

**MEVLANA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK**

**Esra ULUBEY**

**Mevlana Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nce kabul edilen yüksek lisans tezidir.**

**Tez Danışmanı  
Doç. Dr. Erkan IŞIK**

**KONYA  
Haziran, 2016**



**Mevlana Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne**

Bu çalışma jürimiz tarafından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir. 22 / 06 / 2016

**Tez Danışmanı** : Doç. Dr. Erkan IŞIK



**Üye** : Doç. Dr. Muhittin ÇALIŞKAN



**Üye** : Yrd. Doç. Dr. Ahmet BEDEL



Onay

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



**Enstitü Müdürü**

## BİLDİRİM

Yapmış olduğum akademik çalışmadan elde edilen bulgular ışığında ele alarak düzenlediğim yüksek lisans tezimin etik davranış ve akademik kurallara dikkat edilerek hazırlanıp sunulduğunu, tezimin tez yazım kurallarına uygunluğunu, tezimde kullanılan her türlü kaynağa eksiksiz atıf yapıldığını, tezimi sadece Mevlana Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne verdiğimi ve bu beyanımın aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul ettiğimi beyan ediyorum.

  
Esra ULUBEY

22/06/2016

## İÇİNDEKİLER

<b>Önsöz .....</b>	<b>7</b>
<b>Özet.....</b>	<b>8</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>10</b>
<b>Tablolar listesi .....</b>	<b>11</b>
<b>Şekiller listesi .....</b>	<b>12</b>
<b>Kısaltmalar listesi .....</b>	<b>13</b>
<b>1. Giriş .....</b>	<b>14</b>
1. 1. Problem Durumu.....	14
1. 2. Araştırmanın Amacı.....	20
1. 3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	22
1. 4. Sınırlılıklar.....	26
1. 5. Tanımlar.....	26
<b>2. Kuramsal Açıklamalar ve İlgili Araştırmalar .....</b>	<b>28</b>
2. 1. İyi Oluş.....	28
2. 1. 1. İyi Oluşu Etkileyen Etmenler.....	30
2. 2. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı.....	33
2. 2. 1. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramının Temel Kavramları.....	34
2. 2. 1. 1. Yetkinlik Beklentisi.....	35
2. 2. 1. 2. Sonuç Beklentisi.....	36
2. 2. 1. 3. Kişisel Hedefler.....	36
2. 2. 1. 4. Çevresel Etmenler: Kariyer Engelleri ve Kariyer Destekleri.....	37
2. 2. 2. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı Modelleri.....	38
2.2.2.1. İlgi Modeli.....	38
2.2.2.2. Seçim Modeli.....	39
2.2.2.3. Performans Modeli.....	40
2.2.2.4. Öznel İyi Oluş Modeli.....	41
2.2.3. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı Temelli Öznel İyi Oluş Modelinin Sınanması İle İlgili Araştırmalar.....	43

2.2.4. Modelde Yer Alan Kariyer Kavramları İle Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkileri İnceleyen Ulusal Araştırmalar.....	54
<b>3. Yöntem .....</b>	<b>61</b>
3. 1. Araştırmanın Modeli.....	61
3. 2. Araştırma Grubu.....	61
3. 3. Veri Toplama Araçları.....	62
3. 3. 1. Öznel İyi Oluş Modeli Ölçekleri' nin Uyarlama Çalışmaları.....	62
3. 3. 1. 1. Çeviri Çalışmaları.....	62
3. 3. 1. 2. Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları.....	62
3. 3. 2. Araştırma Kapsamında Kullanılan Diğer Ölçme Araçları.....	68
3. 4. Verilerin Toplanması.....	69
3.5. Verilerin Analizi.....	70
<b>4. Bulgular.....</b>	<b>71</b>
4. 1. Yapısal Eşitlik Analizi Sonucu Elde Edilen Bulgular.....	71
<b>5. Tartışma ve Yorum .....</b>	<b>75</b>
<b>6. Sonuç ve Öneriler .....</b>	<b>85</b>
6. 1. Alandaki Uygulamacılara Yönelik Öneriler.....	86
6.2. Alan Araştırmacılarına Yönelik Öneriler.....	87
<b>7. Kaynaklar.....</b>	<b>89</b>

## ÖNSÖZ

Bu çalışmayı ortaya çıkarmamda pek çok değerli insanın emek ve katkıları bulunmaktadır...

Kariyer psikolojik danışmanlığı ve rehberliği alanını bana sevdiren, akademik anlamda kendisinden çok şey öğrendiğim, enerjisi ve çalışma disiplinine hayran olduğum, hemen her konuda tavsiyelerine ihtiyaç duyduğum tez danışmanım sayın hocam Doç. Dr. Erkan IŞIK'a, lisans ve yüksek lisans öğrenimim boyunca üzerimde emeği geçen tüm hocalarıma, tezimin çeviri çalışmalarında yardımını esirgemeyen, hemen her konuda yardım ve desteğini hissettiğim iş arkadaşım Ülkü AYHAN'a, tezimin ölçek uyarlama çalışmaları kısmında emeklerini esirgemeyen iş arkadaşlarım Arş. Gör. Zeynep ZAPTİYEOĞLU ve Arş. Gör. M. Emre KILIÇ'a, çalışmaktan hep mutlu olduğum, iş doyumumu artıran, sıcaklığını her zaman hissettiğim Mevlana Üniversitesi ailesine...

Hayatın zor kolay her aşamasını birlikte geçirdiğimiz, bugünlere gelmemde üzerimde büyük emekleri olan babam Ali BİÇİCİ, annem Nimet BİÇİCİ'ye küçük olmalarına rağmen destek ve sevgilerini hep büyük hissettiğim kardeşlerim Nesibe ve Şevval BİÇİCİ'ye...

Hayatıma sonradan girse de yaşamımın geriye kalan her anını birlikte geçirmek istediğim, minik ailemin reisi, hayat arkadaşım, can yoldaşım Mehmet ULUBEY'e ve tez sürecimde beni hiç yalnız bırakmayan, dünyaya gelmesini heyecanla beklediğim oğluma...

Sonsuz Teşekkürler...

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin akademik yetkinlik beklentileri, akademik sonuç beklentileri, akademik hedeflerinde ilerlemeleri, akademik destek ve pozitif duyguları arasındaki ilişkileri ve bu değişkenlerin akademik doyum ve yaşam doyumuna etkilerini Sosyal Bilişsel İyi Oluş Modeli çerçevesinde incelemektir.

Çalışma grubu Mevlana Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Öğrencilerin 182'si birinci sınıf, 138'i ikinci sınıf olmak üzere toplam 320 kişidir. Verilerin toplanmasında Türkçe'ye uyarlama çalışmaları yapılan Akademik Yetkinlik Beklentisi, Akademik Sonuç Beklentisi, Akademik Hedefte İlerleme, Akademik Destek ve Akademik Doyum Ölçekleri, uyarlama çalışmaları daha önce yapılmış olan Pozitif Negatif Duygu ve Yaşam Doyumu Ölçekleri kullanılmıştır. Veriler SPSS ve AMOS istatistik paket programlarıyla analiz edilmiştir. Modelin hipotezlerini sınamak amacıyla yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda modelin araştırma örneğine iyi düzeyde uyum gösterdiği bulunmuştur. Modelde yer alan akademik doyum, yaşam doyumunda anlamlı düzeyde etkiye sahiptir. Akademik yetkinlik beklentisi; akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme ve akademik doyum üzerinde anlamlı düzeyde etkiye sahiptir. Akademik destek; akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme ve akademik doyum üzerinde anlamlı düzeyde etkiye sahiptir. Pozitif duygular; akademik yetkinlik beklentisi, akademik destek ve yaşam doyumunda anlamlı düzeyde etkiye sahipken, akademik doyum üzerinde anlamlı düzeyde etkiye sahip değildir. Akademik hedefte ilerlemenin ne akademik doyum ne de yaşam doyumunda anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Beklenenin aksine akademik sonuç beklentilerinin, akademik hedefte ilerleme ve akademik doyum üzerinde anlamlı düzeyde etkiye sahip olmadığı bulunmuştur. Genel olarak araştırma sonucunda sosyal bilişsel iyi oluş modelinin üniversite öğrencilerinin akademik doyum ve yaşam doyumunu açıklamada anlamlı bir model olduğunu söyleyebiliriz. Elde edilen bu bulgular ilgili literatür ve kuramlar ışığında tartışılmış, ileride yapılacak araştırma ve uygulamalara yönelik önerilerde bulunulmuştur.



Anahtar Kelimeler: Akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme, akademik destek, akademik doyum, pozitif duygular, yaşam doyumu



## ABSTRACT

The aim of this research is to analyze the relationships between academic self efficacy, academic outcome expectations, academic goal progress, academic support, positive affect and to examine the impact of these variables on academic and life satisfaction within the frame of Social Cognitive Well-Being Model.

The study group includes the students of Faculty of Education, Mevlana University. In total, 320 students participated; 182 were freshmen while 138 were sophomores. Academic Self Efficacy Scale, Academic Outcome Expectation Scale, Academic Goal Progress Scale, Academic Support Scale, Academic Satisfaction Scale, Positive Negative Affect Scale and Life Satisfaction Scale were used to collect the data. The data were analyzed by using statistical package programs like SPSS and AMOS. Structural Equation Model were applied in order to test the hypotheses suggested in the model.

Results of the analysis indicated that the model provided a good fit to the data. According to the results, academic satisfaction predicts significantly life satisfaction. Academic self efficacy expectation predicts academic outcome expectations, academic goal progress and academic satisfaction. Academic support has significant effect on academic self efficacy, academic outcome expectations, academic goal progress and academic satisfaction. Positive affect predicts academic self efficacy, academic support, life satisfaction but don't predict academic satisfaction. Academic goal progress predicts neither academic satisfaction nor life satisfaction. Lastly, contrary to expectations, academic outcome expectations don't predict academic goal progress and academic satisfaction. In general, it can be concluded that social-cognitive well-being model can explain academic satisfaction and life satisfaction of university students. The results have been discussed in terms of literature and theory and specific suggestions were proposed for future studies.

Keywords: Academic self efficacy, academic outcome expectation, academic goal progress, academic support, academic satisfaction, positive affect, life satisfaction

**TABLULAR LİSTESİ**

<b>No</b>	<b>Tablo Adı</b>	<b>Sayfa No</b>
1	Modelde Yer Alan Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar .....	71
2	Aritmetik Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık Basıklık Katsayılarına İlişkin Bulgular .....	72
3	Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Uyum İndeks Değerleri .....	72



## ŞEKİLLER LİSTESİ

No	Şekil Adı	Sayfa No
1	Sosyal Bilişsel Öznel İyi Oluş Modeli .....	17
2	Hipotez Model .....	21
3	Öznel İyi Oluş Modeli Alt Boyutları .....	28
4	Ryff' ın Psikolojik İyi Oluş Modeli Alt Boyutları.....	30
5	Temel Kariyer İlgilerinin Zaman İçerisinde Oluşumuna İlişkin Model.....	39
6	Kariyere İlişkin Seçim Davranışını Etkileyen Kişi, Çevre ve Yaşantısal Faktörler Modeli .....	40
7	Performans Modeli .....	40
8	Sosyal Bilişsel Öznel İyi Oluş Modeli .....	42
9	Yapısal Eşitlik Modeli Standartlaştırılmış Regresyon Katsayıları .....	73

**KISALTMALAR LİSTESİ**

<b>Kısaltma</b>	<b>Anlamı</b>
SBKK	Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı
AYBÖ	Akademik Yetkinlik Beklentisi Ölçeği
ASBÖ	Akademik Sonuç Beklentisi Ölçeği
AHiÖ	Akademik Hedefte İlerleme Ölçeği
ADÖ	Akademik Destek Ölçeği
ADOÖ	Akademik Doyum Ölçeği
DFA	Doğrulayıcı Faktör Analizi
GFI	Uyum İyiliği İndeksi
CFI	Karşılaştırmalı Uyum İyiliği İndeksi
AGFI	Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi
RMSEA	Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü
SRMR	Standardize Edilmiş Kalıntıların Ortalama Karekökü

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

#### 1.1. Problem Durumu

Üniversite yılları kariyer gelişimi açısından oldukça önemli yıllardır. Bu dönem Super'ın kariyer gelişimi kuramında 'keşfetme', Ginzberg'in mesleki gelişim kuramında 'gerçekçi' döneme denk gelmektedir. Bu yıllar öğrencilerin mesleklere ilişkin daha net fikirlerinin olduğu, öğrencilerin kendi ilgi, yetenek ve değerleri doğrultusunda hedefler belirledikleri, kararlar aldıkları ve kariyer alternatifleri arasından seçim yaptıkları yıllardır. Öğrencilerin etkili kariyer gelişimi için gerekli olan bu görevleri başarılı bir şekilde yerine getirebileceklerine dair kendilerine güvenleri, bu görevleri yerine getirdiklerinde değerli sonuçlar elde edebileceklerine dair beklentileri, hedeflerine ulaşma doğrultusunda harekete geçmeleri ve ilerlemeleri, tüm bunlar için yanlarında onları destekleyecek ailelerinin, arkadaşlarının, öğretmenlerinin olması onların şu anki veya gelecekteki iyi oluşlarını etkileyebilmektedir.

İyi oluş Diener'e göre (2000) bireyin bilişsel ve duyuşsal olarak kendi yaşamını değerlendirmesidir. Ryan ve Deci (2001) ise iyi oluşu, optimum (en uygun, ideal) yaşantı ve işlevsellikle ilişkili kompleks bir yapı olarak tanımlar. İyi oluşla ilgili birçok araştırmacı tarafından sayısız görüş ve tezler ortaya koyulmuştur fakat psikolojide iyi oluşa temel olarak iki farklı perspektiften yaklaşmıştır.

Hedonik görüş iyi oluşu, mutluluk, iyi hissetme veya pozitif ve negatif duyguların dengeli olması olarak değerlendirir (Ryan & Deci, 2001). Hedonik görüşte iyi oluşun anahtar kriteri 'iyi hissetme' dir (Lent & Brown, 2008). Kişinin yaşamdan aldığı doyum ve hazla ilgili değerlendirmeleri önemlidir. Yani hedonik görüşe göre iyi oluş, öznel değerlendirmeleri içerir ve öznel iyi oluş (subjective well-being) olarak kavramlaştırılır. Diener'in (1984) üçlü kavramsallaştırmasında (tripartite conceptualization) öznel iyi oluş, olumlu duyguların fazla, olumsuz duyguların az ve yaşam doyumunun yüksek olması olarak açıklanmıştır.

Diğer bir yaklaşım tarzı olan ödömonik yaklaşım ise iyi oluşu, yaşamın anlamını, amacını bulmaya çalışma, bireylerin potansiyellerini gerçekleştirme ve bunun için çaba harcaması olarak değerlendirir. Ödömoni, bireyin içindeki deviyandırma ya da gerçek doğasını gerçekleştirme olarak tanımlanmaktadır (Hefferon & Boniwell, 2014). Bu görüşten yola çıkan

Ryff (1995), iyi oluşu basit bir şekilde hazza ulaşmak değil, bireyin potansiyelini gerçekleştirmesi ve mükemmelle ulaşmak için çabalaması olarak açıklar. Yani ödömonik görüş bireylerin nasıl hissettiklerinden ziyade ne yaptıklarına ve ne düşündüklerine odaklanır. Ryff (1995), ödömonik görüş temelinde psikolojik iyi oluş olarak adlandırılan bir model ortaya koymuştur. Model altı alt boyuttan oluşmaktadır ve bu alt boyutlar; 1) kendini kabul, 2) kişisel büyüme, 3) diğerleriyle olumlu ilişkiler, 4) çevresel hâkimiyet, 5) yaşam amacı, 6) özerkliktir (Hefferon & Boniwell, 2014). Ödömonik temelli psikolojik iyi oluşa göre bireyler bu alt boyutlarda ne kadar iyiyse, iyi oluş düzeyleri de o kadar yüksektir.

Yapılan araştırmalar göstermiştir ki öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş, iyi oluşun birbirinden farklı fakat birbiriyle ilişkili formlarıdır. Örneğin, Ryff (1989) psikolojik iyi oluşun altı boyutu ve öznel iyi oluşun boyutları arasında yüksek korelasyonlar bulmuştur ve bu korelasyonlar farklı ölçeklerle farklı araştırmalarda tekrar tekrar bulunmuştur (Ryff & Keyes, 1995; Compton, Smith, Cornish & Qualls, 1996). Benzer şekilde McGregor ve Little (1998) iyi oluş ölçeklerine uyguladıkları faktör analizleri sonucunda ‘mutluluk’ ve ‘anlam’ olarak iki faktör belirlemişlerdir. Bu bulgular sonucunda Ryan ve Deci (2001), iyi oluşun hem hedonik hem ödömonik görüşleri içeren çok boyutlu bir yapı olarak açıklanabileceği sonucuna varmışlardır.

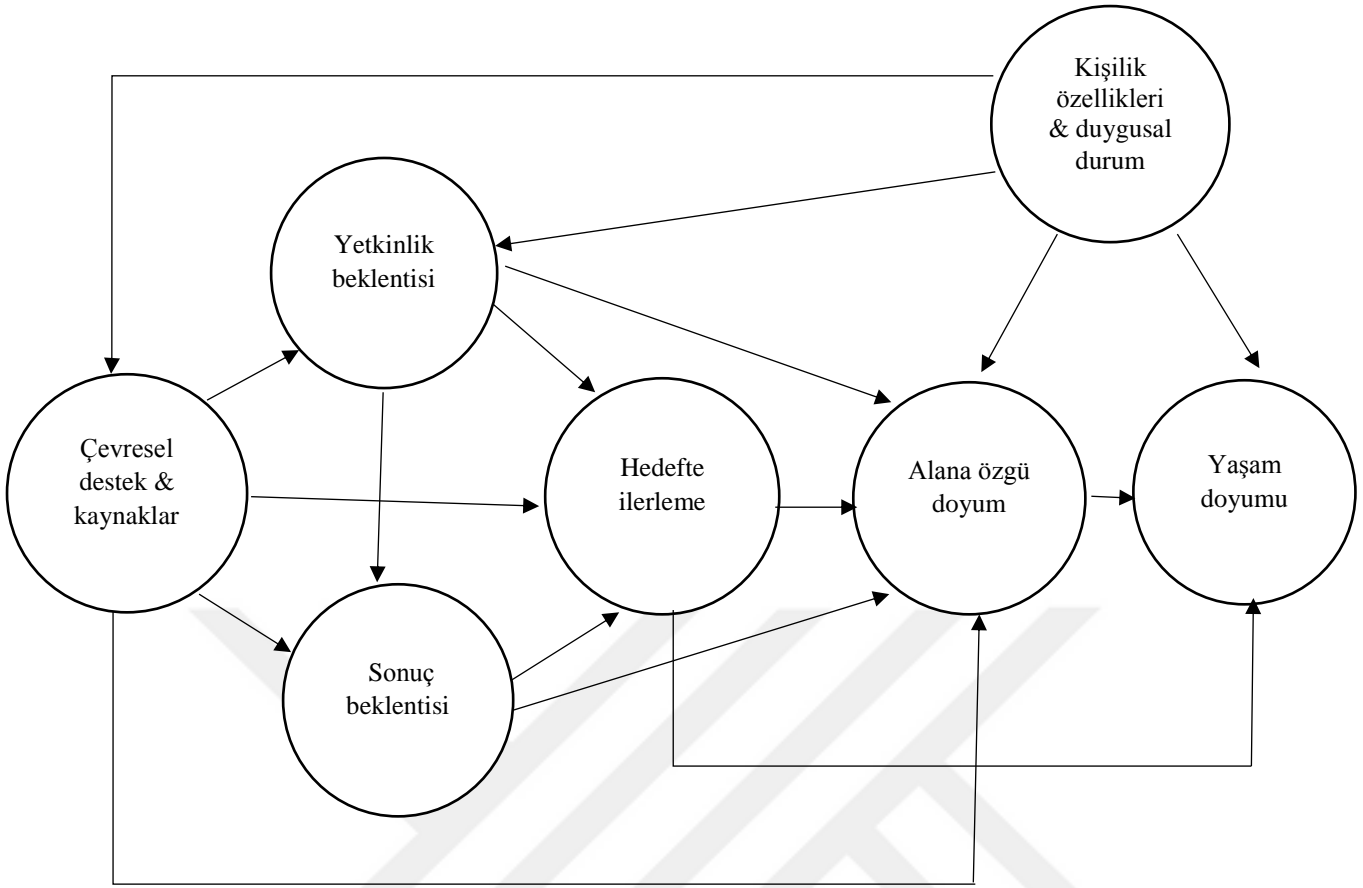
İster hedonik ister ödömonik bakış açısıyla olsun psikolojide farklı disiplinler ortaya çıktıkları günden itibaren bireylerin iyi oluşlarıyla ilgilenmişler ve bir şekilde farklı yollardan bireylerin iyi oluşunu artırmaya çalışmışlardır. Bireylerin de psikolojiden beklentisi budur ki temelde iki amaçla danışmaya gelmektedirler: a) semptomun hafiflemesi, rahatlamak, sıkıntıdan kurtulmak veya b) büyüme, öğrenme, değişme, gelişme, anlama isteği (Lent, 2004), yani iyi oluş düzeylerini arttırmak.

İyi oluş son yıllarda, ‘pozitif psikoloji’ nin üzerinde çalıştığı bir konu gibi görünse de, bu yaklaşım iyi oluşla ilgilenen psikoloji bilimi çatısı altındaki en yeni yaklaşım olarak değerlendirilmektedir (Hefferon & Boniwell, 2014). Nitekim insanlık tarihi boyunca farklı disiplinlerden birçok araştırmacı ‘iyi yaşam nedir?’, ‘iyi olma nedir?’, ‘mutluluk nedir?’ gibi soruların cevabını aramışlar ve sayısız görüş ve tezler ortaya koymuşlardır. Bu disiplinlerden biri de ‘kariyer danışmanlığı’dır ki Super (1955), stresli yaşam olayları altında bile pozitif işlevsellik ve başa çıkmanın uzun yıllardır kariyer danışmanlığının en belirgin çalışma konuları

arasında olduğunu ve olmaya devam edeceğini belirtmiştir. Yine Isaacson ve Brown (1997) kariyer danışmanlığı ile ilgili müdahalelerin, bireyin işlevselliğinin artması, bireyin potansiyellerini tümüyle kullanması ve maksimum mutlulukla ilişkili olduğunu belirtir. Bu şekilde kariyer danışmanları bireylerin yaşam doyumlarını artırmayı hedeflerler (Niles & Harris-Bowlsbey, 2009). Sosyal ve kişilik psikolojisi literatüründe iyi oluş genel olarak statik, zaman içinde durağan, bir kişilik özelliği gibi kavramsallaştırılır. Fakat kariyer danışmanlığında gelişimsel çerçevede pozitif işlevsellikle ilgili çalışmaların uzun bir geçmişi vardır (Super, 1955). Bu gelenek doğrultusunda Lent (2004), Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı temelinde oldukça dinamik ve danışmanlık müdahalelerine uygun bir iyi oluş modeli ortaya koymuştur.

Lent (2004), bireylerin zor durumların veya kaderlerinin kurbanı olmaktan ziyade, kendi iyi oluşlarının aktif şekillendiricisi ve destekleyicisi olduklarını vurgular. Örneğin, değerli yaşam aktiviteleri ve yetkinlik inançlarını inşa etmede çabalayarak, anlamlı kişisel amaçlar belirleyip bu amaçlara ulaşmak için eylemlerde bulunarak veya sosyal destek kaynakları arayarak bireyler mutluluklarını artıracak fırsatlar yakalayabilirler (Sheu & Lent, 2008). Yani Lent iyi oluşun değişmez, sabit, bir kişilik özelliği gibi olduğu görüşüne karşı çıkmış, iyi oluşun geliştirilebilir, artırılabilir olduğunu savunmuş ve kendi iyi oluşlarını artırmada bireylerin kapasitelerine vurgu yapmıştır. Ayrıca Lent iyi oluşa tek bir perspektiften bakmamış, iyi oluşun biliş, davranış, çevresel kaynaklar, kişilik özellikleri gibi pek çok değişkenden etkilenen çok boyutlu bir değişken olduğu hipotezini ortaya koymuş ve modelinde bu değişkenlere yer vermiştir. Lent (2004) daha önceki iyi oluşla ilgili farklı görüşlere ait kavramların (psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş) ve Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramının temel kavramlarının içerisinde yer aldığı birleştirici ve kompleks bir model ortaya koymuştur. Model hedonik görüşe ait yaşam doyumunu, spesifik bir alana özgü (iş, akademik vb.) doyum, ödömonik görüşle ilgili hedefler, hedefte ilerleme gibi değişkenleri ayrıca yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri gibi Sosyal Bilişsel Kurama ait kavramları, çevresel desteği ve bireyin kişilik özelliklerini de içerisine alan birleştirici, kapsamlı ve kompleks bir modeldir.





**Şekil 1.** Sosyal Bilişsel Öznel İyi Oluş Modeli

Model kariyer gelişiminde oldukça önemli yıllar olarak görülen üniversite yılları içerisinde bulunan öğrenciler örnekleminde incelenmiş ve akademik açıdan değerlendirilmiştir. Çünkü öğrenciler zamanlarının büyük çoğunluğunu, yaşamlarının en değerli yıllarını üniversitede geçirmektedirler ve akademik alan genel yaşamları içerisinde oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Bölüm seçimi, üniversiteye başlangıç süreci, yine üniversiteyi bitirdikten sonra bir iş bulma sürecinin öğrenciler için ne kadar stres kaynağı olduğu yadsınamaz. Fakat ülkemizde birçok öğrenci ekonomik ve politik sebeplerden dolayı sadece üniversite mezunu olabilmek için bir bölüm seçmekte, hiç bilmedikleri ve sevmedikleri bir bölümü okumakta, okudukları bölümü bitirdiklerinde de kendilerini mutlu edecek sonuçlar elde edeceklerine inanmamaktadırlar, dolayısıyla akademik yaşamlarından doyum sağlamayan mutsuz öğrenciler yetişmektedir. Kurt'un (2008) istatistik bölümü öğrencileri ile yapmış olduğu bir araştırmada öğrencilere sorulan 'bölümümü değiştirmek isterdim' ifadesine öğrencilerin çoğunun olumlu yanıt verdiği bulunmuştur. Bunun yanında bu öğrencilerin tekrar sınava hazırlandıkları ve bölüm değiştirme ile ilgili davranışlarda buldukları ortaya koyulmuştur. Kariyer literatürüne bakıldığında ise çalışan bireylerin iş doyumlarıyla ilgili oldukça fazla araştırma varken, öğrencilerin akademik

doyumlarıyla ilgili çok az araştırma bulunmaktadır. Oysaki üniversite yılları aynı zamanda iş yaşamına geçişe hazırlık yıllarıdır ve üç-dört yıl sonra çalışan bireyler olacak olan bu grup üzerinde çalışmalar yapmak, yaptıkları işten doyum alan çalışanların yetişmesinde de doğal olarak etkili olacaktır. Geleceğin çalışanları olacak olan öğrencilerin okudukları alandan, aldıkları derslerden, eğitim ortamlarından kısaca akademik yaşamlarından memnun olmaları ya da olmamaları onların hem şu an ki hem de gelecekteki yaşamını etkileyebilir.

Akademik doyum, öğrencilerin akademik durumlarını değerlendirdikleri zaman olumlu duygular hissetmesi olarak tanımlanmıştır (Lent & Brown, 2008). Akademik doyum öğrencilerin genel üniversite yaşamında anahtar rol oynamaktadır (Gerdes & Mallinckrodt, 1994; Pascarella & Terenzini, 1991). Strese dayanıklılık (Schiefele & Jacob-Ebbinghaus, 2006), akademik başarı (Bean & Bradler, 1986) gibi kavramlarla ilişkili olan akademik doyum genellikle araştırmacılar tarafından göz ardı edilmektedir (Lent, Singley, Sheu, Schmidt & Schmidt, 2007; Trapmann vd., 2007). Oysaki akademik alan üniversite öğrencilerinin genel yaşamı içerisinde oldukça önemli bir yer tutmakta ve dolayısıyla genel yaşam doyumlarını etkilemektedir (Lent vd., 2005; Ojeda, Flores & Navarro, 2011; Lent, Taveira & Lobo, 2012). Akademik doyumsuzluk yaşayan öğrencilerin daha fazla gerginlik yaşadığı bunun da çeşitli psikolojik veya psiko-somatik rahatsızlıklara yol açtığı görülmektedir (Öngider & Yüksel, 2002). Lent'in (2004) ortaya koymuş olduğu model, bireylerin kariyer yaşamlarıyla ilgili doyumunu ve genel yaşam doyumunu açıklayan, birçok ülkede farklı örneklem gruplarında sınanmış ve etkililiği ortaya koyulmuş bir modeldir. Modelin Türk örnekleminde sınanmasının ise yukarıda belirtilen açılardan ulusal ve uluslararası kariyer literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Modelde yer alan kavramlardan yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri ve hedefler SBKK'nın temel birey değişkenleridir ve bireylerin kariyer ilgilerinin, seçimlerinin ve performanslarının oluşmasında ve gelişmesinde etkili olan temel kavramlardır (Lent, 2005). Lent'in (2004) ortaya koymuş olduğu bu son modelde, üç kavramın kariyer ilgilerinin, seçimlerinin ve performanslarının yanında doyumunu da etkiledikleri açıklanmıştır. Yetkinlik, kişinin belirli bir performansı gerçekleştirmek için gerekli olan eylemleri gerçekleştirebilme ve organize edebileceğine dair yargılarıdır (Bandura, 1986). Yani bireyin bir alanla ilgili işleri başarılı bir şekilde yerine getirebileceğine dair kendine güvenidir. Bir alanla ilgili yüksek yetkinlik beklentileri bireyin o alanla ilgili olumlu sonuçlar elde edeceği inancını (sonuç

beklentileri) artırmakta ve olumlu sonuçlar elde edeceğine inanan kişi bu alanla ilgili hedefler belirlemekte ve bu inançlar arttıkça hedeflerine ulaşma konusunda daha çok gayrette bulunmaktadır. SBKK'ya göre yetkinlik beklentileri insanların motivasyonunun, mutluluğunun ve kişisel başarılarının temelidir (Telef & Ergün, 2013). Yetkinlik beklentileri duyguların hem yoğunluğunu hem tipini etkiler (Telef & Ergün, 2013). Işık'ın (2012) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırma sonucunda kariyer kararı yetkinlik beklentisi arttıkça öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinin ve olumsuz duygularının azaldığı, olumlu duygularının ise arttığı bulunmuştur. Sonuç beklentileri ise belirli davranışları gösterdikten sonra oluşabilecek durumlarla ilişkilidir ve eğer bu beklentiler olumlu yönde ise sadece mesleki alanda değil diğer alanlardaki davranışlarımızın ortaya çıkmasına ve bu davranışların sürdürülmesine etki etmektedir (Özyürek, 2011). Örneğin bir öğrencinin şu an okumuş olduğu bölümü bitirdiğinde iyi bir işe, cazip bir maaşa, saygın bir statüye sahip olacağı gibi olumlu sonuç beklentileri varsa bu alanda ilerleme konusunda hedefler belirleyecek ve bu hedeflere ulaşmak için eylemlerde bulunacaktır. Hedeflerde ilerlemek ise bireyin yetkinlik ve sonuç beklentilerini daha da çok artıracak aynı zamanda hedeflerine ulaşan bireyin bu alandan aldığı doyum da artacaktır. Kısaca SBKK'nın bu üç kavramı bireylerin ilgilerinin ve seçimlerinin oluşmasında, kariyerle ilgili davranışlarının ortaya çıkmasında aynı zamanda bireylerin o alanla ilgili aldıkları doyumun artmasında son derece etkili kavramlardır ve karşılıklı döngü içerisinde birbirlerini etkilemektedirler. Nitekim Lent vd.'nin (2013) yapmış oldukları bir araştırmada mühendislik öğrencilerinin alanlarıyla ilgili olumlu sonuç beklentilerinin ilgi, seçim, performans ve doyumlarını anlamlı düzeyde etkilediği bulunmuştur.

Modelde yer alan diğer kavramlar çevresel bir etmen olan akademik destek ve kişisel bir etmen olan pozitif duygulardır. Lent (2004) bireylerin iyi oluşunu etkilemede sadece sosyal bilişsel faktörlere odaklanmamış, çevresel faktörlerin ve kişilik özelliklerinin de öznel iyi oluşu etkilediğini savunmuştur. SBKK kuramcılarını kariyer davranışlarının ortaya çıkmasında hem kişisel hem de çevresel etkenlerin önemine ve karşılıklı etkisine vurgu yapmışlardır (Özyürek, 2011). Çevreden alınan destek bireylerin kariyer seçimlerini şekillendiren yetkinlik beklentileri üzerinde etkilidir (Lent vd., 2003). Aileleri, arkadaşları ve öğretmenleri tarafından onaylanan, desteklenen bireyler kendilerini daha yetkin görürken, çevresi tarafından engellerle karşılaşan bireyin yetkinlik beklentileri düşecektir. Engel ve destekler sadece yetkinlik beklentilerini değil bireyin sonuç beklentileri ve hedeflerini de etkilemektedir. Fakat sosyal bilişsel kariyer

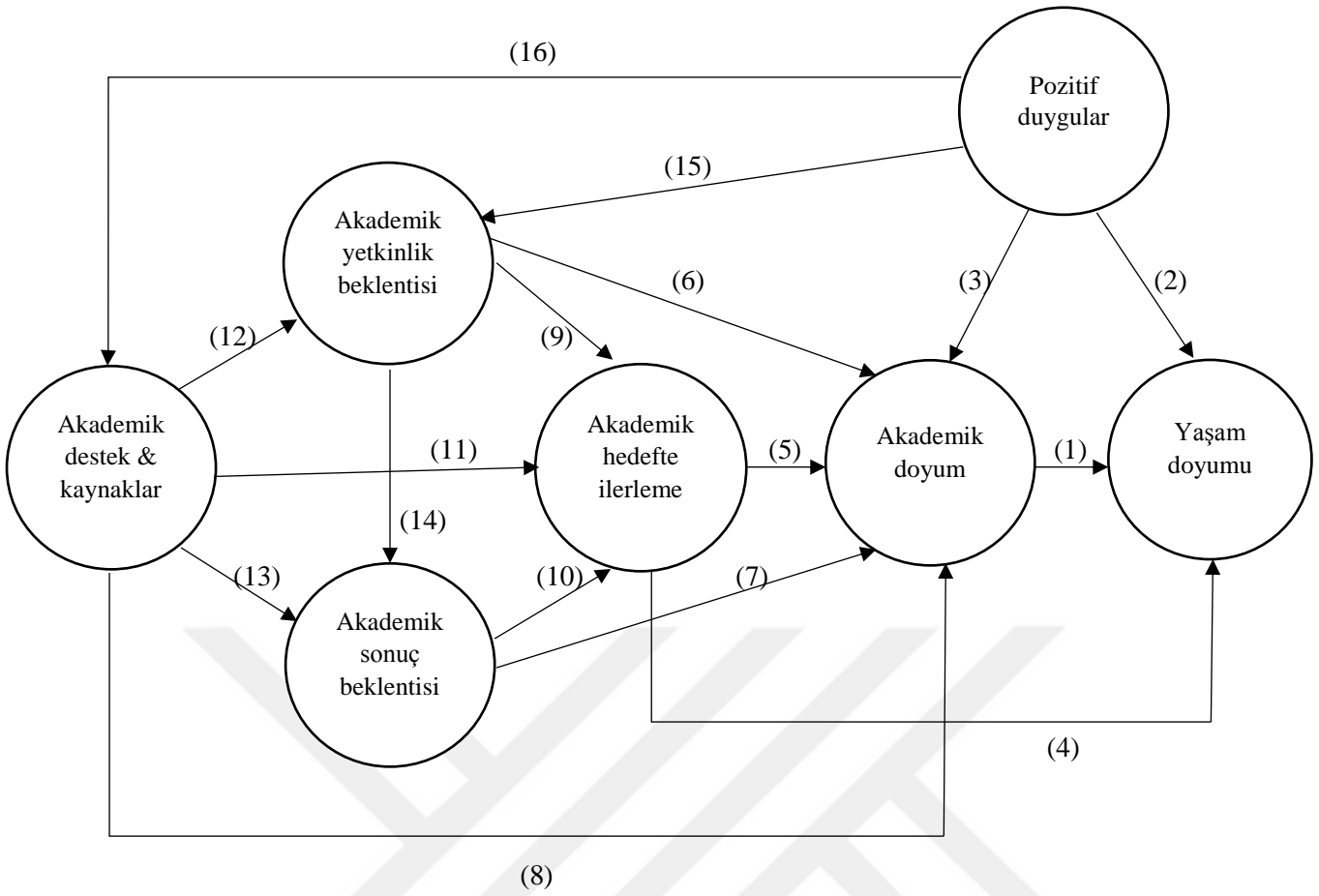
modelinde çevresel etmenlerin rolünü ortaya koyan çok az araştırma vardır (Sharf, 2014). Dolayısıyla yapılan araştırmanın bu konuda da literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Lent (2004) bu modeli ortaya koyarken bireylerin psikologlardan, psikolojik danışmanlardan kısaca ruh bilimcilerden temel beklentileri olan iyi oluşlarını artırma, destekleme görevini ve geleneğini yerine getirme adına, bireylerin iyi oluşlarını artıran etmenleri kapsamlı olarak incelemeyi, iyi oluşla ilgili önceki görüşleri de entegre ederek birleştirici ve kompleks bir iyi oluş modeli sunmayı ve bu model doğrultusunda bireylerin iyi oluşunu artıracak, destekleyecek pratik uygulamalar ortaya koymayı amaçlamıştır.

Yapılan bu araştırmanın amacı ise, kariyer gelişiminde oldukça önemli görülen üniversite yılları içerisinde bulunan öğrencilerin, akademik doyum ve genel yaşam doyumlarını etkileyen faktörleri Sosyal Bilişsel İyi Oluş Modeli çerçevesinde incelemektir. Kuramsal temeli Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı'na dayanan bu çalışmada modelin incelenmesi önemli görülmüş ve bu araştırmanın temel problemini oluşturmuştur.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin akademik yetkinlik beklentileri, akademik sonuç beklentileri, akademik hedeflerinde ilerlemeleri, akademik destek ve pozitif duyguları arasındaki ilişkileri ve bu değişkenlerin akademik doyum ve yaşam doyumuna etkilerini Sosyal Bilişsel İyi Oluş Modeli çerçevesinde incelemektir. Bu temel amaç doğrultusunda aşağıda verilen hipotez model test edilmiştir.



**Şekil 2. Hipotez Model**

1. Akademik doyum yaşam doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
2. Pozitif duygular yaşam doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
3. Pozitif duygular akademik doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
4. Akademik hedefte ilerleme yaşam doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
5. Akademik hedefte ilerleme akademik doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
6. Akademik yetkinlik beklentisi akademik doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
7. Akademik sonuç beklentisi akademik doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
8. Akademik destek akademik doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
9. Akademik yetkinlik beklentisi akademik hedefte ilerlemeyi doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
10. Akademik sonuç beklentisi akademik hedefte ilerlemeyi doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.

11. Akademik destek akademik hedefte ilerlemeyi doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
12. Akademik destek akademik yetkinlik beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
13. Akademik destek akademik sonuç beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
14. Akademik yetkinlik beklentisi akademik sonuç beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
15. Pozitif duygular akademik yetkinlik beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.
16. Pozitif duygular akademik desteği doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır.

### 1.3. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

İyi oluş insanlık tarihi boyunca araştırıla gelmiş bir kavramdır. Antik Yunanlar en iyiyi ‘ödömoni’ olarak adlandırdılar. Sokrates iyi’nin erdemli davranıştan ortaya çıktığını savunurken, Aristoteles en iyinin mutluluk olduğunu düşünmüştür. Kant ise iyi yaşamı bireyin görevlerini yerine getirmesiyle ilişkilendirmiştir (Kernes & Kinnier, 2005). Amerika’da en az yüz yıldır kullanılan ‘Amerikan hayali’ kavramı iyi yaşama denk bir kavramdır ve maddi kazanç ve sağlıkla ilişkilidir (Tyson, 1994). Birçok geleneksel Afrika toplumunda iyi yaşam, toplumun düzeninin ve uyumunun korunması olarak değerlendirilir (Paris, 1995). Yani iyi yaşamın tanımlaması bireylerin içerisinde buldukları toplumun kültürüyle yakın ilişkilidir. İyi yaşamın anlamı toplumdan topluma ya da bireyden bireye değişse de şu bir gerçektir ki her birey iyi bir yaşam arzulamakta ve bunun için çalışmaktadır.

İyi yaşamın tanımlaması bireylerin içinde buldukları yaşam dönemine göre de değişebilir (Kernes & Kinnier, 2005). Ergenlikte ve genç yetişkinlikte öncelikler kariyer seçeneklerinin belirlenmesi, bir yakın ilişki yaşama belki de bir aile kurmaya odaklanırken (Super, 1957), yetişkinlikte öncelikler bireyin kendisinden topluma katkı sağlamaya, bir miras bırakmaya dönüşebilir. Yaşamlarının son dönemlerinde ise bireyler bir iş veya aile kurmaktan ziyade maneviyata yönelebilirler (Kinnier & Freitag, 1990). Bireyler içinde buldukları yaşam döneminin gereklerini, önceliklerini başarılı bir şekilde yerine getirdikçe mutluluk düzeyleri artacaktır.

Tarihten günümüze sadece felsefeciler değil, psikologlar, teologlar ve daha pek çok bilim dalından araştırmacılar ‘iyi yaşam nedir?’, ‘iyilik hali nedir?’, ‘mutluluk nedir?’ gibi soruların cevabını aramışlar, bireylerin iyi oluşlarını artıran etmenleri araştırmışlar ve sayısız görüş ve tezler ortaya koymuşlardır. Bu araştırmaların en kapsamlılarından biri olan Dünya Kamuoyu Araştırması (Gallup World Poll), dünya nüfusunun %98’inden veri toplamayı başarmış en yaygın bilinen evrensel iyi oluş araştırmasıdır. Gallup örgütü 1990’larda dünya genelinde yaşam doyumuna bakmaya başlamış ve 2005’e kadar 150’nin üzerinde ülkede oldukça kapsamlı ve benzeri görülmemiş bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda iyi oluşun beş ana unsuru ortaya koyulmuş ve bu unsurlar önem sırasına göre şöyledir:

- Kariyer iyilik hali
- Sosyal iyilik hali
- Finansal iyilik hali
- Fiziksel iyilik hali
- Toplumsal iyilik hali (Hefferon & Boniwell, 2014).

Araştırmanın sonucu iyi oluşu etkileyen pek çok faktörün olduğu, fakat kariyerin bireylerin yaşamlarında son derece önemli ve öncelikli bir alan olduğunu, sağlıklı bir kariyer gelişiminin iyi yaşamın büyük ve önemli bir parçasını oluşturduğunu göstermektedir. Yani bireyler yaptıkları işten, sahip oldukları meslekten veya üniversitede eğitimini aldıkları alanlardan ne kadar memnun, ne kadar doyum sağlarsa iyi oluş düzeyleri de o kadar artmaktadır. Bu oldukça doğal bir durumdur, çünkü bireyin yaşam içindeki konumunu, kendisini ve yaşamını anlamlandırması büyük oranda işiyle/mesleğiyle biçimlenir (Yeşilyaprak, 2011). ‘İş’ in tanımı tarih boyunca değişse de bireyin yaşamındaki önemi ve yaşamı etkileme gücü pek değişmemiştir. Bireyin yapmış olduğu iş, yaşamdaki diğer rollerini ve yaşam içindeki tüm konumunu etkiler. Bireyin nasıl bir ortamda çalışacağı, nasıl bir yaşam tarzına sahip olacağı, kimlerle ilişki kuracağı ve hatta nasıl biriyle evleneceği yaptığı işle bağlantılıdır (Yeşilyaprak, 2011). Bireyin psikolojik, fizyolojik ve toplumsal ihtiyaçlarını karşılamada en önemli araç olan iş/meslek, yaşama anlam veren ve yaşam doyumunu etkileyen en önemli değişkendir (Herr, Cramer & Niles, 2004).

Yapılan bu araştırmada kariyer gelişimi açısından oldukça stresli ve önemli bir dönemden geçen üniversite öğrencilerinin, kariyerleriyle ilgili davranışları arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerin

öğrencilerin akademik doyum ve yaşam doyumlarına etkileri Lent'in geliştirmiş olduğu iyi oluş modeli çerçevesinde incelenecektir. Üniversite yılları öğrenciler için ileride yapacakları işe hazırlık dönemidir. Bu dönemde öğrenciler kendi ilgi, yetenek ve değerleri doğrultusunda hedefler belirler, bu hedeflere ulaşmak için planlar yaparlar, kararlar alırlar, iş bulmada gerekli ve onlara yardımcı olabilecek yeterliliklere sahip olmaya çalışırlar. Öğrencilerin eğitim aldıkları alanda kendilerini yetkin görmeleri, okudukları bölümü bitirdikten sonra doyum sağlayıcı bir işe, cazip bir maaşa vb. sahip olacaklarına inanmaları onların şu an ve gelecekte mutlu ve başarılı bir yaşam sürdürebilmeleri için oldukça önemlidir. Lent'in ortaya koymuş olduğu sosyal bilişsel iyi oluş modeli üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimleri ile ilgili memnuniyetlerini ve genel yaşam doyumlarını açıklamada oldukça kullanışlı bir modeldir (Feldt, 2012). Dolayısıyla model farklı ülkelerden birçok araştırmacı tarafından test edilmiştir.

Lent vd. (2005) Amerikalı üniversite öğrencileri örneğinde Lent'in iyi oluş modelini test etmiş ve araştırmanın bulguları iyi oluş modeli ile oldukça uyumlu bulunmuştur. Bunun dışında farklı ülkelerden araştırmacılar Portekizli üniversite öğrencileri (Lent, Taveira & Lobo, 2012), Afrikalı üniversite öğrencileri (Lent vd., 2014), Avrupa kökenli Amerikalı mühendislik öğrencileri (Lent vd., 2007), Asya kökenli Amerikalı üniversite öğrencileri (Hui, Lent & Miller, 2013) örneğinde iyi oluş modelini sınamışlar ve model ile uyumlu sonuçlar elde etmişlerdir. Bazı araştırmacılar iyi oluş modelini boylamsal araştırma yaparak test etmiş ve olumlu sonuçlar elde etmiştir (Lent, Taveira, Sheu & Singley, 2009; Singley, Lent & Sheu, 2010). Yapılan bazı araştırmalarda ise, modele akademik doyum ve yaşam doyumuyla ilişkili görülen kültüre özgü değişkenler eklenmiştir. Bu araştırmalar Tayvan ve Singapurlu üniversite öğrencileri (Sheu, Chong, Chen & Lin, 2014), Afrikalı üniversite öğrencileri (Ezeofor & Lent, 2014) ve Meksika kökenli Amerikan üniversite öğrencileri (Ojeda vd., 2011) örneğinde yapılmış ve araştırma sonuçlarında, modele eklenen bu değişkenlerin akademik doyum ve yaşam doyumunu sosyal bilişsel değişkenler üzerinden etkilediği bulunmuştur.

Araştırma sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, sosyal bilişsel iyi oluş modelinin üniversite öğrencilerinin akademik doyum ve yaşam doyumlarını açıklamada son derece uygun ve kullanışlı bir model olduğu sonuçları elde edilmiştir. Model farklı ülkelerden birçok araştırmacı tarafından farklı örneklem gruplarında sınanmış ve önemli sonuçlar elde edilmiştir. Fakat ülkemizde üniversite öğrencilerinin kariyerleriyle ilgili davranışlarının ve kaynaklarının onların iyi oluşları üzerindeki etkisini bir model çerçevesinde ortaya koyan kapsamlı bir



araştırmaya rastlanmamıştır. Yapılan araştırma bu açıdan önemli görülmekte ve araştırmanın kariyer literatürüne önemli katkısının olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın önemli görülmesinin sebeplerinden biri de kariyer danışmanlığı ve rehberliği alanında geliştirilecek mesleki rehberlik programlarına ve bireysel kariyer psikolojik danışması uygulamalarına katkı sağlayacak olmasıdır. Verbruggen ve Sels (2010) kariyer psikolojik danışmanlığı müdahalelerinin danışanların kariyer ve yaşam doyumlarına etkisini araştırmak amacıyla sosyal bilişsel iyi oluş modeli çerçevesinde bir çalışma gerçekleştirmiştir. Alanda 2 ile 15 yıl arasında çalışan uzman danışmanlar tarafından, 195 danışan ile yapılan düzenli danışma oturumları sonrasında danışanların yetkinlik beklentilerinde önemli artışlar olmuş, 6 ay sonra yapılan ölçümler sonucunda bile kariyer doyumunun yaşam doyumunu yüksek düzeyde yordadığı bulunmuştur. Danışma oturumları sonucunda danışanların amaçları doğrultusunda daha çok ilerledikleri, amaçlarını gerçekleştirme konusunda daha çok kendilerine güvendikleri ve çevrelerinden daha az engel gördükleri için yaşam doyumları ve kariyer doyumları daha yüksek bulunmuştur. Modelde yer alan değişkenler kariyer doyumunun % 31'ini ve yaşam doyumunun % 24'ünü açıklamıştır. Bu sonuç sosyal bilişsel iyi oluş modelinin bireylerin kariyer doyumlarını ve yaşam doyumlarını açıklamada oldukça etkili ve psikolojik danışmanlık müdahalelerine uygun, oldukça kullanışlı bir model olduğunu ortaya koymaktadır. Dolayısıyla yapılan bu araştırma ülkemizdeki kariyer psikolojik danışmanlığı uygulamalarına da önemli katkı sağlayacaktır.

Modelin test edilmesi sonucunda ortaya çıkan bulgular üniversitelerdeki kariyer gelişim merkezlerinde öğrencilere sunulacak kariyer psikolojik danışmanlığı ve rehberliği hizmetlerinin planlanması ve programlanması sürecine yardımcı olacaktır. Şu an akademik yaşamlarından ve genel olarak yaşamlarından memnun olan üniversite öğrencilerinin gelecekte işini seven, yaşamından hoşnut, psikolojik olarak sağlıklı bireyler, mutlu çalışanlar olma ihtimalleri yüksektir. Geleceğin profesyonelleri şimdinin üniversite öğrencileridir, bu grup bu açıdan oldukça önemlidir. Bu noktada üniversitelerin kariyer merkezlerine önemli iş düşmektedir ve yapılan araştırma üniversite öğrencilerine sunulacak hizmetlerin içeriğini etkileme açısından önemli görülmektedir.

Model birçok ülkede sınanmış, önemli sonuçlar elde edilmiş ve başka ülkelerde de sınanması birçok araştırmacı tarafından önerilmiştir. Modelin Türk öğrenciler örneğinde sınanması sonucu elde edilen bulguların kültürlerarası kariyer psikolojik danışmanlığı çalışmalarına da katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ayrıca yapılan araştırma kapsamında Türkçe'ye uyarlanan akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentileri, akademik amaçlara yönelik eylemler, akademik destek ve akademik doyum ölçeklerinin ülkemizde kariyer danışmanlığı literatürüne ölçme araçları kazandırma açısından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Psikolojik danışmanlığın temel amacı psikolojik acıları azaltmak, psikolojik sağlığı ve iyi oluşu artırmaktır (Kinnier, 1997). Bireylerin de psikolojik danışmanlardan beklentisi budur ki temelde iki amaçla danışmaya gelmektedirler: a) semptomun hafiflemesi, rahatlamak, sıkıntıdan kurtulmak ve ya b) büyüme, öğrenme, değişme, gelişme, anlama isteği (Lent, 2004), yani iyi oluş düzeylerini arttırmak. Her bireyin iyi olma arzusu ve çabası, bu konuda bizlerden beklentileri düşünüldüğünde araştırmanın önemi daha iyi kavranacaktır.

#### 1.4. Sınırlılıklar

1. Bu araştırmanın örnekleme Mevlana Üniversitesi Eğitim Fakültesi 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçları tüm sınıf düzeyindeki üniversite öğrencilerine genellenebilir.
2. Araştırmada kullanma amacı ile Türkçe'ye uyarlanan ölçme araçlarının güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları ile ilgili veriler Mevlana Üniversitesi öğrencilerinden toplanmıştır. Sonuçlar benzer gruplara genellenebilir.
3. Araştırmada yer alan değişkenler ölçeklerin Türkçe'ye uyarlamalarının ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

#### 1.5. Tanımlar

**Yetkinlik Beklentisi:** Kişinin belirli bir performansı gerçekleştirmek için gerekli olan eylemleri gerçekleştirebilme ve organize edebileceğine dair yargılarıdır (Bandura, 1986).

SBKK' ya göre yetkinlik inançları genel değildir, belirli performans alanlarına özgüdür (Özyürek, 2011). Akademik yetkinlik beklentisi, sosyal yetkinlik beklentisi gibi.

**Sonuç Beklentisi:** Sonuç beklentileri, belirli davranışları yapmanın sonuçları veya durumları hakkındaki kişisel inançlardır. Belirli davranışları gösterdikten sonra oluşabilecek durumlarla ilişkilidir (bunu yaparsam ne olur?) (Brown, 2002).

**Hedefler:** Kişisel hedefler belirli bir sonucu elde etme veya belirli bir aktiviteyi gerçekleştirme isteği olarak tanımlanabilir (Bandura, 1986).

**Kariyer Destekleri:** Kariyer destekleri bireylerin kariyer seçimlerini oluşturmalarını ve amaçları doğrultusunda kendilerini geliştirmelerini kolaylaştıran etmenlerdir. Kişinin kariyer gelişimini etkin bir biçimde teşvik etmek anlamındadır (Özyürek, 2011).

**Pozitif Duygu:** Pozitif Duygu, hayattan alınan aktif haz ve keyif olarak tanımlanmaktadır (Gençöz, 2000).

**Akademik Doyum:** Akademik doyum, öğrencilerin akademik durumlarını değerlendirdikleri zaman olumlu duygular hissetmesi olarak tanımlanmıştır (Lent & Brown, 2008).

**Yaşam Doyumu:** Yaşam doyumunu öznel iyi oluşun bilişsel boyutudur. Bireyin kendi yaşamını iyi ya da kötü olarak sorgulaması, değerlendirmesidir (Lucas & Diener, 2004).

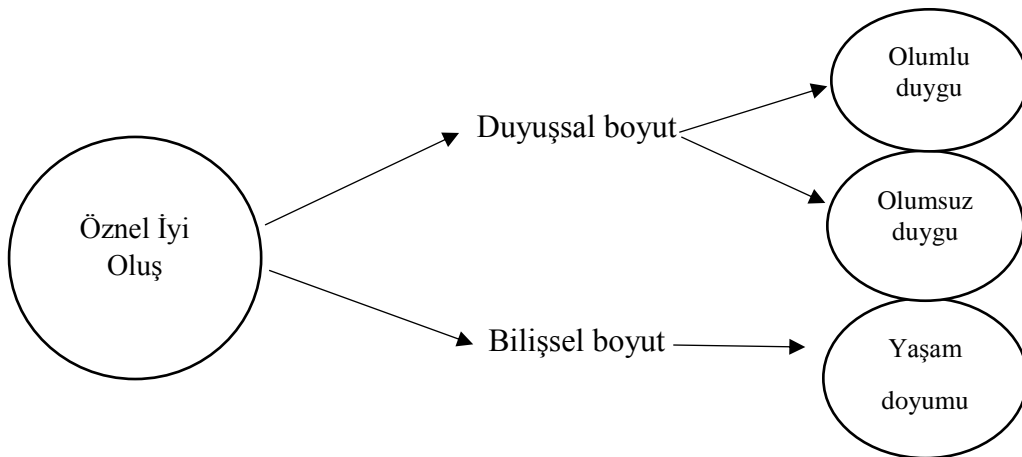
## BÖLÜM II

### KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1. İyi Oluş

İyi oluş Diener'e göre (2006) bireyin kendisi ve yaşamıyla ilgili olumlu duyguları içeren yaşamının tüm yönlerinin genel bir değerlendirmesidir. Ryan ve Deci (2001) ise iyi oluşu, optimum (en uygun, ideal) yaşantı ve işlevsellikle ilişkili kompleks bir yapı olarak tanımlar. Weston (1999) iyi oluş için 'mutluluk veya yaşam doyumu' kavramlarını kullanırken, Saföz-Güven (2008) iyi oluşu yaşama ilişkin öznel duygu ve değerlendirmeler olarak açıklar. İyi oluşla ilgili birçok tanımlama yapılmış, birçok araştırmacı tarafından sayısız görüş ve tezler ortaya koyulmuştur fakat psikolojide iyi oluşa temel olarak iki farklı perspektiften yaklaşılmaktadır.

Hedonik görüş iyi oluşu, mutluluk, iyi hissetme ve ya pozitif ve negatif duyguların dengeli olması olarak değerlendirir (Ryan & Deci, 2001). Hedonik görüşte iyi oluşun anahtar kriteri 'iyi hissetme' dir (Lent & Brown, 2008). Kişinin yaşamdan aldığı doyum ve hazla ilgili değerlendirmeleri önemlidir. Yani hedonik görüşe göre iyi oluş, öznel değerlendirmeleri içerir ve öznel iyi oluş (subjective well-being) olarak kavramlaştırılır. Diener'in (1984) üçlü kavramsallaştırmasında (tripartite conceptualization) öznel iyi oluş, olumlu duyguların fazla, olumsuz duyguların az ve yaşam doyumunun yüksek olması olarak açıklanmıştır.

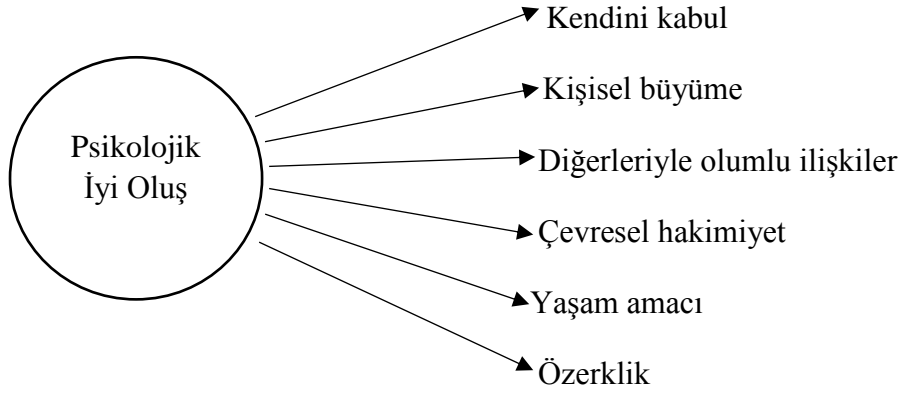


**Şekil 3.** Öznel İyi Oluş Modeli Alt Boyutları

Modeldeki olumlu duygular, neşe, heyecan, mutluluk gibi pozitif duygulardır. Olumsuz duygular tam tersi üzüntü, öfke, korku gibi negatif duyguları kapsar. Yaşam doyumu ise öznel iyi oluşun bilişsel boyutudur. Bireyin kendi yaşamını iyi ya da kötü olarak sorgulaması, değerlendirmesidir (Lucas & Diener, 2004). Suldo, Riley & Shaffer'a göre (2006) yaşam doyumu bireyin yaşamının belirli alanlarını (iş, okul, aile vb.) veya tümünü genel olarak değerlendirmesidir. Yaşam doyumu literatürde çoğu zaman öznel iyi oluş kavramının yerine kullanılmaktadır ve diğer öznel iyi oluş bileşenlerine göre daha kararlı, sabit bir bileşen olduğu için iyi oluşla ilgili araştırmalarda en çok kullanılan kavram ve ölçme aracıdır (Suldo, Riley & Shaffer, 2006).

Diğer bir yaklaşım tarzı olan ödömonik yaklaşım ise iyi oluşu, yaşamın anlamını, amacını bulmaya çalışma, bireylerin potansiyellerini gerçekleştirme ve bunun için çaba harcaması olarak değerlendirir. Ödömoni, bireyin içindeki deviyandırma ya da gerçek doğasını gerçekleştirme olarak tanımlanmaktadır (Hefferon & Boniwell, 2014). Bu görüşten yola çıkan Ryff (1995), iyi oluşu basit bir şekilde hazza ulaşmak değil, bireyin potansiyelini gerçekleştirme ve mükemmelle ulaşmak için çabalaması olarak açıklar. Yani ödömonik görüş bireylerin nasıl hissettiklerinden ziyade ne yaptıklarına ve ne düşündüklerine odaklanır.

Ryff (1995), ödömonik görüş temelinde psikolojik iyi oluş olarak adlandırılan bir model ortaya koymuştur. Model altı alt boyuttan oluşmaktadır ve bu alt boyutlar; 1) kendini kabul (bireyin kendisini ve yaşamını olumlu değerlendirmesi), 2) kişisel büyüme (büyüme ve gelişmeyi sürdürebilme, kendini gerçekleştirme), 3) diğerleriyle olumlu ilişkiler (diğerleriyle nitelikli ilişkilere sahip olma), 4) çevresel hakimiyet (bireyin kendisini ve çevresini etkili bir şekilde yönetme kapasitesi), 5) yaşam amacı (bireyin yaşamının anlamlı ve amaçlı olduğu inancı), 6) özerklik (kendi kendine karar verebilme) tir (Hefferon & Boniwell, 2014). Ödömonik temelli psikolojik iyi oluşa göre bireyler bu alt boyutlarda ne kadar iyiyse, iyi oluş düzeyleri de o kadar yüksektir.



**Şekil 4.** Ryff' in Psikolojik İyi Oluş Modeli Alt Boyutları

Yapılan araştırmalar göstermiştir ki öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş, iyi oluşun birbirinden farklı fakat birbiriyle ilişkili formlarıdır. Örneğin, Ryff (1989) psikolojik iyi oluşun altı boyutu ve öznel iyi oluşun boyutları arasında yüksek korelasyonlar bulmuştur ve bu korelasyonlar farklı ölçeklerle farklı araştırmalarda tekrar tekrar bulunmuştur (Ryff & Keyes, 1995; Compton, Smith, Cornish & Qualls, 1996). Benzer şekilde McGregor ve Little (1998) iyi oluş ölçeklerine uyguladıkları faktör analizleri sonucunda 'mutluluk' ve 'anlam' olarak iki faktör belirlemişlerdir. Bu bulgular sonucunda Ryan ve Deci (2001), iyi oluşun hem hedonik hem ödömonik görüşleri içeren çok boyutlu bir yapı olarak açıklanabileceği sonucuna varmışlardır. Diener vd. (2010) ise yapmış oldukları son araştırmalarda olumlu, olumsuz duygu ve yaşam doyumunun yanında diğer insanların mutluluklarına katkı, başkaları tarafından kabul edilme, anlamlı ve amaçlı yaşam, diğer insanların aktiviteleriyle ilgilenme ve yaptıkları aktivitelerde kendilerini yeterli ve yetenekli görme gibi kavramların da öznel iyi oluşu desteklediğini ortaya koymuşlar ve öznel iyi oluş ölçeğinde bu kavramlara da yer vermişlerdir.

### 2.1.1. İyi Oluşu Etkileyen Etmenler

**Yaş, Cinsiyet:** Yaş, cinsiyet gibi demografik değişkenlerin iyi oluş üzerine etkisini inceleyen çok sayıda araştırma yapılmıştır. Fakat genel olarak bu değişkenlerin iyi oluş üzerine çok fazla etkisinin olmadığı bulunmuştur. Diener vd. (2002) yaşın yaşam doyumunu üzerinde doğrudan bir etkisinin olmadığını belirtmiştir. Araştırmacılar yaşlı bireylerin daha genç emsalleri kadar mutlu olduğunu bulmuşlardır (Hefferon & Boniwell, 2014). Yine cinsiyet açısından kadınların

ve erkeklerin mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır (Nes vd., 2008; Katja, Paiva, Marja-Terttu & Pekka, 2002).

**Gelir:** Gelir iyi oluşu etkileyen etmenlerden biridir. ABD ve Norveç gibi gelir seviyesi yüksek ülkelerde yaşayan bireylerin ortalama iyi oluş puanları, Togo ve Bulgaristan gibi düşük gelir düzeyine sahip ülkelerde yaşayan bireylerin ortalama iyi oluş puanlarından daha yüksek bulunmuştur (Deaton, 2008). Nitekim zengin olan ülkelere daha çok insan hakları, daha çok demokrasi, daha çok okuryazarlık, daha az suç, daha uzun ömür ve daha çok sağlık olduğu, bunların da iyi oluşa olumlu şekilde etki ettiği bilinmektedir (Hefferon & Boniwell, 2014). Fakat yüksek gelirin iyi oluşu her zaman olumlu şekilde etkilediği söylenemez. Nitekim yüksek gelirli ülkelere daha çok rekabet ve materyalizm, sosyal ilişki ve boş zaman aktivitelerine daha az vakit ayırma eğilimi vardır. Yoksul kategorisindeki bireylerin gelirindeki ufak bir artış yaşam doyumlarını artırırken, zengin insanların beklentilerini ve arzularını sürekli yüksek tutmaları mutluluklarına zarar vermektedir. Bu doğrultuda maddi iyiliğin ve yüksek gelirin iyi oluşa çok az katkısının olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Diener vd., 1999).

**Kişilik:** Kişilik iyi oluşun en güçlü ve kararlı yordayıcılarından biridir (Diener vd., 1999). Literatürde kişilik ve iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma vardır. Öznel iyi oluşla ilişkisi açısından en çok üzerinde durulan kişilik özellikleri ise dışa dönüklük ve nevrozizmdir. Dışa dönükler oldukça oldukça sosyal, enerjik, sıcakkanlı, girişken kişilerdir. Araştırmalar dışa dönük bireylerin içe dönüklere göre daha çok arkadaşının olduğunu ve sosyal ortamlarda daha çok vakit geçirdiklerini göstermiştir (Burger, 2006). Genellikle dışa dönüklük ile negatif ilişki gösteren nevrozizm, duyguların aşırı değişiklik göstermesi ve duygusal olarak sıkıntı yaşanması şeklinde açıklanabilir (Burger, 2006). Nevrotiklik düzeyi yüksek olan bireyler, düşük olanlara göre günlük olaylar karşısında daha yoğun stres yaşarlar (Gunthert, Cohen & Armeli, 1999). Araştırmalar dışa dönüklüğün olumlu duygular ve yaşam doyumunu ile pozitif yönde ilişkisinin olduğunu gösterirken, nevrozizmle olumlu duygu ve yaşam doyumunu arasında negatif ilişkinin olduğunu göstermektedir (Reisoğlu, 2014; Suh, Diener & Fujita, 1996). Kişilik özellikleri olan iyimserlik, benlik saygısı, ve sık hissedilen olumlu duygular da yine yaşam doyumuyla ilişkilidir (Diener & Diener, 1996).

**Din:** Maneviyat, dini inanç ve dini etkinliklere katılma iyi oluşla ilgili birçok araştırmada ele alınmış ve pek çok araştırma sonucu bu değişkenlerin bireyin mutluluğunu artırdığını göstermiştir (Diener & Biswas Diener, 2008; Tuzgöl Dost, 2006; Tuzgöl Dost, 2007). Dini inanç bireylerin yaşamını anlamlandırmasına yardımcı olabilir. Yaşamın güçlükleri ile başa çıkmada, yalnızlık, ölüm gibi zor durumlarla yüzleşmede dini inançlar kişilerin kendilerini iyi hissetmelerine yardımcı kaynak olabilir (Tuzgöl Dost, 2007). Yine ahiret inancı yani bizi ölümden sonra ne beklediği ile ilgili rahatlatıcı inançlar, dini inanç sayesinde bir topluluktan alınan sosyal destek bireylerin iyi oluşunu artırmaktadır (Diener & Biswas Diener, 2008).

**Sosyal İlişkiler:** Öznel iyi oluşun en büyük yardımcılarından biri sosyal ilişkilerdir. Sosyal ortamlarda vakit geçirmek, diğer insanlarla iletişim kurmak ve etkileşim içerisinde olmak bireylerin iyi oluş düzeyini artırmaktadır (Froh vd., 2007; Harlow & Cantor, 1996). Cenkseven ve Akbaş (2007) üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları araştırmada ebeveynle ve flörtle ilişkiden algılanan hoşnutluğun öznel ve psikolojik iyi oluşu artırdığını bulmuştur. Yine arkadaşlık ilişkileri öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde etkilemektedir (Harlow & Cantor, 1996). Evlilik de yaşam kalitesini ve öznel iyi oluşu artıran etmenler arasındadır (Williams, 2003). Lee, Secombe ve Shekan (1991) yapmış oldukları araştırma sonucunda evli bireylerin, hiç evlenmemiş, dul ve ya eşleriyle ayrı yaşayanlardan daha fazla mutlu olduklarını bulmuşlardır.

**Kariyer:** Araştırmalar göstermiştir ki işimizi ve kariyer yönelimimizi nasıl algıladığımız iyi oluş düzeyimizi ileri düzeyde etkilemektedir. Bir meslek yönelimi olan bireyler işlerini amaca ulaştıran bir vasıta olarak görürler. Kariyer yönelimi bir kariyer inşa etme ile ilgilidir ve bireyler kariyerlerini daha ileri gitmek için bir yol olarak görür (Hefferon & Boniwell, 2014). Mutluluk ve kariyer arasındaki ilişki ile ilgili kapsamlı araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırmalardan biri olan Dünya Kamuoyu Araştırması (Gallup World Poll) nın yapmış olduğu kapsamlı çalışma sonucunda kariyerin iyi oluşu etkileyen en önemli etken olduğu ortaya koyulmuştur. Yapılan çalışmanın sonucu önem sırasına göre aşağıda sunulmuştur:

- Kariyer iyilik hali
- Sosyal iyilik hali
- Finansal iyilik hali
- Fiziksel iyilik hali



- Toplumsal iyilik hali (Hefferon & Boniwell, 2014).

Kariyer bireylerin yaşamının en öncelikli alanlarından biridir. Bu oldukça doğal bir durumdur, çünkü bireyin yaşam içindeki konumu, kendisini ve yaşamını anlamlandırması büyük oranda kariyeriyle biçimlenir (Yeşilyaprak, 2011). İşin tanımı tarih boyunca değişse de bireyin yaşamındaki önemi ve yaşamı etkileme gücü pek değişmemiştir. Bireyin yapmış olduğu iş, yaşamdaki diğer rollerini ve yaşam içindeki tüm konumunu etkiler. Bireyin nasıl bir ortamda çalışacağı, nasıl bir yaşam tarzına sahip olacağı, kimlerle ilişki kuracağı ve hatta nasıl biriyle evleneceği yaptığı işle bağlantılıdır (Yeşilyaprak, 2011). İş, günümüzün üçte birini geçirdiğimiz yerdir. Dolayısıyla yapmış olduğumuz işten doyum sağlamamız veya gelecekte yapacak olduğumuz işle ilgili olumlu sonuç beklentilerimizin olması genel mutluluk düzeyimizi etkilemektedir. Günün sonunda sadece işten çıkış saatini bekleyen bireyler daha çok kopukluk ve stres yaşamakta ve daha düşük düzeyde mutluluk yaşamaktadırlar (Rath & Harter, 2010).

## 2.2. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı

Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı ilkesel olarak Albert Bandura'nın genel Sosyal Bilişsel Kuramına dayalı olarak geliştirilmiştir (Özyürek, 2011). Oldukça yeni bir yaklaşım olan SBKK, önceki kariyer kuramcıları - Super, Holland, Krumboltz, Lofquist ve Dawis... - tarafından tanımlanan kavramları, ortak öğeleri bir araya getiren bütünleştirici bir kuram ortaya koymayı ve bireylerin a) mesleki ilgilerinin nasıl geliştiği, b) mesleki seçimlerini nasıl yaptıkları c) nasıl çeşitli seviyelerde kariyer başarısı ve istikrarı elde ettikleri gibi kariyerle ilgili süreçleri açıklamayı amaçlamaktadır (Lent, 2005).

SBKK, özellik faktör ve gelişimsel yaklaşımlarla belirli özellikleri ve amaçları paylaşır fakat aynı zamanda çeşitli yönleriyle diğer kuramlardan ayrılır. Örneğin, özellik faktör kuramı gibi, kariyer gelişimi sürecinde ilgilerin, yeteneklerin ve değerlerin önemli rolleri olduğunu kabul eder. Fakat özellik faktör yaklaşımlarının aksine hem bireylerin (yetkinlik beklentisi, gelecek beklentisi vb.) hem çevrenin (sosyal destek, ekonomik engeller vb.) dinamik ve duruma özgü yapısına vurgu yapar. Yani ilgilerin, yeteneklerin, değerlerin zaman içerisinde veya değişik koşullarda değişebileceği, gelişebileceğini, bu özelliklerin sabit ve durağan olmadığını kabul eder. SBKK kuramcıları Super, Gottfredson gibi gelişim kuramcılarından farklı olarak kariyer gelişim görevlerini belli yaş ve dönemlerle ilişkilendirmek yerine, gelişim dönemleri boyunca

etkili kariyer davranışları gösterebilmeleri için bireyleri destekleyecek kuramsal çalışmalara yönelmiştir (Lent, 2005). SBKK da Krumboltz'un kuramı gibi sosyal bilişsel yaklaşımlar arasındadır ve bazı ortak noktalara sahiptirler. Her iki kuram da temelde Bandura'nın kuramına dayanır ve her iki kuram da kariyer gelişimi ve kariyer kararı verme sürecinde bireylerin mesleki ilgileri, değerleri ve seçimlerini şekillendiren öğrenme tecrübelerinin rolüne vurgu yaparlar. Benzer şekilde SBKK Krumboltz'un ve diğer kariyer kuramcılarının kariyer kararı üzerinde etkisini kabul ettiği genetik faktörler, özel yetenekler ve çevresel faktörleri kabul eder. Bu benzerliklerin yanında SBKK bazı noktalarda Krumboltz'un kuramından ayrılır. Nitekim Krumboltz'un kuramı temelde Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramının izlerini taşıırken, SBKK Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramını temel almıştır ve dolayısıyla davranışları düzenleyen bilişsel süreçlere daha fazla vurgu yapmaktadır. Her iki kuramda geçmiş öğrenme yaşantılarının kariyer davranışları üzerindeki etkisini kabul eder fakat SBKK ilgileri, değerleri ve kariyer seçimlerini etkileyen öğrenme yaşantılarını arbulucu bilişsel değişkenlerle açıklar. Tüm bunların yanında SBKK'nın belki de en temel ve önemli özelliği bireylerin kendi kariyer davranışlarını yönlendirebilecek kapasitelerine vurgu yapmasıdır (Brown, 2002).

SBKK'ya göre birey kendi kariyer gelişiminin aktif faili ya da şekillendiricisidir (Işık, 2010). SBKK, bireyin kendi kariyer gelişimindeki etkisini vurgularken, aynı zamanda kariyer gelişiminde ve davranışlarında çevrenin etkisini (sosyal destekler, engeller, kültür vb.) de vurgular (Lent, 2005). Kuram; birey, davranış ve çevrenin karşılıklı ilişkisini Bandura'nın karşılıklı üçlü (triadic reciprocal) adını verdiği nedensellik modelinden yararlanarak açıklar. Modele göre, a) kişisel özellikler, b) çevresel faktörler ve c) bireyin açık, gözlenebilir davranışları bağlantılı mekanizmalar şeklinde çalışarak birbirlerini karşılıklı olarak etkilerler (Lent, Brown & Hackett, 1994).

### **2.2.1. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramının Temel Kavramları**

SBKK'nın temel birey değişkenleri; yetkinlik beklentisi, sonuç beklentisi ve kişisel hedeflerdir. Çevresel faktörler ise kariyer engelleri, kariyer destekleri kavramlarıyla açıklanmıştır.

### 2.2.1.1. Yetkinlik Beklentisi

Yetkinlik, kişinin belirli bir performansı gerçekleştirmek için gerekli olan eylemleri gerçekleştirebilme ve organize edebileceğine dair yargılarıdır (Bandura, 1986). Yani herhangi bir alandaki yeterliliğine dair inancıdır.

SBKK'ya göre yetkinlik beklentisi sabit ve kalıcı bir özellik değildir. Diğer kişi, davranış ve çevresel faktörlerle etkileşim halindedir. Yani statik değildir, değişik koşullarda, çeşitli faktörlerden etkilenip değişebilir, geliştirilebilir (Brown, 2002). Bireyin daha önceki başarılı yaşantıları, başkalarının başarılarını örnek almaları, başkalarından aldıkları geri bildirimler, cesaretlendirmeler veya o alanla ilgili işleri yürütürken keyif almaları, heyecan duymaları bireylerin yetkinlik beklentilerinin oluşmasını veya artmasını sağlayabilir (Bandura, 1997). Bunlar arasında başarılı kişisel yaşantılar yetkinlik beklentileri üzerinde en etkili kaynaktır. Bireyler bir alanda başarılı performanslar gösterdikçe o alanla ilgili yetkinlik inançları oluşacak ve artacaktır. Bunun tam tersi olarak yaşanan başarısızlıklar o alanla ilgili yetkinlik beklentilerini büyük olasılıkla düşürecektir. Herhangi bir alanda yetkinlik beklentisi düşük olan kişiler bu alanla ilgili işlerle karşılaştıklarında o işi başarılı bir şekilde yerine getiremeyeceklerini düşünecek, cesaretsiz hissedecek ve o alandan uzaklaşacaklardır (Sharf, 2014). Bireyin bir alana ilişkin düşük yetkinlik beklentisi bu alandan kaçınmasına sebep olurken, yüksek yetkinlik beklentisi bireyin bu alana yaklaşmasını sağlamaktadır (Betz & Luzzo, 1996).

SBKK'ya göre yetkinlik inançları genel değildir, belirli performans alanlarına özgüdür (Özyürek, 2011). Örneğin bir öğrencinin matematik alanıyla ilgili yetkinlik beklentisi düşüken, piyano çalma konusunda kendini yetkin görme beklentisi oldukça yüksek olabilir, ya da akademik yetkinlik beklentisi yüksekken sosyal yetkinlik beklentisi düşük olabilir.

Brown, Lent ve Gore (2000) yetkinlik inançlarının bireylerin mesleki ilgileri ve kariyer seçimleriyle yakın ilişkili olduğunu belirtmiştir. Bireyler kendilerini herhangi bir alanda yetkin gördüklerinde ve sonrasında değerli sonuçlar elde edeceklerine inandıklarında bu alana karşı ilgileri artacaktır (Özyürek, 2011). Örneğin; öğrencinin matematik dersinde kendini yetkin görmesi bu alanın sonuçta ona neler kazandıracığını düşündürecek ve bunu düşündükçe matematiğe olan ilgisini artıracaktır. Öğrencinin ilgisi seçimlerini ve dolayısıyla performansını

etkileyecektir. Yani yetkinlik beklentisi doğrudan ve ya dolaylı olarak kişinin kariyer davranışlarını etkileyen temel ve çok önemli kavramlardan biridir.

### **2.2.1.2. Sonuç Beklentisi**

Sonuç beklentileri, belirli davranışları yapmanın sonuçları veya durumları hakkındaki kişisel inançlardır. Sonuç beklentileri davranışın sonuçlarını hayal etmeyi içerir. Yetkinlik beklentisi kişinin kabiliyetleriyle ilişkiliyken (bunu yapabilir miyim?), sonuç beklentisi belirli davranışları gösterdikten sonra oluşabilecek durumlarla ilişkilidir (bunu yaparsam ne olur?) (Brown, 2002). Örneğin, başarılı bir şekilde bu sunumu yapabilir miyim? (yetkinlik beklentisi), bu sunumu başarılı bir şekilde bitirebilirsem, bunun sonucunda ne elde ederim? (sonuç beklentisi).

Sonuç beklentileri de yetkinlik beklentilerine benzer kaynaklardan kazanılmaktadır. Örneğin, 1) geçmişte yaşanan benzer olayların sonuçları, 2) diğer insanların elde ettiği sonuçları gözlemlenmesi, 3) kişinin kendi ortaya çıkardığı sonuçlar ve diğerlerinin verdiği tepkiler, 4) fiziksel ipuçlarına duyarlılık. Sonuç beklentisi aynı zamanda yetkinlik beklentisinden de etkilenir (Brown, 2002). Fakat bazen yetkinlik beklentisi yüksek, sonuç beklentisi düşük ya da tam tersi bir durum olabilir. Örneğin, öğrencinin gereken puanı alabilecek yeterliliği olmadan yüksek puanlı bölümleri tercih etmesi ya da tam tersi müzik konusunda çok yetenekli olduğu düşünülen bir öğrenci konservatuara yönelmek istemeyebilir. Çünkü işe girme sorunu yaşayacağı gibi olumsuz sonuç beklentileri olabilir. Bireyler sonucunda değerli sonuçlar elde edeceklerine inandıkları aktivitelerle daha çok ilgilenirken, sonucunun olumsuz veya kendileri için önemsiz olacağını düşündükleri eylemlerden kaçınmaktadırlar (Bandura, 2001). Sonuç beklentisi hem mesleki alanda hem de psikolojinin diğer alanlarında davranışı gerçekleştirmede anahtar rolü olan, önemli bir kavramdır (Özyürek, 2011).

### **2.2.1.3. Kişisel Hedefler**

Kişisel hedefler belirli bir sonucu elde etme veya belirli bir aktiviteyi gerçekleştirme isteği olarak tanımlanabilir (Bandura, 1986). Hedefler, bireylerin davranışlarını organize etmesine yardım eder, yani bireylerin davranışlarının rehberidir. Bireyler kendilerine hedef belirleyerek dış destek olmamasına rağmen davranışlarını organize edebilir, yönlendirebilir ve sürdürebilir

(Brown, 2002). Hedefler kişilerin niyetleri olarak düşünülebilir (Özyürek 2011). Bireyler kendilerine şu soruyu sorar ‘ yapmak istediğim şeyi nasıl daha çok ve daha iyi yapabilirim?’ (Lent, 2005).

SBKK, hedefleri seçim hedefleri ve performans hedefleri olarak ikiye ayırır. Seçim hedefleri, bireylerin peşine düştüğü ve ulaşmak istediği bir etkinlik veya kariyer olarak değerlendirilirken, performans hedefi seçilen bir alan içerisinde bireyin erişmeyi planladığı performansın düzeyi ya da niteliğidir (Özyürek, 2011). Örneğin, bir öğrencinin tıp fakültesini kazanmak istemesi seçim hedefi iken, öğrencinin bu seçim hedefine ulaşmak için hangi derslere ve konulara çalışacağını belirlemesi performans hedefidir. SBKK bireylerin seçim ve performans hedeflerinin büyük ölçüde bireylerin yetkinlik ve sonuç beklentilerinden etkilendiğini belirtir. Örneğin, tiyatro alanında yüksek yetkinlik beklentileri, iyi bir işe, cazip bir maaşa sahip olma gibi olumlu sonuç beklentileri olan bir öğrenci bu alana zaman ayırma, fırsatları değerlendirme ve belki de tiyatro alanında kariyerini devam ettirme gibi hedefler belirleyebilir. Hedefleri başarıyla takip etme ise yetkinlik ve sonuç beklentilerini daha da güçlendirir. Yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri ve kişisel hedefler pozitif ve karmaşık bir döngü içerisinde birbirlerini etkiler ve etkilenirler (Lent, 2005).

#### **2.2.1.4. Çevresel Etmenler: Kariyer Engelleri ve Kariyer Destekleri**

Sosyal bilişsel değişkenler ne bir boşlukta ortaya çıkarlar, ne de ilgi, seçim gibi mesleki sonuçların ve kariyer davranışlarının şekillenmesinde tek başlarına rol oynarlar. Sosyal bilişsel kariyer kuramcılarını kariyer davranışlarının ortaya çıkmasında hem kişisel hem de çevresel etkenlerin önemine ve karşılıklı etkisine vurgu yapmışlardır. SBKK ortamsal ya da çevresel etkilere önem verir çünkü davranışın yönlendirilmesinde etkili olan bilişsel değerlendirme süreçleri, bireyin çevreye ilişkin algılarından etkilenmektedir. Fakat olumlu ya da olumsuz çevresel etkilerin algılanmasında bireyin kendi rolü de önemlidir. Nitekim bir çevrede bireye sağlanan olumlu koşullar tek başına etkili olmuş olsaydı, bütün zengin insanlar başarılı, fakir insanlar da başarısız olurdu. Bu yüzden kariyer kuramcılarının bireylerin bulunduğu çevrenin özellikleri kadar (ekonomik koşullar, anne, baba, akran etkisi vb.) bireylerin çevreden sağlanan olanakları mantıklı biçimde nasıl değerlendirdiğini ve bunlara hangi tepkileri verdiklerini de incelemeleri gerekmektedir (Özyürek, 2011).

Kariyer engelleri, kariyer ilerlemesini zorlaştıran bireye özgü (örneğin, düşük sonuç beklentisi) ve sosyal ortama özgü (örneğin, anne babanın onayını alamama) etmenler şeklinde düşünülebilir. Kariyer destekleri ise tam tersi bireylerin kariyer seçimlerini oluşturmalarını ve amaçları doğrultusunda kendilerini geliştirmelerini kolaylaştıran etmenlerdir. Kişinin kariyer gelişimini etkin bir biçimde teşvik etmek anlamındadır (Özyürek, 2011). Kariyer danışmanlarının engellerin etkisini en aza indirmek ve engelleri desteğe dönüştürmek üzere bireylere yardımcı olacak çalışmalar yapmaları gerekmektedir. Çünkü engel ve destekler bireylerin kariyer seçimlerini şekillendiren yetkinlik beklentileri üzerinde etkilidir (Lent vd., 2003). Aileleri, arkadaşları ve öğretmenleri tarafından onaylanan, desteklenen bireyler kendilerini daha yetkin görürken, çevresi tarafından engellerle karşılaşan bireyin yetkinlik beklentileri düşecektir. Engel ve destekler sadece yetkinlik beklentilerini değil bireyin sonuç beklentileri ve hedeflerini de etkilemektedir. Fakat sosyal bilişsel kariyer modelinde çevresel etmenlerin rolünü ortaya koyan çok az araştırma vardır (Sharf, 2014).

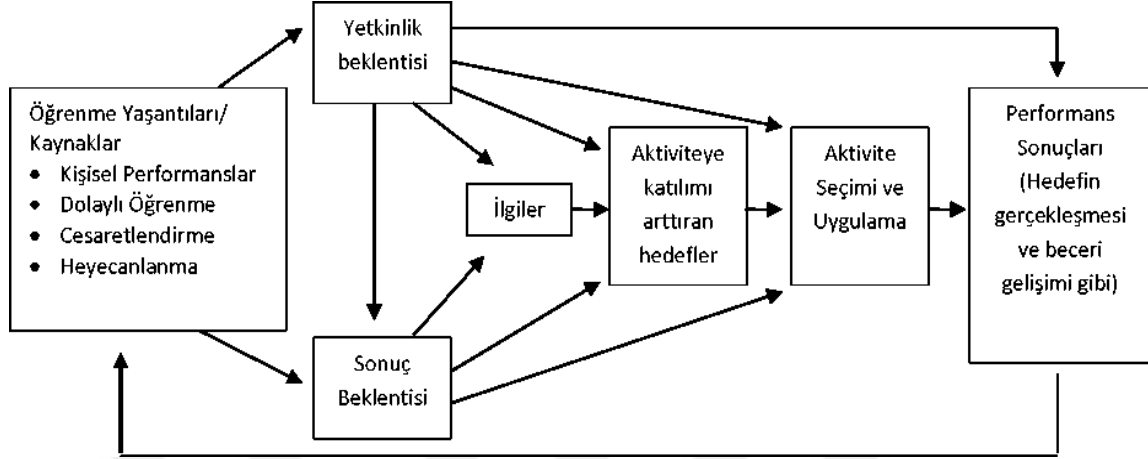
### **2.2.2. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı Modelleri**

Kariyer engelleri, destekler, yetkinlik beklentisi, sonuç beklentileri, kişisel hedefler yani SBKK'nın temel birey ve çevre değişkenleri karşılıklı ve karmaşık bir şekilde birbirlerini ve bireylerin kariyer davranışlarını (ilgiler, seçimler vb.) etkileyen yapılardır. SBKK bu yapıların birbirlerini ve kariyer davranışlarını nasıl etkilediğini açıklayan dört farklı model ortaya koymuştur. Aşağıda ilgi, seçim, performans ve son olarak araştırmanın konusu olan öznel iyi oluş modeli ile ilgili literatür özetlenmiştir.

#### **2.2.2.1. İlgi Modeli**

SBKK'ya göre bireyler kendilerini herhangi bir alanda yeterli gördüklerinde ve sonrasında değerli sonuçlar elde edeceklerine inandıklarında bu alana karşı ilgi duyarlar. Tam tersi bir durum olur, bu alandaki yetkinlik algıları zayıf veya nötr olursa ve bu alanla ilgili etkinlikleri yaptıktan sonra olumsuz sonuçlar elde edeceklerine inanırlarsa büyük ihtimalle bu alana karşı ilgileri gelişmeyecek ya da bu alanı itici bulacaklardır (Özyürek, 2011). Yani yetkinlik ve sonuç beklentileri ilgilerin oluşmasını ve gelişmesini sağlayacaktır. Bireyin ilgileri geliştikçe alanla ilgili hedefleri de gelişecektir. Oluşturulan hedeflere bağlı olarak bireyler seçimlerini yapacak ve bu alanla ilgili uygulamalara katılacaktır. Uygulamalar arttıkça birey hedeflerini gerçekleştirecek ve bu alanla ilgili beceri gelişimi artacaktır. Elde edilen başarılı yaşantılar ve

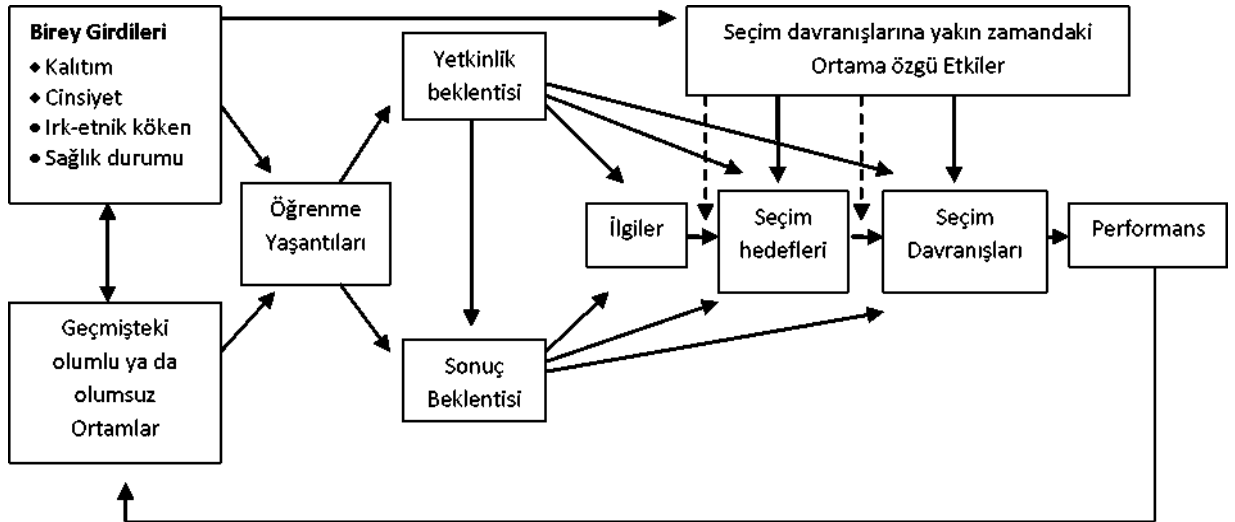
geliştirilen beceriler bireyin yetkinlik ve sonuç beklentilerini artıracak ve bu süreç döngü halinde devam edecektir (Lent, 2005).



Şekil 5. Temel Kariyer İlgilerinin Zaman İçerisinde Oluşumuna İlişkin Model

### 2.2.2.2. Seçim Modeli

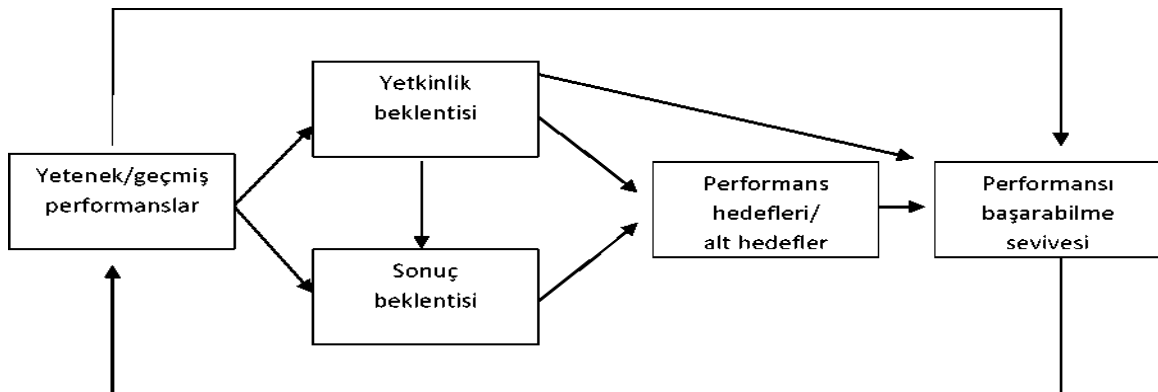
Seçim modeline göre; ilgi modelinde olduğu gibi yetkinlik ve sonuç beklentileri birlikte kariyer ilgilerinin oluşumunu etkiler. İlgiler hedefler üzerinde önemli etkiye sahiptir ve hedefler de kişinin eyleme geçmesini sağlarlar. Bireyin hedefleriyle tutarlı eylemleri belirli performans yaşantılarının ortaya çıkmasını sağlar ve bunlar yetkinlik ve sonuç beklentilerini etkiler. Bu döngü sonucunda kişinin seçim davranışları ya sağlamlaşır ya da birey başka bir alana yönelir. Ancak bu sürecin gerçekleşmesinde yetkinlik ve sonuç beklentilerinin yanında bireysel ve çevresel etmenlerde dikkate alınmalıdır. Nitekim bireyin herhangi bir alana ilgisi olabilir ve bu alanla ilgili beceri geliştirebilir. Fakat bireyin ekonomik koşulları, sağlık durumu, ailenin kariyer seçimini onaylamaması gibi durumlarda kişi kariyer seçimini değiştirebilir. Bu açıdan SBKK seçim modelinde çevresel ve bireysel değişkenleri de göz önünde bulundurmaktadır (Işık, 2010).



**Şekil 6.** Kariyere İlişkin Seçim Davranışını Etkileyen Kişi, Çevre ve Yaşantısal Faktörler Modeli

### 2.2.2.3. Performans Modeli

SBKK'nın performans modeli bireyleri geçmiş yaşantıları ve yeteneklerine göre değerlendirir. Modele göre; yeteneklerimiz ve geçmiş yaşantılarımız doğrudan veya yetkinlik ve sonuç beklentileri aracılığıyla dolaylı olarak performansı başarabilme seviyemizi etkiler. Güçlü yetkinlik beklentileri ve pozitif sonuç beklentileri performans seviyesini sürdüren ve artmasına yardım eden performans amaçlarını destekler (Lent, 2005). SBKK'nın birey, çevre ve davranış etkileşimi bu model için de geçerlidir. Yani diğer modellerde olduğu gibi bu modelde de birey ve çevre koşulları önemlidir.



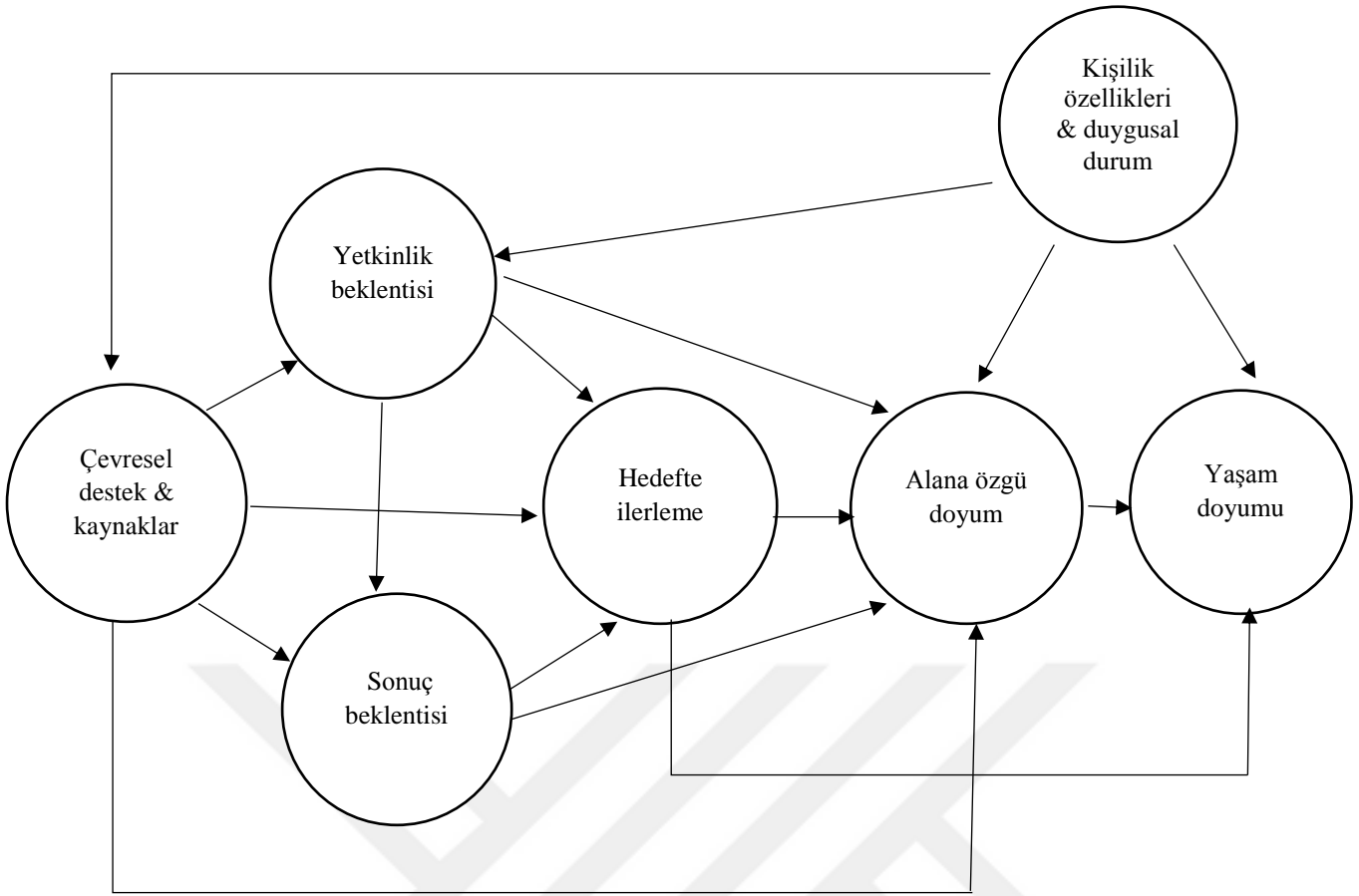
**Şekil 7.** Performans Modeli



#### **2.2.2.4. Öznel İyi Oluş Modeli**

SBKK'nın en son modeli, bireylerin akademik ve iş yaşamlarından nasıl doyum sağlayabileceklerini, nelerin mutlu ve başarılı bir öğrenci ya da verimli, üretken ve işinden doyum alan bir çalışan olma noktasında bireylere katkıda bulunduğunu açıklamaktadır. Model bireylerin iyi oluşunu açıklamada bilişsel, davranışsal, sosyal ve kişilik değişkenlerini bir araya getirerek birleştirici bir çerçeve sunmaktadır (Sheu, Chong, Chen & Lin, 2014). Yani Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramcılarını bireylerin iyi oluşuna tek bir perspektiften bakan görüşlerin aksine iyi oluşa geniş bir perspektiften bakmış, modelin temellerini SBKK'ya dayandırmanın yanında kişilik kuramlarından ve iyi oluş teorilerinden de yararlanmıştı (Ojeda vd., 2011).

SBKK bireylerin iyi oluş düzeylerinin artırılmasında kendi kapasitelerine vurgu yapar. Model SBKK'nın önceki modelleri olan ilgi, seçim ve performans modellerine benzer şekilde bireylerin iyi oluşlarının şekillenmesi ve artmasında yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri, hedefler gibi bireylerin istek ve çabaları sonucunda çevrenin de desteğiyle değişebilecek, geliştirilebilecek değişkenlere yer vermenin yanında bireylerin iyi oluşlarının artırılması konusunda kalıcı kişilik özelliklerinin etkisini de kabul eder (Sharf, 2014). Dolayısıyla bu yeni model SBKK'nın diğer modellerini tamamlayan, birleştirici ve daha kapsamlı bir modeldir (Lent, Taveira, Sheu & Singley, 2009). Kısaca öznel iyi oluş modeli kişilik, biliş, davranış ve çevre değişkenleriyle birlikte alana özgü doyum (akademik, iş vb.) ve genel yaşam doyumunu açıklayan birleştirici ve kompleks bir modeldir.



Şekil 8. Sosyal Bilişsel Özne İyi Oluş Modeli

SBKK temelli öznel iyi oluş modeline göre; bireylerin yaşam doyumu, olumlu kişilik özellikleri ve pozitif duygulardan (2), bireylerin kendileri için önemli olan amaçlarına ulaşma düzeylerinden (4) ve akademik doyum, iş doyum gibi spesifik bir alandaki doyumlarından etkilenir (1). Yani bireylerin yaptıkları işten veya okudukları bölümden memnun olmaları onların yaşam doyumlarını olumlu şekilde etkilemektedir. Bireylerin herhangi bir alana özgü doyumunu ise (örneğin; akademik doyum), bireyin o alanda kendini yetkin görmesinden (6), o alanla ilgili olumlu sonuç beklentilerinin olmasından (7), bireyin o alanla ilgili amaçlarına ulaşma konusunda ilerlemesinden (5), o alanla ilgili çevresinden aldığı destek ve kaynaklardan (8) ve yine olumlu kişilik özelliklerinden etkilenir (3). Bireyler kendilerini bir alanda (örneğin akademik alan) yetkin gördüklerinde (9), bu alanda kendileri için olumlu ve değerli sonuçlar elde edeceklerine inandıklarında (10) ve amaçlarına ulaşma noktasında çevrelerinden destek gördüklerinde (11), amaçlarına ulaşmak için daha çok eylemde bulunacak ve çabalayacaklardır. Bireylerin çevrelerinden aldıkları destek yetkinlik (12) ve sonuç beklentilerini de artırmaktadır (13). Yani bireyler bir alanla ilgili etraflarından olumlu destek aldıkça o alanla ilgili işleri başaracakları konusunda kendilerine daha çok güvenmekte ve olumlu sonuçlar elde

edeceklerine daha çok inanmaktadırlar. Ayrıca modele göre bireyin dışa dönük, optimistik olma gibi olumlu kişilik özellikleri ve pozitif duyguları çevrelerinden daha fazla destek görmelerine (16) ve yetkinlik beklentilerinin artmasına katkı sağlamaktadır (15). Artan yetkinlik beklentileri ise bireyin sonuç beklentilerinin olumlu olmasına katkı sağlamaktadır (14) (Lent, 2004; Sheu & Lent, 2009; Ojeda vd., 2011).

Bu karmaşık ve kapsamlı model bireylerin eğitim ve iş yaşamındaki iyi oluşunu açıklamak, modelin uygulanabilirliğini anlamak üzere birçok ülkeden birçok araştırmacı tarafından test edilmiştir.

### **2.2.3. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı Temelli Öznel İyi Oluş Modelinin Sınanması İle İlgili Araştırmalar**

Lent vd. (2005), üniversite öğrencileri ile içerisinde iki ayrı çalışmanın yer aldığı bir araştırma yapmıştır. İlk çalışmada, öğrencilerin belirli bir alana özgü (domain specific) doyumlarını ve genel yaşam doyumlarını etkileyen değişkenleri incelemek amacıyla Lent' in öznel iyi oluş modelini test etmişlerdir. İkinci çalışmada araştırmaya katılanlara spesifik amaçları ve onlar için daha önemli veya daha az önemli yaşam alanları soruldu. Katılımcıların ortaya koyduğu temalar çalışmanın temelini oluşturdu. İlk çalışmaya 105 i kız 72 si erkek olmak üzere 177 öğrenci katıldı. Öğrencilerin %67 si birinci sınıf, %18 i ikinci sınıf olan psikoloji bölümü öğrencileridir. Ayrıca 63 öğrenciye pilot uygulama yapılmıştır. Hem pilot uygulamada yer alan öğrenciler, hem araştırma örneklemini, hem akademik hem de sosyal alanla ilgili yetkinlik beklentisi, sonuç beklentileri, hedefte ilerleme, hedef önemi, çevresel destek, alana özgü doyum (akademik, sosyal), alan önemi (akademik, sosyal), pozitif duygu ve genel yaşam doyumunu ölçeklerini doldurmuşlardır. Yani öğrenciler hem sosyal hem de akademik alanla ilgili ölçekleri tamamlamışlardır. Araştırma bulguları teorik varsayımlarla büyük oranda tutarlı bulunmuştur. Bu bulgulara göre; pozitif duygular çevresel desteği ve her iki alanla ilgili (sosyal, akademik) yetkinlik beklentisini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Pozitif duygular aynı zamanda yaşam doyumunu da anlamlı düzeyde yordamaktadır. Sosyal ve akademik doyum, sosyal hedefte ilerleme yaşam doyumunu doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Fakat akademik hedefte ilerleme yaşam doyumunu doğrudan yordamamaktadır. Pozitif duygular, sosyal ve akademik alan değişkenleri yaşam doyumunun %53 ünü açıklamaktadır. Akademik yetkinlik beklentisi akademik doyumunu anlamlı düzeyde doğrudan yordarken, sosyal yetkinlik beklentisi sosyal doyumunu anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Beklenenin aksine her iki alanın sonuç beklentileri

de alanlarıyla ilgili doyumunu ve hedefte ilerleme düzeyini anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Çevresel destek; sonuç beklentilerini, hedefte ilerlemeyi, her iki alana özgü doyumunu ve sosyal yetkinlik beklentisini anlamlı düzeyde doğrudan yordarken, akademik yetkinlik beklentisini anlamlı düzeyde yordamamaktadır.

İkinci çalışmada %62 si kız, %38 i erkek 299 öğrenciye amaçla ilgili yetkinlik beklentisi, hedefte ilerleme, hedefle ilişkili kaynaklar, dışadönüklük özelliği, alana özgü doyum ve yaşam doyumunu ölçekleri uygulanmıştır. Öğrenciler ölçekleri iki kez (birincil ve ikincil amaçlar doğrultusunda) doldurmuşlardır. Araştırma bulgularına göre; sosyal bilişsel değişkenlerin genel olarak birbirleriyle ilişkili olduğu gözlenmiştir. Örneğin; alana özgü doyum, hedefte ilerleme ve yetkinlik beklentisi ile yüksek düzeyde ilişkilidir. Ancak hedefle ilişkili kaynaklar diğer değişkenlerle düşük düzeyde ilişkilidir. Genel yaşam doyumunu; öğrencilerin birincil alanlarıyla ilgili doyumla yüksek düzeyde ilişkililikten, ikincil ya da daha az önemsedikleri alan doyumuyla orta düzeyde ilişkilidir. Dışadönüklüğün yaşam doyumunu da dahil diğer değişkenlerle ilişkisi beklenen düzeyin altındadır. Dışadönüklük ve alanla ilgili kaynaklar, alana özgü doyumunu yetkinlik beklentisi aracılığıyla yordamaktadır. Her iki alanda da hedefte ilerleme o alanla ilgili doyumunu anlamlı düzeyde doğrudan yordamaktadır.

Lent vd. (2007), sosyal bilişsel değişkenlerin (yetkinlik beklentisi, sonuç beklentisi, çevresel destek ve hedefler) akademik doyum ile ilişkisini öznel iyi oluş modeli çerçevesinde incelemiştir. Araştırmaya 124 erkek, 21 kız ve 8 cinsiyet belirtmemiş olan 153 mühendislik öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin %74 ü birinci sınıf, %20 si ikinci sınıf ve kalanlar diğer sınıflardandır. Ölçek formları bir yarıyılın sonunda yani en az bir dönem eğitim öğretim almış öğrencilere uygulanmıştır. Toplanan verilerin analiz sonuçları model ile son derece uyumlu bulunmuştur. Sonuç beklentileri hariç diğer sosyal bilişsel değişkenler akademik doyumunu anlamlı düzeyde açıklamaktadır. Path analizi sonuçlarına bakıldığında da sonuçlar öznel iyi oluş modeli hipotezlerini destekler şekilde bulunmuştur. Çevresel destek ve kaynaklar yetkinlik beklentilerini, sonuç beklentilerini, hedefte ilerleme düzeyi ve akademik doyumunu anlamlı düzeyde etkilemektedir. Yetkinlik beklentileri sonuç beklentilerini, hedefte ilerlemeyi ve akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Yine beklendiği şekilde hedefte ilerleme akademik doyumunu anlamlı düzeyde etkilemektedir. Fakat sonuç beklentileri, hedefte ilerleme ve akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Yapılan araştırmanın sonuçları genel

olarak iyi oluş modeli ile uyumlu bulunmuştur. Gelecek araştırmalarla ilgili akademik doyum ve iş doyumunu konusunda daha çok araştırma ve uygulama yapılması önerisinde bulunulmuştur.

Lent vd. (2009), Lent'in öznel iyi oluş modelini farklı kültürlerde sınamak amacıyla 252 Portekizli üniversite öğrencisi ile boylamsal bir araştırma yapmıştır. Öğrencilerin 217'si kız, 35'i erkek; 129'u psikoloji, 99'u eğitim ve 24'ü tıp öğrencisi olmak üzere farklı sınıflardan öğrencilerdir. Öğrencilere aynı test bataryası, aynı akademik dönemin 1. ve 16. haftalarında olmak üzere iki kez uygulanmıştır. İlk uygulamaya katılan öğrencilerin %70'i ikinci uygulamaya da katılmış ve ikinci örnekleme toplam 248 öğrenciden veri toplanmıştır. Ölçek bataryası; akademik yetkinlik beklentisi, akademik hedefte ilerleme, akademik destek, yaşam doyumunu, pozitif duygu ölçeklerinden oluşmaktadır. Modelde yer alan alana özgü doyum bölümüne araştırmacılar akademik uyum kavramını koymuşlar ve bunu ölçmek için akademik doyum, algılanan stres ve tek bir cümleden oluşan uyum ölçeklerini kullanmışlardır. Orijinali İngilizce olan ölçekler iki araştırmacı tarafından Portekizce'ye çevrilmiş, daha sonra hem Portekizce hem İngilizce'yi iyi bilen bir tercüman tarafından tekrardan İngilizce'ye çevrilmiştir. Orijinal anlamla çevirisi yapılmış ölçek maddelerinin anlamları karşılaştırılmış yüksek düzeyde uyum gözlenmiştir. Araştırma sonuçları öznel iyi oluş modeliyle uyumlu bulunmuştur. Modelde olduğu gibi; akademik yetkinlik beklentisi ve akademik destek, akademik uyumun, akademik hedefte ilerleme düzeyinin ve sonrasında genel yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olarak bulunmuştur. Yetkinlik beklentisi ve pozitif duygu durumu karşılıklı olarak birbirleriyle ilişkili bulunmuştur. Beklenenin aksine; akademik hedefte ilerleme, akademik uyum ve yaşam doyumunu beklenen düzeyde yordamamaktadır. Kısaca araştırma sonuçları, öznel iyi oluş modelinin Portekizli üniversite öğrencilerinin de akademik uyumlarını ve yaşam doyumlarını açıklamaya yardımcı ve geçerli bir model olduğunu göstermiştir.

Singley, Lent ve Sheu (2010), Mid-Atlantik üniversitesinde eğitim öğretim gören farklı ırklardan farklı sınıf ve bölümlerden 769 (500 kız, 269 erkek) üniversite öğrencisi üzerinde boylamsal bir araştırma yapmıştır. 1.198 öğrenciye mail gönderilmiş ve veriler online ortamda toplanmıştır. Modelin tutarlılığını ölçmek amacıyla ölçekler aynı akademik dönemde 8 hafta arayla tekrar uygulanmıştır. Öğrencilerin 769'u ikinci uygulamayı da yapmış ve araştırmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. İlk uygulamada öğrencilerden buldukları dönemde onlar için en önemli olan akademik amaçlarını bir listede sıralamaları istenmiştir. Daha sonra öğrenciler diğer ölçekleri (amaç yetkinlik beklentisi, amaçta ilerleme düzeyi, akademik destek,

pozitif duygu, akademik doyum ve yaşam doyumunu) uygulamaya yönlendirilmiştir. Araştırmanın ikinci aşamasında öğrencilerin karşısına ilk uygulamada sıralamış oldukları amaçlar çıkmış ve diğer ölçekleri bir kez daha uygulamışlardır. Bu uygulama öğrencilerin ölçeklere aynı amaçları düşünerek cevap verdiklerinden emin olmak için yapılmıştır. Yapılan daha önceki araştırmalarda sonuç beklentilerinin alana özgü doyum beklenen düzeyde yordamamasından dolayı, bu araştırmada sonuç beklentileri modelden çıkarılarak, modelin diğer parçaları arasındaki ilişkiler test edilmiştir. Araştırma sonuçları modelle büyük oranda uyumlu bulunmuştur. Araştırmanın sosyal bilişsel değişkenleri (örneğin, yetkinlik beklentisi, akademik destek) akademik doyum ve yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Yine pozitif duyguların amaçla ilişkili yetkinlik beklentilerini, akademik desteği ve yaşam doyumunu artırdığı bulunmuştur. Bunun yanında pozitif duyguların akademik doyumunu etkilemediği bulunmuştur. Yine araştırma sonucunda amaçla ilişkili desteğin amaçla ilişkili yetkinlik beklentisini anlamlı düzeyde yordamadığı, çevreden alınan destekten ziyade kişinin kendi kaynaklarının yetkinlik beklentisini daha çok artırdığı bulunmuştur. Kısaca araştırma sonuçları ile öznel iyi oluş modelinin güvenilir ve geçerli bir model olduğu ve modelde yer alan değişkenlere (yetkinlik beklentisi, akademik destek gibi) yapılacak olumlu müdahalelerin bireylerin akademik doyumlarını ve yaşam doyumlarını artıracığı ortaya koyulmuştur. Ayrıca araştırmanın farklı ırk, etnik ve kültürlerde uygulanması önerisinde bulunulmuştur.

Ojeda vd. (2011), Lent'in öznel iyi oluş modelini farklı kültür örneğinde test etmek amacıyla, 'İspanyol-Yardım Derneği'ne katılan Meksika kökenli Amerikalı üniversite öğrencileri üzerinde bir çalışma yapmıştır. Araştırma örnekleme davranış ve sosyal bilimler fakültesinde, farklı sınıflarda öğrenim gören 457 (%58 kız, %42 erkek) üniversite öğrencisidir. Araştırmada pozitif duygu, üniversite yetkinlik beklentisi, üniversite sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme, akademik doyum ve yaşam doyumunu ölçekleri kullanılmıştır. Modelin çevresel destek parçası yerine ise kültürlenme ve kültürleşme ölçekleri kullanılmıştır. Yapısal eşitlik modeli sonuçları Lent' in modeliyle yüksek düzede uyumlu bulunmuştur. Lent' in hipotezini doğrular şekilde, pozitif duyguların kültürlenme, kültürleşme, yetkinlik beklentisi, akademik doyum ve yaşam doyumunu pozitif yönde anlamlı düzeyde etkilediği; kültürlenmenin yetkinlik beklentisini; kültürleşmenin yine yetkinlik ve sonuç beklentilerini; yetkinlik beklentilerinin sonuç beklentilerini, akademik hedefte ilerlemeyi, akademik ve yaşam doyumunu; sonuç beklentilerinin akademik doyumunu; akademik hedefte ilerleme düzeyinin akademik doyum ve yaşam doyumunu; akademik doyumun da yaşam doyumunu anlamlı

düzeyde etkilediği bulunmuştur. Ayrıca araştırma sonuçları cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Yani model her iki cinsiyet içinde uygun bulunmuştur.

Lent, Taveira, Lobo (2012), Portekizli üniversite öğrencileri ile aynı araştırma içerisinde iki çalışma yaparak Lent'in modelini test etmiştir. İlk çalışmada modelde yer alan değişkenlerin eş zamanlı ilişkileri test edilmiştir. İkinci araştırma da ise değişkenler arasındaki ilişkilerin zamanla değişimi incelenmek amacıyla boyamsal araştırma yapılmıştır. İlk çalışmaya 271 erkek 94 kız olmak üzere 366 öğrenci katılmıştır. Veriler bahar döneminin ilk haftasında toplanmış ve verileri toplamada yetkinlik beklentisi, hedefte ilerleme, çevresel destek, akademik doyum, akademik stres, pozitif duygu ve yaşam doyumunu ölçekleri kullanılmıştır. Araştırma sonuçları modelle yüksek düzeyde uyumlu bulunmuş ve değişkenler (yetkinlik beklentisi, olumlu duygular, çevresel destek ve hedefte ilerleme) akademik doyumun %37'sini, akademik stresin %29'unu ve genel yaşam doyumunun %27'sini açıklamaktadır. Akademik doyum; yetkinlik beklentisi, çevresel destek ve olumlu duygular tarafından anlamlı düzeyde yordamaktadır. Fakat akademik hedefte ilerleme, akademik doyum anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Akademik stres; yetkinlik beklentisi, hedefte ilerleme ve olumlu duygular tarafından anlamlı düzeyde yordamaktadır. Fakat çevresel destek akademik stresi doğrudan yordamamaktadır. Genel yaşam doyumunu ise; akademik doyum, akademik stres ve pozitif duygu tarafından anlamlı düzeyde yordamaktadır. Hedefte ilerleme yaşam doyumunu doğrudan değil, akademik stres aracılığıyla yordamaktadır.

İkinci çalışmaya 91'i kız 67'si erkek 158 öğrenci (80 psikoloji, 58 mühendislik) katılmıştır. Verileri toplamada ilk çalışmada kullanılan ölçeklerin aynısı kullanılmış ve aynı dönemin birinci ve on altıncı haftalarında uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, ilk ölçümün yaşam doyumunu ile ikinci ölçümün akademik doyumunu arasında karşılıklı anlamlı ilişki bulunamamıştır. Yani sadece akademik doyum yaşam doyumunu yordamaktadır. Yaşam doyumunu akademik doyumunu yordamamaktadır. İlk haftadaki pozitif duygular on altıncı haftadaki çevresel desteği anlamlı düzeyde yordarken, yetkinlik beklentisini anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Yine ilk ölçümdeki hedefte ilerleme düzeyi ikinci ölçümdeki akademik doyum ve stresi anlamlı düzeyde yordamamıştır. Birinci haftadaki çevresel destek ve yetkinlik beklentisi on altıncı haftadaki akademik hedefte ilerlemeyi anlamlı düzeyde yordarken, ilkindeki çevresel destek ikinci ölçümdeki yetkinlik beklentisini anlamlı düzeyde yordamamıştır. Bunun haricindeki çevresel destek, yetkinlik beklentisi ve hedefte ilerlemenin

iki çalışma arasındaki ilişkileri beklendiği gibi bulunmuştur. Araştırmacılar daha sonra yapılan anlık ve boylamsal araştırma sonuçlarını karşılaştırmışlar ve şu ortak sonuçları elde etmişlerdir. Akademik doyum yaşam doyumunu yordamaktadır. Çevresel destek akademik doyum ve akademik hedefte ilerleme düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Yetkinlik beklentisi akademik stres ve akademik hedefte ilerlemeyi anlamlı düzeyde yordamaktadır ve pozitif duygular çevresel desteği anlamlı düzeyde yordamaktadır. Pozitif duygular anlık çalışmada boylamsal çalışmaya göre daha merkezi, iyi oluşu daha çok yordayan bir değişken olarak bulunmuştur. Ayrıca boylamsal araştırma şunu ortaya çıkarmıştır ki; pozitif duyguların yetkinlik beklentisi ve çevresel destekle olan ilişkisi tek yönlü değildir. Yani yetkinlik beklentisi ve çevresel destek de pozitif duygunun anlamlı düzeyde yordayıcısıdır. Böylece pozitif duygunun özellik olarak değerlendirildiği yaygın görüşün aksine sosyal ve bilişsel değişkenlerin de pozitif duyguyu etkilediği ortaya koyulmuştur.

Hui, Lent ve Miller (2013) iyi oluşun sosyal bilişsel ve kültürel uyum yordayıcılarını Lent ve Brown'ın (2006) iyi oluş modeli aracılığıyla incelemiştir. 122 Asya kökenli Amerikalı üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada akademik ve sosyal alanda yetkinlik beklentisi, çevresel destek, amaçta ilerleme ve doyum ölçekleri kullanılmıştır. Ayrıca kültürel uyumu ölçmek için kültürlenme ve kültürleşme ölçekleri uygulanmıştır. Modifiye edilmiş sosyal bilişsel modelin path analizine göre iki kültürel değişken modele iyi uyum göstermiş, ve akademik ve sosyal doyum varyansının önemli bir kısmını açıklamıştır. Hem akademik hem sosyal her iki alandaki kültürel değişkenler çevresel destek ile dolaylı olarak ilişkilidir. Kültürel iki değişken arasında ise negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırmanın diğer bulguları da genel olarak model ile uyumlu bulunmuştur.

Sheu, Chong, Chen ve Lin (2014), Lent'in öznel iyi oluş modelinin kültürlerarası geçerliliğini ve modeli test etmek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Araştırmada iki ayrı örneklem kullanılmıştır. İlk örnekte veriler Tayvan'da bulunan 5 üniversitenin öğrencilerinden ölçeklerin Mandarin versiyonu kullanılarak toplanmıştır. Öğrencilerin % 64'ü kız %36'sı erkek olmak üzere farklı bölüm ve sınıflardan 317 kişidir. İkinci örneklem ise Singapur'dan 263 (%79'u kız, %21'i erkek) üniversite öğrencisidir. Bu öğrencilere de ölçeklerin İngilizce versiyonu uygulanmıştır. Verileri toplamada kullanılacak ölçeklerin (yaşam doyum, akademik doyum, akademik stres, akademik hedefte ilerleme, akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik destek, dışadönüklük ve duygusal istikrar, bağımlılık ve



bağımsızlık) güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılmıştır. Yapısal eşitlik modeli sonuçlarına göre, Tayvan örneklemini ile yapılan araştırmanın bulguları öznel iyi oluş modeli ile son derece tutarlıdır. Özellikle akademik destek; akademik yetkinlik beklentisi, sonuç beklentisi ve akademik doyumunu yüksek düzeyde yordamaktadır. Yine yetkinlik beklentileri; sonuç beklentileri ve hedefte ilerlemeyi, akademik hedefte ilerleme de akademik doyum ve stresi anlamlı düzeyde yordamaktadır. Sonuç beklentileri de hedefte ilerlemeyi .05 düzeyinde yordamaktadır. Akademik doyum ve stres, yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordarken birbirleri arasında da negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki vardır. Hem dışa dönüklük hem duygusal istikrar yetkinlik beklentisi ve stresi anlamlı düzeyde yordarken, duygusal istikrar yaşam doyumunu da yordamaktadır. Bağımsızlık akademik stresi negatif yönde yordarken, bağımlılık akademik desteği pozitif yönde anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Singapur örnekleminde yapılan araştırma sonuçlarına göre akademik destek; akademik yetkinlik beklentisi, sonuç beklentisi, hedefte ilerleme, doyum ve stresi anlamlı düzeyde yordamaktadır. Akademik yetkinlik beklentisi; sonuç beklentisi ve hedefte ilerlemenin anlamlı yordayıcısıdır ve akademik hedefte ilerleme düzeyi, akademik stresi negatif yönde etkiler. Akademik doyum ve stres genel yaşam doyumunun anlamlı yordayıcılarıdır, fakat ikisi arasında anlamlı ilişki yoktur. Dışa dönüklük akademik destek ve doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Duygusal istikrar; akademik destek, yetkinlik beklentisi, stres ve genel yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bağımsızlık; akademik destek, sonuç beklentisi, stres ve yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordarken, bağımlılık yordamamaktadır. Beklenenin aksine akademik sonuç beklentileri; ne akademik hedefte ilerlemeyi ne de akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Daha sonra araştırmacılar tarafından iki örneklemin araştırma sonuçlarını karşılaştırmak amacıyla çoklu grup yapısal eşitlik analizi yapılmıştır. Kısaca analiz sonuçları değerlendirildiğinde; akademik destek Singapur örnekleminde aracı değişken olarak daha önemli bir rol oynamıştır. Sonuç beklentileri ve hedefte ilerleme arasında Tayvan örnekleminde düşük düzeyinde bir ilişki bulunurken, Singapur örnekleminde değişkenler arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Dışa dönüklük ve duygusal istikrar değişkenleri açısından da iki örneklem arasında farklılıklar gözlenmiştir. Örneğin, Tayvan örnekleminde dışa dönüklük arttıkça akademik stresin arttığı bulunurken, Singapur örnekleminde iki değişken arasında ilişki bulunamamıştır. Bu örnekleminde dışa dönüklük akademik doyumunu negatif yönde etkilemektedir. Yine bağımsızlık Tayvan örnekleminde akademik stresin azalmasına etki ederken, Singapur örnekleminde böyle bir etki

yoktur. Genel olarak değerlendirildiğinde iki ayrı örneklemden elde edilen bulgular, modellerin Lent'in öznel iyi oluş modeli ile tutarlı olduğunu, fakat iki farklı Asya ülkesi arasında da farklılıklar olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar iki farklı ülkede modelde yer alan değişkenlerle ilgili çalışmalarda farklı uygulamalar yapılması gerektiğini ortaya koymuştur.

Lent vd. (2014), Lent'in öznel iyi oluş modelini Angola (241) ve Mozambik (425) üniversite öğrencilerinden oluşan Afrika örnekleminde test etmişlerdir. Öğrencilerin 250'si kız 416'sı erkek olmak üzere toplamda 666 kişidir. Örneklemin %75'i birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Verileri toplamada akademik yetkinlik beklentisi, akademik hedefte ilerleme, akademik destek, pozitif duygu, akademik doyum ve yaşam doyumunu ölçeklerinin Portekizce versiyonu (Angola ve Mozambik Portekizce konuşan ülkelerdir) kullanılmıştır. Ayrıca demografik özelliklere de bakılmıştır. Araştırma sonuçları her iki ülke örnekleminde öznel iyi oluş modeli ile yüksek düzeyde uyumlu bulunmuştur. Ayrıca Meksika kökenli Amerikalı öğrenciler üzerinde yapılan araştırma sonuçları gibi model her iki cinsiyet için de uygun bulunmuştur. Bu bulgular en az bu iki kültür için kız ve erkeklerin akademik ve yaşam doyumlarını açıklamada modelde bulunan aynı değişkenlerin kullanılabilirliğini göstermektedir.

Ezeofor ve Lent (2014), Amerikan üniversitelerinde öğrenim gören Afrikalı üniversite öğrencileri örnekleminde sosyal bilişsel ve kültürel değişkenlerin akademik doyum üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %81'i kız, %73'ü Batı Afrika kökenli, ve %61'i birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Verileri toplamak amacıyla, akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik destek, akademik hedefte ilerleme, akademik doyum ve benlik kurgusu ölçekleri kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, yetkinlik beklentisi, sonuç beklentileri, hedefte ilerleme yani modelin bilişsel değişkenleri akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamakta ve akademik doyum varyansının %59'unu açıklamaktadır. Fakat modelin bazı parçalarında beklenmeyen sonuçlar da elde edilmiştir. Örneğin, yetkinlik beklentisi sonuç beklentilerini anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Yine akademik destek, akademik hedefte ilerleme ve akademik doyum doğrudan anlamlı düzeyde yordamamakta, yetkinlik ve sonuç beklentileri aracılığıyla yordamaktadır. Benlik kurgusu ile ilgili de beklenen düzeyde sonuçlar elde edilmemiştir. Bu değişkenler sadece akademik desteği doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bireyci benlik kurgusu doğrudan olmasa da yetkinlik beklentisi ve sonuç beklentileri aracılığıyla akademik doyumunu yordamaktadır. Kısaca

Amerika’da öğrenim gören Afrikalı üniversite öğrencilerinin akademik doyumunu sosyal bilişsel değişkenler doğrudan ve oldukça yüksek düzeyde açıklarken, benlik kurgusu alt ölçekleri sosyal bilişsel değişkenler aracılığıyla öğrencilerin akademik doyumunu açıklamaktadır.

Garriott, Hudyma, Keene ve Santiago (2015), yapmış oldukları çalışmada Lent’in öznel iyi oluş modelini test etmiştir. Araştırmanın amacı öznel iyi oluş modelini test etmenin yanında, ailede üniversitede okuyan ilk üniversite öğrencilerinin diğer öğrencilerden farklılıklarını incelemek ve bu öğrencilerin akademik ve yaşam doyumlarını araştırmaktır. Modelin hipotezleri, ailede üniversitede okuyan ilk öğrenci olma özelliğini taşıyan ve taşımayan üniversite öğrencileri örnekleminde sınanmıştır. Öğrencilerin %48’i ailede üniversitede okuyan ilk öğrenci olmak üzere 414 kişidir. Öğrencilerin ilk önce demografik bilgileri alınmış daha sonra akademik hedefte ilerleme, akademik doyum, üniversite yetkinlik beklentisi, üniversite sonuç beklentisi, akademik destek, içsel motivasyon, pozitif duygu, algılanan üniversite önemi ve yaşam doyumunu ölçekleri uygulanmıştır. Verilerin analizleri sonucunda pozitif duygunun; akademik destek, üniversite yetkinlik beklentisi, ve yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı fakat akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Yine akademik desteğin; yetkinlik beklentisini, sonuç beklentilerini ve akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı fakat akademik hedefte ilerlemeyi anlamlı düzeyde yordamadığı gözlenmiştir. Yetkinlik beklentisinin; sonuç beklentilerini ve akademik hedefte ilerlemeyi anlamlı düzeyde yordadığı fakat akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Sonuç beklentilerinin akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı, akademik hedefte ilerlemeyi ise açıklamadığı bulunmuştur. Akademik hedefte ilerlemenin akademik doyumunu, akademik doyumun da yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Model akademik hedefte ilerleme varyansının %44’ünü, akademik doyumun %56’sını ve yaşam doyumununun %27’sini açıklamaktadır.

Buraya kadar özetlenmiş olan çalışmalar öznel iyi oluş modelini akademik doyum açısından sınamış araştırmalardır. Aşağıda öznel iyi oluş modelini, çalışan bireyler örnekleminde iş doyumunu açısından sınanan araştırmalar özetlenmiştir.

Duffy ve Lent (2009) sosyal bilişsel iyi oluş modelini 366 öğretmen örnekleminde sınamıştır. Araştırma bulguları genel olarak model ile uyumlu bulunmuştur. Yetkinlik beklentisi, çalışma koşulları ve pozitif duygular iş doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Yani çalışanlar alanlarıyla ilgili kendilerini yetkin hissettiklerinde, çalışma koşullarını destekleyici algıladıklarında ve yoğun pozitif duygular yaşadıklarında iş doyumları da artmaktadır. Araştırmada beklenenin aksine çevresel desteğin ve hedefte ilerlemenin iş doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Bunun dışında beklendiği şekilde pozitif duygular iş doyumunu, yetkinlik beklentilerini, çevresel desteği anlamlı düzeyde yordamakta, yetkinlik beklentileri iş doyumunu, hedefte ilerlemeyi, çalışma koşullarını anlamlı düzeyde yordamakta ve iş koşulları da hedefte ilerleme ve iş doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. İş çevresinden alınan destek çalışma koşullarını anlamlı düzeyde yordarken yetkinlik beklentilerini anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Kısaca model Lent ve Brown'ın (2006) iş doyumunu modeli ile genel olarak uyumlu bulunmuştur.

Lent vd. (2011), 235 öğretmenin iş ve yaşam doyumunu sosyal bilişsel model aracılığıyla incelemiştir. Verilerin analiz sonuçları model ile uyumlu bulunmuştur. Beklendiği şekilde pozitif duygular, destek ve çalışma koşulları iş doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Fakat yetkinlik beklentileri ve hedefte ilerleme düzeyi iş doyumunu anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Yetkinlik beklentileri iş doyumunu ve yaşam doyumunu dolaylı olarak etkilemektedir. Yine beklendiği üzere iş doyumunu, mesleki hedeflerde ilerleme ve pozitif duygu durumu yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Araştırma sonuçları genel olarak model ile uyumlu bulunmuştur.

Kim (2015) Güney Koreli masörlerin iş doyumunu sosyal bilişsel iş doyumunu modeli aracılığıyla incelemiştir. 221 masöre iş doyumunu, pozitif negatif duygu, yetkinlik beklentileri, öznel uyum algısı ve algılanan sosyal destek ölçekleri uygulanmıştır. Araştırma bulguları model ile son derece uyumlu bulunmuştur. Pozitif duygular, yetkinlik beklentileri, uyum alt boyutlarından talep/kabiliyet ve arz/talep uyumu iş doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Fakat kişi/iş uyumu ve sosyal destek iş doyumunu anlamlı düzeyde yordamamaktadır.

Verbruggen ve Sels (2010) kariyer psikolojik danışmanlığı müdahalelerinin danışanların kariyer ve yaşam doyumlarına etkisini araştırmak amacıyla sosyal bilişsel iyi oluş modeli

çerçevesinde bir çalışma gerçekleştirmiştir. Alanda 2 ile 15 yıl arasında çalışan uzman danışmanlar tarafından, 195 danışan ile yapılan düzenli danışma oturumları sonrasında danışanların yetkinlik beklentilerinde önemli artışlar olmuş, 6 ay sonra yapılan ölçümler sonucunda bile kariyer doyumunun yaşam doyumunu yüksek düzeyde yordadığı bulunmuştur. Danışma oturumları sonucunda danışanların amaçları doğrultusunda daha çok ilerledikleri, amaçlarını gerçekleştirme konusunda daha çok kendilerine güvendikleri ve çevrelerinden daha az engel gördükleri için yaşam doyumları ve kariyer doyumları daha yüksek bulunmuştur. Fakat araştırma sonucunda kişilik özelliklerinin kariyer ve yaşam doyumunu doğrudan yordamadığı, kariyer ve yaşam doyumunu yetkinlik beklentisi aracılığıyla yordadığı bulunmuştur. Modelde yer alan değişkenler kariyer doyumunun %31'ini ve yaşam doyumunun % 24'ünü açıklamıştır.

Sosyal bilişsel iyi oluş modelinin sınanması ile ilgili yapılan araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, model bireylerin yaşamlarının en önemli alanlarından olan akademik yaşamlarından ve iş yaşamlarından dolayısıyla bireylerin genel olarak yaşamlarından memnun olmalarını sağlayacak etmenleri açıklamada son derece kullanışlı ve faydalı bir modeldir. Araştırmacılar tarafından bireylerin kariyer doyumları son derece önemli görülmüş, bireylerin kariyerleriyle ilgili memnuniyetlerinin genel olarak tüm yaşamlarını etkilediği kabul edilmiş ve dolayısıyla sosyal bilişsel iyi oluş modeli birçok ülkede farklı örneklem gruplarında sınanmıştır. Yapılan bu araştırmaların sonuçları kısaca özetlendiğinde; yetkinlik beklentisi akademik doyumunu etkileyen en önemli değişken diyebiliriz. Yapılan araştırmaların hemen hemen hepsinde yetkinlik beklentileri akademik doyumunu oldukça yüksek düzeyde yordamaktadır. Yetkinlik beklentileri sadece akademik doyumunu değil, sonuç beklentilerini, hedefte ilerleme düzeyini de yüksek düzeyde etkilemekte ve bunlar aracılığıyla da akademik doyumunu etkilemektedir. Sonuç beklentileri modelde yetkinlik beklentileri kadar etkili bir değişken olarak bulunmamıştır. Çoğu araştırmanın sonucunda beklenenin aksine sonuç beklentilerinin hedefte ilerlemeyi ve akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Nitekim bazı araştırmacılar daha önce elde edilen bulguları dikkate alarak sonuç beklentilerini modelden çıkararak çalışmalarını gerçekleştirmiştir. Modelde yer alan diğer değişkenler, bireyin kişilik özellikleri, çevrelerinden aldıkları akademik destek ve akademik hedeflerinde ilerleme düzeyleri de akademik doyumunu ve yaşam doyumunu genel olarak anlamlı düzeyde yordamaktadır. Yapılan araştırmaların çoğunda bu değişkenler arası ilişkiler ve bu değişkenlerin akademik doyumunu dolayısıyla yaşam doyumunu etkileme düzeyi beklendiği şekilde, sosyal bilişsel iyi oluş modeli ile uyumlu bulunmuştur. Yapılan araştırmaların diğer bir

ortak özelliği, araştırmaların hepsinde modelin üniversite öğrencileri örnekleminde sınanmasıdır. İş doyumu ile ilgili yapılan çalışmalar ise çalışan grubunda yapılmıştır. Yapılan çalışmaların hepsinin sonucu genel olarak sosyal bilişsel iyi oluş modeli ile uyumlu bulunmuş ve modelin başka ırk, etnik ve kültürlerde de sınanılması önerisinde bulunulmuştur. Yapılan bu araştırma, modelin Türk örnekleminde sınanması ile ilgili ilk araştırma olması açısından önemli görülmektedir.

#### **2.2.4. Modelde Yer Alan Kariyer Kavramları İle Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkileri İnceleyen Ulusal Araştırmalar**

Ülkemizde sosyal bilişsel iyi oluş modelinin sınanması ile ilgili bir araştırma yapılmamıştır. Fakat modelde yer alan kavramlar arasındaki ilişkileri inceleyen bazı araştırmalar vardır. Aşağıda bu araştırmalar kısaca özetlenmiştir.

Işık (2013) yapmış olduğu bir araştırmada mesleki sonuç beklentileri ile çevresel bir etmen olan sosyal destek ve kişisel bir etmen olan denetim odağı arasındaki ilişkileri incelemiştir. Sosyal bilişsel kariyer kuramı temel alınarak yapılan çalışmada 263 üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır. Yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, mesleki sonuç beklentileri ile özel bir insan, arkadaş ve aile tarafından algılanan sosyal destek pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir. Denetim odağı ile ise negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir. Denetim odağından alınan yüksek puan yüksek dışsal denetime işaret etmektedir. Dolayısıyla araştırmanın bu sonucu öğrencilerde içsel denetimlilik arttıkça mesleki sonuç beklentilerinin de yükseldiği şeklinde yorumlanabilir. Mesleki sonuç beklentilerinin yordanmasına ilişkin yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda ise sosyal destek alt boyutlarından tek anlamlı yordayıcının aile desteği olduğu, arkadaş ve özel bir insan desteğinin mesleki sonuç beklentilerini anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Bir kişilik özelliği olan denetim odağının da mesleki sonuç beklentilerini anlamlı düzeyde yordadığı araştırma sonucunda elde edilmiştir.

Özden (2014) üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşunu etkileyen psikososyal etmenleri belirlemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Bu doğrultuda algılanan sosyal destek, kariyer kararı öz yeterliği ve mesleki sonuç beklentilerinin ve bazı demografik değişkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri incelenmiştir. Araştırma İstanbul Üniversitesi'nin çeşitli fakülte ve bölümlerinden 425 üniversite öğrencisiyle yapılmıştır. Korelasyon analizi

sonuçlarına göre, öğrencilerin psikolojik iyi oluş puanları ile algılanan sosyal destek, kariyer kararı öz yeterliği ve mesleki sonuç beklentileri puanları arasında pozitif yönde yüksek düzeyde ilişki vardır. Regresyon analizi sonuçlarına göre ise, kariyer kararı öz yeterliği ve algılanan sosyal destek iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamakta, fakat sonuç beklentilerinin iyi oluşa anlamlı bir katkısı görülmemektedir. Değişkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki dolaylı etkisini belirlemek amacıyla doğrusal hiyerarşik aracı regresyon analizi yapılmış ve sosyal destek ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide kariyer kararı öz yeterliği ve mesleki sonuç beklentilerinin kısmi aracı etkisinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca yapılan araştırma sonucunda akademik olarak kendilerini başarılı algılayan öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarının diğer öğrencilere göre yüksek olduğu bulunmuştur.

Gündoğar vd. (2007) üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordayan eğitim doyumunu, bölüm isteği, iş beklentisi gibi etmenleri inceleyen bir araştırma yapmıştır. Bu doğrultuda 373 öğrenciye araştırmada kullanılacak ölçekler uygulanmış ve verilerin analizinde çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, şu anki bölümünü 'bu mesleği çok istiyor olduğu için' okuduğunu düşünen öğrencilerin yaşam doyumunu, eğitim doyumunu, öğretim üyeleriyle ilişkilerinden hoşnutluk puanları, bölüm isteği, bölüm uygunluğu puanları ve net gelir/kişi değerleri bu bölümü 'açıkta kalmamak için' okuduğunu düşünen öğrencilerin yaşam doyumuna göre anlamlı düzeyde yüksektir. Yine analiz sonuçlarında yaşam doyumunu ile eğitim doyumunu, öğretim üyeleriyle ilişkilerden hoşnutluk, bölüm isteği, bölüm uygunluğu arasında anlamlı pozitif ilişkiler gözlenmiştir. Eğitim doyumunu, bölüm isteği ve iş beklentisinin yaşam doyumunun en önemli yordayıcılarından olduğu, öğrencilerin eğitim doyumunun, bölüm isteğinin ve iş beklentisinin arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı araştırma sonuçlarından elde edilmiştir.

Telef ve Ergün (2013) akademik, sosyal ve duygusal öz yeterliğin öznel iyi oluş üzerine etkisini ortaya koyan bir araştırma yapmıştır. Yapılan araştırma sonucunda akademik, sosyal ve duygusal öz yeterliğin, öznel iyi oluşun %19'unu açıkladığı ve öznel iyi oluşu en yüksek düzeyde yordayan değişkenin akademik öz yeterlik ( $\beta = .21, p < .01$ ) olduğu bulunmuştur. Araştırma, akademik olarak kendini yeterli hisseden öğrencilerin öznel iyi oluşunun da yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Tuzgöl Dost (2010) yine bazı değişkenlere göre Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu incelemiştir. 400 Güney Afrika, 403 Türkiye öğrencisi ile yapılan araştırmada Güney Afrika'da okuyan öğrencilerin yaşam doyumunu Türkiye'de okuyan öğrencilerin yaşam doyumundan yüksek bulunmuştur. Diğer bulguya göre hem Güney Afrika hem Türkiye üniversite öğrencilerinin öznel oluş düzeyleri algılanan akademik başarıya göre farklılaşmaktadır. Yani kendilerini akademik olarak başarılı gören öğrencilerin iyi oluşları da daha yüksektir.

Doğan (2006) üniversite öğrencilerinin iyilik halini inceleyen bir araştırma yapmıştır. Araştırmada öğrencilerin iyilik hali çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırma sonucunda gelecekle ilgili olumlu beklentileri olan öğrencilerin iyilik hali gelecekle ilgili olumsuz beklentileri olan öğrencilere göre anlamlı düzeyde farklı bulunmuştur. Yine öğrencilerin iyilik hali ailelerinden ve arkadaşlarından aldıkları destek düzeyine göre de farklılaşmaktadır. Kısaca araştırma bulguları değerlendirildiğinde, üniversite öğrencilerinin olumlu sonuç beklentileri, ailelerinden ve arkadaşlarından gördükleri destek arttıkça iyilik düzeylerinde de artış olmaktadır.

Tuzgöl Dost (2007) da üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarını çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. 403 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırma sonucunda öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyi ve gelecekle ilgili olumlu beklentileri arttıkça yaşam doyumlarının da arttığı bulgusunu ortaya koymuştur.

Certel, Bahadır, Saracaloğlu ve Varol (2015) lise öğrencilerinin öz yeterlikleri ve öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma yapmıştır. 410 lise öğrencisi ile yapılan araştırma sonucunda öğrencilerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz yeterlikleri öznel iyi oluşlarıyla pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur.

Hamurcu (2011) ergenler üzerinde yaptığı araştırmada, ergenlerin akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik inançlarının psikolojik iyi oluşun bütün alt boyutları ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu bulmuştur.



Reisoğlu (2014) üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşunu etkileyen kişilik özellikleri ve çeşitli değişkenleri incelediği araştırmada Karadeniz Teknik Üniversitesi'nin çeşitli fakülte ve bölümlerinde okuyan 1534 öğrenciden veri toplamıştır. Veri analizlerinden elde edilen bulgulara göre, kişilik özellikleri olan nevroitiklik, dışadönüklük, sorumluluk ve deneyime açıklık öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bunun dışında kişilik özelliklerinden yumuşak başlılık öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Ayrıca okuduğu bölümü isteyerek tercih edenlerin öznel iyi oluş düzeyleri, istemeden ve kısmen tercih edenlerin öznel iyi oluş düzeyinden anlamlı düzeyde yüksektir. Yine araştırma sonucunda okuduğu bölümden memnun olan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyi, okuduğu bölümden memnun olmayan ve kısmen memnun olan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Cenkseven (2004) tarafından üniversite öğrencilerinin öznel ve psikolojik iyi oluşu çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Çukurova Üniversitesi'nden 500 öğrenci ile yapılan araştırma sonuçları yüksek iç kontrol odağı düzeyine sahip kişilerin öznel ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermiştir. Ayrıca nevrotizm ve dışa dönüklük gibi kişilik özelliklerinin ve algılanan akademik başarının da öznel iyi olmanın anlamlı yordayıcıları oldukları araştırma sonucunda elde edilmiştir.

Deniz, Arslan, Özyeşil ve İzmirli (2012) Türkiye'deki ve bazı ülkelerdeki (Fransa, İngiltere, Polonya, İtalya, Romanya, Brezilya, Ukrayna, İspanya) üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarını karşılaştırmış, yaşam doyumunu ile pozitif negatif duyguların ilişkisini araştırmıştır. Araştırmaya Türkiye'den 127 diğer ülkelerden 122 öğrenci katılmıştır. Yapılan araştırmanın sonucunda Türkiye'deki öğrencilerin yaşam doyumunu diğer ülke öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yine araştırma sonucunda Türkiye'deki öğrencilerin yaşam doyumunu ile pozitif duygu arasında .34, negatif duygu arasında -.39 düzeyinde anlamlı ilişki bulunmuştur. Diğer ülke öğrencilerinin yaşam doyumunu ise pozitif duygu ile .37, negatif duygu ile -.40 düzeylerinde ilişkilidir. Araştırma sonucu genel olarak değerlendirildiğinde sık hissedilen olumlu, olumsuz duygular öğrencilerin yaşam doyumunu etkilemektedir.

Kuyumcu (2012) üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumlarının psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın örneklemini

Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nden 188 öğrencidir. Araştırmanın sonucunda pozitif duyguların psikolojik iyi oluş alt boyutlarından sadece 'diğerleriyle olumlu ilişkiler' alt boyutunu anlamlı düzeyde yordadığı, negatif duyguların ise bütün psikolojik iyi oluş alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur.

Sarı ve Şahin (2015) üniversite öğrencilerinin kariyer kararı yetkinlik beklentilerini hangi değişkenlerin yordadığının belirlenmesi amacıyla yaşam doyumunun etkisini incelemiştir. Araştırma Karadeniz Teknik Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinden 440 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Yapılan araştırmanın sonucunda yaşam doyumunun kariyer kararı yetkinlik beklentisini anlamlı düzeyde yordadığı ve iki kavram arasında .45 düzeyinde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Koyuncu da (2015) yapmış olduğu araştırmada kariyer kararı yetkinlik beklentisi ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiş ve kariyer kararı yetkinlik beklentisini yordamada öznel iyi oluşun etkisini araştırmıştır. 386 lise öğrencisi ile yapılan araştırma sonucunda kariyer kararı yetkinlik beklentisi ve alt boyutları ile öznel iyi oluş alt boyutları arasında pozitif yönde düşük ve orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca öznel iyi oluşun kariyer kararı yetkinlik beklentisinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu da yine araştırma sonucundan elde edilen bulgudur.

Modelde yer alan kariyer kavramlarının haricinde, diğer kariyer kavramları ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri ortaya koyan araştırmaların da bu bölümde verilmesi önemli görülmüştür. Bu doğrultuda;

Mutlu (2011) lise 1. sınıf öğrencilerinin kariyer kararı verme güçlükleri ile kariyer kararı verme yetkinliği ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri bir model aracılığıyla test etmiştir. Araştırmada 680 lise öğrencisinden veri toplanmış ve elde edilen bulgular yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Analiz sonuçlarından, kariyer kararı verme güçlüklerini etkileyen etmenlerin açıklanması için oluşturulan modelin anlamlı ve geçerli bir model olduğu elde edilmiştir. Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre, kariyer kararı verme güçlüğünü açıklamada kariyer kararı verme yetkinlik beklentisi orta düzeyde ve negatif (-.41), öznel iyi oluş düzeyi zayıf düzeyde ve negatif yönde (-.13) etki etmiştir. Ayrıca araştırma bulguları kariyer kararı

verme güçlükleri ile kariyer kararı yetkinlik beklentisi ve öznel iyi oluşun anlamlı ilişki içerisinde olduklarını göstermiştir. Yani öğrencilerin kariyer kararı verme konusunda yetkinlik beklentisi arttıkça kariyer kararı verme güçlükleri azalmakta, öznel iyi oluş düzeyleri azaldıkça kariyer kararı verme güçlükleri artmaktadır.

Akyüz Ünlü (2014) kadın çalışanların kariyer engelleri ile iş tatmini ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma Gazi Üniversitesi'nde çalışan 207 kadın akademik ve idari personel ile yürütülmüştür. Toplanan verilerin analizi sonucunda kadınların kariyerlerinde algıladıkları bireysel, toplumsal ve ailevi engellerin genel ortalaması ile kariyer tatmini ortalaması arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı, yine kariyer engelleri ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulgusu elde edilmiştir. Bunun yanında kariyer tatmini ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu araştırma sonucundan elde edilmiştir.

Turan (2013) ergenlerin kariyer ve yetenek gelişimi özyeterlik düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma İstanbul'da yaşayan ergenlik dönemindeki 1047 birey ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kariyer ve yetenek gelişimi özyeterliğini yordayan değişkenlerin ortaya konması için yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır. Yapısal eşitlik modelinde yaşam doyumu ve algılanan sosyal desteğin kariyer ve yetenek gelişimi özyeterliğini dolaylı etki ile yordadığı bulunmuştur.

Işık (2014) yapmış olduğu araştırmada çocuk kariyer gelişim özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma 5-8. sınıfa devam eden 334 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda çocuk kariyer gelişim özellikleri ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca araştırma sonucunda çocuk kariyer gelişimi özelliklerinin yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. İlgili Beta değerleri incelendiğinde yaşam doyumunun en güçlü yordayıcısının merak/araştırma olduğu, bunu sırasıyla planlama ve benlik kavramı değişkenlerinin izlediği araştırma bulgularından elde edilmiştir. Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde çocuklarda kariyer gelişimi özellikleri yükseldikçe yaşamdan aldıkları doyum da artmaktadır diyebiliriz.

Ülkemizde yapılan araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, kariyer kavramları ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen çok az araştırma bulunmaktadır. Yapılan bu araştırmaların sonuçlarına bakıldığında, yetkinlik ve sonuç beklentileri bireylerin akademik doyumunu ve yaşam doyumunu etkileyen önemli değişkenlerdir. Yine çevreden algılanan destek, olumlu kişilik özellikleri ve yoğun yaşanan pozitif duygular bireylerin iyi oluş düzeyini artırmaktadır. Yetkinlik beklentileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen birçok araştırma varken, sonuç beklentilerinin iyi oluş üzerine etkisini inceleyen çok az araştırma bulunmaktadır. Yine sosyal bilişsel bir değişken olan hedefler ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen hiçbir araştırmaya rastlanmamıştır. Kariyer bireyin yaşamını etkileyen en önemli alanlardan biridir. Hatta çoğu birey için en öncelikli alandır. Kariyerin bireyin yaşamında bu kadar önemli olmasına karşın ülkemizde bu konuda çok az araştırma yapılması büyük bir eksiklik olarak görülmüştür. Dolayısıyla yapılan bu model sınaması araştırmasının ulusal ve uluslararası kariyer literatürüne önemli katkısının olacağı düşünülmektedir.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araç ve teknikleri ve verilerin analizleriyle ilgili bilgi verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme, akademik destek ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin ve bu değişkenlerin akademik doyum ve yaşam doyumuna etkisinin incelendiği tarama modelinde bir araştırmadır. Araştırmada iki veya daha fazla değişken arasındaki birlikte değişimin varlığı ve derecesi belirlenmeye çalışıldığı için ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır (Karasar, 2010). Modelde bağımlı değişken (endogen) akademik doyum ve yaşam doyumunu, bağımsız değişkenler ise (exogen) akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentileri, akademik hedefte ilerleme, akademik destek ve kişilik özellikleridir. Bu model ile üniversite öğrencilerinin akademik yetkinlik beklentileri, akademik sonuç beklentileri, hedeflerinde ilerleme düzeyleri, akademik destek ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler ve bu değişkenlerin öğrencilerin akademik doyum ve yaşam doyumlarına etkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

#### 3.2. Araştırma Grubu

Bu araştırma 2015-2016 eğitim öğretim yılında Mevlana Üniversitesi'nde öğrenim gören Eğitim Fakültesi öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Araştırmada kullanılacak ölçeklerin bazı maddelerinden ötürü, diğer ülkelerde yapılan araştırmalara da benzer şekilde ölçekler yalnızca 1. ve 2. sınıf öğrencilerine uygulanmıştır. Uyarlama çalışmaları yapılarak araştırmada kullanılmak istenen ölçekler (akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik destek, akademik hedefte ilerleme, akademik doyum) ve diğer ölçekler (yaşam doyumunu, pozitif duygu, akademik öz yeterlik) araştırmacı tarafından ders saatlerinde sınıflara gidilerek o saatte sınıfta bulunan ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilere uygulanmıştır. Çalışmaya Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, İngilizce Öğretmenliği, Okul Öncesi Öğretmenliği, Matematik Öğretmenliği, Türkçe Öğretmenliği ve Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği anabilim dallarından toplam 320 öğrenci katılmıştır.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Çalışma kapsamında, Lent'in (2005) öznel iyi oluş modelinde yer alan akademik destek, akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme, akademik doyum kavramlarının ölçümünde kullanılan veri toplama araçlarının Türkçe formları olmadığı için, yazarlardan gerekli izinler alınarak uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Modelde yer alan yaşam doyumu ve kişilik özellikleri kavramları ise Türkçe formları bulunan Yaşam Doyumu ve Pozitif Negatif Duygu Ölçekleri ile ölçülmüştür.

#### **3.3.1. Öznel İyi Oluş Modeli Ölçeklerinin Türkçe'ye Uyarlama Çalışmaları**

Aşağıda Lent'in (2005) öznel iyi oluş modelinde yer alan akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme, akademik destek ve akademik doyum kavramlarının ölçümünde kullanılan veri toplama araçlarının orjinal formlarına ilişkin bilgilere ve Türkçe'ye uyarlama çalışmalarına yer verilmiştir.

##### **3.3.1.1. Çeviri Çalışmaları**

Çeviri çalışmaları kapsamında, öncelikle ölçekleri geliştiren araştırmacılardan gerekli izinler alınmıştır. Gerekli izinler alındıktan sonra ölçekler iki araştırmacı tarafından İngilizce'den Türkçe'ye çevrilmiştir. Türkçe'ye çevrilen maddeler dile hakim iki araştırmacı ve PDR alanından bir kişi tarafından incelenmiş ve gerekli görülen değişiklikler araştırmacı tarafından yapılmıştır. Daha sonra ölçek maddeleri İngilizce alanında uzman iki araştırmacı tarafından tekrar İngilizce'ye çevrilmiştir. Ölçeğin İngilizce'ye çevrilmiş iki formu ve orijinal formu her iki dile de hakim bir akademisyen ve araştırmacı tarafından incelenmiş ve madde madde karşılaştırma yapılmıştır. Çeviriden kaynaklanabilecek sorunlar düzeltilmiş, gerekli değişiklikler yapılmış ve ölçekler uygulanabilir son haline getirilmiştir.

##### **3.3.1.2. Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları**

Güvenirlilik ve geçerlik çalışmaları Mevlana Üniversitesinde öğrenim gören 320 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Ölçeklerin yapı geçerliğini incelemek amacıyla AMOS 16.0 paket programı kullanılarak Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Modele ilişkin uyum indekslerinin değerlendirilmesinde, Ki Karenin Serbestlik Derecesine Oranı ( $\chi^2/df$ ) < 3, Uyum İyiği İndeksi (Goodness of Fit Index-GFI), Düzeltmiş Uyum İyiği İndeksi (Adjusted Goodness of Fit Index-AGFI) ve Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comperative Fit Index-CFI) > .90, Yaklaşık Hataların Ortalama Kare Kökü (Root Mean Square Error of Approximation-RMSEA) ve Standardize Edilmiş Kalıntıların Ortalama Kare Kökü (Standardized Root Mean Square Residual-SRMR) < .08 kriter olarak alınmıştır (Hu & Bentler, 1999).

Ölçeklerin ölçüt bağıntılı geçerliği kapsamında Akademik Özyeterlik Ölçeği (Yılmaz, Gürçay & Ekici, 2007) ile aralarındaki ilişkiler incelenmiştir.

Ölçeklerin güvenilirlik çalışmaları kapsamında ise iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Yine güvenilirlik çalışmaları çerçevesinde madde toplam korelasyonları incelenmiştir. Söz konusu ölçekler ve çalışmalar aşağıda tanıtılmıştır:

### **Akademik Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (AYBÖ)**

Lent vd. (2005) tarafından geliştirilen Akademik Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (Academic Self Efficacy) 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 5 maddesi öğrencilerin genel akademik başarıları ile ilgili kendilerine güvenlerini ölçerken ('Bu bölümdeki derslerimi en düşük BB ile geçebilme' vb.) 7 maddesi akademik zorluklarla başa çıkma konusunda kendilerine güvenlerini ölçmektedir ('Maddi yetersizliklere rağmen bölümümü bitirebilme' vb.). AYBÖ 10' lu Likert tipi bir ölçektir ve katılımcılar maddelerde yer alan görevleri yerine getirme konusunda kendilerine ne derece güvendiklerini belirtmek için *Hiç Güvenmiyorum* (0) ifadesinden *Çok Güveniyorum* (9) ifadesine uzanan onlu bir derecelendirme yapmaktadırlar. Ölçek maddelerine verilen puanlar toplanarak akademik yetkinlik beklentilerine ilişkin bir puan elde edilmektedir. Elde edilen puanın yüksekliği, yüksek düzey akademik yetkinlik beklentisine işaret etmektedir.

AYBÖ'nün yapı geçerliğini belirlemek için yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum değerleri  $\chi^2/df= 2.95$ , GFI=.93, AGFI=.90, CFI=.96, RMSEA=.078 ve SRMR=.066 olarak

hesaplanmıştır. Bu sonuçlar 12 maddeden oluşan tek faktörlü AYBÖ'nün uygulandığı örnekleme iyi uyum gösterdiğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır.

Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği kapsamında Akademik Özyeterlik Ölçeği (Yılmaz, Gürçay, & Ekici, 2007) ile aralarındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda AYBÖ puan ortalamaları ile Akademik Özyeterlik ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde ( $r = .56$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < .001$ ).

AYBÖ'nün güvenilirliğine ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .91 bulunmuştur. Ölçeğin orijinal İngilizce formuna ait ve farklı dillere uyarlanmış formlarına ait hesaplanan Cronbach alfa içtutarlık katsayısı .78 ile .93 arasında bulunmuştur (Lent vd., 2005; Lent vd., 2007; Lent vd., 2009; Lent vd., 2012; Ezeofor & Lent, 2014; Sheu vd., 2014). Bulunan değer diğer çalışmalarda bulunan iç tutarlılık katsayısı aralığındadır ve kabul edilebilir düzeydedir.

Madde toplam korelasyonları incelendiğinde ise, bu değerlerin .46 ile .73 arasında değiştiği gözlenmektedir. Madde toplam puan korelasyonu için .30 ve daha yüksek bulunan değerler, bireyleri ölçülen özellik bakımından iyi derecede ayırt etmektedir (Büyüköztürk, 2004).

### **Akademik Sonuç Beklentisi Ölçeği (ASBÖ)**

10 maddeden oluşan Akademik Sonuç Beklentisi Ölçeği (Academic Outcome Expectations), bireylerin akademik uğraşlarının potansiyel sonuçları hakkındaki inançlarını ölçer ('Bu bölümden mezun olmamın iyi bir iş sahibi olmamı sağlayacağına inanıyorum' vb.) (Lent ve ark, 2005). ASBÖ 10' lu Likert tipi bir ölçektir ve katılımcılar şu an okudukları bölümü bitirmenin kendilerine neler kazandıracığı ile ilgili beklentilerini ifade etmek için *Hiç Katılmıyorum* (0) ifadesinden *Tamamen Katılıyorum* (9) ifadesine uzanan onlu bir derecelendirme yapmaktadırlar. Ölçek maddelerine verilen puanlar toplanarak akademik sonuç beklentilerine ilişkin bir puan elde edilmektedir. Elde edilen puanın yüksekliği, yüksek düzey akademik sonuç beklentisine işaret etmektedir.



ASBÖ'nün yapı geçerliğini belirlemek için yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum değerleri  $\chi^2/df= 2.95$ , GFI=.93, AGFI=.90, CFI=.96, RMSEA=.078 ve SRMR=.066 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar 10 maddeden oluşan tek faktörlü ASBÖ'nün uygulandığı örnekleme iyi uyum gösterdiğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır.

Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği kapsamında Akademik Özyeterlik Ölçeği (Yılmaz, Gürçay, & Ekici, 2007) ile aralarındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda ASBÖ puan ortalamaları ile Akademik Özyeterlik ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde ( $r = .46$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < .001$ ).

ASBÖ'nün güvenilirliğine ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .91 bulunmuştur. Yapılan diğer çalışmalarda da bu değer .88 - .94 aralığında bulunmuştur (Lent vd., 2005; Lent vd., 2007; Ezeofor & Lent, 2014; Sheu vd., 2014). Dolayısıyla bu araştırmanın iç tutarlık katsayısı diğer araştırmalarla benzerlik göstermekte ve kabul edilebilir bir düzeydedir.

Madde toplam korelasyonları incelendiğinde ise, bu değerlerin .46 ile .73 arasında değiştiği ve ilgili değerlerin yeterli olduğu gözlenmiştir.

### **Akademik Hedefte İlerleme Ölçeği (AHİÖ)**

Akademik Hedefte İlerleme Ölçeği (Academic Goal Progress) bireylerin akademik hedefleri doğrultusunda algıladıkları ilerlemeyi değerlendirmektedir ('Dersleri yüksek puanlarla geçme' vb.) (Lent ve ark., 2005). Katılımcılar amaçlara ulaşma düzeylerini *Hiç Ulaşamadım* (1) ile *Tamamen Ulaştım* (5) arasında değerlendirirler. 7 maddeden elde edilen puanlar toplanarak akademik hedeflerde ilerlemeye ilişkin bir puan elde edilmektedir. Elde edilen puanın yüksekliği, yüksek düzey ilerlemeye işaret etmektedir.

AHİÖ'nün yapı geçerliğini belirlemek için yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum değerleri  $\chi^2/df= 2.99$ , GFI=.97, AGFI=.93, CFI=.98, RMSEA=.079 ve SRMR=.027 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar 7 maddeden oluşan tek faktörlü AHİÖ'nün uygulandığı örnekleme iyi uyum gösterdiğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır.

Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği kapsamında Akademik Özyeterlik Ölçeği (Yılmaz, Gürçay, & Ekici, 2007) ile aralarındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda AHİÖ puan ortalamaları ile Akademik Özyeterlik ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde ( $r = .56$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < .001$ ).

AHİÖ'nün güvenilirliğine ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .88 bulunmuştur. Ölçeğin orijinal İngilizce formuna ait ve farklı dillere uyarlanmış formlarına ait hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .80 - .93 arasında bulunmuştur (Lent vd., 2005; Lent vd., 2007; Lent vd., 2009; Ojeda vd., 2011; Lent vd., 2012; Ezeofor & Lent, 2014; Sheu vd., 2014). AHİÖ'nün iç tutarlık katsayısı da bu aralıktadır ve kabul edilebilir düzeydedir.

Madde toplam korelasyonları incelendiğinde ise, bu değerlerin .59 ile .75 arasında değiştiği ve ilgili değerlerin yeterli olduğu gözlenmiştir.

### **Akademik Destek Ölçeği (ADÖ)**

9 maddeden oluşan Akademik Destek Ölçeği (Academic Support) bireylerin çevrelerinden gördükleri akademik destekle ilgili algılarını değerlendirmeyi amaçlar ('Alanımda ilerleme konusunda hayatımdaki önemli kişilerin desteğini hissediyorum' vb.) (Lent vd., 2005). ADÖ 5'li Likert tipi bir ölçektir ve katılımcılar maddelerin kendilerine uygunluk düzeyini *Hiç Uygun Değil* (1) ifadesinden *Çok Uygun* ifadesine uzanan beşli bir derecelendirme yaparak belirtirler. Ölçek maddelerine verilen puanlar toplanarak akademik destek puanı elde edilmektedir. Elde edilen puanın yüksekliği, bireyin yüksek düzeyde akademik destek gördüğü anlamına gelmektedir.

ADÖ'nün yapı geçerliğini belirlemek için yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum değerleri  $\chi^2/df= 2.98$ , GFI=.95, AGFI=.91, CFI=.96, RMSEA=.079 ve SRMR=.039 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar 9 maddeden oluşan tek faktörlü ADÖ'nün uygulandığı örnekleme iyi uyum gösterdiğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır.

ADÖ' nün iç tutarlık güvenilirliği Cronbach alfa katsayısı ile hesaplanmış ve .88 bulunmuştur. Orijinal ölçekte ve yapılan diğer uyarılama çalışmalarında bu değer .70 ile .84 arasında bulunmuştur (Lent vd., 2005; Lent vd., 2007; Lent vd., 2009; Lent vd., 2012; Ezeofor & Lent, 2014; Sheu vd., 2014). ADÖ'nün iç tutarlık güvenilirliği bu ölçeklerinkinden daha yüksek düzeyde bulunmuştur ve kabul edilebilir düzeydedir.

Güvenirlik çalışmaları kapsamında madde toplam korelasyonları incelendiğinde ise, bu değerlerin .49 ile .74 arasında değiştiği ve ilgili değerlerin yeterli olduğu gözlenmiştir.

### **Akademik Doyum Ölçeği (ADOÖ)**

Akademik Doyum Ölçeği (Academic Satisfaction), öğrencilerin çeşitli yönleriyle akademik yaşamlarından aldıkları doyumunu değerlendirmektedir (Lent vd., 2005). Ölçek 7 maddeden oluşmaktadır ve katılımcılar akademik yaşamları ile ilgili memnuniyetlerini *Hiç Uygun Değil* (1) ifadesinden *Çok Uygun* (5) ifadesine uzanan beşli bir derecelendirme yaparak belirtirler. Ölçek maddelerine verilen puanlar toplanarak akademik doyum puanı elde edilmektedir. Elde edilen puanın yüksekliği, bireyin akademik yaşamından yüksek düzeyde memnun olduğunu göstermektedir. Örnek ölçek maddeleri: 'Derslerin çoğu bana keyifli geliyor', 'Akademik hayatımdan genel olarak memnunum'.

ADOÖ'nün yapı geçerliğini belirlemek için yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum değerleri  $\chi^2/df= 2.69$ , GFI=.97, AGFI=.94, CFI=.99, RMSEA=.075 ve SRMR=.019 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar 7 maddeden oluşan tek faktörlü ADOÖ'nün uygulandığı örnekleme iyi uyum gösterdiğine ilişkin önemli kanıtlar sunmaktadır.

Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği kapsamında Akademik Özyeterlik Ölçeği (Yılmaz, Gürçay & Ekici, 2007) ile aralarındaki ilişkiler incelenmiştir. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda ADOÖ puan ortalamaları ile Akademik Özyeterlik ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları arasında yüksek düzeyde ( $r = .48$ ) anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < .001$ ).

ADOÖ' nün güvenilirliğine ilişkin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .93 bulunmuştur. Yapılan diğer çalışmalarda bu katsayı .71 - .94 aralığında bulunmuştur (Lent vd., 2005; Lent vd., 2007; Ojeda vd., 2011; Lent vd., 2012; Ezeofor & Lent, 2014; Sheu vd., 2014). ADOÖ'nün iç tutarlık katsayısı da bu aralıktadır ve kabul edilebilir düzeydedir.

Madde toplam korelasyonları incelendiğinde ise, bu değerlerin .73 ile .81 arasında değiştiği ve ilgili değerlerin yeterli olduğu gözlenmiştir.

### **3.3.2. Araştırma Kapsamında Kullanılan Diğer Ölçme Araçları**

Modelde yer alan yaşam doyumu ve kişilik özellikleri kavramları Türkçe formları bulunan Yaşam Doyumu ve Pozitif Negatif Duygu Ölçekleri ile ölçülmüştür. Araştırmada ayrıca geçerlik çalışmaları kapsamında Akademik Özyeterlik Ölçeği kullanılmıştır. Kullanım için araştırmacılardan gerekli izinler alınmıştır. Ölçme araçlarıyla ilgili bilgiler aşağıda verilmiştir.

#### **Yaşam Doyumu Ölçeği**

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği, Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Toplam 5 maddeden oluşan, 7 li Likert tipi ölçek bireylerin iyilik halini ölçmektedir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında test tekrar test güvenilirliği .85 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliği için madde toplam korelasyonuna bakılmış ve 1. madde için .73, 2. madde için .71, 3. madde için .73, 4. madde için .75, 5. madde için .80 değeri bulunmuştur (Köker, 1991).

#### **Pozitif Negatif Duygu Ölçeği**

Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilen Pozitif Negatif Duygu ölçeği, Gençöz (2000) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. 5 li Likert tipi ölçek, 10 olumlu (güçlü, hevesli, aktif vb.) 10 olumsuz duygu (mutsuz, asabi, tedirgin vb.) olmak üzere 20 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin iç tutarlığı pozitif ve negatif duygu için sırasıyla .83 ve .86; test tekrar test tutarlığı ise .40 ve .54 bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliği için ise Beck Depresyon Envanteri ve Beck Anksiyete Envanteri ile ilişkisine bakılmıştır. Buna göre, Pozitif Duygu ölçeği bu

envanterler ile sırasıyla -.48 ve -.22 düzeyinde korelasyonlar verirken, negatif duygu ölçeğinin bu envanterlerle korelasyonu yine aynı sıraya göre .51 ve .47 bulunmuştur (Gençöz, 2000).

### **Akademik Özyeterlik Ölçeği**

Jerusalem ve Schwarzer (1981) tarafından geliştirilen Akademik Özyeterlik Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlaması Yılmaz, Gürçay ve Ekici (2007) tarafından yapılmıştır. Almanca olan orijinal ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik değeri .87 bulunmuştur.

Uyarlama çalışmaları doğrultusunda, ölçeğin güvenilirlik ve geçerliğinin saptanması amacıyla 672 üniversite öğrencisi üzerinde araştırma gerçekleştirilmiştir. Faktör analizi sonucunda, Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin orijinal ölçekteki gibi tek boyutlu olduğu ve toplam 7 maddeden oluştuğu sonucu elde edilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik değeri .79 olarak bulunmuştur. Madde toplam korelasyonu ise .36 ile .71 arasında değişmektedir. Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması kapsamında ölçeğin Benlik Saygısı Ölçeği ile arasındaki ilişki incelenmiş ve .43 düzeyinde anlamlı ilişki bulunmuştur.

### **3.4. Verilerin Toplanması**

Verilerin toplanması amacıyla çevirisi yapılan Akademik Yetkinlik Beklentisi, Akademik Sonuç Beklentisi, Akademik Hedefte İlerleme, Akademik Destek ve Akademik Doyum Ölçekleri, ve daha önce uyarlama çalışmaları yapılmış Pozitif Negatif Duygu, Yaşam Doyumu Ölçeği, ayrıca ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması için Akademik Özyeterlik Ölçeği araştırmacı tarafından tek bir formda toplanmıştır. Uygulanmaya hazır olan ölçekler araştırmacı tarafından gerekli izinler alındıktan sonra sınıflara gidilerek o gün o saatte sınıfta bulunan öğrencilere uygulanmıştır. Uygulama yapılmadan önce araştırmanın gereği ve önemi hakkında kısa bir bilgi verilmiş, öğrenciler motive edilmiş ve uygulama konusunda gönüllü öğrencilere ölçek formları verilmiştir. Uygulama her bir sınıfta yaklaşık 20-25 dakika sürmüş ve toplamda 320 üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Yukarıda açıklanan ölçme araçlarından elde edilen veriler araştırmacı tarafından kodlanarak SPSS'e girilmiştir. Toplanan verilerin çözümlenmesinde SPSS 15.0 ve AMOS 16.0 paket programı kullanılmıştır. Araştırmalarda çok değişkenli kompleks modeller geliştirmek, geliştirilen bu modelleri test etmek ve modeldeki değişkenlerin direkt ve dolaylı etkilerini görmek için yapısal eşitlik analizleri kullanılmaktadır (Bayram, 2013). Bu nedenle yapılan bu araştırmada üniversite öğrencilerinin akademik doyum ve yaşam doyumunun akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme düzeyi, akademik destek ve pozitif duygular tarafından açıklanmasına ilişkin bulgular yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir.



## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin akademik doyum ve yaşam doyumunun açıklanmasında, sosyal bilişsel iyi oluş modeline dayalı olarak belirlenen akademik destek, akademik yetkinlik beklentisi, akademik sonuç beklentisi, akademik hedefte ilerleme ve olumlu duyguların etkisinin araştırıldığı yapısal eşitlik modeli sonuçları verilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulguların sunumunda öncelikle modelde yer alan değişkenler arası ilişkiler, daha sonra modelin genel uyumuna ve parametrelerine ilişkin istatistiksel bulgular verilmiştir.

#### 4.1. Yapısal Eşitlik Analizi Sonucu Elde Edilen Bulgular

**Tablo 1.** Modelde Yer Alan Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7
1. Akademik destek	–						
2. Akademik yetkinlik beklentisi	.45**	–					
3. Akademik sonuç beklentisi	.61**	.61**	–				
4. Akademik hedefte ilerleme	.57**	.62**	.60**	–			
5. Pozitif duygular	.35**	.34**	.34**	.43**	–		
6. Akademik doyum	.57**	.55**	.61**	.62**	.36**	–	
7. Yaşam doyumunu	.48**	.39**	.48**	.48**	.41**	.51**	–

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

Tablo 2’ de görüldüğü gibi modelde yer alan bütün değişkenler arasında anlamlı ilişkiler görülmektedir. Akademik destek ile modelde yer alan diğer değişkenler arasında (.35-.61), akademik yetkinlik beklentisi ile diğer değişkenler arasında (.34-.62), akademik sonuç beklentisi ile diğer değişkenler arasında (.34-.61), akademik hedefte ilerleme ile diğer değişkenler arasında (.43-.62), pozitif duygular ile diğer değişkenler arasında (.34-.43), akademik doyum ile diğer değişkenler arasında (.36-.62), ve yaşam doyumunu ile diğer değişkenler arasında (.39-.51) orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Elde edilen bu anlamlı bulgular, değişkenlerin modelde de ele alınabileceğine işaret etmektedir.

**Tablo 2.** *Aritmetik Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık Basıklık Katsayılarına İlişkin Bulgular*

	$\alpha$	X	SD	Range	Skewness	Kurtosis
1. Akademik destek	.88	3.87	6.81	1.00-5.00	-.778	.449
2. Akademik yetkinlik beklentisi	.91	6.85	16.32	1.25-9.00	-1.105	1.657
3. Akademik sonuç beklentisi	.91	7.47	14.57	0.30-9.00	-1.386	2.181
4. Akademik hedefte ilerleme	.88	3.87	4.95	1.28-5.00	-.857	.881
5. Pozitif duygular	.85	3.26	7.65	1.30-5.00	-.081	-.404
6. Akademik doyum	.93	4.04	5.64	1.14-5.00	-.880	.462
7. Yaşam doyumunu	.84	5.26	5.71	1.80-7.00	-.565	-.249

**Tablo 3.** *Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Uyum İndeks Değerleri*

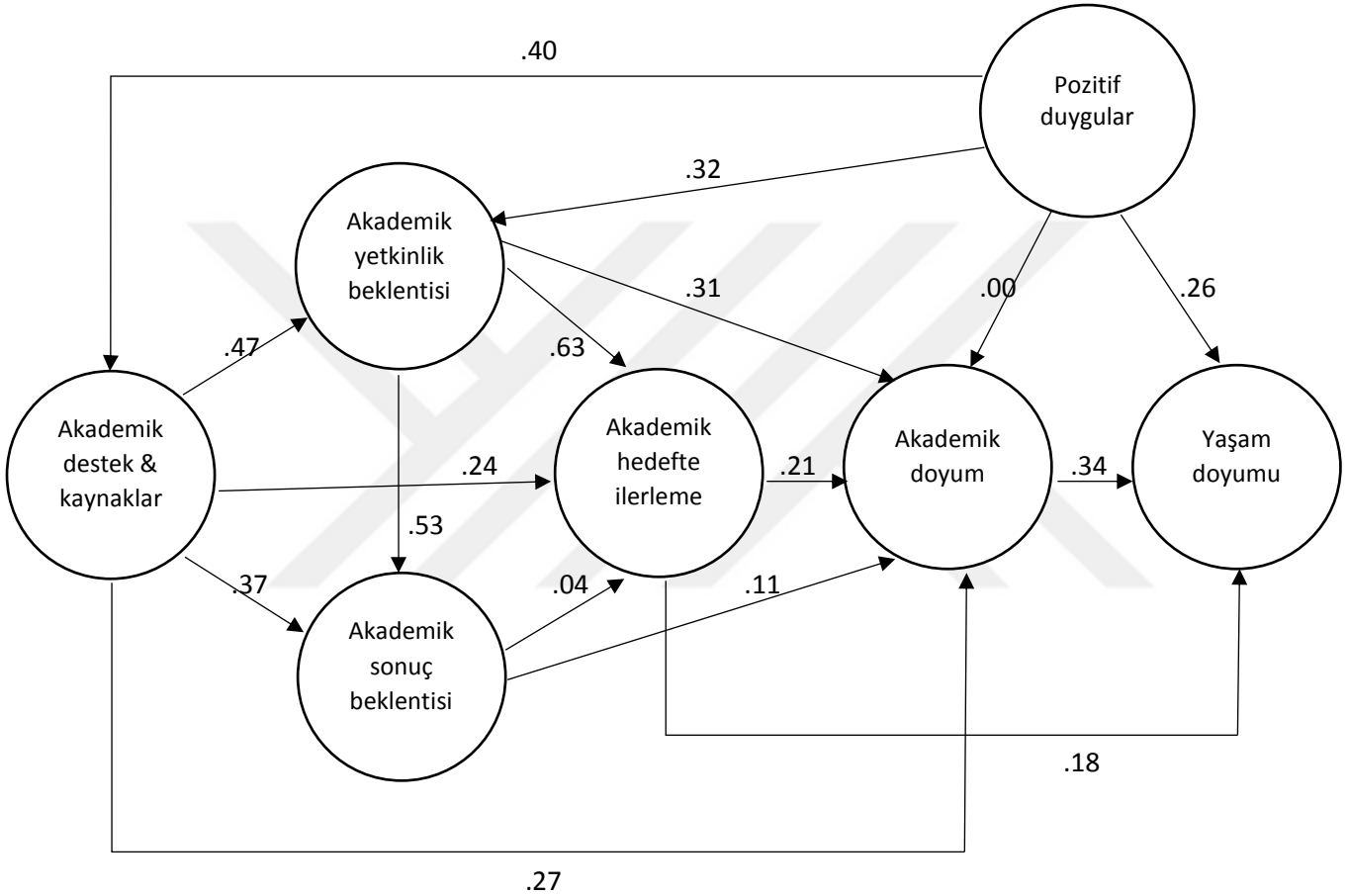
	$\chi^2$	sd	$\chi^2/sd$	RMSEA	CFI	SRMR
MODEL	2775.675	1632	1.69	.048	.90	.061

Ki-kare istatistiği, model uyumunu test eden uyum iyiliği testlerinden istatistiksel temeli olan en önemli ölçüt ve diğer uyum ölçümlerinin hesaplanmasında kullanılan uyumun en temel ölçümüdür. Ki-kare istatistiği örneklem hacmine duyarlıdır ve bu değer çok büyük olduğu durumlarda  $\chi^2$ 'nin serbestlik derecesine oranı ( $\chi^2/sd$ ) olarak ifade edilen değer modelin uyumunu değerlendirmede kullanılmaktadır (Bayram, 2013). Kline'a göre (2005)  $\chi^2/sd$  değerinin  $\leq 3$  olması modelin mükemmel düzeyde uyum gösterdiği anlamına gelmektedir. Dolayısıyla 2'nin de altında bulunan  $\chi^2/sd= 1.69$  değeri model uyumunun mükemmel olduğunu göstermektedir. Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA) .048 olarak hesaplanmıştır. RMSEA'nın .050 veya daha az değerleri iyi uyumu, .050 ve .080 arası değerleri kabul edilebilir bir uyumu göstermektedir (Kline, 2005). Dolayısıyla bulunan RMSEA değeri de modelin iyi uyumunu göstermektedir. Diğer uyum indeksi olan Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI) değeri 0 ile 1 arasında değişmektedir. Bu değer 1'e yaklaştıkça uyum da iyileşmektedir, .90 ve üzeri olması kabul edilebilir uyumu göstermektedir (Kline, 2005). .90 bulunan CFI değeri modelin



kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiği anlamına gelmektedir. SRMR değerinin ise  $<.08$  olması kabul edilebilir uyumu göstermektedir (Hu & Bentler, 1999).  $.061$  bulunan bu değer de yine modelin iyi uyumunu kanıtlamaktadır. Tüm bu uyum değerleri genel olarak değerlendirildiğinde modelin örnekleme iyi düzeyde uyum gösterdiğini söyleyebiliriz.

**Şekil 9.** Yapısal Eşitlik Modeli Standartlaştırılmış Regresyon Katsayıları



\* $p<.05$ , \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

Yukarıdaki şekilde yapısal eşitlik modeli analizi sonucunda elde edilen regresyon katsayıları gösterilmektedir. Buna göre;

- 1) Akademik doyumun yaşam doyumunu üzerinde ( $\beta=.34$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 2) Pozitif duyguların yaşam doyumu üzerinde ( $\beta=.26$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 3) Pozitif duyguların akademik doyum üzerinde ( $\beta=.00$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olmadığı,

- 4) Akademik hedefte ilerlemenin yaşam doyumu üzerinde ( $\beta=.18$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olmadığı,
- 5) Akademik hedefte ilerlemenin akademik doyum üzerinde ( $\beta=.21$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olmadığı,
- 6) Akademik yetkinlik beklentilerinin akademik doyum üzerinde ( $\beta=.31$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 7) Akademik sonuç beklentilerinin akademik doyum üzerinde ( $\beta=.11$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olmadığı,
- 8) Akademik desteğin akademik doyum üzerinde ( $\beta=.27$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 9) Akademik yetkinlik beklentilerinin akademik hedefte ilerleme üzerinde ( $\beta=.63$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 10) Akademik sonuç beklentilerinin akademik hedefte ilerleme üzerinde ( $\beta=.04$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olmadığı,
- 11) Akademik desteğin akademik hedefte ilerleme üzerinde ( $\beta=.24$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 12) Akademik desteğin akademik yetkinlik beklentileri üzerinde ( $\beta=.47$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 13) Akademik desteğin akademik sonuç beklentileri üzerinde ( $\beta=.37$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 14) Akademik yetkinlik beklentilerinin akademik sonuç beklentileri üzerinde ( $\beta=.53$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 15) Pozitif duyguların akademik yetkinlik beklentileri üzerinde ( $\beta=.32$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu,
- 16) Pozitif duyguların akademik destek üzerinde ( $\beta=.40$ ) anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu analiz sonuçlarından elde edilmiştir.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde yapısal eşitlik modeli analizi sonucunda elde edilen bulgular model hipotezlerine paralel bir şekilde tartışılarak yorumlanmıştır.

#### ***1. Akademik Doyum Yaşam Doyumunu Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular bu hipotezi destekler niteliktedir. Akademik doyum yaşam doyumunu pozitif yönde anlamli düzeyde yordamaktadır. Yani akademik doyum yaşam doyumunu üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Yine akademik doyum ile yaşam doyumunu arasındaki korelasyona bakıldığında yüksek düzeyde ilişki gözlenmektedir. Bu sonuç öğrencilerin akademik yaşamlarından aldıkları doyum arttıkça genel yaşam doyumlarının da arttığı anlamına gelmektedir. Bu oldukça doğal bir sonuçtur. Çünkü üniversite öğrencilerinin yaşamlarında akademik alan oldukça önemli bir yere sahiptir. Gerdes ve Mallinckrodt'a (1994) göre akademik doyum genel üniversite yaşamında anahtar rol oynamaktadır. Nitekim öznel iyi oluş modelinin sınanması ile ilgili bütün araştırmaların bulgularında akademik doyum yaşam doyumunu üzerinde önemli düzeyde etkiye sahiptir (Lent vd., 2005; Garriott vd., 2015; Ojeda vd., 2011; Lent vd., 2014; Lent vd., 2012). Bu araştırmadan elde edilen bulgu da diğer araştırma bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Bu sonuç akademik doyumun yaşam doyumunu üzerindeki önemli etkisini ortaya koymanın yanında modelin istikrarını da ortaya koymaktadır. Yine ülkemizde Cenkseven'in (2004) yapmış olduğu araştırmada öğrencilerin akademik yaşamlarından hoşnut olma düzeyi arttıkça yaşam doyumunun da arttığı bulunmuştur. Tüm bu sonuçlar doğrultusunda psikolojik danışmanların öğrencilerin öznel iyi oluşunu artırma ile ilgili çalışmalarında akademik alanla ilgili memnuniyeti artıracak müdahalelerde bulunmaları, bu konuda öğrencileri desteklemeleri önemli görülmektedir.

#### ***2. Pozitif Duygular Yaşam Doyumunu Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Yapılan analiz sonucu elde edilen bulgular bu hipotezi de destekler niteliktedir. Öğrencilerin genellikle kararlı, aktif, hevesli olma gibi olumlu duygular hissetmeleri yaşam doyumlarını artırmaktadır. Elde edilen bu bulgu literatürdeki diğer araştırma bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Deniz, Arslan, Özyeşil ve İzmirli (2012) yapmış oldukları bir araştırmada Türkiye'deki ve bazı ülkelerdeki üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu ile pozitif duyguların

ilişkinini incelemiştir. Araştırma sonucunda hem Türk hem diğer ülke öğrencilerinin yaşam doyumları ile pozitif duyguları anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Yine Yılmaz ve Arslan (2013) yapmış oldukları araştırma sonucunda pozitif duyguların öznel iyi oluş ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu ve yine pozitif duyguların öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı bulgularını elde etmişlerdir. Başka bir çalışmada Kuyumcu (2012) üniversite öğrencilerinin pozitif duygu durumlarının psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda pozitif duyguların psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluş farklı kavramlar olsalar da yapılan birçok çalışmada ilişkili bulunmuşlardır (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995; Compton, Smith, Cornish & Qualls, 1996). Pozitif duygular ile yaşam doymu arasındaki ilişkileri inceleyen ulusal ve uluslararası birçok araştırma yapılmış ve genel olarak bu çalışmanın sonucu ile paralel sonuçlar elde edilmiştir. (Diener vd., 1999; Judge, Heller, & Mount, 2002).

Elde edilen bulgu, öznel iyi oluş modelinin sınanması ile ilgili diğer çalışmalarla da tutarlıdır. Singley vd. (2010), Lent vd. (2005), Garriott vd. (2015), Ojeda vd. (2011), Lent vd. (2014), Lent vd. (2012) tarafından yapılan çalışmalarda da pozitif duyguların yaşam doymu üzerine etkisi incelenmiş ve pozitif duyguların yaşam doymunu anlamlı düzeyde yordadıkları bulunmuştur. Öznel iyi oluş modelinde pozitif duyguların yaşam doymu üzerine etkisinin incelendiği bütün bu çalışmalarda ve yapılan bu çalışmada tutarlı şekilde aynı sonuç elde edilmiştir: pozitif duygular yaşam doymunu anlamlı düzeyde yordamaktadır.

### ***3. Pozitif Duygular Akademik Doymu Doğrudan Anlamlı Düzeyde Yordamaktadır***

Yapısal eşitlik modeli analizi sonucunda elde edilen bulgular bu hipotezi doğrulamamaktadır. Yapılan araştırma sonucunda beklenenin aksine pozitif duyguların akademik doym üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı bulunmuştur. Sık hissedilen olumlu duygular bireylerin olaylara ve durumlara daha pozitif bakmasını, bireylerin kendilerini daha iyi, mutlu hissetmelerini sağlamakta ve dolayısıyla genel yaşam doymunu etkileyebilmektedir. Fakat bireylerin kararlı, dikkatli, güçlü hissetme gibi olumlu duyguları bireylerin akademik alanda aldıkları doymu etkilemiyor olabilir. Yani öğrenciler genel olarak olumlu duygulara sahip olsalar dahi akademik yaşamlarından memnun olmayabilirler. Yine öğrencilerin akademik yaşamlarından memnun olmaları onların genel olarak yaşamlarından aldıkları doymu etkileyebilir ve daha mutlu olmalarını sağlayabilir. Nitekim birçok çalışmada akademik

doyumun yaşam doyumunu önemli düzeyde etkilediği bulunmuştur (Lent vd., 2005; Garriott vd., 2015; Ojeda vd., 2011; Lent vd., 2014; Lent vd., 2012). Fakat öğrencilerin genel olarak olumlu duygular hissetmeleri onların akademik alandaki doyumunu etkilemeyebilir. Nitekim Lent vd. (2005) üniversite öğrencileri örnekleminde öznel iyi oluş modelini sınamış ve analiz sonucunda pozitif duyguların akademik doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Yine Garriott vd.'nin (2015) yapmış oldukları model sınavında pozitif duyguların akademik doyum üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı bulunmuştur. Öznel iyi oluş modelinin sınındığı diğer araştırmalarda ise pozitif duygular akademik doyumunu düşük düzeylerde yordamaktadır (Ojeda vd., 2011; Lent vd., 2012; Lent vd., 2014). Dolayısıyla elde edilen bu bulgunun literatürdeki diğer araştırmalarla paralellik gösterdiği ve pozitif duyguların akademik doyumunu açıklamada direkt olarak etkili olmadığı söylenebilir. Fakat pozitif duygular doğrudan olmasa dahi yetkinlik beklentileri ve akademik destek aracılığıyla akademik doyumunu etkilemektedir. Dolayısıyla pozitif duyguların akademik doyumunu artırmada yine etkili olduğunu söyleyebiliriz.

#### ***4-5. Akademik Hedefte İlerleme Akademik Doyum ve Yaşam Doyumunu Doğrudan Anlamlı Düzeyde Yordamaktadır***

Beklenenin aksine modelin bu iki hipotezi araştırma bulgusu tarafından reddedilmiştir. Akademik hedefte ilerleme ne akademik doyumunu ne de yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Fakat genel olarak daha önceki araştırmalarda da akademik hedefte ilerlemenin yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur (Lent vd., 2005; Garriott vd., 2015; Lent vd., 2014; Lent vd., 2012). Sadece bir araştırmada akademik hedefte ilerleme yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır (Ojeda vd., 2011) ve diğer araştırmalarda da yaşam doyumunu değişkenine modelde yer verilmediği için iki değişken arasındaki ilişkiye bakılmamıştır. Yani modelin 4. hipotezi doğrulanmamış fakat bulgu yapılan daha önceki araştırmalarla tutarlı bulunmuştur. Dolayısıyla akademik hedefte ilerleme için yaşam doyumunu önemli düzeyde etkilememektedir diyebiliriz. Akademik hedefte ilerleme ile akademik doyum arasındaki ilişkilere baktığımız zaman ise elde edilen bulgu Lent vd.'nin (2012) ve Lent vd.'nin (2009) yapmış oldukları araştırmalar ile tutarlı bulunmuştur. Fakat genel olarak diğer araştırmalarda akademik hedefte ilerlemenin akademik doyumunu düşük düzeyde olsa anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Bu bulgunun tutarsızlığı, daha önceden belirlenmiş, oldukça genel maddelerden oluşan ölçekteki amaçların katılımcılar için anlamlı olmayışı olabilir. Daha spesifik ve katılımcıların kendilerini ifade eden amaçların bulunduğu bir ölçek kullanılabilirdi.

### ***6. Akademik Yetkinlik Beklentileri Akademik Doyumu Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Analizler sonucunda elde edilen bulgu bu hipotezi desteklemektedir. Üniversite öğrencilerinin akademik alanda kendilerini yetkin hissetmeleri, yani akademik görevleri başarılı bir şekilde yerine getirebileceklerine dair kendilerine güvenleri akademik doyumlarını etkilemektedir. SBKK'nın ilgi modeline göre bireyin bir alandaki yüksek yetkinlik beklentileri bu alana karşı ilgisini artırmakta ve bu alana yaklaşmasını sağlamaktadır. Elde edilen bulgu bu hipotezle benzerlik göstermektedir. Zaten öznel iyi oluş modeli daha önceki SBKK modellerinin devamı niteliğindedir ve önceki modellerin hipotezlerini de içerisinde barındırmaktadır. İlgi ile doyum birbiriyle ilişkili çok yakın kavramlardır. Bizler ilgi duyduğumuz alanda doyum sağlarız. Bir alana karşı ilgimiz artıyorsa bu alandaki doyumumuz da artar. Dolayısıyla bir alandaki yüksek yetkinlik beklentileri hem o alana karşı ilgiyi hem de o alandan sağlanan doyumunu artırıyor diyebiliriz. Araştırmanın bu sonucu daha önceki araştırmalarla da tutarlılık göstermektedir (Ezeofor & Lent, 2014; Lent vd., 2005; Ojeda vd., 2011; Lent vd., 2012).

### ***7. Akademik Sonuç Beklentileri Akademik Doyumu Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Modelin bu hipotezi araştırma bulgusu tarafından reddedilmiştir. Beklenenin aksine sonuç beklentileri modelde beklendiği düzeyde etkili bulunmamıştır. Nitekim daha önceki araştırmalarda bu sebepten dolayı sonuç beklentileri modelden çıkarılarak sınama yapılmıştır (Lent vd., 2012; Lent vd., 2014; Lent vd., 2009; Singley vd., 2010). Sonuç beklentilerinin modelde yer aldığı araştırmalar da ise benzer şekilde sonuç beklentilerinin akademik doyumunu anlamli düzeyde yordamadığı bulunmuştur (Lent vd., 2005; Garriott vd., 2015; Ojeda vd., 2011). Lent vd.'in (2005) yapmış olduğu araştırmada ilk çalışmada sonuç beklentilerinin modelde anlamli bulunmamasından dolayı çalışma ikide sonuç beklentileri modelden çıkarılmıştır. Sadece Sheu vd.'nin (2014) Tayvan ve Singapur'lu üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları araştırmanın Tayvan örneğinde ve Ezeofor ve Lent'in (2014) yapmış olduğu araştırmada akademik sonuç beklentilerinin akademik doyumunu anlamli düzeyde yordadığı bulunmuştur. Yapılan araştırmaların hemen hemen hepsinde aynı sonucun elde edilmesi ve sonuç beklentilerinin akademik hedefte ilerleme ile olan ilişkilerinin de aynı şekilde bulunması tesadüf değildir ve tüm araştırmaları ilgilendiren genel bir sorundan bahsedilebilir.

Olumsuz bu tutarlılık hemen bütün araştırmalarda kullanılan akademik sonuç beklentileri leğinden kaynaklanabilir.

### ***8. Akademik Destek Akademik Doyumu Doğrudan Anlamlı Düzeyde Yordamaktadır***

Araştırma sonucu bu hipotezi desteklemektedir. Yani ğrencilerin çevreden gördükleri akademik destek arttıca akademik doyumları da artmaktadır. Destek ve engeller SBKK'nın temel evre değişkenidir. SBKK kariyer davranışlarının oluşmasında sosyal bilişsel değişkenlerin tek başına etkili olmadığına, davranışların oluşması ve devam etmesinde çevreden alınan desteğin etkisine vurgu yapar (zyrek, 2011). Akademik destek sadece akademik doyum değil öğrencilerin akademik yetkinlik beklentilerini, sonuç beklentilerini ve akademik hedeflerinde ilerlemelerini de etkileyen oldukça önemli bir değişkendir. Dolayısıyla akademik destek akademik doyum doğrudan etkilemenin yanında yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri ve hedefler aracılığıyla da etkilemektedir. Bu nedenle öğrencilerin akademik yaşamlarından aldıkları doyumun artması konusunda akademik destek oldukça önemlidir. Ülkemizde yapılan araştırmalara baktığımız zaman algılanan sosyal desteğin öznel ve psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisini inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır ve genel olarak sosyal desteğin iyi oluş düzeyini artırdığı bulunmuştur (Doğan, 2006; zden, 2014; Türkmen, 2012). Fakat çevreden algılanan akademik desteğin akademik doyum üzerine etkisini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla elde edilen bu bulgunun bu açıdan da önemli olduğu düşünülmektedir.

### ***9. Akademik Yetkinlik Beklentileri Akademik Hedefte İlerlemeyi Doğrudan Anlamlı Düzeyde Yordamaktadır***

Analiz sonucunda elde edilen bulgu bu hipotezi desteklemektedir. Araştırma sonucunda akademik yetkinlik beklentilerinin akademik hedefte ilerlemeyi oldukça yüksek düzeyde ( $\beta=.63$ ) açıkladığı bulunmuştur. Bu bulgu aynı zamanda SBKK'nın hedefler ve hedefleri başarıyla takip etmenin büyük ölçüde yetkinlik ve sonuç beklentilerinden etkilendiği görüşünü desteklemektedir. Yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri ve hedefler SBKK'nın üç temel birey değişkenidir ve bu değişkenler karmaşık bir döngü içerisinde birbirlerini etkiler ve etkilenirler (Lent, 2005). Bireyler bir alanda yüksek yetkinlik beklentilerine sahip olduklarında ve bu alanla ilgili değerli sonuçlar elde edeceklerine inandıklarında bu alana karşı ilgileri

artacak, hedefler belirleyecek ve bu hedeflere ulaşma konusunda eylemlerde bulunacaklardır (Lent, 2005). Hedefler bireylerin davranışlarını organize etmesine yardım eden rehberidir. Bireyler kendilerine hedef belirleyerek dış destek olmamasına rağmen davranışlarını organize edebilir, yönlendirebilir ve sürdürebilir (Brown, 2002). Kısaca hedefler için bireyi motive eden güç diyebiliriz. Öğrencilerin akademik hedeflerine ulaşma konusunda eylemde bulunmaları, bu eylemleri sürdürebilmeleri ve hedeflerine ulaşma konusunda ilerlemeleri için yetkinlik beklentilerinin yüksek tutulması önemli görülmektedir.

### ***10. Akademik Sonuç Beklentileri Akademik Hedefte İlerlemeyi Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Modelin bu hipotezi araştırma bulgusu tarafından reddedilmiştir. Bu durum beklenen bir sonuç değildir ve 7. hipotezde de belirtilen nedenlerden kaynaklanabilir. Çünkü tutarlı bir şekilde hemen bütün araştırmalarda akademik sonuç beklentilerinin hem akademik doyumunu hem de akademik hedefte ilerlemeyi anlamli düzeyde yordamadığı dolayısıyla daha önceki araştırma sonuçlarına dayanarak çoğu araştırmada da sonuç beklentilerinin modelden çıkarıldığı görülmektedir. SBKK bireylerin hedeflerinin ve hedeflerini başarıyla takip etmelerinin büyük ölçüde bireylerin yetkinlik ve sonuç beklentilerinden etkilendiğini belirtir. Örneğin, tiyatro alanında yüksek yetkinlik beklentileri, iyi bir işe, cazip bir maaşa sahip olma gibi olumlu sonuç beklentileri olan bir öğrenci bu alana zaman ayırma, fırsatları değerlendirme ve belki de tiyatro alanında kariyerini devam ettirme gibi hedefler belirleyebilir ve bu hedeflerine ulaşmak için çabalayabilir. Yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri ve kişisel hedefler pozitif ve karmaşık bir döngü içerisinde birbirlerini etkileyen SBKK kavramlarıdır (Lent, 2005). Araştırma sonucunda bu ifadelerle tutarlı şekilde yetkinlik beklentilerinin akademik hedefte ilerlemeyi yüksek düzeyde etkilediği fakat sonuç beklentilerinin bu ifadeleri desteklemediği bulunmuştur. Sonuç beklentilerinin hem akademik hem sosyal alanda, hemen bütün model sınaması araştırmalarında hem akademik doyum hem de akademik hedefte ilerlemeyi anlamli şekilde yordamamasının sebebinin ölçekten kaynaklandığı düşünülmektedir.

### ***11. Akademik Destek Akademik Hedefte İlerlemeyi Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Araştırma sonucunda elde edilen bulgu bu hipotezi de desteklemektedir. Destek SBKK dolayısıyla öznel iyi oluş modeli açısından oldukça önemli bir değişkendir ve yapısal eşitlik



modeli analizi sonucunda oldukça etkili bir değişken olduğu ortaya koyulmuştur. SBKK'ya göre çevresel destek yetkinlik beklentilerini, sonuç beklentilerini ve bireylerin hedeflerini, bu hedeflerde ilerlemelerini etkileyen yani bireyin kariyer davranışlarının oluşmasında sosyal bilişsel değişkenlerle birlikte çalışan oldukça önemli bir değişkendir (Sharf, 2014). Nitekim yapılan bu model sınamasında akademik desteğin oldukça etkili bir değişken olduğu, akademik yetkinlik beklentilerini, sonuç beklentilerini, hedefte ilerlemeyi ve akademik doyumunu önemli düzeyde etkilediği ortaya koyulmuştur. Çevresel etmenler kariyer kavramları üzerinde bu kadar önemli bir değişken olmasına karşın, çevresel etmenlerin rolünü ortaya koyan çok az araştırma vardır (Sharf, 2014). Dolayısıyla elde edilen bulgu bu açıdan da oldukça önemli görölmektedir.

### ***12. Akademik Destek Akademik Yetkinlik Beklentilerini Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Akademik destek akademik yetkinlik beklentilerini doğrudan anlamli düzeyde yordamaktadır. Yani öğrencilerin çevrelerinde bulunan kişi ve kaynaklardan akademik anlamda destek görmeleri, onların akademik alanla ilgili görevlerini başarılı bir şekilde yerine getirebileceklerine dair inançlarını artırmaktadır. Bireylerin başkalarının başarılarını örnek almaları, başkalarından aldıkları geri bildirimler ve cesaretlendirmeler yetkinlik beklentilerini artıran kaynaklardandır (Bandura, 1997) Sosyal bilişsel kariyer kuramcıları kariyer davranışlarının ortaya çıkmasında hem kişisel hem de çevresel etkenlerin önemine ve karşılıklı etkisine vurgu yapmışlardır. SBKK ortamsal ya da çevresel etkilere önem verir çünkü davranışın yönlendirilmesinde etkili olan bilişsel değerlendirme süreçleri, bireyin çevreye ilişkin algılarından etkilenmektedir (Özyürek, 2011). Aileleri, arkadaşları ve öğretmenleri tarafından onaylanan, desteklenen bireyler kendilerini daha yetkin görürken, çevresi tarafından engellerle karşılaşan bireyin yetkinlik beklentileri düşecektir (Sharf, 2014). Araştırma sonucu Bandura'nın ve SBKK'nın bu görüşleriyle tutarlı bulunmuştur.

### ***13. Akademik Destek Akademik Sonuç Beklentilerini Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Akademik destek ve engeller sadece yetkinlik beklentilerini değil bireyin sonuç beklentilerini de etkiler (Sharf, 2014). Araştırmadan elde edilen bu bulgu SBKK'nın bu hipotezini desteklemektedir. Araştırmanın bu bulgusu ayrıca öznel iyi oluş modelinin sınanığı bütün

araştırmalarla tutarlı bulunmuştur (Ezeofor & Lent, 2014; Lent vd., 2005; Garriott vd., 2015; Sheu vd., 2014). Yine araştırmanın sonucu Işık'ın (2013) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırma sonucunda algılanan sosyal desteğin öğrencilerin mesleki sonuç beklentilerini artırdığı bulgusu ile benzerlik ve tutarlılık göstermektedir. Tüm bu bulgular hakkında 'öğrencilerin akademik anlamda destek görmeleri, çevrelerinde rol model alabilecekleri, onlara danışmanlık eden birilerinin olması ve bu kişilerin cesaretlendirme ve teşvikleri öğrencilerin akademik anlamda olumlu sonuçlar elde edeceği inancını artırmaktadır' diyebiliriz.

#### ***14. Akademik Yetkinlik Beklentileri Akademik Sonuç Beklentilerini Doğrudan Anamlı Düzeyde Yordamaktadır***

Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular bu hipotezi destekler niteliktedir. Üniversite öğrencilerinin akademik yetkinlik beklentileri akademik sonuç beklentileri üzerinde önemli derecede etkiye sahiptir. Aynı zamanda bu iki değişken yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Modelin bu hipotezi SBKK'nın en temel hipotezlerinden biridir ve SBKK'nın diğer modelleri olan ilgi, seçim ve performans modellerinde de açıklanmaktadır. Herhangi bir alanda yetkinlik beklentileri yüksek olan bireyler yani herhangi bir alanla ilgili işleri başarılı bir şekilde yerine getireceklerine inanan kişiler bu alanla ilgili performansları neticesinde olumlu sonuçlar elde edeceklerine inanmakta ve bu alana yaklaşmaktadırlar. Tam tersi bir durumda kendilerini bu alanda yetkin hissetmediklerinde olumlu sonuçlar elde edeceklerine inanmamakta ve bu alandan uzaklaşmaktadırlar (Sharf, 2014). Brown (2002) sonuç beklentilerini artıran etmenler arasında yetkinlik beklentilerinin de olduğunu ifade etmiştir. Kariyer literatürüne bakıldığında bu konuda yapılan araştırmaların neredeyse hepsinde tutarlı bir şekilde aynı sonuç elde edilmiştir (Lent vd., 2005; Garriott vd., 2015; Ojeda vd., 2011; Sheu vd., 2014). Araştırmanın bu bulgusu da literatürdeki diğer araştırmalarla benzer bulunmuştur. Yüksek düzey akademik yetkinlik beklentileri, akademik anlamda olumlu sonuçlar elde edilebileceği inancını artırmaktadır. Yetkinlik ve sonuç beklentileri bireylerin mesleki ilgilerinin oluşması, kariyer seçim ve performans davranışlarını doğrudan veya dolaylı olarak etkilemesinden dolayı SBKK'nın iki temel kavramıdır (Lent, 2005). Bu iki değişkenin öğrencilerin kariyer yaşamlarında bu denli etkili olması ve bunun daha önce yapılan araştırmalarla ve bu araştırmayla da ortaya koyulması kariyer konularında çalışan psikolojik danışmanlara yol göstermektedir.

### ***15. Pozitif Duygular Akademik Yetkinlik Beklentilerini Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Araştırmanın bu hipotezi elde edilen bulgular ile desteklenmektedir. Yapılan analiz sonucunda pozitif duyguların akademik yetkinlik beklentilerini anlamli düzeyde etkilediği bulunmuştur. Elde edilen bu bulgu öznel iyi oluş modelinin sınındığı diğler araştırmalarla tutarlı bulunmuştur (Lent vd., 2009; Lent vd., 2005; Garriott vd., 2015; Ojeda vd., 2011; Lent vd., 2014; Lent vd., 2012). Ülkemizde de Işık'ın (2012) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu bir araştırmada kariyer kararı yetkinlik beklentilerinin arttıkça pozitif duyguların da anlamli bir şekilde arttığı bulunmuştur. Elde edilen bulgu Işık'ın araştırma sonucu ile de benzerlik göstermektedir.

### ***16. Pozitif Duygular Akademik Desteği Doğrudan Anlamli Düzeyde Yordamaktadır***

Araştırmanın bu hipotezi de elde edilen bulgu ile desteklenmektedir. Pozitif duyguların öznel iyi oluş modelinde oldukça etkili bir değışken olduğu görölmektedir. Pozitif duygular modelde öznel iyi oluşun alt boyutu olarak değıl, bir kişilik faktörü olarak bulunmaktadır ve anlık olumlu duygular değıl, bireylerin genel olarak olumlu duygular içerisinde olması anlamına gelmektedir (Lent, 2004). Lent (2004) bireylerin iyi oluşunu etkileyen etmenler arasında sosyal bilişsel ve çevresel etmenlerin yanında olumlu kişilik özellikleri ve genel duygu durumlarının da olduğunu vurgulamıştır. Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular da bu görüşleri destekler nitelikte, olumlu duyguların yaşam doyumunu, yetkinlik beklentilerini ve akademik desteği etkileyen önemli bir değışken olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırma bulguları genel olarak değılendirildiğinde sosyal bilişsel öznel iyi oluş modeli üniversite öğrencilerinin akademik doyumlarını ve yaşam doyumlarını açıklamada son derece etkili ve tutarlı bir modeldir diyebiliriz. Modelin uyum değıerleri oldukça yüksek bulunmuş ve bu modelin örnekleme iyi uyum sağladığını göstermektedir. Yani sosyal bilişsel öznel iyi oluş modeli Türk öğrencilerinin akademik doyum ve yaşam doyumlarını artırmak amacıyla kullanılabilir. Araştırma bulguları daha özeld değılendirildiğinde akademik yetkinlik beklentilerinin modelde oldukça etkili bir değışken olduğu ve modelde birçok değışkeni önemli düzeyde etkilediği görölmektedir. Yine çevresel bir etmen olan akademik desteğin modelde oldukça etkili bir değışken olduğu ve kariyer davranışlarının şekillenmesinde etkili olan yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri ve hedefleri önemli düzeyde açıkladığı, öğrencilerin

akademik yaşamlarından aldıkları doyumunu anlamlı düzeyde artırdığı görülmektedir. Modelde kişisel bir faktör olarak bulunan pozitif duyguların da öğrencilerin iyi oluş düzeyinin artırılmasında oldukça önemli bir değişken olduğu gözlenmektedir. Tüm bunların yanında beklenenin aksine akademik sonuç beklentilerinin ve akademik hedefte ilerlemenin model içerisindeki açıklayıcı özelliği düşük düzeyde kalmıştır. Sosyal bilişsel öznel iyi oluş modelinin sınındığı bütün araştırmalara bakıldığında modelin çok farklı ülkelerden çok farklı örneklerde sınanmasına rağmen genel olarak aynı sonuçların elde edildiği görülmekte ve bu da modelin tutarlılığını göstermektedir.



## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde öncelikle araştırma bulguları kısaca özetlenmiş, daha sonra elde edilen bulgular göz önünde bulundurularak alan uygulamacılarına ve alan araştırmacılarına yönelik önerilerde bulunulmuştur.

Mevlana Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri örnekleminde yapılan bu araştırmanın amacı, öğrencilerin akademik yetkinlik beklentileri, akademik sonuç beklentileri, akademik hedefte ilerleme düzeyleri, çevreden aldıkları akademik destek, pozitif duyguları arasındaki ilişkileri ve bu değişkenlerin öğrencilerin akademik doyum ve yaşam doyumunu üzerindeki etkilerini gösteren Sosyal Bilişsel İyi Oluş Modelinin sınanmasıdır. Bu amaç doğrultusunda model yapısal eşitlik analizi ile test edilmiş ve elde edilen bulgulardan genel olarak aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Model kapsamında ele alınan akademik yetkinlik beklentileri, akademik sonuç beklentileri, akademik hedefte ilerleme, akademik destek, pozitif duygular, akademik doyum ve yaşam doyumunu birbirleriyle ilişkili olup sınanan bu model bir bütün olarak akademik doyum ve yaşam doyumunu açıklamaktadır.
2. Akademik yetkinlik beklentileri modelde oldukça etkili olup, akademik sonuç beklentilerini, akademik hedefte ilerlemeyi ve akademik doyumunu önemli düzeyde açıklamaktadır.
3. Sosyal bilişsel değişkenler olan akademik sonuç beklentileri ve akademik hedefte ilerlemenin modeldeki açıklayıcı özelliği beklenenin altındadır.
4. Akademik destek modelin çevresel değişkeni olup, akademik yetkinlik beklentilerini, akademik sonuç beklentilerini, akademik hedefte ilerlemeyi ve akademik doyumunu önemli düzeyde etkilemektedir.

5. Sık hissedilen pozitif duygular hem öznel iyi oluşu hem de öznel iyi oluşa etki eden akademik yetkinlik beklentilerini ve akademik desteği anlamlı düzeyde yordamaktadır.

6. Akademik doyum yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Bu da akademik alanın genel yaşam içerisinde önemli bir yer tuttuğunu göstermektedir.

Elde edilen bu sonuçlar doğrultusunda ileride yapılabilecek çalışmalar için bazı önerilerde bulunulmuştur.

### **6.1. Alandaki Uygulamacılara Yönelik Öneriler**

1. Genel olarak alandaki uygulamacıların genel yaşam içerisinde akademik alanın son derece önemli bir yer tuttuğunu, öğrencilerin akademik doyum ve yaşam doyumunu etkileyen kişisel, çevresel, sosyal bilişsel pek çok faktörün olduğunu göz önünde bulundurmaları ve tüm bunları dikkate alarak psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerini planlamaları önerilmektedir.

2. Akademik yetkinlik beklentilerinin kariyer davranışları ve doyum üzerindeki önemli etkisinden dolayı, öğrencilerin akademik yetkinlik beklentilerinin artırılması konusunda çalışmalar yapılabilir.

3. Öğrencilerin yetkinlik beklentilerinin artırılmasında etkili olan dolaylı öğrenme, sözel ikna, başarılı kişisel yaşantılar kapsamına girecek etkinlikler uygulanabilir. Örneğin; alanda başarılı olmuş biri veya birilerinin vereceği seminer, sempozyum, söyleşi tarzında etkinlikler düzenlenebilir.

4. Öğrencilerin başarılı kişisel performanslarının artması ve yeteneklerini keşfetmeleri doğrultusunda başarılı performans gösterebilecekleri etkinlikler düzenlenebilir. Bu şekilde öğrencilerin yeteneklerine ve dolayısıyla kendilerine olan güvenleri artırılabilir.

5. Çevresel destek ve kaynakların bulunması ve artırılması konusunda öğrencilerin teşvik edilmesi, cesaretlendirilmesi, bu konuda rehberlik programlarının düzenlenmesi önerilmektedir. Örneğin; etrafındaki bireylerden yardım isteme ve danışma becerilerinin artırılması konusunda bir rehberlik programı düzenlenebilir.

6. Akademik destek verme konusunda ailelere ve akademik danışmanlara eğitici seminerler düzenlenebilir.

7. Genel olarak öğrencilerin sadece bir alanda değil yetkinlik beklentileri, sonuç beklentileri, hedeflerinde ilerlemeleri, destek ve kaynaklarının aynı zamanda pozitif duygularının arttırılması konusunda öğrencilerin dikkat ve ilgisini çekecek rehberlik etkinliklerinin olduğu programlar düzenlenebilir.

## **6.2. Alan Araştırmacılarına Yönelik Öneriler**

1. Model Türk örnekleminde ilk kez sınanmış ve araştırma üniversite öğrencileri örnekleminde yapılmıştır. Modelin uygun ölçekler kullanılarak lise öğrencileri örnekleminde de sınanması önerilmektedir.

2. Araştırmaya katılan öğrencilerin hepsi eğitim fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Modelin farklı bölümlerde okuyan öğrenciler üzerinde sınanması bulguların genellenebilirliğini artırabilir.

3. İlgili yabancı literatürde modelin tek bir bölüm üzerinde örneğin; mühendislik, ya da farklı etnik yapılar üzerinde sınanıldığı, bu etnik yapıların karşılaştırıldığı araştırmalar yapılmıştır. Ülkemizde de benzeri çalışmaların yapılmasının kariyer literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

4. Bu araştırmada ve yapılan yabancı literatürdeki diğer araştırmalarda sonuç beklentilerinin etkisi çok zayıf bulunmuştur. Yapılacak diğer araştırmalarda sonuç beklentilerini ortaya koyan

başka bir ölçeğin kullanılmasının ya da ölçeğin güvenilirlik ve geçerlilik çalışmalarının tekrar yapılarak maddelerde düzenleme yapılmasının sonucu etkileyebileceği düşünülmektedir.

5. Model akademik doyum açısından incelenmiş dolayısıyla öğrenciler üzerinde sınınanmıştır. Literatürde modelin çalışan örnekleminde sınıandığı araştırmalar da bulunmaktadır. Ülkemizde de modelin iş doyumunu açısından incelenmesi ve modelin çalışan örnekleminde sınınanması önerilmektedir.

6. Modelde yer alan değişkenler dikkate alınarak bir program hazırlanıp, üniversite öğrencilerinin akademik doyum ve yaşam doyumunu artırma amacıyla deneysel bir çalışma yapılabilir.

7. Bu araştırmanın boylamsal desen kullanılarak da yapılması kariyer literatürüne önemli katkı sağlayacaktır.



## KAYNAKLAR

- Akyüz Ünlü, B. (2014). *Kadınların kariyer engelleri ile kariyer tatmini ve yaşam doyumu ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (2001). *Social cognitive theory: An agentic perspective*. Palo Alto, CA: Annual Reviews.
- Bayram, N. (2013). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş amos uygulamaları*. Bursa: Ezgi
- Bean, J. P., & Bradley, R. K. (1986). Untangling the satisfaction-performance relationship for college students. *Journal of Higher Education*, 57, 393–412. doi:10.2307/1980994
- Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M. (1996). Evaluation of a Short-Form of Career Decision Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 47-57.
- Betz, N. E., & Luzzo, D. A. (1996). Career assessment and the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 413-428.
- Brown, D. (2002). *Career choice and development* (4th ed.). San Francisco: John Wiley & Sons.
- Brown, S. D., Lent, R. W., & Gore, P. A. (2000). Self-rated abilities and self-efficacy beliefs: Are they empirically distinct?. *Journal of Career Assessment*, 8(3), 223-235.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik: Psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri*. İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu (Çev.). İstanbul: Kaknüs
- Cenkseven, F., (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Cenkseven, F., & Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-62.
- Certel, Z., Bahadır, Z., Saracaloğlu, A. S., & Varol, S. R. (2015). Lise öğrencilerinin öz-yeterlikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 307-318.
- Compton, W. C., Smith, M. L., Cornish, K. A., & Qualls, D. L. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 406-413.
- Costa, T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668-678.
- Deaton, A. (2008). Income, health and well-being around the world: Evidence from the Gallup World Poll. *Journal of Economic Perspectives*, 22(2).
- Deniz, E., Arslan, C., Özyeşil, Z., & İzmirli, M. (2012). Öz-Anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu: Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 428 – 446.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E. (2006). Frequently asked questions, about subjective well-being (Happiness and life satisfaction) (<http://s.psych.uiuc.edu/~ediener/faq.html>).
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Boston, MA: Blackwell Publishing.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181-185.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.

- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Handbook of positive psychology. C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Ed.), *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction* (pp. 63-73). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. E. (1999). Subjective well being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, 276-302.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, *97*(2), 143-156.
- Doğan, T. (2006). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *30*, 120-129.
- Duffy, R. D., & Lent, R. W. (2009). Test of a social cognitive model of work satisfaction in teachers. *Journal of Vocational Behavior*, *75*, 212-223.
- Ezeofor, I., & Lent, R. W. (2014). Social cognitive and self-construal predictors of well-being among African college students in the US. *Journal of Vocational Behavior*, *85*, 413-421.
- Feldt, R. C. (2012). Social cognitive model of college satisfaction: A test of measurement and path models. *College Student Journal*, *46*, 812-822.
- Froh, J. J., Fives, C. J., Fuller, J. R. et. al. (2007). Interpersonal relationships and irrationality as predictors of life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, *2*(1), 29-39.
- Garriott, P. O., Hudyma, A., Keene, C., & Santiago, D. (2015). Social cognitive predictors of first- and non-first-generation college students' academic and life satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, *62*(2), 253-263.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve Negatif Duygu Durum Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, *15* (46), 19-28.
- Gerdes, H., & Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college students: A longitudinal study of retention. *Journal of Counseling and Development*, *72*, 281-288.

- Gunthert, K. C., Cohen, L. H., & Armeli, S. (1999). The role of neuroticism in daily stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1087-1100.
- Gündoğar, D., Sallan Gül, S., Uskun, E., Demirci, S., & Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri* 10, 14-27.
- Hamurcu, H. (2011). *Ergenlerin yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluşlarını yordamada psikolojik ihtiyaçlar*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Harlow, R. E., & Cantor, N. (1996). Still participating after all these years: A study of life task participation in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (6), 1235-1249.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji kuram, araştırma ve uygulamalar*. Tayfun Doğan (Çev.). Ankara: Nobel.
- Herr, E. L., Cramer, S. H., & Niles, S. G. (2004). *Career guidance and counseling: Through the lifespan* (6th ed.). Boston: Pearson Education, Inc.
- Hu, L. T., & Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55.
- Hui, K., Lent, R. W., & Miller, M. J. (2013). Social cognitive and cultural orientation predictors of well-being in Asian American college students. *Journal of Career Assessment*, 00(0) 1-12. doi: 10.1177/1069072712475289
- Isaacson, L. E., & Brown, D. (1997). *Career information, career counseling and career development* (6th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Işık, E. (2010). *Sosyal bilişsel kariyer teorisi temelli bir grup müdahalesinin üniversite öğrencilerinin kariyer kararı yetkinlik ve mesleki sonuç beklenti düzeylerine etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Işık, E. (2012). The relationship of career decision self-efficacy, trait anxiety, and affectivity among undergraduate students. *Psychological Reports*, 111, 805-813.

- Işık, E. (2013). Mesleki sonuç beklentisinin yordayıcıları olarak algılanan sosyal destek ve denetim odağı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(3), 1419-1430.
- Işık, E. (2014). Çocuk kariyer gelişimi ile yaşam doyumu ve durumluk kaygı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(2), 682-693.
- Jerusalem, M., & Schwarzer, R. (1981). *Fragebogen zur erfassung von "Selbstwirksamkeit. Skalen zur Befindlichkeit und Persoenlichkeit*, R. Schwarzer (Hrsg.). (Forschungsbericht No. 5). Berlin: Freie Universitaet, Institut fuer Psychologie.
- Judge, T. A., Heller, D., & Mount, M. K. (2002) Five-factor model of personality and job satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 87(3), 530-541.
- Karasar, N. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemi* (19. Baskı). Ankara: Nobel
- Katja, R., Paivi, A. K., Marja- Terttu, T., & Pekka, L. (2002). Relationships among adolescent subjective well- being, health behavior and school satisfaction. *Journal of Shool Health*, 72(6), 243- 249.
- Kernes, J. L., & Kinnier, R. T. (2005). Psychologists' search for the good life. *Journal of Humanistic Psychology*, 45(1), 82-105. doi: 10.1177/002216804268008
- Kim, K. H. (2015). *Moving toward a better understanding of job satisfaction of south korean masseurs with visual impairments: Test of integrative job satisfaction model in social cognitive career theory*. Unpublished Doctorate Thesis, The University of Iowa City, Iowa.
- Kinnier, R.T. (1997). What does it mean to be psychologically healthy? Inroduction to the counseling profession. D. Capuzzi, D. R. Gross (eds.), second edition, Allyn and Bacon, USA, 48-63.
- Kinnier, R.T., & Freitag, E.T. (1990). The best things in life. *Guidance and Counseling*, 5(4), 11-27.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (2th ed.). New York, NY: Guilford Press.

- Koyuncu, A., (2015). *Kariyer kararı yetkinlik beklentisinin yordayıcıları olarak kaygı ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mevlana Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kuyumcu, B., (2013). Üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumlarının psikolojik iyi oluşlarını yordama gücü. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(1), 62-76.
- Lee, G. R., Secombe, K., & Shehan, C. L. (1991). Marital status and personal happiness: An analysis of trend data. *Journal of Marriage and Family*, 53, 839-844.
- Lent, R. W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychosocial adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 482–509.
- Lent, R. W. (2005). A social cognitive view of career development and counseling. S. D. Brown & R. W. Lent (Ed.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (pp.101-127). Hoboken, NJ: Wiley.
- Lent, R. W., & Brown, S. D. (2008). Social cognitive career theory and subjective well-being in the context of work. *Journal of Career Assessment*, 16(1), 6-21.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45, 79-122.
- Lent, R. W., Brown, S. D., Schmidt, J., Brenner, B., Lyons, H., & Treistman, D. (2003). Relation of contextual supports and barriers to choice behavior in engineering majors: Test of alternative social cognitive models. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 458–465.
- Lent, R. W., Nota, L., Soresi, S., Ginevra, M. C., Duffy. R. D., & Brown, S. D. (2011). Predicting the job and life satisfaction of Italian teachers: Test of a social cognitive model. *Journal of Vocational Behavior*, 79, 91-97.
- Lent, R. W., Singley, D., Hui, K., Ganior, K. A., Brenner, B. R., Treistman, D., & Ades, L. (2005). Social cognitive predictors of domain and life satisfaction: Exploring the theoretical precursors of subjective well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 429-442.

- Lent, R. W., Singley, D., Sheu, H. B., Schmidt, J. A., & Schmidt, L. C. (2007). Relation of social cognitive factors to academic satisfaction in engineering students. *Journal of Career Assessment, 15*(1), 87-97.
- Lent, R. W., Taveira, M. C., & Lobo, C. (2012). Two tests of the social cognitive model of well-being in Portuguese college students. *Journal of Vocational Behavior, 80*, 362-371.
- Lent, R. W., Taveira, M. C., Pinto, J. C., Silva, A. D., Blanco, A., Faria, S., & Gonçalves, A. M. (2014). Social cognitive predictors of well-being in African college students. *Journal of Vocational Behavior, 84*, 266-272.
- Lent, R. W., Taveira, M. C., Sheu, H. B., & Singley, D. (2009). Social cognitive predictors of academic adjustment and life satisfaction in Portuguese college students: A longitudinal analysis. *Journal of Vocational Behavior, 74*, 190-198. doi:10.1016/j.jvb.2008.12.006.
- Lucas, R. E., & Diener, E. (2004). Encyclopedia of applied psychology. C. Spielberger (Ed.). Elsevier Academic Press.
- McGregor, I., & Little, B. R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 494-512.
- Mutlu, T. (2011). *Lise öğrencilerinde kariyer kararı verme güçlükleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Nes, R. B., Czajkowski, N., Roysamb, E., Reichborn-Kjennerud, T., & Tambs, K. (2008). Well being and ill being: Shared environments, shared genes? *Journal of Positive Psychology, 3*(4), 253-265.
- Niles, G. S., & Harris-Bowlsbey, J. (2009). *Career development interventions in the 21st century*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- 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), 61-67.
- Öngider, N., & Yüksel, İ. (2002). *Dokuz Eylül Üniversitesi öğrencilerinin psikolojik gereksinimlerinin belirlenmesi üzerine bir inceleme*. Türk Psikoloji Bülteni, Şubat, 2002.

- Özden, K. (2014). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun psikososyal yordayıcılarının sosyal bilişsel kariyer kuramı açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özyürek, R. (2011). Sosyal bilişsel yaklaşımlar. B. Yeşilyaprak (Ed.), *Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı kuramdan uygulamaya* (s. 220-270). Ankara: Pegem
- Paris, P. J. (1995). *The spirituality of African peoples*. Minneapolis, MN: Fortress.
- Pascarella, E. T., & Terenzini, P. T. (1991). *How college affects students*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.
- Rath, T., & Harter, J. (2010). *Wellbeing- The five essential elements*. New York: Gallup Press.
- Reisoğlu, S. (2014). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordamada beş faktör kişilik özellikleri, mizah tarzları ve duygusal zekânın rolü*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 99-104.
- Saföz-Güven, İ. (2008). *Fen ve genel lise öğrencilerinin cinsiyet ve sosyometrik statülerine göre öznel iyi oluş düzeyleri, genel sağlık görüntüleri ve psikolojik belirti türleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Sarı, S. V., & Şahin, M. (2015). *Kariyer kararı yetkinlik beklentisini yordamada yaşamda anlam, yaşam doyumu ve benlik saygısının rolü*. 13. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Mersin.
- Schiefele, U., & Jacob-Ebbinghaus, L. (2006). Lernermerkmale und lehrqualität als bedingungen der studienzufriedenheit [Student characteristics and perceived teaching



- quality as conditions of study satisfaction]. *Zeitschrift Pädagogische Psychologie*. 20, 199–212. doi: 10.1024/1010-0652.20.3.199
- Sharf, R.S. (2014). *Applying career development theory to counseling*. (6th ed.). NPacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Sheu, H. B., Chong, S. S., Chen, H. F., & Lin, W. C. (2014). Well-being of Taiwanese and Singaporean college students: Cross-cultural validity of a modified social cognitive model. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 447-460.
- Sheu, H. B., & Lent, R.W. (2008). A social cognitive perspective on well-being in educational and work settings: Cross-cultural considerations. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 9(1), 45–60.
- Sheu, H. B., & Lent, R. W. (2009). A social cognitive perspective on well-being in educational and work settings: Cross-cultural considerations. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 9, 45-60. doi: 10.1007/s10775-008-9147-7
- Singley, D. B., Lent, R. W., & Sheu, H. B. (2010). Longitudinal test of a social cognitive model of academic and life satisfaction. *Journal of Career Assessment*, 18(2) 133-146. doi: 10.1177/1069072709354199
- Suh, E., Diener, E., & Fujita. F. (1996). Events and subjective well being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
- Suldo, S. M., Riley, K. N., & Shaffer, E. J. (2006). Academic correlates of children and adolescents' life satisfaction. *School Psychology International*, 27, 567-582. doi:10.1177/0143034306073411
- Super, D. E. (1955). Transition: From vocational guidance to counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 2, 3-9.
- Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper & Row.
- Telef, B. B., & Ergün, E. (2013). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak öz-yeterlik. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(3), 423-433.

- Trapmann, S., Hell, B., Hirn, J.-O. W., & Schuler, H. (2007). Meta-analysis of the relationship between the big five and academic success. *Zeitschrift für Psychologie*, 215, 132–151. doi: 10.1027/0044-3409.215.2.132
- Turan, M. E. (2013). *Ergenlerde kariyer ve yetenek gelişimi özyeterliğinin, üstbilişsel farkındalık, yaşam doyumu ve algılanan arkadaş sosyal desteği ile ilişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Tuzgöl Dost, M., (2006). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.
- Tuzgöl Dost, M., (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 132-143.
- Tuzgöl Dost, M., (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35(158), 75-89.
- Türkmen, M. (2012). Öznel iyi oluşun yapısı ve ana baba tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi: Bir model sınaması. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1) 41-73.
- Tyson, L. (1994). *Psychological politics of the American dream*. Columbus: Ohio State University Press.
- Verbruggen, M., & Sels, L. (2010). Social-cognitive factors affecting clients' career and life satisfaction after counseling. *Journal of Career Assessment*, 18(1), 3-15. doi: 10.1177/1069072709340516
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Weston, R. (1999). Factors contributing to personal wellbeing. *Family Matters*, 52.
- Yeşilyaprak, B. (2011). Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığına giriş. B. Yeşilyaprak (Ed.), *Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı kuramdan uygulamaya* (s. 2-38). Ankara: Pegem

Yılmaz, M., Gürçay, D., & Ekici, G. (2007). Akademik Özyeterlik Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 253-259.

