

## ERGENLERİN ÖZ-YETERLİKLERİNİN VE PSİKOLOJİK SEMPTOMLARININ İNCELENMESİ<sup>1</sup>

**Dr. Bülent Baki TELEF**

Buca Rehberlik ve Araştırma Merkezi PDR Bölüm Başkanlığı/İZMİR

**Prof. Dr. Rengin KARACA**

DEÜ Buca Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD/İZMİR

### Özet

*Bu araştırmanın amacı, ergenlerin öz-yeterliklerinin demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını ve ergenlerin öz-yeterlikleri ile psikolojik semptomları arasındaki ilişkileri incelemektir. Bu araştırma betimsel, ilişkisel ve nedensel karşılaştırma yöntemlerine dayanmaktadır. Araştırmanın örneklemini 1250 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların %52,40'ı kız (n= 655) %47,60'ı erkek (n= 595) öğrencidir. Araştırma verileri Çocuklar için Öz-yeterlik Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri ile toplanmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde t-test, Tek Yönlü Varyans Analizi ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yöntemleri kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda öz-yeterliğin cinsiyete, yaşa, okul başarısına göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca, ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlikleri ile depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır.*

**Anahtar Kelimeler:** Öz-yeterlik, ergenlik, psikolojik semptomlar

## ADOLESCENTS' SELF-EFFICACY AND PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS' INVESTIGATION

### Abstract

*The aim of this study is to examine whether the self-efficacy of adolescents differs according to demographic variables and the relationship between self-efficacy of adolescents and psychological symptoms. This study is based on descriptive, relational, causal-comparative methods. The study group of the research consists of 1250 participants, 52,40 % of the participants are female students and 47,60 % of them are male students. The data of this research were collected with Self-Efficacy Questionnaire for Children, Short Symptom Inventory. The data were analyzed by using Independent Samples t-test, One Way Variance Analysis and Pearson Correlation Analysis. At the end of the study, academic, social, emotional and general self-efficacy, some statistically meaningful differences were determined according to the adolescents' gender, age, school success. Besides, some meaningful relationships in a negative way were determined between the adolescents' academic, social, emotional, general self-efficacy and depression, anxiety, negative self perception, somatization and hostility.*

**Key Words:** Self-efficacy, adolescence, psychological symptoms

<sup>1</sup> Bu makale Rengin KARACA danışmanlığında yürütülen "Öz-yeterlikleri Farklı Ergenlerin Psikolojik Semptomlarının İncelenmesi" adlı doktora tezinden hazırlanmıştır.

## Giriş

Sosyal bilişsel teörinin anahtar kavramlarından biri olan öz-yeterlik son yıllarda araştırmacılar tarafından yoğun ilgi görmüştür. Bandura (1997) öz-yeterliği “başarıya ulaşmak için gerekli olan eylemi gerçekleştirmeye ve organize etmeye yönelik kişinin kapasitesi ile ilgili inançları olarak” ifade etmiştir. Luszczyńska, Gutierrez-Dona ve Schwarzer’e (2005) göre ise; öz-yeterlik algısı özel olarak çaba gerektiren bir durumda olumsuzluk ile başa çıkma ve kişinin yeni görevlerin ya da zorluğun üstesinden gelme yetenekleri ile ilgili inançları olarak ifade edilmiştir. Sosyal öğrenme analizlerinde, kişisel yeterlik beklentileri dört temel bilgi kaynağından elde edilmiştir. Bunlar; (1) performans başarıları; (2) dolaylı deneyimler; (3) sözel ikna; (4) psikolojik durumdur (Bandura ve Adams, 1977; Bandura, 1997).

Öz-yeterlik inançları kişilerin nasıl hissettikleri, nasıl düşündükleri, kendilerini nasıl motive ettikleri ve nasıl davrandıklarını belirler. Bu inançlar dört büyük sürecin farklı etkileri ile oluşur. Onlar bilişsel, motivasyonel (güdüsel), duyuşsal ve seçme süreçlerini içerir (Bandura, 1994). Öz-yeterlik insan davranışını birkaç yolla etkiler: Birincisi, davranış seçimine etki eder. İnsanlar yetenekli olduğu ve kendilerine güven duydukları görevler ile meşgul olurken, yetenekli olmadıkları ve kendilerine güvenmedikleri görevlerden kaçınırlar. İkincisi, öz-yeterlik, insanların anksiyeteye yönelik ne kadar çaba harcayacaklarını ve ne kadar uzun süre sebat gösterebileceklerini belirlemelerine yardımcı olur. Üçüncüsü, öz-yeterlik inançları kişinin düşünce modellerini ve duygusal tepkilerini etkiler. Düşük öz-yeterliğe sahip insanlar bir şeyin olduğundan daha zor olduğuna inanabilir, bu inançları stresi artırabilir ve problemi çözmeye yönelik dar bir vizyona sahip olmasına neden olabilir (Kumar ve Lal, 2006).

Kişisel yeterlik inançları yaşamın tüm önemli geçişlerinde düzenleyici fonksiyonuna rağmen, özellikle ergenlik döneminde önem kazanmaktadır (Caprara ve diğer., 1998). Ergenlik sık sık psiko-sosyal bir karmaşa dönemi olarak nitelendirilir. Yaşamın hiçbir dönemi problemsiz değildir, tekrarlayıcı “stres ve fırtınaların” aksine çoğu ergen aşırı rahatsızlık ya da uyumsuzluk yaşamadan bu dönemdeki önemli değişimleri yaşamaktadır. Buna rağmen, ergenliğe yetersizlik duygusu ile giren genç çevresel taleplere zayıf tepkide bulunacak ve rahatsızlıklar karşısında çabuk incinecektir. Çocukluktan yetişkinliğe geçişi kolaylaştırmak için öncelikli olarak başarı deneyimleri inşa edilerek kişisel yeterlik güçlendirilmelidir (Bandura, 1994). Her gelişim dönemi başa çıkma yeterliği için yeni meydan okumaları beraberinde getirir. Öz-yeterlik algısı, öz-düzenleme vasıtasıyla akran baskısına karşı koyarak davranış problemlerini azaltıp okul başarısını artırmakta ve akranlar arasında popüleriteyi yükselterek ergenlerin gelişimine önemli katkıda bulunmaktadır (Caprara, Barbaranelli, Pastorelli ve Cervone, 2004).

Öz-yeterlik inançları ve bazı psikolojik semptomlar arasında güçlü ilişki olduğu birçok araştırmada vurgulanmıştır (Ehrenberg, 1984; Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara, 1999; Muris, 2001; Muris, 2002; Suldo ve Shaffer, 2007;

Willemse, 2008). Düşük öz-yeterlik inançlarına sahip ergenler yüksek düzeyde psikolojik belirti göstermektedirler (Solberg ve Villarreal, 1997; Riffert, Paschon ve Sams, 2005). Öz-yeterlik ile psikopatolojik sonuçlar arasındaki ilişkiye bakıldığında duygusal öz-yeterliğin içselleştirilmiş problemlerle, özellikle duygusal ve anksiyete problemleri ile oldukça büyük; somatik problemlerle orta düzeyde; meydan okuyucu davranışlara karşı koyma ve yönetme ile küçük; fakat istatistiksel yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür (Suldo ve Shaffer, 2007).

Ergenlik döneminde ruh sağlığı için yüksek duygusal öz-yeterlik önemli bir faktördür. Ergen olumsuz duygular ile başa çıkma yeterliğine sahip olduğunda kendisine olan güveni artacak ve olumsuz duyguların üstesinden daha kolay gelebilmektedir (Willemse, 2008). Öz-yeterlik duygusal problemlerin kaynağında aracı bir rol oynayan bilişsel faktörlerle ilişkili olabilir. Çocuk ve ergenler negatif yaşam olayları ya da tehdit ile yüz yüze geldiklerinde, yüksek öz-yeterlik duygusu bu tür olayları yönetmesine yardımcı olmakta ve onları anksiyete ve depresyondan korumaktadır. Oysaki düşük öz-yeterlik duygusu etkili başa çıkmaya engel olmakta ve çocuk ile ergenlerde depresyon ve anksiyete riskini artırmaktadır (Muris, 2002). Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara (1999) akademik öz-yeterliğin depresyon ve riskli davranışları azaltmada önemli rol oynadığını belirtmiştir. Akademik öz-yeterliği güçlü kişiler başarısızlığı yönetme ve yorumlamada bazı değişiklikler yaparak ve akademik başarıyı geliştirerek depresyona yönelik incinebilirliği azaltabilmektedirler.

Muris'e göre (2002) öz-yeterliği artırmanın, psikoterapi'nin önemli bir aracı olarak düşünülmesi gerektiğine yönelik kuvvetli işaretler vardır. Son yıllarda anksiyete bozuklukları ve depresyon ile ilgili ergen ve çocuklar için bilişsel davranışçı tedavi programları ortaya konmuştur. Tedavi ile ilgili çalışma sonuçları göstermiştir ki bu programlar şüphesiz etkilidir; fakat terapideki değişimin temelindeki doğru mekanizmalar hakkında bilgi çok azdır. Duygusal, akademik, sosyal ilişkiler ile ilgili çocukların öz-yeterliklerini geliştiren programlar, anksiyete ve depresyonu azaltabilir.

Ergenlerin öz-yeterlikleri ve yaşamış oldukları semptomlar arasındaki ilişkinin ortaya konulması ve incelenmesi, psikolojik semptomları önlemeye yönelik stratejileri değerlendirme ve yeni stratejiler geliştirmeye yardımcı olması açısından önemlidir. Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterliklerinin anlaşılmasının ve öz-yeterlik ile depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite arasındaki ilişkinin incelenmesinin literatüre olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### ***Problem Cümlesi***

Ergenlerin öz-yeterlik düzeyleri ile psikolojik semptomları arasında anlamlı ilişki var mıdır, ayrıca ergenlerin öz-yeterlik düzeyleri demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

### ***Alt Problemler***

1-Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2-Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3-Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri okul başarısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

4-Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri ile psikolojik semptomları (depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite) arasında anlamlı ilişki bulunmakta mıdır?

### ***Yöntem***

Bu araştırma betimsel, ilişkisel ve nedensel karşılaştırma yöntemlerine dayanan ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır. Betimsel araştırmalar, verilen bir durumu olabildiğince tam ve dikkatli bir şekilde tanımlarken ilişkisel araştırmalar iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden sonuç ile ilgili ipuçları elde etmek amacıyla yapılan araştırmalardır. Nedensel karşılaştırma araştırmaları insan grupları arasındaki farklılıkların nedenlerini ve sonuçlarını koşullar ve katılımcılar üzerinde herhangi bir müdahale olmaksızın belirlemeyi amaçlayan çalışmalar olarak betimlenmektedir (Büyüköztürk ve diğer., 2009). Ergenlerin öz-yeterlikleri belirli bağımsız değişkenlere göre incelendiği için bu araştırma betimsel ve nedensel karşılaştırma türüne girerken; ergenlerin öz-yeterlik düzeyleriyle psikolojik semptomları arasındaki ikili ilişkiler de incelendiği için araştırma aynı zamanda da ilişkisel yönetime dayalı bir araştırmadır.

### ***Evren ve Örneklem***

Araştırmanın evrenini 2008–2009 öğretim yılında İzmir ilinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı resmi ilköğretim ve ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini belirlerken kota örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Olasılıksız örnekleme yöntemlerinden biri olan kota örnekleme yöntemi, araştırmacıya hedefindeki kitleyi belirli özellikleri açısından sınırlandırarak sadece hedefindeki özellikleri içeren katılımcıları örnekleme dâhil etmesine olanak veren bir örnekleme yöntemidir (Cohen, Manion ve Morrison, 2008). Araştırmanın örneklemini İzmir ili, Buca ilçesinde ikisi alt, ikisi orta ve ikisi üst sosyo-ekonomik düzeyde olan altı farklı ilköğretim okulunun 6, 7 ve 8. sınıflarında öğrenim gören 706 (%56,5) ilköğretim öğrencisiyle; altı ortaöğretim kurumunun 9, 10, 11 ve 12. sınıflarına devam eden 544 (%43,5) öğrenci olmak üzere 1250 katılımcıdan oluşmaktadır.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada verileri toplamak için Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

### **Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği**

Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği, Muris (2001) tarafından 12–19 yaş arasındaki ergenlerin sosyal, akademik ve duygusal öz-yeterliklerini ölçmek amacı ile geliştirilmiştir. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği'nin Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki korelasyonlar ölçeğin geneli .95, alt faktörlerden akademik öz-yeterlik .93, sosyal öz-yeterlik .94 ve duygusal öz-yeterlik .91 ( $p < .01$ ) olarak bulunmuştur. Açıklayıcı faktör analizi sonunda toplam açıklanan varyansın %43,74 olduğu ve maddelerin 3 faktör altında toplandığı saptanmıştır. Ölçeğin maddelerinin faktör ortak varyansına ilişkin öz değerlerine bakıldığında ise .30 ile .59 arasında hesaplandıkları görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA=.049, NFI=.95, CFI=.96, GFI=.94 ve RMSR=.066 olarak bulunmuştur. Ölçeğin ayırt edici geçerliği çalışmasında alt-üst %27'lik grup karşılaştırması yapılmıştır. Elde edilen t testi değerlerinin 10.98 ile 21.17 arasında değiştiği ve tüm maddelerin ( $p < .01$ ) anlamlı olduğu görülmüştür. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeğinin iç tutarlık katsayıları incelendiğinde ölçeğin geneli .86, alt boyutlarından akademik öz-yeterlik .84, sosyal öz-yeterlik .64, duygusal öz-yeterlik .78 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının ise .75 ile .89 arasında değiştiği görülmüştür. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği'nin ölçüt-bağımlı geçerliğine bakmak için Genel Öz-yeterlik Ölçeği kullanılmıştır. İki ölçeğin uygulanmasından elde edilen puanlar arasında Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu .57 ( $p < .001$ ) olarak bulunmuştur. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği beşli Likert tipi (1= hiç ve 5= çok iyi) bir ölçektir. Toplam öz-yeterlik alt faktör puanları ilgili maddeler toplanarak hesaplanır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105, en düşük puan ise 21'dir. Ölçekten alınan yüksek puan ergenin ilgili öz-yeterlik düzeyinin yüksek olduğuna ve ölçekten alınan düşük puan ise ergenin öz-yeterlik düzeyinin düşük olduğuna işaret etmektedir.

### **Kısa Semptom Envanteri**

Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş 53 maddelik kendini değerlendirme türü bir envanterdir. Kısa Semptom Envanteri, SCL-90-R (Ruhsal Belirti Tarama Envanteri) ile yapılan çalışmalar sonucunda elde edilmiştir. SCL-90-R'nin (Ruhsal Belirti Tarama Envanteri) 9 faktöre dağılmış 90 madde arasından, her faktörde en yüksek yükü almış 53 madde seçilmiş ve 5-10 dakikada uygulanabilen, benzer yapıda kısa bir ölçek elde edilmiştir. Kısa Semptom Envanteri aynen SCL-90-R'deki gibi 9 alt ölçek, ek maddeler ve 3 global indeksten oluşmaktadır. Türk örneklemeleri üzerinde Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılan üç ayrı çalışmada, ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach Alfa katsayıları .96 ve .95, alt ölçekler için elde edilen katsayılar ise .55 ile .86 arasında değişmektedir. Şahin, Batıgün ve Uğurtaş'ın (2002) 11–18 yaş arası 597 ergen ile yaptığı bir çalışmada Kısa Semptom Envanteri'nin faktör yapısına tekrar bakılmıştır. Kısa Semptom Envanteri'nin ergen

yaş grubu için güvenilirliği Cronbach Alfa katsayısının hesaplanması ile irdelenmiştir. Buna göre; ölçeğin alt ölçeklerinden elde edilen Cronbach Alfa katsayılarının depresyon .78, anksiyete .84, olumsuz benlik .74, somatizasyon .71, hostilite .73 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin geneli için Cronbach Alfa katsayısı .95 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin puanlaması cevaplara 0 ile 4 arasında değişen puanlar verilerek hesaplanır. Puan ranjı 0-212'dir.

### **Veri Analiz Teknikleri**

Araştırmanın verileri incelenirken parametrik tekniklerden bağımsız örneklemeler için *t*-test (independent samples *t*-test), Tek Yönlü Varyans Analizi (oneway variance analysis, ANOVA) ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi (pearson correlation analysis) yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmanın alt problemlerini incelemek amacıyla yapılan tüm istatistiksel analizler SPSS programı kullanılarak yapılmıştır.

### **Bulgular**

Cinsiyet, yaş, sınıf ve ekonomik durumlarına ilişkin bulgular incelendiğinde ergenlerin %52,40'ının kız ( $n= 655$ ), %47,60'ının ise erkek ( $n= 595$ ) olduğu; %13,7'sinin ( $n=171$ ) 12 yaş, %16,7'sinin ( $n=209$ ) 13 yaş, %20,2'sinin ( $n=253$ ) 14 yaş, %12,3'ünün ( $n=154$ ) 15 yaş, %14,3'nün ( $n=179$ ) 16 yaş, %14,3'nün ( $n=179$ ) 17 yaş, %7,3'ünün ( $n=91$ ) 18 yaş, %1,1'inin ( $n=14$ ) 19 yaş grubunda yer aldığı belirlenmiştir. Ergenlerin % 16,5'i 6. sınıf ( $n=206$ ), % 16,6'sı 7. sınıf ( $n=208$ ), % 23,4'ü 8. sınıf ( $n=292$ ), % 8,6'sı 9. sınıf ( $n=107$ ), % 17,1'i 10. sınıf ( $n=214$ ), % 10,0'u 11. sınıf ( $n=125$ ) ve % 7,8'i 12. sınıfta ( $n=98$ ) öğrenim görmektedir.

Araştırmanın ilk alt problemi olan "Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?" sorusuna yanıt aramak için yapılan bağımsız örneklemeler için *t*-testi analizine ait bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 1: Ergenlerin Öz-yeterlik Boyutlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi**

Boyutlar	Cinsiyet	<i>n</i>	$\bar{x}$	ss	<i>t</i>	sd	<i>p</i>
Akademik	Kız	655	23,82	5,88	4,177	1248	,000*
Öz-yeterlik	Erkek	595	22,42	6,04			
Sosyal	Kız	655	26,35	4,98	3,314	1248	,001*
Öz-yeterlik	Erkek	595	25,39	5,29			
Duygusal	Kız	655	21,06	5,82	5,107	1248	,000*
Öz-yeterlik	Erkek	595	22,68	5,38			
Genel	Kız	655	71,22	13,48	,964	1248	,335
Öz-yeterlik	Erkek	595	70,48	13,96			

\*  $p < ,050$

Bağımsız örneklem için t-testi analizi sonucunda katılımcıların akademik, sosyal, duygusal öz-yeterlik alanlarının cinsiyete göre önemli farklılıklar gösterdiği ancak katılımcıların genel öz-yeterliklerinin cinsiyete göre anlamlı farklılaşmadığı bulunmuştur. Bulgulara göre kızların ( $\bar{x}$ = 23,82, ss.= 5,88) erkeklere ( $\bar{x}$ = 22,42, ss.= 6,04) oranla akademik öz-yeterlikleri daha yüksektir ( $t_{1248}$ = 4,177,  $p$ = ,000). Benzer bir sonuç da sosyal öz-yeterlik alanında elde edilmiştir. Kızların sosyal öz-yeterlik düzeylerinin ( $\bar{x}$ = 26, 35 ss.= 4,98) erkeklere ( $\bar{x}$ = 25, 39, ss.= 5,29) oranla anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur ( $t_{1248}$ = 3,314,  $p$ = ,001). Araştırma sonunda ulaşılan diğer bir bulgu ise erkeklerin duygusal öz-yeterliğinin ( $\bar{x}$ = 22,68, ss.= 5,38) kızlara ( $\bar{x}$ = 21,06, ss.= 5,82) oranla daha yüksek olduğu bulgusudur ( $t_{1248}$ = 5,107,  $p$ = ,000). Analiz sonucunda elde edilen son bulgu ise ergenlerin genel öz-yeterlik alanlarının cinsiyete göre önemli farklılık göstermemesidir ( $t_{1248}$ = ,964,  $p$ = ,335).

Araştırmanın ikinci alt problemi olan “Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” sorusuna yanıt aramak için yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları aşağıda tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2:** Ergenlerin Akademik, Sosyal, Duygusal ve Genel Öz-yeterlik Düzeylerinin Yaşa Göre ANOVA Sonuçları

Boyutlar	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Akademik Öz-yeterlik	Gruplar arası	4666,781	6	777,797	24,093	,000*
	Gruplar içi	39676,653	1229	32,284		
	Toplam	44343,434	1235			
Sosyal Öz-yeterlik	Gruplar arası	477,309	6	79,552	3,059	,006*
	Gruplar içi	31959,107	1229	26,004		
	Toplam	32436,417	1235			
Duygusal Öz-yeterlik	Gruplar arası	1509,199	6	251,533	8,106	,000*
	Gruplar içi	38137,586	1229	31,031		
	Toplam	39646,786	1235			
Genel Öz-yeterlik	Gruplar arası	14945,861	6	2490,977	14,173	,000*
	Gruplar içi	216005,592	1229	175,757		
	Toplam	230951,453	1235			

\*  $p < ,050$

Tek yönlü varyans analizi sonucunda ergenlerin akademik öz-yeterlik düzeylerinde yaşa göre önemli farklılıklar olduğu görülmüştür ( $F_{(6, 1229)} = 24,093$ ,  $p = ,000$ ). İkilili karşılaştırmalarda kullanılan Scheffe testi sonucunda 12 yaşındaki

ergenlerin akademik öz-yeterlik düzeylerinin ( $\bar{x}$ = 26,91, ss.= 6,02) diğer yaşlardaki ergenlerin akademik öz-yeterlik düzeylerinden önemli düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca 13 yaşındaki ergenlerin akademik öz-yeterlik düzeylerinin ( $\bar{x}$ = 24,89, ss.= 6,12) 14 ( $\bar{x}$ = 23,32, ss.= 5,37), 15 ( $\bar{x}$ = 21,75, ss.= 5,77) ve 16 yaşındaki ( $\bar{x}$ = 21,51, ss.= 5,67) ergenlerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Ergenlerin sosyal öz-yeterliklerinin yaşlarına göre önemli farklılıklar gösterdiği bulunmuştur ( $F_{(6, 1229)} = 3,059, p = ,006$ ). Scheffe testi yapıldığında 12 yaşındaki ergenlerin sosyal öz-yeterliklerinin ( $\bar{x}$ =26,91, ss.= 5,42), 13 ( $\bar{x}$ = 26,39, ss.= 5,14), 14 ( $\bar{x}$ = 25,49, ss.= 5,06), 15 ( $\bar{x}$ = 25,76, ss.= 4,92) ve 16 yaşındaki ( $\bar{x}$ = 25,10, ss.= 5,05) ergenlerden önemli düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca 13 yaşındaki ( $\bar{x}$ = 26,39, ss.= 5,14) ergenlerin 14 yaşındaki ( $\bar{x}$ = 25,49, ss.= 5,06) ergenlere göre sosyal öz-yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeylerinde de yaşa bağlı önemli farklılıklar bulunmaktadır ( $F_{(6, 1229)} = 8,106, p = ,000$ ). Ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeylerindeki önemli farklılığı incelemek amacıyla yapılan Scheffe testi sonunda; 12 yaşındaki ergenlerin ( $\bar{x}$ = 24,29, ss.=5,98) 13 ( $\bar{x}$ = 22,26, ss.=5,60), 14 ( $\bar{x}$ = 21,72, ss.=5,70), 15 ( $\bar{x}$ = 20,74, ss.= 4,89), 16 ( $\bar{x}$ = 20,70, ss.= 5,53) ve 17 yaşındaki ( $\bar{x}$ = 21,47, ss.= 5,31) ergenlerin duygusal öz-yeterliklerinden önemli düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Son olarak ergenlerin genel öz-yeterlik düzeylerinin de yaşlarına göre önemli düzeyde farklılıklar gösterdiği bulunmuştur ( $F_{(6, 1229)} = 14,173, p = ,000$ ). Ergenlerin genel öz-yeterlik düzeylerindeki farklılıklar Scheffe testiyle incelendiğinde 12 yaşındaki ergenlerin diğer yaş gruplarındaki ergenlere oranla genel öz-yeterlik düzeylerinin önemli düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca 13 yaşındaki ergenlerin genel öz-yeterlik düzeylerinin ( $\bar{x}$ = 73,53, ss.= 14,21), 15 ( $\bar{x}$ = 68,25, ss.= 12,20), 16 ( $\bar{x}$ = 67,31, ss.= 12,85) ve 17 yaşındaki ergenlere ( $\bar{x}$ = 68,36, ss.= 11,99) göre önemli düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmanın üçüncü alt problemi olan "Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri okul başarısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?" sorusuna ilişkin analiz bulguları aşağıda sunulmuştur.



**Tablo 3:** Ergenlerin Akademik, Sosyal, Duygusal ve Genel Öz-yeterlik Düzeylerinin Okul Başarısına Göre ANOVA Sonuçları

Boyutlar	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p
Akademik Öz-yeterlik	Gruplar arası	7690,195	3	2563,398	85,783	,000*
	Gruplar içi	37233,529	1246	29,882		
	Toplam	44923,725	1249			
Sosyal Öz-yeterlik	Gruplar arası	1583,832	3	527,944	20,899	,000*
	Gruplar içi	31475,712	1246	25,261		
	Toplam	33059,543	1249			
Duygusal Öz-yeterlik	Gruplar arası	1181,982	3	393,994	12,609	,000*
	Gruplar içi	38932,738	1246	31,246		
	Toplam	40114,720	1249			
Genel Öz-yeterlik	Gruplar arası	26033,911	3	8677,970	51,822	,000*
	Gruplar içi	208652,352	1246	167,458		
	Toplam	234686,263	1249			

\*  $p < ,050$ 

Tek yönlü varyans analizi sonucunda ergenlerin akademik öz-yeterliklerinin okul başarısına göre önemli farklılıklar gösterdiği bulunmuştur ( $F_{(3, 1246)} = 85,783$ ,  $p = ,000$ ). Anlamli çıkan bu farklılığı incelemek amacıyla yapılan Scheffe testi sonucunda ergenlerin tüm başarı alanları arasında önemli farklılıklar olduğu hesaplanmıştır. Buna göre zayıfı olan ( $\bar{x} = 20,56$  ss.= 5,64), zayıfı olmayan ( $\bar{x} = 22,89$ , ss.= 5,46), teşekkür alan ( $\bar{x} = 24,92$ , ss.= 5,28) ve takdir alan ( $\bar{x} = 27,82$ , ss.= 5,36) ergenlerin akademik öz-yeterlikleri birbirinden farklılıklar göstermektedir. Başka bir ifadeyle ergenlerin okul başarısı düştükçe akademik öz-yeterliği de düşmekte; okul başarısı artıka akademik öz-yeterlikleri de artış eğilimi göstermektedir. Ergenlerin sosyal öz-yeterlik düzeylerinin okul başarısına göre anlamlı farklılıklar gösterdiği bulunmuştur ( $F_{(3, 1246)} = 20,889$ ,  $p = ,000$ ). Bu farklılığı incelemek amacıyla yapılan ikili karşılaştırmalarda kullanılan Scheffe testi sonucunda zayıfı olanlarla ( $\bar{x} = 24,63$ , ss.= 5,25) zayıfı olmayanlar ( $\bar{x} = 26,07$ , ss.= 5,19), teşekkür alanlar ( $\bar{x} = 26,67$ , ss.= 4,75) ve takdir alanlar ( $\bar{x} = 27,86$ , ss.= 4,65) arasındaki farklılıklar ile zayıfı olmayanlar ( $\bar{x} = 26,07$ , ss.= 5,19) ve takdir alanlar ( $\bar{x} = 27,86$ , ss.= 4,65) arasındaki farkın önemli olduğu bulunmuştur. Araştırmanın başka bir bulgusunda ise ergenlerin duygusal öz-yeterlikleri de okul başarısına göre önemli farklılıklar göstermektedir ( $F_{(3, 1246)} = 12,609$ ,  $p = ,000$ ). Bu farklılığa ait değişimleri incelemek amacıyla yapılan Scheffe testi sonucunda; zayıfı olanlarla ( $\bar{x} = 20,81$ , ss.= 5,24) teşekkür alanlar ( $\bar{x} = 22,33$ ,

ss.=5,82) ve takdir alanlar ( $\bar{x}$ = 23,79, ss.= 5,69) arasındaki farklılıklar ile zayıf olmayanlarla ( $\bar{x}$ = 21,95, ss.=5,85) takdir alanlar ( $\bar{x}$ = 23,79, ss.= 5,69) arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Son olarak ergenlerin genel öz-yeterlik düzeylerinin de okul başarılarına göre önemli farklılıklar gösterdiği bulunmuştur ( $F_{(3, 1246)}= 51,822, p= ,000$ ). Bu farklılığın kaynağını incelemek amacıyla yapılan Scheffe testi sonucunda zayıf olanlarla ( $\bar{x}$ = 65,99, ss.= 12,73) zayıf olmayanlar ( $\bar{x}$ = 70,91, ss.= 13,25), teşekkür alanlar ( $\bar{x}$ = 73,91, ss.= 12,83) ve takdir alanlar ( $\bar{x}$ = 79,47, ss.= 13,37) arasındaki farklılıklar ile zayıf olmayanlarla ( $\bar{x}$ = 70,91, ss.= 13,25), teşekkür alanlar ( $\bar{x}$ = 73,91, ss.= 12,83) ve takdir alanlar ( $\bar{x}$ = 79,47, ss.= 13,37) arasında farklılıklar ve son olarak da teşekkür alanlarla ( $\bar{x}$ = 73,91, ss.= 12,83) takdir alanlar ( $\bar{x}$ = 79,47, ss.= 13,37) arasındaki farklılıkların önemli olduğu bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle ergenlerin okul başarıları arttıkça genel öz-yeterlik düzeylerinin de arttığı; okul başarıları azaldıkça da genel öz-yeterlik düzeylerinin azaldığı söylenebilir.

Araştırma kapsamında incelenen alt problemlerden dördüncüsü olan “Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri ile psikolojik semptomları (depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite) arasında anlamlı ilişki bulunmakta mıdır?” sorusunu incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi sonucunda elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 4:** Ergenlerin Akademik, Sosyal, Duygusal ve Genel Öz-yeterlikleri ile Psikolojik Semptomlar Arasındaki İlişkiler

Boyutları	Akademik Öz-yeterlik	Sosyal Öz-yeterlik	Duygusal Öz-yeterlik	Genel Öz-yeterlik
Depresyon	-,18*	-,16*	-,35*	-,31*
Anksiyete	-,24*	-,13*	-,27*	-,24*
Olumsuz benlik algısı	-,18*	-,19*	-,28*	-,26*
Somatizasyon	-,12*	-,08*	-,31*	-,25*
Hostilite	-,23*	-,10*	-,22*	-,18*

\*  $p < ,001$

Ergenlerin öz-yeterlik düzeyleriyle psikolojik semptomları arasındaki ilişkiler incelendiğinde katılımcıların akademik öz-yeterlik düzeyleri ile depresyon ( $r= -.18, p<,000$ ), anksiyete ( $r= -.24, p<,000$ ), olumsuz benlik algısı ( $r= -.18, p<,000$ ), hostilite ( $r= -.23, p<,000$ ) ve somatizasyon ( $r= -.12, p<,000$ ) düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ergenlerin sosyal öz-yeterlik düzeyleri ile depresyon ( $r= -.16, p<,000$ ), anksiyete ( $r= -.13, p<,000$ ), olumsuz benlik algısı ( $r= -.19, p<,000$ ), hostilite ( $r= -.10, p<,000$ ) ve somatizasyon ( $r= -.08, p<,000$ ) düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Ergenlerin duygusal öz-yeterlik düzeyleri ile depresyon ( $r= -.35, p<,000$ ), anksiyete ( $r= -.27, p<,000$ ),

olumsuz benlik algısı ( $r = -.28, p < .000$ ), hostilite ( $r = -.22, p < .000$ ) ve somatizasyon ( $r = -.31, p < .000$ ) düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Son olarak katılımcıların genel öz-yeterlik düzeyleri ile depresyon ( $r = -.31, p < .000$ ), anksiyete ( $r = -.24, p < .000$ ), olumsuz benlik algısı ( $r = -.26, p < .000$ ), hostilite ( $r = -.18, p < .000$ ) ve somatizasyon ( $r = -.25, p < .000$ ) düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

### Tartışma ve Yorum

Araştırmanın sonunda ergenlerin akademik, sosyal ve duygusal öz-yeterlik boyutlarında cinsiyete göre önemli farklılıklar görülmüştür. Fakat ergenlerin genel öz-yeterliklerinde önemli farklılık saptanmamıştır. Ergenlerin akademik öz-yeterliklerinin cinsiyete göre farklılaşması ile ilgili bulgulara bakıldığında akademik öz-yeterlikte cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu saptanmıştır. Kızların akademik öz-yeterliklerinin erkeklerin akademik öz-yeterliklerinden daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu bulgu literatürdeki bazı araştırma sonuçları ile tutarlıdır (Bandura diğer., 2001; Pastorelli ve diğer., 2001; Bacchini ve Magliulo, 2003; Yardımcı, 2007; Willemse, 2008). İtalya, Polonya ve Macaristan'da yapılan kültürler arası araştırmalarda da kızların erkeklere göre daha yüksek akademik öz-yeterliğe sahip oldukları saptanmıştır (Pastorelli ve diğer., 2001). Kızların erkeklere göre daha planlı çalışmaları, ödevlerini düzenli yapmaları, sınavlara daha iyi hazırlanmaları akademik öz-yeterliklerinin erkeklerden daha yüksek olmasının nedeni olabilir.

Ergenlerin sosyal öz-yeterliklerinde cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılıklar saptanmıştır. Kızların sosyal öz-yeterlikleri erkeklerden daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu bulgu kızların sosyal öz-yeterliklerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu belirten araştırma (Sayma, 2001; Coleman, 2003; Öztürk ve Şahin, 2007; Yardımcı, 2007; Willemse, 2008) sonuçları ile tutarlıdır. Kirkcaldy, Siefen ve Furnham (2003) kız ergenlerin erkek ergenlere göre daha az sosyal problem yaşadıklarını belirtmişlerdir. Yardımcı (2007) kızların erkeklere göre kişiler arası ilişki öz-yeterliklerinin daha yüksek olduğunu bulmuştur. Öz-yeterlik ile ilgili çalışmalarda cinsiyet farkının sosyalleşme ve sosyal seçim süreçleri tarafından şekillendirildiği vurgulanmıştır (Lin, 2003). Kızların erkeklere göre daha kolay sosyal ilişki kurmaları, arkadaşlık ilişkilerine daha fazla önem vermeleri ve sosyal faaliyetlerde daha fazla yer almaları sosyal öz-yeterliklerinin yüksek çıkmasının nedeni olabilir.

Ergenlerin duygusal öz-yeterliklerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılıklar gösterdiği saptanmıştır. Erkeklerin duygusal öz-yeterlikleri kızlardan daha yüksek bulunmuştur. Literatürde birçok çalışmada erkeklerin duygusal öz-yeterliklerinin kızlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır (Bussey ve Bandura, 1999; Muris, 2001; Bacchini ve Magliulo, 2003; Landon, Ehrenreich ve Pincus, 2007; Willemse, 2008; Çelikkaleli ve Gündüz, 2010). Muris (2001, 2002) kızların erkeklerden daha düşük duygusal öz-yeterlik sergilediklerini ve yüksek düzeyde anksiyete ve depresyona maruz kaldıklarını ifade etmiştir. Bacchini ve Magliulo (2003) ergenlik döneminde kızların stres düzeyi erkeklere göre daha yüksek

olduğundan dolayı duygusal öz-yeterliklerinin düşük olabileceğini belirtmiştir. Ayrıca eğitimsel faktörler kızların duygularını özgürce ifade etmeye izin verirken erkeklerin duygularını kontrol etme kapasitesini güçlendirmeye eğilimlidir. McRae ve arkadaşları (2008) duyguları düzenlemede cinsiyet farklılıklarını araştırdıkları çalışmalarında, erkeklerin kızlara göre negatif duyguları düzenlemede daha yeterli olduklarını belirtmişlerdir. Araştırmada erkeklerin duygusal öz-yeterliklerinin yüksek çıkmasında toplumumuzdaki erkeklere yönelik cinsiyet rolleri ile ilgili algılamalar etkili olmuş olabilir. Erkek çocuklarının duygularını kontrol edememeleri bir zayıflık belirtisi olarak değerlendirilmesi, "Erkekler ağlamaz" anlayışının sık sık vurgulanması, erkeklerin olumsuz duygular ile baş etme yeteneklerini geliştirmiş olabilir.

Ergenlerin genel öz-yeterliklerinde cinsiyete göre farklılık bulunmamıştır. Literatürde bazı araştırmalarda cinsiyet üzerinde öz-yeterliğin etkisi olmadığı saptanmıştır (Pajares, 1996; Vardarlı, 2005; Kumar ve Lal, 2006; Keskin ve Orgun, 2006).

Araştırmanın bir diğer alt probleminin bulgularında ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterliklerinde yaşa göre anlamlı farklılıklar görüldüğü saptanmıştır. Bu bulgulara dayalı olarak ergenlerin yaşları artıkça öz-yeterliklerinin azaldığı söylenebilir. Literatüre bakıldığında bazı çalışmalarda (Bacchini ve Magliulo, 2003; Vardarlı, 2005) öz-yeterliğin yaşa göre farklılaştığı belirtilirken bazı çalışmalarda ise (Güven, 2008; Willemsse, 2008; Carroll ve diğer., 2009) yaşa göre öz-yeterlikte anlamlı fark bulunmamıştır. Bacchini ve Magliulo (2003) yaşın duygusal ve sosyal öz-yeterliği etkilediğini belirtmiştir. Ehrenberg (1984) erken çocukluk döneminde yaş artarken öz-yeterliğin de arttığını ergenlik döneminde ise yaş artarken öz-yeterliğin artmadığını saptamıştır.

Araştırmanın üçüncü alt probleminde ergenlerin okul başarısına göre akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterliklerinde anlamlı farklılaşma olduğu saptanmıştır. Ergenlerin okul başarısı artıkça akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlikleri artma eğilimi gösterirken; ergenlerin okul başarısı azaldıkça akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlikleri azalma eğilimi göstermektedir. Literatürde bazı çalışmalarda okul performansı ile akademik öz-yeterlik arasında güçlü ilişki bulunmuştur (Zimmerman, Bandura ve Martinez-Pons, 1992; Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 1996; Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara, 1999; Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 2001; Reid ve diğer., 2005; Zajacova, Lynch ve Espenshade, 2005; Suldo ve Shaffer, 2007; Carroll ve diğer., 2009). Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli (1996) akademik öz-yeterlik başarıyı doğrudan artırmamasına rağmen o çocuğun akademik taleplerini, prososyal davranışlarını ve depresyonu azaltarak dolaylı yollarla başarıyı etkilediğini saptamışlardır. Ferrari ve Parker (1992) sosyal öz-yeterlik ile akademik performans arasında pozitif ilişki saptamışlardır. Ayrıca Yardımcı (2007) ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinde okul başarısı artıkça kişiler arası ilişki öz-yeterliğinin de arttığını belirtmiştir. Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli (1996) duygusal ve sosyal öz-yeterliğin sosyal destek ve tatmin edici ilişkiler sağlayarak akademik performansı

etkilediğini belirtmişlerdir. Carroll ve arkadaşları (2009) öğrencilerin akademik başarılarını artırmak ve suça yönelik davranışlarını azaltmak için akademik, sosyal, duygusal öz-yeterliği geliştirmek gerektiğini ifade etmişlerdir. Birçok çalışmada genel öz-yeterliğin akademik başarı ile ilişkisi saptanmıştır (Pintrich ve DeGroot, 1990; Multon, Brown ve Lent, 1991; Zimmerman, Bandura ve Martinez-Pons, 1992; Pajares, 1996; Lane ve Lane, 2001; Hampton ve Mason, 2003; Lane, Devonport, Milton, Williams, 2003; Marat, 2003; Chen ve Westwood, 2007). Multon, Brown ve Lent (1991) 1977 ile 1988 yılları arasında yapılan öz-yeterlik ile ilgili 36 çalışmayı analiz ettiklerinde öz-yeterlik inançlarının farklı eğitim seviyelerinde (ilköğretim, ortaöğretim ve üniversite) akademik başarı ile pozitif ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Vardarlı (2005) algılanan akademik başarı düzeyinin genel öz-yeterliğin yordayıcısı olduğunu saptamıştır. Bassi ve arkadaşları (2007) yüksek öz-yeterlik inançlarına sahip lise birinci, ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerinin akademik aktiviteleri yönetmede düşük öz-yeterlik inançlarına sahip olan öğrencilere göre kendilerini daha yeterli hissettiklerini belirtmişlerdir. Ayrıca her üç sınıf seviyesinde yüksek öz-yeterliğe sahip ergenler öğretmenlerinden daha iyi değerlendirme almışlar ve yıllarında daha yüksek derece elde etmişlerdir. Kişiler arası ilişkileri güçlü ve akranları, öğretmenleri ve ebeveynleri ile iyi iletişim kuran, olumsuz duygular ile kolayca başa çıkabilen ve akademik beklentileri gerçekleştirme, akademik konuları başarmak için kendi öğrenme davranışını yönetme yeteneğine sahip olan ve akademik olarak kendini yeterli hisseden ergenlerin öz-yeterliklerinin yüksek olması beklenir.

Araştırmanın dördüncü alt probleminde ergenlerin öz-yeterlikleri ile depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik düzeyleri artıkça depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite düzeyleri azalmaktadır. Bazı araştırmalarda depresyonun akademik öz-yeterlik (Ehrenberg, 1984; Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 1996; Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara, 1999; Bussey ve Bandura, 1999; Muris, 2001; Muris, 2002), sosyal öz-yeterlik (Ehrenberg, 1984; Bandura, Barbaranelli, Caprara ve Pastorelli, 1996; Bussey ve Bandura, 1999; Smith ve Betz, 2002; Muris, 2002; Hermann ve Betz, 2004; Muris, Mayer, Lint ve Hofman, 2008), duygusal öz-yeterlik (Muris, 2001; Muris, 2002) ve genel öz-yeterlik (Ehrenberg, 1984; Ehrenberg, Cox ve Koopman, 1991; Bandura, Pastorelli, Barbaranelli ve Caprara, 1999; Shnek, Irvine, Stewart ve Abbey, 2001; Muris, 2001; Muris, 2002; Jenkins, Goodness ve Buhrmester, 2002; Cast ve Burke, 2002; Bellingham-Young ve Adamson-Macedo, 2003; Faure ve Loxton, 2003; Luszczynska, Gutierrez-Dona ve Schwarzer, 2005; Swenson ve Prellow, 2005; Muris, Mayer, Lint ve Hofman, 2008) ile negatif ilişkisi olduğu bulunmuştur. İnsanların önemli olayların ve sosyal şartların etkilerini kontrol edememe algısı duyguların öz-düzenlemesini etkileyerek kişinin kendisini depresif hissetmesine neden olabilmektedir (Bandura, 1997; Muris, 2002; Chen, Chan, Bond ve Stewart, 2006). Ergenlikte öğrenme ve akademik performans önemli rol oynamaktadır. Yetersizlik algısı ve başarısızlık

korkusu öz-tatminsizliğin kaynağını oluşturmakta, bu durum da depresyona neden olmaktadır. Biriken başarısızlık deneyimleri ergenlikteki yaşam görevlerinde genel yetersizlik hissi geliştirmektedir (Chen, Chan, Bond ve Stewart, 2006). Doğan ve Çetin'e (2008) göre depresyonun oluşumunda psiko-sosyal nedenler önemli bir yer tutmaktadır. Dolayısıyla bireyin kişiler arası ilişkilerinin ve bu ilişkileri yürütmeye yönelik becerilerin yetersiz oluşu bireyin depresyona yatkın olmasına ya da depresyona girmesine neden olabilmektedir. Çıfci ve Sucuoğlu (2004) sosyal beceri yetersizliğinin depresyon, kaygı, içe kapanıklık ve bazı somatik problemler ile ilişkili olabileceğini belirtmişlerdir.

Anksiyetenin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik ile negatif ilişkili olduğu saptanmıştır. Ergenlerin anksiyete düzeyi arttıkça akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterliklerinin azaldığı söylenebilir. Literatürde anksiyetenin özellikle sosyal öz-yeterlik (Kashdan ve Roberts, 2004; Wei, Russell ve Zakalik, 2005; Suldo ve Shaffer, 2007) ve duygusal öz-yeterlik (Muris, 2002; Landon, Ehrenreich ve Pincus, 2007; Suldo ve Shaffer, 2007; Muris, Mayer, Lint ve Hofman, 2008) ile ilişkisi saptanmıştır. Klinik düzeyde anksiyete bozukluğu yaşayan ergenler ile yapılan çalışmada anksiyetenin duygusal öz-yeterlik ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Landon, Ehrenreich ve Pincus, 2007). Kashdan ve Roberts (2004) yüksek sosyal anksiyete yaşayan kişilerin düşük sosyal öz-yeterlik sergilediklerini saptamışlardır. Wei, Russell ve Zakalik (2005) sosyal öz-yeterlik ile bağlanma anksiyetesi arasında negatif ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Gaudiano ve Herbert (2006) sosyal anksiyeteyi düşük öz-yeterlik ve sosyal durumlarda zayıf performans gösterme ile ilişkili bulmuşlardır. Muris (2002) duygusal öz-yeterliğin psikopatolojide, özellikle anksiyetenin (panik ve yaygın anksiyete) tahmininde etkili olduğunu belirtmiştir. Anksiyete ile genel öz-yeterlik arasında negatif ilişki olduğu saptanmıştır. Bazı araştırma sonuçları bu bulguyu destekler niteliktedir (Muris, 2002; Cast ve Burke, 2002; Faure ve Loxton, 2003; Kashdan ve Roberts, 2004; Riffert, Paschon ve Sams, 2005; Gaudiano ve Herbert, 2006; Landon, Ehrenreich ve Pincus, 2007; Chen ve Westwood, 2007; Muris, Mayer, Lint ve Hofman, 2008). Mcquade (2008) öz-yeterlik ile performans anksiyetesi arasında negatif ilişki olduğunu ve öz-yeterlik azaldıkça performans anksiyetesinin arttığını belirtmiştir. Cheng ve Westwood (2007) kendi öz-yeterliklerinden şüphe duyan öğrencilerin hem okul içerisinde hem de okul dışında birçok şeyden endişe duyduklarını ifade etmiştir.

Olumsuz benlik algısı ile akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik arasında negatif ilişki olduğu saptanmıştır. Bazı çalışmalarda akademik öz-yeterlik ile benlik saygısı arasında düşük ama pozitif ilişki olduğu saptanmıştır (Liu, Kaplan ve Risser, 1992; Smith ve diğer., 1999; Reid ve diğer., 2005). Bazı çalışmalarda ise sosyal öz-yeterlik arttıkça benlik saygısının da arttığı (Lin, 2006) ve benlik saygısının sosyal alanda öz-yeterliğe oldukça katkısı olduğu belirtilmiştir (Herman, 2005). Olumsuz benlik algısı ile genel öz-yeterlik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Literatürde birçok çalışmada yüksek benlik saygısı ile genel öz-yeterlik arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür (Betz ve Klein, 1996; Judge, Bono ve Locke, 2000; Chen, Gully ve Eden, 2001; Smith ve Betz, 2002; Herman, 2005; Vardarlı, 2005; Lin,

2006; Aydoğan, 2008). Vardarlı (2005) benlik saygısının öz-yeterliğin yordayıcısı olduğunu ve ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin benlik saygısı yükseldikçe öz-yeterliklerinin de yükseldiğini belirtmiştir.

Somatizasyonun öz-yeterlik ile negatif ilişkili olduğu saptanmıştır. Akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik ile somatizasyon arasında negatif ilişki bulunmuştur. Literatürde bu bulguyu destekler nitelikte çok az çalışmaya ulaşılmıştır. Muris (2002) duygusal öz-yeterliğin somatizasyon ile oldukça ilişkili olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Suldo ve Shaffer'in (2007) Amerikalı ergenlerin öz-yeterliklerini incelediği çalışmalarında somatik problemlerin akademik ve duygusal öz-yeterlik ile ilişkili olduğunu tespit etmiştir. Kingery, Ginsburg ve Alfano (2007) sık sık somatik semptom yaşayan ergenlerin çok fazla olumsuz kişisel algılamaya (düşük öz-değer, davranışsal ve sosyal yetersizlik) sergilediklerini ifade etmişlerdir.

Hostilite akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlik ile negatif ilişkilidir. Bu bulgu Cast ve Burke'nin (2002) araştırma sonuçları ile tutarlıdır. Cast ve Burke (2002) öz-yeterlik arttıkça hostilite düzeyinin azaldığını belirtmiştir. Ayrıca Willemse (2008) yüksek akademik öz-yeterliğe sahip ergenlerin düşük akademik öz-yeterliğe sahip olanlara göre daha düşük hostilite sergilediklerini bulmuştur; fakat bu araştırma bulgularının aksine hostilitenin duygusal öz-yeterlik ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bandura (1993) fiziksel ve sözel saldırganlığın sosyal, duygusal ve akademik öz-yeterlik ile negatif ilişkili olduğunu belirtmiştir. Yüksek akademik ve öz-düzenleme yeterliğine sahip olan çocukların düşük akademik yeterliğe sahip olan çocuklara göre daha çok prososyal (yardım etme davranışı) davrandıklarını, daha popüler olduklarını, akranları tarafından daha az reddedildiklerini bulmuştur. Ayrıca düşük akademik ve öz-düzenleme yeterliğinin duygusal olarak çabuk öfkelenme, fiziksel ve sözel saldırganlık ve zararlı bir davranışa ahlaki olarak onay verme ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Willemse'e (2008) göre sosyal etkileşim yeteneklerine güvenen ergenler düşmanlıklarını daha iyi kontrol edebilmektedirler. Sosyal olarak kendisine güvenen ergenler daha çok arkadaşına sahiptirler ve daha mutlu görünürler. Bu yüzden sosyal yeterliği yüksek olan ergenlerin düşük olanlara göre daha az düşmanlık yaşamaları olasıdır. Sosyal becerilerdeki yetersizlik, bireyin saldırgan davranışlarda bulunmasına ve sosyal kabul edilebilirliği düşük davranışlar sergilemesine neden olabilmektedir (Çifci ve Sucuoğlu, 2004). Bu bulgular doğrultusunda öz-yeterliğin psikolojik semptomlara karşı koruyucu bir faktör olarak işlev görebileceği söylenebilir.

### **Sonuç ve Öneriler**

Araştırmanın sonunda, ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterlikleri ile depresyon, anksiyete, olumsuz benlik algısı, somatizasyon ve hostilite arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca ergenlerin öz-yeterliklerinde cinsiyete, yaşa, okul başarısına göre anlamlı farklılıklar görülmüştür. Araştırmanın bu bulguları ışığında önleyici rehberlik hizmetleri kapsamında öğrencilerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterliklerini artırmaya yönelik

yapılacak etkinlikler onların yaşamış olduğu psikolojik semptomlarını azaltmada etkili olacağı için okulda yapılan rehberlik çalışmalarında ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterliklerini artırıcı etkinliklere daha fazla yer verilmesi önerilebilir. Ergenlerin öz-yeterliklerini artırmaya yönelik çalışmalarda erkeklerin akademik ve sosyal; kızların ise duygusal öz-yeterliklerini geliştirecek etkinliklere daha fazla yer verilebilir. Gelecek çalışmalarda yaş artışı ile birlikte ergenlerin öz-yeterliklerinin azalmasının nedenleri araştırılabilir. Ayrıca ergenlerin akademik, sosyal, duygusal ve genel öz-yeterliklerini geliştirmeye yönelik grup rehberliği programları hazırlanarak etkililiği deneysel olarak araştırılabilir.

#### Kaynakça

- Aydoğan, D. (2008). *Akademik Erteleme Davranışının Benlik Saygısı, Durumluluk Kaygı ve Öz-yeterlik ile Açıklanabilirliği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bacchini, D., & Magliulo, F. (2003). "Self-image and perceived self-efficacy during adolescence". *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 32, No. 5, 337–350.
- Bandura, A., & Adams, N. E. (1977). "Analysis of self-efficacy theory of behavioral change". *Cognitive Therapy and Research*, 1, 287–308.
- Bandura, A. (1993). "Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning". *Educational Psychologist*, 28, 117–148.
- Bandura, A. (1994). *Self-Efficacy*. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71–81). New York: Academic Press.
- Bandura, A., C. Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (1996). "Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning". *Child Development*, 67, 1206–1222.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Bandura, A., Pastorelli, C., Barbaranelli, C., & Caprara, G. V. (1999). "Self-efficacy pathways to childhood depression". *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 258–269.
- Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Regalia, C. (2001). "Socio cognitive self-regulatory mechanisms governing transgressive behavior". *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 125–135.
- Bassi, M., Steca, P., Fave, A. D., & Caprara, G. V. (2007). "Academic self-efficacy beliefs and quality of experience in learning". *Journal Youth Adolescence*, 36, 301–312.
- Bellingham-Young, D. A., & Adamson-Macedo, E. N. (2003). "Foetal origins theory: Links with adult depression and general self-efficacy". *Neuroendocrinology Letters*, Vol. 24, No. 6, 413–416.
- Betz, N. E., & Klein, K. L. (1996). "Relationships among measures of career self-efficacy, generalized self-efficacy and global self-esteem". *Journal of Career Assessment*, 4, 285–298.
- Bussey, K., & Bandura, A. (1999). "Social cognitive theory of gender development and differentiation". *Psychological Review*, 106, 676–713.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç E., Akgün Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, E. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.



Caprara, G. V., Scabini, E., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Regalia, C., & Bandura, A. (1998). "Impact of adolescents' perceived self-regulatory efficacy on familial communication and antisocial conduct". *European Psychologist*, 3, 125–132.

Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., & Cervone, D. (2004). "The contribution of self-efficacy beliefs to psychosocial outcomes in adolescence: Predicting beyond global dispositional tendencies". *Personality and Individual Differences*, 37, 751–763.

Carroll, A., Houghton, S., Wood, R., Unsworth, K., Hattie, J., Gordon, L., & Bower, J. (2009). "Self-efficacy and academic achievement in Australian high school students: The mediating effects of academic aspirations and delinquency". *Journal of Adolescence*, 32, 797–817.

Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). "A theory of self-esteem". *Social Forces*, 80(3), 1041–1068.

Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). "Validation of a new general self-efficacy scale". *Organizational Research Methods*, Vol. 4, No. 1, 62–83.

Chen, N., & Westwood, P. (2007). "Self-efficacy, personal worries, and school achievement of primary school students in Hong Kong". *The Asia-Pacific Education Researcher*, Vol. 16, No. 2, 143–154.

Chen, S. X., Chan, W., Bond, M. H., & Stewart, S. M. (2006). "The effects of self-efficacy and relationship harmony on depression across cultures applying level-oriented and structure-oriented analyses". *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol. 37, No. 6, 643–658.

Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2008). *Research Methods in Education*. New York: Routledge.

Colleman, K. P. (2003). "Perception of parent-child attachment, social self-efficacy and peer relationships in middle childhood". *Human Development and Family Studies*, 12, 351–368.

Çelikkaleli, Ö., ve Gündüz, B. (2010). "Ergenlerde Problem Çözme Becerileri ve Yetkinlik İnançları". *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 19, Sayı 2, 361–377.

Çifci, İ. ve Sucuoğlu, B. (2004). *Bilişsel Süreç Yaklaşımı İle Sosyal Beceri Öğretimi*. Ankara: Kök Yayıncılık.

Ehrenberg, M. (1984). *The Relationship between Self-Efficacy Status and Depression in Adolescents*. Unpublished Master's Thesis, McGill University.

Ehrenberg, M. F., Cox, D. N., & Koopman, R. F. (1991). "The relationship between self-efficacy and depression in adolescents". *Adolescence*, 26, 361–374.

Faure, S., & Loxton, H. (2003). "Anxiety, depression and self-efficacy levels of women undergoing first trimester abortion". *South African Journal of Psychology*, 33, 28–38.

Ferrari, J. R., & Parker, J. T. (1992). "High school achievement, self-efficacy, and locus of control as predictors of freshman academic performance". *Psychological Reports*, 1, 515–518.

Gaudiano, B. A., & Herbert, J. D. (2006). "Self-efficacy for social situations in adolescents with generalized social anxiety disorder". *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 35, Vol. 2, 209–223.

Güven, E. D. (2008). *Bir Hazır Giyim İşletmesinde Çıraklık Eğitimi Kapsamında Çalışan Ergenlerin Öz-Yeterlik İnançlarının Kimlik, Sosyal Karşılaştırma Eğilimi ve Demografik Değişkenler Bağlamında İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Denizli: Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hamptona, N. Z., & Mason, E. (2003). "Learning disabilities, gender, sources of efficacy, self-efficacy beliefs and academic achievement in high school students". *Journal of School Psychology*, 41, 101–112.

Hermann, K. S. (2005). *The Influence of Social Self-Efficacy, Self-Esteem, and Personality Differences on Loneliness and Depression*. Unpublish Dissertation, The Ohio State University.

Hermann, K. S., & Betz, N. E. (2004). "Path models of the relationships of instrumentality and expressiveness to social self-efficacy, shyness, and depressive symptoms". *Sex Roles*, Vol. 51, 1/2, 55–66.

Jenkins, S, R., Goodness, K., & Buhrmester, D. (2002). "Gender differences in early adolescents' relationship qualities, self-efficacy and depression symptoms". *Journal of Early Adolescence*, Vol. 22, No. 3, 277–309.

Judge, T. A., Bono, J. A., & Locke, E. A. (2000). "Personality and job satisfaction: The mediating role of job characteristics". *Journal of Applied Psychology*, 85, 237–249.

Kashdan, T. B., & Roberts, J. E. (2004). "Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation". *Cognitive Therapy and Research*, 28, 119–141.

Keskin, G. Ü., ve Orgun, F. (2006). "Öğrencilerin Öz-yeterlik Düzeyleri ile Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi". *Anatolian Journal of Psychiatry*. 7, 92–99.

Kingery, J. N., Ginsburg, G. S., & Alfano, C. A. (2007). "Somatic symptoms and anxiety among African American adolescents". *Journal of Black Psychology*, Vol. 33, No. 4, 363–378.

Kirkcaldy, B., Siefen, G., & Furnham, A. (2003). "Gender, anxiety-depressivity and self-image among adolescents". *European Psychiatry*, 18, 50–58.

Kumar, R., & Lal, R. (2006). "The role of self-efficacy and gender difference among the adolescents". *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, Vol. 32, No. 3, 249–254.

Landon, T. M., Ehrenreich, J. T., & Pincus, D. B. (2007). "Self-efficacy: A comparison between clinically anxious and non-referred youth". *Child Psychiatry Hum Dev*, 38, 31–45.

Lane, A. M., Devonport, T. E., Milton, K. E., & Williams, L. C. (2003). "Self-efficacy and dissertation performance among sport students". *Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education*, 2(2), 1–8.

Lane, J., & Lane, A. M. (2001). "Self-efficacy and academic performance". *Social Behaviour and Personality*, 29, 687-694.

Lin, C. H. (2003). *Intergenerational Parallelism of Self-Efficacy: Moderating Variables, Mediating Variables, and Common Antecedents*. Unpublished Doctoral Dissertation, Texas A&M University.

Lin, S. P. (2006). *An Exploration of Chinese International Students. Social Self-Efficacies*. Unpublished Doctoral Dissertation, Ohio State University.

- Liu, X., Kaplan, H., & Risser, W. (1992). "Decomposing the reciprocal relationships between academic achievement and general self-esteem". *Youth & Society*, 24 (2), 123–148.
- Luszczynska, A., Gutierrez-Dona, B., & Schwarzer, R. (2005). "General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries". *International Journal of Psychology*, 40 (2), 80–89.
- Mcquade, C. M. (2008). *An Investigation of the Relationships Among Performance Anxiety, Perfectionism, Optimism, and Self-Efficacy in Student Performers*. Unpublished Doctoral Dissertation, Fordham University.
- McRae, K., Ochsner, K. N., Mauss, I. B., Gabrieli, J. J. D., & Gross, J. J. (2008). "Gender differences in emotion regulation: An fMRI study of cognitive reappraisal". *Group Processes & Intergroup Relations*, Vol 11(2), 143–162.
- Multon, K. D., Brown, S. D., & Lent, R. W. (1991). "Relation of self-efficacy beliefs to academic outcomes: A meta-analytic investigation". *Journal of Counseling Psychology*, 38, 30–38.
- Muris, P. (2001). "A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths". *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 145–149.
- Muris, P. (2002). "Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample". *Personality and Individual Differences*, 32, 337–348.
- Muris, P., Mayer, B., Lint, C. V., & Hofman, S. (2008). "Attentional control and psychopathological symptoms in children". *Personality and Individual Differences*, 44, 1495–1505.
- Öztürk, F., ve Şahin, S. K. (2007). "Spor Yapan ve Yapmayan 9–13 Yaş Grubu Bireylerin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Puanlarının Karşılaştırılması". *İlköğretim Online*. 6(3), 469–479.
- Pajares, F. (1996). "Self-efficacy beliefs in academic settings". *Review of Educational Research*, 66 (4), 543–578.
- Pastorelli, C., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Rola, J., Rozsa, S., & Bandura, A. (2001). "Structure of children's perceived self-efficacy: A cross-national study". *European Journal of Psychological Assessment*, 17, 87–97.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). "Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance". *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 33–40.
- Reid, M., Davis, L., Saunders, J., Williams, T., & Williams, J. H. (2005). "Academic self-efficacy among African American youths: Implications for school social work practice". *Children & Schools*, 17(1), 5–14.
- Riffert, F., Paschon, A., & Sams, J. (2005). "School development: Self-efficacy, anxiety, aggression and social integration". <http://www.sbg.ac.at/erz/people/riffert.htm> (Erişim Tarihi: 02.03.2009)
- Sayma, H. İ. (2001). *İlköğretim 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Yeterlik Beklentilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Shnek, Z. M., Irvine, J., Stewart, D., & Abbey, S. (2001). "Psychological factors and depressive symptoms in ischemic heart disease". *Health Psychology*, 20, 141–145.

Smith, H. M., & Betz, N. E. (2002). "An examination of efficacy and esteem pathways to depression in young adulthood". *Journal of Counseling Psychology*, 49, 438-448.

Smith, E., Walker, K., Fields, L., Brookins, C., & Seay, R. (1999). "Ethnic identity and its relationship to self-esteem, perceived efficacy and prosocial attitudes in early adolescence". *Journal of Adolescence*, 22, 867-880.

Solberg, V. S., & Villarreal, P. (1997). "Examination of self-efficacy, social support, and stress as predictors of psychological and physical distress among hispanic college students". *Hispanic Journal of Behavioral Science*, 19, 182-201.

Suldo, S. M., & Shaffer, E. J. (2007). "Evaluation of the self-efficacy questionnaire for children in two samples of American adolescents". *Journal of Psychoeducational Assessment*, 25, 341-355.

Swenson, R. R., & Prellow, H. M. (2005). "Ethnic identity, self-esteem, and perceived efficacy as mediators of the relation of supportive parenting to psychosocial outcomes among urban adolescents". *Journal of Adolescence*, 28, 465-477.

Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). "Kısa Semptom Envanteri: Türk Gençleri İçin Uyarlanması". *Türk Psikoloji Dergisi*. 9 (31), 44-56.

Şahin, N. H., Batıgün, A. D. ve Uğurtaş, S. (2002). "Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler İçin Kullanımının Geçerlik, Güvenilirlik ve Faktör Yapısı". *Türk Psikiyatri Dergisi*. 13 (2), 125-135.

Vardarlı, G. (2005). *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Öz-Yeterlik Düzeylerinin Yordanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). "Adult attachment, social self-efficacy, self disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study". *Journal of Counseling Psychology*, 52 (4), 602-614.

Willemsse, M. (2008). *Exporing the Relationship Between Self-Efficacy and Aggression in a Group of Adolescents in The Peri-Urban Town of Worcester*. Unpublish Master of Art Thesis. University of Stellenbosch.

Yardımcı, F. K. (2007). *İlköğretim Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek ile Öz-Yeterlik İlişkisi ve Etkileyen Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). "Self-efficacy, stress, and academic success in college". *Research in Higher Education*, 46 (6), 667-706.

Zimmerman, B. J., Bandura, A., & Martinez-Pons, M. (1992). "Self-motivation for academic attainment: The role of self-efficacy beliefs and personal goal-setting". *American Educational Research Journal*, 29, 663-676.