

# ÖZ-YETERLİLİK ALGISI, YAŞAM DOYUMU VE BİR ROLE TUTULMA ETKİLEŞİMİ: SOSYAL BİLİŞSEL BİR YAKLAŞIM\*

Onur KÖKSAL\*\*

Murat GÜLER\*\*\*

Fatih ÇETİN\*\*\*\*

## ÖZ

Bu çalışmada, bireylerin öz-yeterlilik düşüncelerinin yaşam doyumlarını nasıl etkilediğini ve bu süreçte role tutulmanın bir aracılık rolü olup olmadığını araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaçla alanda ulusal ve uluslararası geçerliliği olan ölçeklerle oluşturulan anket formu, kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen 309 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Araştırma hipotezlerinin testi için yapısal eşitlik modeli kurulmuş, aracılık rolünü incelemek için önyükleme yöntemiyle dolaylı etkilerin anlamlılığına bakılmıştır. Elde edilen sonuçlar, Pozitif Psikoloji, Sosyal Bilişsel Teori, Rol Teorisi ve Kendini Düzenleme Teorisi çerçevesinde, öz-yeterliliğin yaşam doyumunu hem doğrudan hem de role tutulma aracılığıyla artırdığını göstermiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Öz-yeterlilik, Yaşam Doyumu, Role Tutulma.

## THE INTERACTION OF PERCEIVED SELF-EFFICACY, LIFE SATISFACTION AND ENGAGEMENT IN A ROLE: A SOCIAL COGNITIVE APPROACH

### ABSTRACT

In this study, the main purpose is to explore how self-efficacy beliefs influence life satisfaction and whether engagement in a role has a mediating role in these relations. For this purpose, a survey, including validated instruments for the national and international samples was administered to 309 university students with a convenience survey method. We used a structural equation modeling for testing the research hypothesis and sought the significance of indirect effect

---

\*Bu çalışma 2019 yılında 18. Uluslararası İşletmecilik Kongresinde sunulan “Öz-Yeterlilik Algısının Yaşam Doyumuna Etkisi: Bir Role Tutulmanın Aracılık Rolü” başlıklı bildirden türetilmiştir.

\*\*Doç.Dr., Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, okoksal@ohu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-7703-1807>

\*\*\*Dr. Öğr. Üyesi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, murat\_guler@ohu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-7370-2976>

\*\*\*\*Prof. Dr., Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, fctetin@ohu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-2487-9553>

*Makalenin gönderilme tarihi: 8 Nisan 2019*

*Kabul tarihi: 24 Mayıs 2019*

in the model for determining the mediating role with using the bootstrapping method. The results showed that self-efficacy not also increases life satisfaction directly but also increases with the mediating role of engagement in a role within the scope of Positive Psychology, Social Cognitive Theory, Role Theory, and Self-Regulation Theory.

**Keywords:** Self-efficacy, Life Satisfaction, Engagement in a Role.

## GİRİŞ

Sosyal Bilişsel Teori, bireylerin kendi yaşamları boyunca sürdürdükleri aktif ve proaktif rolleri nasıl şekillendirdiği üzerinde durmaktadır (Bandura, 2001). Bireylerin sürekli kendilerini düzenleme sürecinde oldukları ve bu süreçteki en güçlü etkinin öz-yeterlilik düşüncesi olduğunu öne süren teori, öz-yeterliliğin zorlayıcı durumlara girişme ve sürdürme konusunda, kişisel kapasiteyi referans alarak kişisel karar alma, eyleme geçme ve deneyimleme süreçlerine olumlu katkı sunmaktadır. Bu açıdan kapasite olarak öz-yeterliliği yüksek bireyler zorluk ve engeller karşısında daha güçlü olmakta ve çevresel zorlayıcı talep ve problemleri kişisel bir gelişim fırsatı olarak görmektedir. Bu bilişsel süreçlere ilişkin durum esasında öz-yeterlilik düşüncesi yüksek bireylerin performans için olumlu kılavuzluk eden başarı senaryoları, düşük bireylerin ise birçok şeyin yanlış olacağına ilişkin başarısızlık senaryoları kurmasına dayanmaktadır. Diğer yandan bu bilişsel süreç bireyin kendi yetenekleri konusundaki algısıyla birleşmekte ve kişisel yeterliliğin kazanılabilir veya öğrenilebilir olduğu düşüncesiyle bilgi ve yetenek kazanma arayışına girmektedir. Bu durum bireyin yanlışlarından öğrenme sürecinde olduğu gibi, kendi yeterliliğini ve potansiyelini artırma fırsatını yaratan zorlayıcı durumlar aramasıyla sonuçlanabilmektedir (Bandura, 1993).

Pozitif Psikolojinin yeni bir alan olarak ortaya çıkmasıyla birlikte iyi-oluş (well-being) kavramının bileşenleri ve belirleyicilerine yönelik çalışmalar hız kazanmıştır. 1950'li yılların sonlarına doğru öne sürülen iyi-oluş kavramı, bireylerin kendi çevresini öznel olarak tanımlamasını ifade etmekte ve yaşam kalitesinin bir göstergesi olarak kabul edilmektedir. Bu öznel tecrübe bireyin yaşam doyumunu gösteren bilişsel değerlendirmeden ve bireylerin olumlu veya olumsuz duygu durumuyla ilişkili hedonik dengesini gösteren duygusal bileşenden oluşmaktadır (Diener, 1994, 2000). Bireylerin kendi potansiyelini bilmesi, güçlendirmesi ve desteklemesi yanında psikolojik olarak kendisini iyi hissetmesi iyi-oluşu başlatan, sürdüren ve artıran faktörlerin başında gelmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Rol Teorisi çerçevesinde öne sürülen tutulma (engagement) kavramı bireylerin çeşitli eylemlere kararlı ve sürekli biçimde sarılmasını ifade etmektedir (Schaufeli ve Salanova, 2007). Bu kavram, bireyin çeşitli çalışma, sosyal veya diğer yaşam alanlarında beklenen rolleriyle kendiliğini ilişkilendirerek, fiziksel, bilişsel, duygusal ve zihinsel olarak kendisini meşgul

ettiği ve dışa vurduğu bir süreci açıklamaktadır (Kahn, 1990). Bu süreçte bireylerden beklenen rol davranışlarını başarıyla yerine getirmede kişisel bir kapasite ise bireylerin kendilik düzenlemesini etkileyen öz-yeterlilik düşüncesidir.

Tüm yukarıdaki açıklamalar ışığında öz-yeterliliği yüksek bireyler, kendilik düzenlemesi amacıyla bilgi ve yetenek kazanma, yanlışlarından öğrenme ve kendi yeterliliğini artırma fırsatını yakalamak için çeşitli rolleriyle ilişkili meşguliyet sürecine girerek potansiyellerini artırmaya ve desteklemeye çalışabilecek ve böylece yaşam doyumlarına katkıda bulunabileceklerdir. Buradan hareketle bu çalışmada, bireylerin öz-yeterlilik düşüncelerinin yaşam doyumlarını nasıl etkilediğini ve bu süreçte role tutulmanın bir aracılık rolü olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır.

## I. KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE HİPOTEZLER

Bandura'ya (1977, 1997) göre öz-yeterlilik algısı, bireylerin amaçlarına ulaşmaları için bir dizi eylem planı organize etme ve yerine getirme yeteneklerine ilişkin yargılarını ifade etmektedir. Bandura, öz-yeterliliğin çeşitli boyutlar itibarıyla farklılaştığını belirtmektedir. Bu çerçevede öz-yeterlilik algısı, ilk olarak düzey (magnitüde) itibarıyla farklılaşmaktadır. Zorluk derecelerine göre görevler sıralandığında farklı bireylerin öz-yeterlilik algıları; kolay, nispeten zor ya da zor görevleri başaracak şekilde ortaya çıkmış olabilir. Buna göre, belirli bir görevin zorluk derecesine bağlı olarak öz-yeterlilik algısı bireyden bireye farklılaşmaktadır. Öz-yeterlilik aynı zamanda genelleme (generality) durumuna göre farklılaşmaktadır. Bu anlamda, bazı deneyimler sınırlı bir algıya yol açarken, diğerleri belirli davranış kalıplarının ötesine geçen genelleştirilmiş bir yeterlilik duygusu aşılamaktadır. Son olarak öz-yeterlilik algısı, beklentilerin güçleri (strength) nispetinde farklılaşmaktadır. Güçlü beklentilere sahip bireyler olumsuz deneyimlere rağmen ısrarla çaba sarf etmeye devam ederken, zayıf beklentiler olumsuz deneyimler tarafından kolayca yok edilebilmektedir. Böylece öz-yeterlilik, bireylerin gündelik hayatlarında karşılaştıkları çeşitli engeller ve olumsuz deneyimlerin üstesinden gelmek için yeteneklerine ne ölçüde güvendiklerini, ne denli ısrarcı olduklarını ve ne kadar çaba harcadıklarını belirlemektedir. Yetenek, ısrar ve çaba güçlü öz-yeterliliğin temel bileşenleri olarak göze çarpmaktadır. Yetenek ve çabaları sonucunda bireyler, arzu ettikleri performans düzeyine ulaşmayı hedeflemektedirler (Bandura, 1977, 1997). Örneğin, öğrencilerin akademik yeteneklerine olan inançları başarı motivasyonları üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Öyle ki öz-yeterliliği yüksek öğrenciler, yeteneklerinden kuşku duyanlara kıyasla, zorluklarla karşılaştıklarında işbirliğine hazır olan, sıkı çalışan, engelleri aşmada ısrarcı olan ve daha az olumsuz duygusal reaksiyon gösteren bireylerdir. Bu tarz öğrenciler, zor ve mücadele gerektiren görevleri üstlenmeye hazırdırlar. Öğrencilerin akademik görevlerin gereklerini yerine getirme konusundaki yeterlilik inançları; stres, kaygı ve depresyonu azaltarak onları duygusal açıdan

pozitif yönde etkilemektedir (Bandura, 1997; Zimmerman, 2000). Nitekim Chemers, Hu ve Garcia'nın (2001) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları boylamsal araştırma bulgularına göre öz-yeterliliğe sahip öğrenciler; üniversite yaşamının gereklerini yerine getirecek yeteneğe sahip olduklarına, derslerde başarılı olacaklarına ve akademik açıdan iyi performans sergileyeceklerine inanmaktadırlar. Yüksek öz-yeterlilik doğrultusunda iyi akademik performans sergileyen öğrenciler ise daha az stres yaşamaktadırlar. Bandura, Caprara, Barbaranelli, Gerbino ve Pastorelli'nin (2003) 14-21 yaş arasındaki gençler üzerinde yaptıkları boylamsal araştırmada da benzer bulgulara rastlanmıştır.

İnsanların iç dünyalarındaki dehayı/yaraticılığı büyüterek gerçek potansiyellerini (insanların sahip oldukları gücü, erdemi ve dayanıklılığı) ortaya çıkarmayı amaçlayan ve böylece onların yaşamlarını daha üretken ve tatmin edici yapmaya yönelik araştırmaların yürüttüğü Pozitif Psikoloji alanı, sübjektif analiz düzeyinde öznel deneyimlerin değerlendirmesiyle ilgilenmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Öznel iyi-oluş yazını, insanların, bilişsel değerlendirmeler ve duygusal reaksiyonları içine alacak şekilde hayatlarında nasıl ve neden çeşitli pozitif deneyimler yaşadıklarıyla ilgilenmektedir. Bu anlamda öznel iyi-oluş çalışmaları; mutluluk, yaşam doyumu, moral ve pozitif duygulanma gibi çeşitli konularda yapılan birçok çalışmayı kapsamaktadır. Bu kapsamda, Sosyal Bilimcilerin temel odak noktalarından biri, insanların hayatlarını pozitif terimlerle değerlendirmelerine nelerin öncülük ettiği'dir. Bu noktada, öznel iyi-oluş kavramı yaşam doyumu olarak isimlendirilmekte ve iyi yaşamı belirleyen standartlara odaklanmaktadır (Diener, 1984). Bireyler çeşitli yaşam alanlarına yönelik öznel bir değerlendirme yapmaktadırlar. Örneğin, işlerinin ve gelirlerinin ne ölçüde garanti olduğu, sokakta kendilerini ne denli güvende hissettikleri, sağlık ve eğitim durumlarıyla ne kadar mutlu oldukları gibi hususlar başlıca yaşam alanları olarak göze çarpmaktadır (Veenhoven, 1996). Yaşam alanları doğrultusunda yapılan değerlendirmeler bireylerin bütün olarak yaşamlarından ne ölçüde doyum sağladıkları ya da sağlamadıkları fikrine ulaşmalarına yol açmaktadır. Benzer şekilde, üniversite öğrencilerinin de yaşam doyumlarına etkisi olan çeşitli yaşam alanlarından bahsedilebilir. Örneğin, Xiao, Tang ve Shim'in (2009) Amerika'da bir üniversitede öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptıkları araştırmada finansal ve akademik açıdan tatmin olan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanında, Pilcher'in (1998) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı diğer bir araştırmada öğrencilerin dinçlik düzeyleri arttıkça, tersine öfke/düşmanlık ve depresyon düzeyleri azaldıkça yaşam doyumlarının arttığı bulunmuştur.

Bireyin sahip olduğu kaynak ve yeteneklerden oluşan öz-yeterliliğin yaşam doyumu ile ilişkili olduğunu ifade etmek mümkündür (Bradley ve Corwyn, 2004; Diener, 1984). Örneğin, gençlerin sosyal hayata uyum sağlamalarına imkân veren yeteneklerine dair algıları önce sosyal olma düzeylerini, sonrasında ise yaşam doyumlarını artırmaktadır (Proctor, Linley ve

Maltby, 2009). Nitekim Azizli, Atkinson, Baughman ve Giammarco (2015) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada öz-yeterlilik ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, Coffman ve Gilligan'ın (2002) yaptığı araştırmada yüksek öz-yeterliliğe sahip üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Öz-yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri inceleyen diğer bazı araştırmalarda da benzer bulgulara rastlamak mümkündür (DeWitz ve Walsh, 2002; O'Sullivan, 2011; Suldo ve Huebner, 2006). Araştırma bulguları çerçevesinde çalışmanın birinci hipotezini aşağıdaki şekilde ifade etmek mümkündür:

**Hipotez 1:** Öz-yeterlilik algısının yaşam doyumu üzerinde pozitif yönde etkisi vardır.

Bir role ilişkin bireyin pozitif ve tatmin edici zihinsel durumunu ifade eden tutulma, belirli bir olay karşısında ortaya çıkan anlık durumsal bir değişken değildir. Aksine tutulma, belirli bir nesne, olay, birey ya da davranıştan bağımsız olarak herhangi bir role ilişkin her zaman hissedilen kalıcı fiziksel, duygusal ve bilişsel bir durumdur. Role tutulma, bireyin rolünün gereklerini yerine getirmek için coşku, ilham ve mücadele hissine sahip olduğunu göstermektedir. Bunun yanında tutulma, kendini rolüne kaptırma, zamanın nasıl geçtiğini anlamama, tümüyle rolüne konsantre olma, zihinsel açıdan dayanıklı ve fiziksel açıdan dinç hissetme gibi bileşenlerle açıklanmaktadır (Schaufeli, Bakker ve Salanova, 2006; Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova ve Bakker, 2002; Schaufeli, Shimazu, Hakanen, Salanova ve De Witte, 2017). Örneğin öğrencilik rolüne tutulma, bireylerin öğrenme sürecinde okul tarafından şekillendirilen güçlü bir belirleyici olabilir. Şöyle ki tutulma, öğrencileri derslerinden başarısız olmaktan, devamsızlık yapmaktan, hatta okulu bırakma tehlikesinden alıkoyan koruyucu bir faktör ya da pozitif bir güç olarak ele alınabilir. Tutulma; öğrencilerin sınıf içi aktivitelere ilgi duymalarını, öğrenmeye istekli olmalarını, spor aktiviteleri ile öğrenci kulübü üyeliklerine hevesli olmalarını, zorlukların üstesinden gelmelerini ve sonuçta başarıyla mezun olmalarını teşvik eden bir süreci ifade etmektedir (Skinner ve Pitzer, 2012). Nitekim Kuh, Cruce, Shoup, Kinzie ve Gonyea (2008) tarafından yapılan araştırmada eğitim amaçlı aktivitelere karşı tutulma ile öğrencilerin akademik performanslarının pozitif yönde ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Bir kimse yoğun konsantrasyon isteyen (demand) bir etkinliğe kalkıştığında, görev için gereken mücadele (challenge) ile bireyin yeteneklerinin kabaca birbirine eşit olması halinde, ilgili etkinlik keyif verici bir deneyimle sonuçlanabilir (Csikszentmihalyi, 1990). Bu bağlamda, bireylerin tutulma yaşamasında çalışma ya da öğrenim hayatlarında üstlendikleri rolleri için gereken çabayı gösterecek ve başarılı olacak yetenekte olduklarına inanmalarının önemli bir rolü olduğu ifade edilmektedir (Fredricks, Blumenfeld ve Paris, 2004). Nitekim Shernoff, Csikszentmihalyi, Schneider ve Shernoff'un

(2014) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada görevin gerektirdiği mücadele ruhu ve yeteneğe sahip olduklarına inandıklarında bireylerin yüksek tutulma yaşadıkları bulunmuştur. Benzer şekilde, Caraway, Tucker, Reinke ve Hall'un (2003) yaptığı araştırmada öğrencilerin öz-yeterlilikleri ile tutulma düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, rolüne tutulmuş bireylerin düşük düzeyde stres yaşadıkları (Breso, Schaufeli ve Salanova, 2011) ve yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları bulgusuna ulaşan araştırmalar dikkati çekmektedir (Lewis, Huebner, Malone ve Valois, 2011; Pietarinen, Soini ve Pyhalto, 2014). Örneğin, Salmela-Aro ve Upadyaya'nın (2014) öğrenciler üzerinde yaptığı boylamsal araştırmada role tutulmanın yaşam doyumunu ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Wefald ve Downey (2009) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan diğer bir araştırmada da tutulma ile yaşam doyumunu arasında pozitif ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Öz-yeterlilik, yaşam doyumunu ve role tutulma arasındaki ilişkileri inceleyen araştırma bulguları doğrultusunda öz-yeterliliğin yaşam doyumunu üzerindeki etkisinde role tutulmanın aracılık rolü üstlendiği düşünülmektedir. Buna göre, çalışmanın ikinci hipotezini aşağıdaki şekilde ifade etmek mümkündür:

**Hipotez 2:** Öz-yeterlilik algısının yaşam doyumunu üzerindeki etkisinde role tutulmanın aracılık rolü vardır.

## II. YÖNTEM

### A. KATILIMCILAR

Araştırmanın katılımcıları; üniversitede öğrenim gören yaşları 18 ile 35 arasında değişen (Ort= 23.17, SS= 2.61) 106'sı kadın (%34.3), 203'ü erkek (%65.7) olmak üzere toplam 309 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın katılımcıları, kolayda bir örneklemdir.

### B. ÖLÇÜM ARAÇLARI

#### 1. Öz-yeterlilik Ölçeği

Katılımcıların öz-yeterliliğini ölçmek üzere Jerusalem ve Schwarzer (1992) tarafından geliştirilen ve Yeşilay (1996) tarafından Türkçeye uyarlanan Genelleştirilmiş Özyetki Beklentisi Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğe ilişkin örnek madde "Güçlükleri soğukkanlılıkla karşılarım, çünkü yeteneklerime her zaman güvenebilirim" şeklindedir. 10 maddelik Likert tipi ölçeğin bu araştırmada Cronbach Alfa güvenilirlik değeri .89 olarak bulunmuştur.

#### 2. Role Tutulma Ölçeği

Katılımcıların öğrenci rollerine yönelik tutulma düzeylerini ölçmek için Schaufeli, Salanova, Gonzalez-Roma ve Bakker (2002) tarafından geliştirilen UWES işe tutulma ölçeğinin öğrenci versiyonunun Schaufeli ve arkadaşlarının

(2006) çalışmasına göre 9 maddeye kısaltılan biçimi kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe çevirisi yazarlar tarafından Brislin, Lonner ve Thorndike'nin (1973) önerdiği beş aşamalı çeviri-ters çeviri yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Bu çalışmada elde edilen bulgular ölçeğin Türkçe uyarlamasına ilişkin kanıtlar sunmaktadır. Ölçeğe ilişkin örnek madde "Ders çalışırken tamamen çalışmalarıma konsantre olur, dalar giderim" şeklindedir. Bu çalışmada tutulma ölçeğinin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

### 3. Yaşam Doyumu Ölçeği

Katılımcıların yaşam doyumunu ölçmek üzere Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Durak, Senol-Durak ve Gencoz (2010) tarafından yapılan Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğe ilişkin örnek madde "Şimdiye kadar, yaşamda istediğim önemli şeyleri elde ettim" şeklindedir. 5 maddelik Likert tipi ölçeğin bu çalışmada Cronbach Alfa güvenilirlik değeri .82 olarak bulunmuştur.

## III. BULGULAR

Araştırmada kullanılan ölçeklerin ve ölçeklerin tümünün birlikte incelendiği ölçüm modelinin yapısal geçerliliğini incelemek üzere doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. DFA ve Yapısal Eşitlik Modelinin (YEM) analizinde IBM AMOS 23 programı kullanılmıştır. DFA sonucunda elde edilen ve Tablo 1'de sunulan uyum iyilik değerlerine göre ölçeklerin ve araştırma modelinin veri ile iyi uyum düzeyinde (Hu ve Bentler, 1999) olduğu görülmüş ve yapısal olarak geçerli oldukları değerlendirilmiştir.

**Tablo 1:** Ölçeklerin ve Araştırma Modelinin Uyum İyiliği İstatistikleri

	$\chi^2$ (sd)	$\chi^2/sd$	CFI	TLI	RMSEA
Öz-yeterlilik	83.90(34)	2.47	.96	.95	.069
Role Tutulma	58.46(25)	2.34	.98	.97	.066
Yaşam Doyumu	10.39(4)	2.60	.99	.97	.072
Ölçüm Modeli	430.15(245)	1.76	.95	.94	.050

$\chi^2/sd$ = Ki-kare serbestlik derecesi oranı, CFI= Doğrulayıcı uyum indeksi, TLI= Tucker Lewis indeksi, RMSEA= Yaklaşık hataların ortalama karekökü

Araştırma değişkenlerinin betimleyici istatistikleri ve aralarındaki korelasyon değerleri Tablo 2'de sunulmuştur. Değişkenlerin ortalamalarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ve -1 arasında bulunması verinin normal dağılımının bir göstergesi olarak değerlendirilmiştir (Hair, Hult, Ringle ve Sarstedt, 2017). Tablo 2 incelendiğinde, araştırma değişkenleri arasında pozitif yönde ve anlamlı ( $p < .001$ ) ilişkiler görülmüştür. Buna göre; öz-yeterlilik, hem

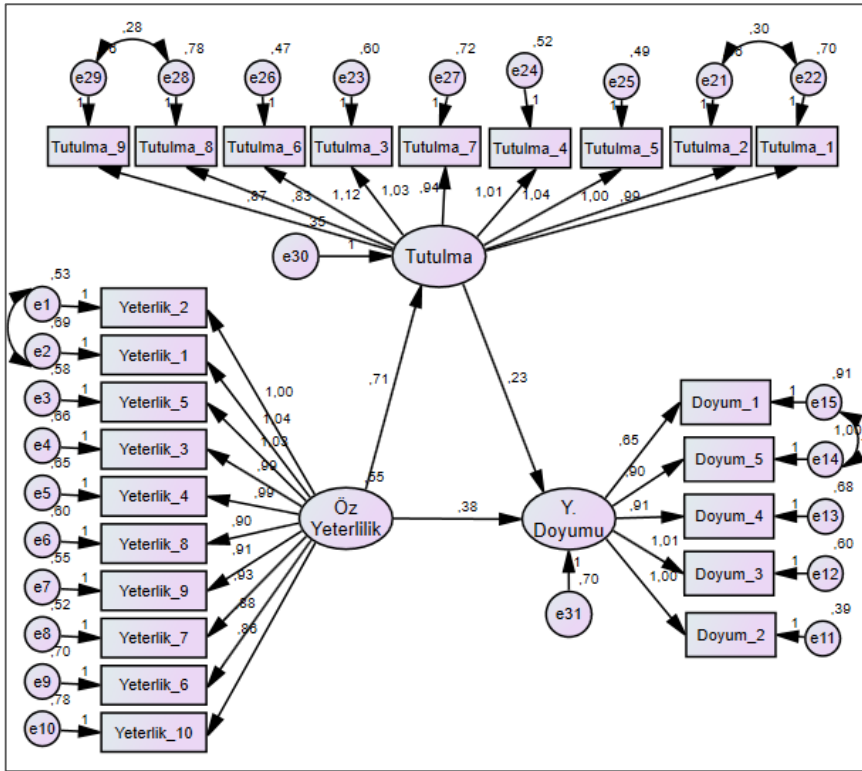
role tutulma ile ( $r = .67, p < .001$ ) hem de yaşam doyumu ile ( $r = .43, p < .001$ ) pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Benzer şekilde, role tutulma da yaşam doyumu ile ( $r = .40, p < .001$ ) pozitif yönde ilişkilidir.

**Tablo 2:** Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri ve Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	Ort.	ss	Çarpıklık	Basıklık	(1)	(2)	(3)
1. Öz-yeterlilik	3.52	0.70	-.82	.31	(.89)		
2. Role Tutulma	3.33	0.75	-.72	.09	.67***	(.90)	
3. Yaşam Doymu	3.14	0.88	-.15	-.81	.43***	.40***	(.82)

\*\*\* $p < .001$ ,  $n = 309$ , Cronbach Alfa güvenilirlik değerleri parantez içinde verilmiştir.

Araştırmanın hipotezleri doğrultusunda nedensel ilişkileri ve aracılık etkisini incelemek üzere Şekil 1'de sunulan nedensel yapısal eşitlik modeli analiz edilmiştir.



**Şekil 1:** Araştırmanın Yapısal Eşitlik Modeli



Değişkenler arasındaki standardize edilmemiş doğrudan ve dolaylı etkiler Şekil 1’de ve ayrıntılı biçimde Tablo 3’te sunulmuştur. Öz-yeterlilik role tutulma üzerinde ( $B = .71, p < .001$ ) pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahiptir. Tutulmanın yaşam doyumunu üzerinde ( $B = .23, p < .05$ ) pozitif yönde anlamlı bir etkisi bulunmuştur. Öz-yeterliliğin yaşam doyumunu üzerinde doğrudan etkisinin ( $B = .38, p < .01$ ) yanında, tutulma üzerinden dolaylı ve anlamlı etkisinin ( $B = .17, p < .05$ ) olduğu bulunmuştur. Modelde incelenen etki değerleri, özellikle aracılık rolünü gösteren dolaylı etkinin anlamlılığı, yanlılığı düzeltilmiş %95 güven aralığı yöntemine göre hesaplanan alt ve üst sınırdaki katsayılar incelenerek değerlendirilmiştir. Alt ve üst sınırların “0” değerini içermemesi, incelenen etkinin anlamlı olduğunun göstergesi olarak kabul edilmiştir (Preacher ve Hayes, 2008; Shrout ve Bolger, 2002). Bu bulgulara göre öz-yeterliliğin yaşam doyumunu üzerindeki etkisinde role tutulmanın aracılık rolü vardır. Ortaya çıkan bulgular çalışmanın iki hipotezini de destekler niteliktedir.

**Tablo 3:** Aracılık Analizi

İncelenen Etki	B	sh	YD %95 GA	
			Alt	Üst
Role Tutulma <---- Öz-yeterlilik	.71***	.09	.52	.88
Yaşam Doyumu <---- Role Tutulma	.23*	.11	.02	.46
Yaşam Doyumu <---- Öz-yeterlilik				
Toplam Etki (c)	.55	.09	.38	.72
Doğrudan Etki (c’)	.38**	.12	.15	.64
Dolaylı Etki (axb)	.17*	.08	.02	.67

**Not:** n= 309 (5.000 Bootstrap örnekleme), YD %95 GA = Yanlılığı düzeltilmiş %95 Güven Aralığı, X= Öz-yeterlilik, Y= Yaşam doyumunu, M= Role tutulma, a= X değişkeninin M değişkeni üzerindeki etkisi, b= M değişkeninin Y değişkeni üzerindeki etkisi, c= X değişkeninin Y değişkeni üzerindeki toplam etkisi, c’= X değişkeninin Y değişkeni üzerindeki etkisi. \*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

## SONUÇ

Bu çalışmada, bireylerin öz-yeterlilik düşüncelerinin yaşam doyumlarını nasıl etkilediğini ve bu süreçte role tutulmanın bir aracılık rolü olup olmadığını araştırılması amaçlanmıştır. Bu kapsamda, veri setinin öngörülen kuramsal yapıyı doğrulayıp doğrulamadığı doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiş, ölçeklerin ve ölçüm modelinin veriyle iyi düzeyde uyum gösterdiği tespit edilmiştir. Bunun yanında, korelasyon analizine yönelik bulgular, araştırma değişkenleri arasında pozitif yönde ilişkiler olduğunu göstermiştir. Ayrıca, araştırma hipotezlerini test etmek üzere gerçekleştirilen yapısal eşitlik modeli

analiz bulgularına göre öz-yeterliliğin yaşam doyumu üzerinde pozitif yönde etkisi vardır. Bu bulgu, alan yazında daha önce gerçekleştirilen bazı araştırma bulgularıyla örtüşmektedir (Azizli vd., 2015; O'Sullivan, 2011; Suldo ve Huebner, 2006). Bu bağlamda, bireylerin karşılaştıkları olaylar karşısında kendi yeteneklerinin yeterli olduğuna yönelik inançlarının, onların problemlerin üstesinden gelmelerini kolaylaştırdığı ve daha olumlu yaşam deneyimleri yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bu bulgunun Bandura'nın (1993, 1997) öz-yeterliliği yüksek bireylerin, zorlu yaşam olayları karşısında yeteneklerine dayanarak daha mücadeleci, ısrarcı oldukları ve daha fazla çaba harcadıkları, bunun kendilerini geliştirmenin yanında daha olumlu deneyimler yaşadıklarına yönelik önermeleriyle tutarlı olduğunu söylemek mümkündür. Analizler sonrasında ortaya çıkan bir diğer bulgu ise öz-yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki etkisinde role tutulmanın aracılık rolünün bulunduğudır. Bu bulgu, öz-yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki bir kısım etkisinin role tutulma aracılığıyla olduğunu göstermektedir. Buna göre, bireylerin öz-yeterlilik inançlarının yaşam doyumlarını etkilemesi, belirli ölçüde onların rollerine tutulmasına dayanmaktadır. Öz-yeterliliği yüksek bireylerin, yüksek kişisel kaynaklarına dayanarak, yürüttükleri rollerine daha fazla fiziksel, bilişsel ve duygusal yatırım yaptıkları, bunun sonucunda ise daha fazla olumlu deneyim ve yaşam doyumu sağladıkları söylenebilir.

Çalışmanın teorik katkılarından bahsetmek mümkündür. Elde edilen bulgular Sosyal Bilişsel Teoriye; Atfetme Teorisi, Beklenti-Değer Teorisi, Amaç Teorisi ve Rol Teorisi çerçevesinde katkılar sunmaktadır. Başarısızlık durumları; öz-yeterlilik inancının artması durumunda yetersiz çabalara, azalması durumunda ise yetersiz yeteneklere atfedilmektedir. Bu öz-yeterliliğe dayalı nedensel atıflar bireylerin motivasyonlarını, performanslarını ve duygusal tepkilerini önemli ölçüde etkilemektedir. Beklenti-Değer Teorisi açısından ise motivasyonun önemli kaynağı belirli eylemlerin belirli sonuçlara (değerli görülen) ulaştıracağına ilişkin beklentilerdir. Sonuç beklentilerine ilişkin potansiyel motive edici faktör ise bireylerin öz-yeterlilik inançlarıdır. Öz-yeterlilik inançları arttıkça eylemlerin sonuca ulaşacağına ilişkin beklenti artmaktadır. Amaç Teorisi ise eylemlere ilişkin motivasyonun belirli ve zorlayıcı bir amacın var olduğu durumda daha güçlü olduğunu varsaymaktadır. Buna göre, amaçlar motivasyonu veya eylemleri değil, esasında bireylerin kendiliğini etkilemektedir. Çünkü bireyler, amaçlarına uygun kendilerini tatmin eden durumlar yaratarak motive olmakta ve eylemlerine böylelikle yön vermektedir. Rol Teorisi ise bireylerin rol performansını başarmada, kendisini meşgul ettiği; fiziksel, bilişsel, duygusal ve zihinsel olarak kendiliğini dışa vurduğu süreçleri (tutulma) vurgulamaktadır. Bir rolü başarmada psikolojik olarak da orada bulunmayı ifade eden tutulma süreci, bireylerin amaçları, beklentileri ve atfetmelerine göre şekil almaktadır. Bu anlayışla, bireylerin yaşama ilişkin belirli konulardaki başarısında; nedensel atıflarla, buna ilişkin beklentilerle ve belirli amaçlarla şekillenmiş öz-yeterlilik inançları ile kendilerini ilgili amaca ulaştıran

role ne derece psikolojik ve fiziksel olarak sarıldıkları etkili olabilmektedir. Bu çalışma söz konusu etkileşimi ortaya çıkarmaktadır.

Araştırmanın iki temel kısıtının olduğu düşünülmektedir. İlk kısıt, ölçüm yönteminden kaynaklanmaktadır. Araştırma değişkenlerine ilişkin verinin aynı kaynaktan toplanması ortak yöntem yanlılığına neden olabilir. Bu türdeki veriyle yapılan araştırmalarda, değişkenler arasındaki ilişkilerin sağlıklı bir biçimde yorumlanmasının pek mümkün olmayabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Sonraki araştırmalarda verinin toplanmasında farklı kaynaklara başvurulması bu kısıtı engelleyebilir. İkinci kısıt ise araştırma yönteminden kaynaklanmaktadır. Bu araştırma, kesitsel bir araştırmadır. Tek bir zamanda veri toplamanın mümkün olduğu kesitsel araştırmalarda değişkenler arasında neden-sonuç ilişkisi kurmak zorlaşmaktadır. Elde edilen bulguların değerlendirilmesinde bu durum dikkate alınmalıdır. İleride yapılacak araştırmalarda, farklı zamanlarda veri toplama imkân tanıyan boylamsal araştırma tasarımı ile bu tür kısıtlar ortadan kaldırılabilir.

## KAYNAKÇA

- Azizli, N., Atkinson, B. E., Baughman, H. M., ve Giammarco, E. A. (2015). Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 82, 58-60.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117-148.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Gerbino, M., ve Pastorelli, C. (2003). Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning. *Child Development*, 74(3), 769-782.
- Bradley, R. H., ve Corwyn, R. F. (2004). Life satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 385-400.
- Breso, E., Schaufeli, W. B., ve Salanova, M. (2011). Can a self-efficacy-based intervention decrease burnout, increase engagement, and enhance performance? A Quasi-experimental Study. *Higher Education*, 61, 339-355.
- Brislin, R. W., Lonner, W., ve Thorndike, R. M. (1973). *Cross-cultural research methods*. New York: John Wiley.
- Caraway, K., Tucker, C. M., Reinke, W. M., ve Hall, C. (2003). Self-efficacy, goal orientation, and fear of failure as predictors of school engagement in high school students. *Psychology in the Schools*, 40(4), 417-427.
- Chemers, M. M., Hu, L., ve Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55-64.
- Coffman, D. L., ve Gilligan, T. D. (2002). Social supports, stress, and self-efficacy: Effects on students' satisfaction. *College Student Retention*, 4(1), 53-66.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experiences*. New York: HarperPerennial.
- Dewitz, S. J., ve Walsh, W. B. (2002). Self-efficacy and college student satisfaction. *Journal of Career Assessment*, 10(3), 315-326.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.

- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Durak, M., Senol-Durak, E., ve Gencoz, T. (2010). Psychometric properties of the satisfaction with life scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults. *Social Indicators Research*, 99, 413-429.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., ve Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59-109.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., ve Sarstedt, M. (2017). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*. 2nd Edition, Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hu, L., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criterion for fit indices in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55.
- Jerusalem, M., ve Schwarzer, R. (1992). Self-efficacy as a resource factor in stress appraisal process. Ralf Schwarzer (Ed.). *Self-Efficacy: Thought Control of Action* içinde (s. 195-213). Washington, DC: Hemisphere.
- Kahn, W. A. (1990). Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work. *Academy of Management Journal*, 33(4), 692-724.
- Kuh, G. D., Cruce, T. M., Shoup, R., Kinzie, J., ve Gonyea R. M. (2008). Unmasking the effects of student engagement on first-year college grades and persistence. *The Journal of Higher Education*, 79(5), 540-563.
- Lewis, A. D., Huebner, E. S., Malone, P. S., ve Valois, R. F. (2011). Life satisfaction and student engagement in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 40, 249-262.
- O'sullivan, G. (2011). The relationship between hope, eustress, self-efficacy, and life satisfaction among undergraduates. *Social Indicators Research*, 101, 155-172.
- Pietarinen, J., Soini, T., ve Pyhalto, K. (2014). Students' emotional and cognitive engagement as the determinants of well-being and achievement in school. *International Journal of Educational Research*, 67, 40-51.
- Pilcher, J. J. (1998). Affective and daily event predictors of life satisfaction in college students. *Social Indicators Research*, 43, 291-306.

- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.
- Proctor, C. L., Linley, P. A., ve Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10, 583-630.
- Salmela-aro, K., ve Upadyaya, K. (2014). School burnout and engagement in the context of demands-resources model. *British Journal of Educational Psychology*, 84, 137-151.
- Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., ve Salanova, M. (2006). The measurement of work engagement with a short questionnaire: A cross-national study. *Educational and Psychological Measurement*, 66(4), 701-716.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., ve Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481.
- Schaufeli, W. B., and Salanova, M. (2007). Efficacy or inefficacy, that's the question: Burnout and work engagement, and their relationships with efficacy beliefs. *Anxiety, Stress, and Coping*, 20(2), 177-196.
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., Gonzalez-roma, V., ve Bakker, A. B. (2002). The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92.
- Schaufeli, W. B., Shimazu, A., Hakanen, J., Salanova, M., ve De Witte, H. (2017). An ultra-short measure for work engagement: The uwes-3 validation across five countries. *European Journal of Psychological Assessment*, DOI: 10.1027/1015-5759/a000430.
- Seligman, M. E. P., ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Sherhoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., ve Sherhoff, E. S. (2014). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. Mihaly Csikszentmihalyi (Ed.). *Applications of Flow in Human Development and Education* içinde (s. 475-494). Dordrecht: Springer.
- Shrout, P. E., ve Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Skinner, E. A., ve Pitzer, J. R. (2012). Developmental dynamics of student engagement, coping, and everyday resilience. Sandra L. Christenson; Amy L. Reschly ve Cathy Wylie (Eds.). *Handbook of Research on Student Engagement* içinde (s. 21-44). New York: Springer.
- Suldo, S. M., ve Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous. *Social Indicators Research*, 78, 179-203.

- Veenhoven, R. (1996). Developments in satisfaction research. *Social Indicators Research*, 37, 1-46.
- Wefald, A. J., ve Downey, R. G. (2009). Construct dimensionality of engagement and its relation with satisfaction. *The Journal of Psychology*, 143(1), 91-111.
- Xiao, J. J., Tang, C., ve Shim, S. (2009). Acting for happiness: Financial behavior and life satisfaction of college students. *Social Indicators Research*, 92, 53-68.
- Yeşilay, A. (1996, Kasım 2018). Genelleştirilmiş özyetki beklentisi ölçeği. Erişim adresi: <http://userpage.fu-berlin.de/~health/turk.htm>.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 82-91.