011). The study group of the research consisted of 10th and 11th-grade students. A total of 724 students, including 413 (57%) females and 311 (43%) males, in Erzincan province in the 2020-2021 academic year participated in the research. Data collection tools included a Personal Information Form, the State Hope Scale, the Academic Self-Efficacy Scale, and the Brief Adolescents' Subjective Well-Being in School Scale.

Results

According to this study, as the academic self-efficacy beliefs of secondary school students increased, their subjective well-being levels in school also increased. Academic self-efficacy and hope explained 31% of the total variance of subjective well-being in school ($R=.555$, $R^2=.308$ $F(2-723) = 160.71$ $p < .01$). Accordingly, it can be said that there is a significant correlation between the academic self-efficacy beliefs and hope levels of secondary school students and their subjective well-being in school.

Discussion & Conclusion

According to the present study, as the academic self-efficacy beliefs of secondary school students increased, their subjective well-being levels in school increased, as well. A review of the literature indicated that the results obtained from this study were consistent with those in the literature. Some studies conducted in Turkey found a positive relationship between social and academic self-efficacy and adolescents' well-being (Asıcı & İkiz, 2019; Doğan & Eryılmaz, 2013; Özbay et al., 2011; Telef & Ergün, 2013). A review of studies conducted abroad indicated that the results were consistent with the results of studies conducted in Turkey (Bergman & Scott, 2001; Magaletta & Oliver, 1999; Natvig, Albrektsen, & Qvarnström, 2003; Tong & Song, 2004).

High self-efficacy beliefs have a significant effect on well-being and happiness (Bandura, 1997). In addition, direct experiences, positive role models, positive feedback, and physical and emotional states that make up the building blocks of self-efficacy are shown as important ways to increase well-being (Singh & Udainiya, 2009).

Self-efficacy beliefs affect adolescents in terms of thinking positively and having positive expectations about the future. These beliefs offer a methodological approach that can inspire many intervention approaches that can be used to enhance well-being (Caprara et al., 2006). Therefore, there is a strong correlation between self-efficacy beliefs and well-being (Hampton, 2004). Individuals with high self-efficacy beliefs are more open to stimuli that will make them feel good. On the other hand, the opposite is true for individuals with relatively low self-efficacy beliefs (Karademas, Kafetsios, & Sideridis, 2007).

Another result obtained from the study was that as students' hope levels increased, their subjective well-being in school increased, as well. In their study, Pleeing, Burger, and Exel (2019) found that the structure that had the strongest relationship with subjective well-being was hope. According to studies conducted in our country, there is a significant correlation between hope and subjective well-being (Özer & Tezer, 2008; Şahin et al., 2012). Results similar to the results of this study have been obtained in international studies on the relationship between

Okulda Özne İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Akademik Öz-Yeterlik ve Umut

Alaattin CİMİNLİ

hope and subjective well-being (Bailey, Eng, Frisch & Snyder, 2007; Diener, Lucas & Oishi, 2002; Wroblewski & Snyder, 2005).

Similar studies can be conducted with students at all levels of secondary education, and individuals at undergraduate and graduate levels. In addition, different structures that are thought to predict subjective well-being can be revealed by similar studies. The research results were obtained in the light of data collected via the scales used in the study. In future studies, interview forms can be used in addition to scales. In the light of the results obtained, intervention programs for students with low subjective well-being in school can be developed and implemented in schools.