

Spor Bilimleri Öğrencilerinde Akademik Öz Disiplin ve Akademik Yaşam Doyum Bağlamında Kariyer Yetkinlikleri*

**Furkan Buğra ZERMAN^{id}

***Mehmet Behzat TURAN^{id}

ORJİNAL ARAŞTIRMA

Özet

Bu araştırmanın amacı, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyumlarını incelemektir. Araştırmaya Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilmiş 256 erkek ve 292 kadın olmak üzere toplam 548 gönüllü öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Akademik Öz Disiplin, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin çözümlemesi aşamasında SPSS 22 paket programından yararlanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde tanımlayıcı istatistikler yapılmıştır. Bağımsız değişkenler arası normallik dağılımları incelenmiş ve çıkan sonuçlar doğrultusunda parametrik teste karar verilmiştir. Bu doğrultuda parametrik testlerden olan t Testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testlerinden yararlanılmıştır. Ayrıca pearson korelasyon testi ve regresyon analizi uygulanmıştır. Sonuç olarak spor bilimleri öğrencilerinin akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyumları incelendiğinde; akademik öz disiplin için sınıf düzeyi ve öğrenim gördüğü bölüm gibi değişkenlere göre istatistiksel olarak herhangi bir farklılık bulunmaz iken, cinsiyet, genel ağırlıklı not ortalaması, lisede öğrenim gördüğü bölüm, gelir düzeyi ve işte çalışma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Kariyer yetkinlikleri için cinsiyet, sınıf düzeyi, genel ağırlıklı not ortalaması ve gelir düzeyi değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaz iken, lisede öğrenim gördükleri bölüm ve işte çalışma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Akademik yaşam doyum için lisede öğrenim gördükleri bölüm, gelir düzeyi ve işte çalışma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaz iken, sınıf düzeyi, öğrenim gördüğü bölüm ve genel ağırlıklı not ortalaması durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Akademik öz disiplinin, akademik yaşam doyumunu ve kariyer yetkinliklerini, akademik yaşam doyumunun kariyer yetkinliklerini yordadığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, spor bilimleri öğrencilerinin akademik öz disiplinlerini ve akademik yaşam doyumlarını geliştirecek planlar ve politikaların oluşturulmasının önemine işaret etmektedir. Tüm bu bilgiler ışında daha etkili ve kişileştirilmiş eğitim stratejileri geliştirilerek, akademik öz disiplinin geliştirilmesinin öğrencilerin kariyer yetkinliklerinin ve akademik yaşam doyumlarının geliştirilmesinde önemli bir rol oynayabileceği sonucuna varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Akademik yaşam doyum, Akademik öz disiplin, Kariyer yetkinlikleri, Spor bilimleri.

* Bu çalışma 22. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

** Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kayseri-Türkiye, e-posta: zfurkanbugra@gmail.com

*** Doç. Dr. Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kayseri-Türkiye e-posta: behzatturan@erciyes.edu.tr

Career Competencies in the Context of Academic Self-Discipline and Academic Life Satisfaction Among Sports Science Students

Abstract

This research aims to examine the academic self-discipline, career competencies, and academic life satisfaction of students studying at the Faculty of Sport Sciences. A total of 548 volunteer students 256 male and 292 female were selected using the simple random sampling method from among the students at the Faculty of Sport Sciences.

Data were collected using a personal information form prepared by the researcher and the Academic Self-Discipline, Career Competencies, and Academic Life Satisfaction Scale. The obtained data were analyzed using the SPSS 22 package program. Descriptive statistics were used for data analysis. Normality distributions between the independent variables were examined, and based on the results, parametric tests were applied. Accordingly, the t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used as parametric tests. In addition, Pearson correlation and regression analyses were conducted. The findings revealed the following:

Academic Self-Discipline: No statistically significant differences were found based on grade level and department variables. However, significant differences were observed based on gender, general weighted grade point average, high school department, income level, and employment status.

Career Competencies: No significant differences were found about gender, grade level, general weighted grade point average, and income level. However, significant differences were observed based on high school department and employment status.

Academic Life Satisfaction: No significant differences were found based on high school department, income level, and employment status. However, significant differences were observed based on grade level, department, and employment status.

Furthermore, a significant relationship was found between academic self-discipline, career competencies, and academic life satisfaction among sport sciences students. Academic self-discipline was found to predict both academic life satisfaction and career competencies, while academic life satisfaction predicted career competencies.

These findings highlight the importance of developing policies and strategies that enhance academic self-discipline and academic life satisfaction among sport sciences students. In light of these insights, it can be concluded that implementing more effective and personalized educational strategies along with improving academic self-discipline can play a crucial role in enhancing students' career competencies and academic life satisfaction.

Keywords: Academic life satisfaction, Academic self-discipline, Career competencies, Sports sciences.

Giriş

Yaşam doyumu, bir insanın ne istediği ve bunu sahip oldukları ile karşılaştırmasıyla elde edilen durum ve bu durumu algılamasıdır. Başka bir deyişle yaşam doyumu, bireyin yaşama dair beklentileri ve bunların karşılanma düzeyi ile ortaya çıkan durumdur; mutluluk, moral vb. gibi özelliklere bağlı iyi olma halini ifade eder (Özer ve Karabulut, 2003; Vara, 1999). Akademik yaşam doyumu ise, öğrencilerin kampüsteki yaşam deneyimlerini, akademik ortama uyum kalitelerini, kişinin önemli akademik hedeflerini veya isteklerini yerine getirmesinden okul yaşamında beklenen doyumu olarak tanımlanan karmaşık ve çok etkenli önemli bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır (Odacı, Kaya ve Kınık, 2021; Kumar ve Dileep, 2006). Kumar ve Dileep (2006) yapmış oldukları çalışmada yüksek başarıya sahip öğrencilerin akademik yaşamlarında daha memnun olduklarını ve dolayısıyla, akademik yaşam doyumunun arttıkça başarının da artacağını öne sürmüşlerdir. Öğrencilerin Akademik Yaşam Doyumu, önemli akademik yaşam hedeflerine ulaşmayla doğrudan ilişkilidir. Bu nedenle, müfredat ve okul olanakları öğrencilerin önemli akademik yaşam hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olmalıdır. (Kumar ve Dileep, 2006). Akademik hedeflerin yerine getirilmesinden sorumlu olan bir başka yapıda öz disiplindir. Öz disiplin, kişinin kendi eylemlerinin sosyal ve ahlaki sorumluluğunu üstlenmesi ve bunu kendi iradesiyle yapması anlamına gelir (yani yalnızca ceza korkusu veya dışsal ödüller kazanmak için değil). Bu terim sıklıkla özerklik, öz düzenleme ve öz kontrol ile birbirinin yerine kullanılır ve karakter eğitimi ile sosyal ve duygusal öğrenmenin gerekli bir bileşeni olarak görülür. Eğitimciler, öz disiplini teşvik ederek, doğru ile yanlış arasındaki farkı anlayan ve takdir eden, eylemlerinin sorumluluğunu üstlenen, iş birliğine dayalı ilişkilerin önemini tanıyan ve başkalarına gerçek özen ve ilgi gösteren öğrenciler yetiştirir (Bear ve Duquette, 2008). Literatürde yapılan çalışmalar, öz disiplinin akademik performansın gelişimi için çok önemli bir unsur olduğunu ortaya çıkarmıştır çünkü öz disiplinli öğrenciler, büyük çaba ve sabır gerektiren hedefe yönelik yanıtları anlık olarak daha tatmin edici hedeflere tercih ederler (Duckworth ve Gross, 2014; Duckworth ve Seligman, 2006; Duckworth ve ark., 2019; Trautwein ve ark., 2009).

Akademik öz disiplini yüksek olan bireyler, kısa süreli haz sağlayan anlık davranışlardan ziyade kişiliğini geliştirmeye yönelik düşünce ve davranışlara odaklanırlar (Lievens ve ark., 2009). Öz disiplin, tutum ve davranışların oluşumunda bir önkoşul haline gelir. Bu, iş hayatına atılan bireylerin hedeflere ulaşma çabalarını destekleyerek iş hayatını kolaylaştırır ve böylece verimli bir çalışma ortamı yaratır (Cedaryana, Luddin ve Supriyati, 2018). Daha yüksek öz disipline sahip çalışanlar, uzun vadeli memnuniyeti ve başarıyı elde etme lehine anlık zevkleri reddedebilecek ve en iyi şekilde başarı elde etme yolunda başarılı olacaklardır. Bu nedenle, öz disiplin, kariyer başarısı ve kariyer memnuniyetinin anahtarıdır (Bilginoğlu ve Yozgat, 2019). Bu durumda öğrencilerin

refahlarını ve akademik performanslarını yüksek tutmak için kariyerle ilgili kaynakları geliştirmeleri gerekmektedir (Akkermans ve ark., 2018).

Kariyer yetkinlikleri “Kariyer gelişiminin merkezinde yer alan, birey tarafından etkilenebilen ve geliştirilebilen bilgi, beceri ve yetenekler” olarak tanımlanmıştır (Akkermans ve ark., 2013). Bir kişinin erken kariyerini başarılı bir şekilde yönetmek veya şekillendirmek için kariyerle ilgili kaynakları kazanmak günümüz iş dünyasında hayati öneme sahiptir (Akkermans ve Tims, 2017). Akkermans ve arkadaşları (2013) kariyer yetkinliklerinin bireyin bir bütün olarak kariyeriyle ilgili olduğunu ve bu nedenle bir işi başarılı bir şekilde yerine getirmeyi amaçlayan iş becerileri ve iş yeterliliklerinden açıkça ayırt edilebileceğini vurgulamıştır. Ayrıca iş-ev dengesi ve stres yönetimi gibi kavramlar kariyer yetkinlikleriyle ilişkili olabilir (örneğin, kariyer yeterliliklerinin geliştirilmesi bireylerin sağlıklı bir iş-ev dengesi kazanmasına yardımcı olabilir), ancak bunlar kendi başlarına kariyer yetkinlikleri değildir (Akkermans ve ark., 2013). Kuijpers ve arkadaşları (2006), altı farklı kariyer yetkinliğini tespit etmiştir:

- Kariyer geliştirme yeteneği, çalışanların kişisel hedefleri gerçekleştirme becerisinin derecesini ifade eder.
- Kapasiteler üzerine düşünme ve güdüler üzerine düşünme, kişinin kariyeriyle ilgili olarak kendi yeterliliklerini, arzularını ve değerlerini gözden geçirmesiyle ilgilidir.
- Ağ oluşturma, kişinin kariyeriyle ilgili bağlantılar kurmayı içerir;
- İş keşfi, kişinin kendi kimliğini ve yeterliliklerini, belirli bir iş durumunun gerektirdiği değer ve yeterliliklerle uyumlu hale getirmeye yönelik bir yönelimi ifade eder;
- Kariyer kontrolü, kariyerle ilgili planlamayı, öğrenme ve iş süreçlerini etkilemeyi ifade eder.

Kariyer yetkinlikleri ve kariyer uyum kabiliyeti öğrenci performansını ve refahını arttırmada önemli kariyer kaynaklarıdır ve öğrencilerin iş gücü piyasasına başarılı şekilde geçiş yapmalarına olanak tanır (Akkermans ve ark., 2018).

Ekonomik ve teknolojik gelişmeler, değişen iş fırsatları ve iş gücündeki kaymalar nedeniyle iş kariyerlerinin daha öngörülemez hale gelmesine neden olmuştur (Kuijpers ve ark., 2006). Üniversite mezunu bireylerin ortalama olarak ilk işe başlama süresinin 13,9 (TÜİK, 2023) ay olması ve 25-64 yaş bireylerde lisans mezunlarının işsizlik oranının %9,3 (OECD, 2024) olması (oecd (%3,5) ortalamasının üzerinde olması) kişilerin işe başlama konusunda zorluk yaşadıklarını düşündürmektedir. Bireylerin istenilen kariyer ilerlemesine ulaşmak için çalışma ve öğrenme

deneyimlerini kendi kendine yönetmesi (Kuijpers ve ark., 2006) anlamına gelen kariyer yetkinliklerinin, önemli akademik hedeflerini ve isteklerini yerine getirmesinden okul yaşamından beklenen doyum olan (Kumar ve Dileep , 2006) akademik yaşam doyumun ve akademik ortamlarda hedeflerine ulaşmak için kendini kontrol edebilme konusunda çaba göstermek anlamına gelen (Tekin ve Şal, 2023) akademik öz disiplinin birbiri ile etkileşim içinde olduğunu düşünmekteyiz. Bireylerin akademik hayatlarında disiplin sahibi, mutlu, kariyer planlaması ve işe başlamaları konusunda yardımcı olacak önerilerde bulunabilmek için kariyer yetkinliklerini, akademik yaşam doyumunu ve akademik öz disiplini birlikte çalışmaya karar verdik. Bu bilgiler ışığında çalışmamızın ülkemize öğretmen, antrenör, yönetici olarak hizmet verecek spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin akademik yaşam doyumlarını arttırmayı, akademik öz disiplin sahibi olmalarını ve kariyer yetkinliklerini kazanmalarını amaçlamaktayız.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin akademik öz disiplin, akademik yaşam doyum ve kariyer yetkinliklerinin incelendiği çalışma nicel araştırma modeline göre tasarlanmıştır. Ayrıca araştırmada mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan betimsel ve ilişkisel taramaya yönelik bir yöntemden yararlanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2014).

Evren ve Örneklem / Çalışma Grubu

Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde 2023-2024 yılında eğitim görmekte olan öğrencilerden oluşmaktadır. Kolay ulaşılabilir durum örnekleme tekniği kullanılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2021)

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak anket yöntemi kullanılmıştır, anketler katılımcılara Google formlar (Google forms) yoluyla araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından oluşturulan formda katılımcıların sosyo-demografik özellikleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Kişisel bilgi formu, cinsiyetiniz, sınıfınız, bölümünüz, genel ağırlıklı not ortalamanız, ikamet ettiğiniz yer, lisede öğrenim gördüğünüz bölüm, gelir düzeyinizi nasıl sınıflandırırsınız ve bir işte çalışıyor musunuz sorularından oluşmaktadır.

Akademik Öz Disiplin Ölçeği: Şal (2022) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlamasını Tekin ve Şal'ın (2023) yaptığı üniversite öğrencilerinin akademik öz disiplinlerini ölçebilen bir araç olduğu

belirtilen akademik öz disiplin ölçeği, 18 maddeden 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Akademik öz disiplin ölçeğinin 2 alt boyutu, planlı çalışma 9 maddeden, dikkat 9 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipinde (1) “Asla”, (2) “Nadiren”, (3) “Bazen”, (4) “Genellikle”, (5) “Her Zaman” biçiminde derecelendirilmiştir. Cronbach alfa güvenirlik katsayısı ölçeğin bütünü için 0,86 olarak hesaplanmıştır.

Akademik Yaşam Doyum Ölçeği: Nogueira ve arkadaşları (2019) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlamasını Odacı, Kaya ve Kınık'ın (2021) yaptığı üniversite öğrencilerinin akademik yaşam doyumlarını ölçebilen bir araç olduğu belirtilen akademik yaşam doyum ölçeği 8 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Akademik yaşam doyum ölçeğinin iki alt boyutu akademik ortamdan doyum 4 maddeden, kişisel doyum 4 maddeden oluşmaktadır. Akademik yaşam doyum ölçeğinin Türkçeye uyarlaması kapsamında elde edilen bulgular ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır.

Kariyer Yetkinlikleri Ölçeği: Bu ölçek Akkermans ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe uyarlamasını Görgülü ve Bozgeyikli (2024) yapmıştır. 6 alt boyuttan oluşur. Motivasyona yönelik farkındalık, kendini sunma, iş keşfi, üçer maddeden, niteliklere yönelik farkındalık, sosyal ağ, kariyer kontrolü dörder maddeden toplamda 21 maddeden oluşmaktadır. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,86 ile 0,94 arasında bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmada kullanılan veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) programıyla analiz edilmiştir. Analizler sonucunda tanımlayıcı istatistikler F ve % dağılım olarak verilmiştir. Tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra dağılımların çarpıklık ve basıklık testleri incelenmiştir. Akademik Öz Disiplin, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği toplam puanları ile alt boyutlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,5$ aralığında olduğu gözlemlenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2013) tarafından belirtildiği üzere, çarpıklık ve basıklık değerlerinin $+1.5$ ile -1.5 aralığında yer alması, veri setinin normal dağılım gösterdiğini ifade etmektedir. Bu doğrultuda, verilerin normal dağılıma uygun olduğu tespit edilmiş ve bu nedenle parametrik testler kullanılmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda bağımsız t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve LSD analizi, pearson korelasyon testi ve regresyon analizleri uygulanmıştır.

Araştırmanın Etiği

Çalışmamızda kişisel hakların korunması ile ilgili bilimsel etik, ilke ve kurallarına uygun davranılmıştır. Araştırmamız öncesi Erciyes Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan

28.05.2024 tarih ve 243 başvuru numaralı etik kurul izni alınmıştır ve Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Tanımlayıcı İstatistik-Frekans ve Yüzde Değerleri

Değişken	Kategori	N	f	%
Cinsiyet	Erkek	548	256	46,7
	Kadın		292	53,3
Sınıf	2.Sınıf	548	211	38,5
	3.Sınıf		216	39,4
	4.Sınıf		121	22,1
Bölüm	Beden Eğitimi Öğretmenliği	548	113	20,6
	Antrenörlük		108	19,7
	Rekreasyon		99	18,1
	Spor Yöneticiliği		228	41,6
GANO	0,00-1,99	548	31	5,7
	2,00-2,99		402	73,4
	3,00-4,00		115	21,0
Yerleşim Yeri	Köy	548	23	4,2
	Kasaba/İlçe		63	11,5
	Şehir		462	84,3
Lisede Öğrenim Görülen Bölüm	Sözel	548	74	13,5
	Sayısal		125	22,8
	Eşit Ağırlık		349	63,7
Gelir Düzeyi	Çok Yetersiz	548	74	13,5
	Yetersiz		161	29,4
	Yeterli		313	57,1
İşte Çalışma Durumu	Alanına yönelik	548	145	26,5
	Alanı dışında		125	22,8
	Çalışmıyor		278	50,7

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların %46,7’sinin erkek (n:256), %53,3’ünün kadın (n:292) olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların sınıf düzeyi değişkeni incelendiğinde en yüksek katılımın %39,4 (n:216) ile 3.sınıflardan olduğu görülürken, en düşük katılımın %22,1 (n:121) ile 4.sınıflardan olduğu görülmektedir. Katılımcıların %20,6’sı (n:108) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde, %19,7’si (n:108) Antrenörlük bölümünde, %18,1’i (n:99) Rekreasyon bölümünde ve %41,6’sı Spor Yöneticiliği bölümünde öğrenim görmektedir. Genel Ağırlıklı Not Ortalamaları incelendiğinde, katılımcıların %5,7’si (n:31) 0,00-1,99 aralığında, %73,4’ü (n:402) 2,00-2,99 aralığında ve %21,0’ı (n: 115) 3,00-4,00 başarı puan aralığında oldukları görülmektedir. Katılımcıların, %4,2’si (n:23) köyde yaşadığını, %11,5’i (n:63) kasaba/ilçede yaşadığını ve %84,3’ü (n:462) şehirde yaşadığını belirtmiştir. Katılımcıların lisede öğrenim gördükleri bölüm incelendiğinde %13,5’i (n:74) sözel, %22,8’i (n:125) sayısal ve %63,7’si (n:349) eşit ağırlık bölümde öğrenim gördükleri tespit edilmiştir. Katılımcıların %13,5’i (n:74) çok yetersiz, %29,4’ü (n:161)

yetersiz ve %57,1'i (n:313) yeterli gelir düzeyine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların bir işte çalışıp çalışmadığı sorulduğunda %26,5'i (n:145) alanına yönelik, %22,8'i (n:125) alanı dışında ve %50,7'si (n:278) çalışmadığını belirtmiştir.

Tablo 2. Ölçeklerden Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistik

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	N	Min.	Maks.	$\bar{x} \pm Ss$	Çarpıklık	Basıklık	α
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	548	9,00	39,00	25,78 $\pm$ 5,40	-.179	-.123	0.686
	Dikkat	548	9,00	45,00	30,82 $\pm$ 6,25	-.273	.043	0.827
	Toplam Puan	548	20,00	83,00	56,61 $\pm$ 10,36	-.250	.211	0.844
Kariyer Yetkinlikleri	Motivasyona Yönelik Farkındalık	548	3,00	15,00	11,55 $\pm$ 2,48	-.622	.511	0.847
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	548	4,00	20,00	15,57 $\pm$ 3,11	-.610	.592	0.856
	Sosyal Ağ	548	4,00	20,00	14,17 $\pm$ 3,41	-.231	-.063	0.835
	Kendini Sunma	548	3,00	15,00	11,31 $\pm$ 2,59	-.407	-.015	0.875
	İş Keşfi	548	3,00	15,00	10,87 $\pm$ 2,43	-.192	-.152	0.824
	Kariyer Kontrolü	548	4,00	20,00	14,84 $\pm$ 3,19	-.392	.199	0.849
	Toplam Puan	548	26,00	105,00	78,32 $\pm$ 14,56	-.276	.047	0.953
Akademik Yaşam Doyum	Akademik Ortamdan Doyum	548	4,00	20,00	12,42 $\pm$ 3,62	-.150	-.011	0.829
	Kişisel Doyum	548	4,00	20,00	13,65 $\pm$ 3,16	-.515	.846	0.766
	Toplam Puan	548	8,00	40,00	26,07 $\pm$ 6,13	-.370	.736	0.862

Tablo 2 incelendiğinde, Akademik Öz Disiplin Ölçeği alt boyutlarında en yüksek ortalamanın Dikkat alt boyutunda (30,82 $\pm$ 6,25), en düşük ortalamanın ise Planlı Çalışma alt boyutunda (25,78 $\pm$ 5,40) olduğu ve toplam puan ortalamasının (56,61 $\pm$ 10,36) olduğu görülmüştür. Kariyer Yetkinlikleri Ölçeği alt boyutlarında en yüksek ortalamanın Niteliklere Yönelik Farkındalık alt boyutunda (15,57 $\pm$ 3,11), en düşük ortalamanın İş Keşfi alt boyutunda (10,87 $\pm$ 2,43) olduğu ve toplam puan ortalamasının (78,32 $\pm$ 14,56) olduğu görülmüştür. Akademik Yaşam Doyum Ölçeği alt boyutlarında en yüksek puan ortalamasının Kişisel Doyum alt boyutunda (13,65 $\pm$ 3,16), en düşük ortalamanın ise Akademik Ortamdan Doyum alt boyutunda (12,42 $\pm$ 3,62) olduğu ve toplam puan ortalamasının (26,07 $\pm$ 6,13) olduğu görülmüştür.

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	Cinsiyet	N	$\bar{x} \pm Ss$	df	t	p	Cohen's d
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	Erkek	256	25,68 $\pm$ 5,47	546	-,410	,682	
		Kadın	292	25,87 $\pm$ 5,34				
	Dikkat	Erkek	256	29,93 $\pm$ 6,19	546		,002*	,270

Kariyer Yetkinlikleri	Toplam Puan	Kadın	292	31,61±6,21	-	3,157		
		Erkek	256	55,61±10,53				
	Toplam Puan	Kadın	292	57,48±10,14	546	-	,035*	,181
		Erkek	256	11,54±2,37				
	Motivasyona Yönelik Farkındalık	Kadın	292	11,56±2,58	546	-,125		,901
		Erkek	256	15,70±2,99				
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	Kadın	292	15,46±3,22	546	,874		,383
		Erkek	256	14,38±3,26				
	Sosyal Ağ	Kadın	292	13,99±3,54	546	1,319		,188
		Erkek	256	11,23±2,55				
	Kendini Sunma	Kadın	292	11,39±2,64	546	-,704		,482
		Erkek	256	10,73±2,26				
	İş Keşfi	Kadın	292	10,99±2,57	546	-	1,211	,227
		Erkek	256	14,59±3,21				
	Kariyer Kontrolü	Kadın	292	15,07±3,17	546	-	1,770	,077
		Erkek	256	78,16±13,83				
	Toplam Puan	Kadın	292	78,46±15,19	546	-,240		,811
		Erkek	256	12,52±3,6				

*p<0,05 **p<0,001 cohens'd=0,20 küçük, 0,50 orta, 0,80 büyük etki

Tablo 3 cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde; Akademik Öz Disiplin Ölçeğinin toplam puanı ile Dikkat alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir (p<0,05). Söz konusu farklılık kadınlar lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	Sınıf	N	x±Ss	F	p	Lsd	n ²
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	2.Sınıf ^a	211	26,10±5,51	1,023	,360		
		3.Sınıf ^b	216	25,79±5,23				
		4.Sınıf ^c	121	25,22±5,52				
		Total	548	25,78±5,4				
	Dikkat	2.Sınıf ^a	211	30,52±6,32	,425	,654		
		3.Sınıf ^b	216	30,97±6,41				
		4.Sınıf ^c	121	31,09±5,87				
		Total	548	30,82±6,25				
	Toplam Puan	2.Sınıf ^a	211	56,62±10,52	,072	,931		
		3.Sınıf ^b	216	56,76±10,43				
		4.Sınıf ^c	121	56,31±10,01				
		Total	548	56,61±10,36				
Kariyer Yetkinlikleri	Motivasyona Yönelik Farkındalık	2.Sınıf ^a	211	11,43±2,69	1,038	,355		
		3.Sınıf ^b	216	11,51±2,32				
		4.Sınıf ^c	121	11,83±2,35				
		Total	548	11,55±2,48				
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	2.Sınıf ^a	211	15,35±3,35	1,805	,165		
		3.Sınıf ^b	216	15,54±2,97				
		4.Sınıf ^c	121	16,02±2,89				

	Sosyal Ağ	Total	548	15,57±3,11	,396	,673		
		2.Sınıf ^a	211	14,09±3,5				
		3.Sınıf ^b	216	14,11±3,25				
		4.Sınıf ^c	121	14,41±3,56				
		Total	548	14,17±3,41				
	Kendini Sunma	2.Sınıf ^a	211	11,25±2,65	1,161	,314		
		3.Sınıf ^b	216	11,20±2,57				
		4.Sınıf ^c	121	11,63±2,54				
		Total	548	11,31±2,59				
	İş Keşfi	2.Sınıf ^a	211	10,69±2,48	2,066	,128		
		3.Sınıf ^b	216	10,83±2,38				
		4.Sınıf ^c	121	11,25±2,41				
		Total	548	10,87±2,43				
	Kariyer Kontrolü	2.Sınıf ^a	211	14,74±3,19	1,908	,149		
		3.Sınıf ^b	216	14,67±3,2				
		4.Sınıf ^c	121	15,34±3,16				
		Total	548	14,84±3,19				
	Toplam Puan	2.Sınıf ^a	211	77,55±15,32	1,732	,178		
		3.Sınıf ^b	216	77,86±13,93				
		4.Sınıf ^c	121	80,47±14,2				
		Total	548	78,32±14,56				
Akademik Yaşam Doyum	Akademik Ortamdan Doyum	2.Sınıf ^a	211	13,33±3,51	11,252	,000**	a>b	0,040
		3.Sınıf ^b	216	11,83±3,57				
		4.Sınıf ^c	121	11,88±3,6				
		Total	548	12,42±3,62				
	Kişisel Doyum	2.Sınıf ^a	211	14,08±3,2	3,526	,030*	a>b	0,013
		3.Sınıf ^b	216	13,28±3,12				
		4.Sınıf ^c	121	13,57±3,1				
		Total	548	13,65±3,16				
	Toplam Puan	2.Sınıf ^a	211	27,41±6,18	8,549	,000**	a>b	0,030
		3.Sınıf ^b	216	25,11±6,04				
		4.Sınıf ^c	121	25,45±5,8				
		Total	548	26,07±6,13				

*p<0,05 **p<0,001 n²=0,01 küçük, 0,06 orta, 0,14 büyük etki

Tablo 4 sınıf değişkenlerine göre incelendiğinde Akademik Öz Disiplin Ölçeği ve Kariyer yetkinlikleri Ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarında anlamlı bir fark bulunmazken, Akademik Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (p<0,05).

Tablo 5. Katılımcıların Öğrenim Görülen Bölüm Değişkenine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	Bölüm	N	x±Ss	F	p	Lsd	n ²
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	26,24±5,72	2,253	,081		
		Antrenörlük ²	108	26,38±5,1				
		Rekreasyon ³	99	26,24±5				
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	25,08±5,5				
		Total	548	25,78±5,4				
	Dikkat	Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	31,37±6,74	1,741	,158		
		Antrenörlük ²	108	31,44±5,93				
		Rekreasyon ³	99	29,69±6,39				
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	30,75±6,06				

Kariyer Yetkinlikleri	Toplam Puan	Total	548	30,82±6,25	1,412	,238
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	57,61±11,45		
		Antrenörlük ²	108	57,81±9,51		
		Rekreasyon ³	99	55,93±10,12		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	55,83±10,24		
	Motivasyona Yönelik Farkındalık	Total	548	56,61±10,36	1,416	,237
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	11,77±2,17		
		Antrenörlük ²	108	11,77±2,69		
		Rekreasyon ³	99	11,16±2,59		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	11,50±2,46		
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	Total	548	11,55±2,48	1,755	,155
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	15,80±2,92		
		Antrenörlük ²	108	15,81±3,18		
		Rekreasyon ³	99	14,95±3,41		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	15,61±3,02		
	Sosyal Ağ	Total	548	15,57±3,11	,636	,592
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	13,98±3,47		
		Antrenörlük ²	108	14,56±3,27		
		Rekreasyon ³	99	14,09±3,46		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	14,11±3,44		
	Kendini Sunma	Total	548	14,17±3,41	,766	,513
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	11,35±2,61		
		Antrenörlük ²	108	11,58±2,64		
		Rekreasyon ³	99	11,04±2,54		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	11,29±2,59		
	İş Keşfi	Total	548	11,31±2,59	,198	,898
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	10,81±2,41		
		Antrenörlük ²	108	10,94±2,45		
		Rekreasyon ³	99	10,73±2,4		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	10,93±2,46		
Akademik Yaşam Doyum	Kariyer Kontrolü	Total	548	10,87±2,43	,989	,397
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	14,45±3,47		
		Antrenörlük ²	108	15,18±3,1		
		Rekreasyon ³	99	14,94±3,02		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	14,84±3,16		
	Toplam Puan	Total	548	14,84±3,19	,708	,548
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	78,16±14,7		
		Antrenörlük ²	108	79,84±14,57		
		Rekreasyon ³	99	76,91±14,93		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	78,28±14,35		
	Akademik Ortamdan Doyum	Total	548	78,32±14,56	3,711	,012*
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	12,43±3,36		
		Antrenörlük ²	108	13,21±3,64		
		Rekreasyon ³	99	12,77±3,73		
		Spor Yöneticiliği ⁴	228	11,89±3,62		
	Kişisel Doyum	Total	548	12,42±3,62	1,558	,199
		Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	13,63±2,81		
		Antrenörlük ²	108	14,20±3,2		

Toplam Puan	Rekreasyon ³	99	13,64±3,18	3,078	,027*	2>4	0,017
	Spor Yöneticiliği ⁴	228	13,41±3,28				
	Total	548	13,65±3,16				
	Beden Eğitimi Öğretmenliği ¹	113	26,06±5,56				
	Antrenörlük ²	108	27,42±6,19				
	Rekreasyon ³	99	26,40±6,09				
	Spor Yöneticiliği ⁴	228	25,30±6,3				
	Total	548	26,07±6,13				

*p<0.05 **p<0,001 n²=0,01 küçük, 0,06 orta, 0,14 büyük etki

Tablo 5 katılımcıların öğrenim görülen bölüm değişkenine göre incelendiğinde; Akademik Öz Disiplin Ölçeği ve Kariyer Yetkinlikleri Ölçeğinin toplam puanı ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmazken, Akademik Yaşam Doyum Ölçeğinin toplam puanında ve alt boyutlarında anlamlı fark görülmektedir (p>0,05).

Tablo 6. Katılımcıların Genel Ağırlıklı Not Ortalaması Değişkenine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	GANO	N	x±Ss	F	p	Lsd	n ²
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	0,00-1,99 ^a	31	26,35±3,98	3,856	,022*	c>b	0,014
		2,00-2,99 ^b	402	25,41±5,37				
		3,00-4,00 ^c	115	26,95±5,68				
		Total	548	25,78±5,4				
	Dikkat	0,00-1,99 ^a	31	30,94±4,91	1,874	,154		
		2,00-2,99 ^b	402	30,53±6,29				
		3,00-4,00 ^c	115	31,81±6,37				
		Total	548	30,82±6,25				
	Toplam Puan	0,00-1,99 ^a	31	57,29±7,98	3,407	,034*	c>b	0,012
		2,00-2,99 ^b	402	55,94±10,36				
		3,00-4,00 ^c	115	58,76±10,68				
		Total	548	56,61±10,36				
Kariyer Yetkinlikleri	Motivasyona Yönelik Farkındalık	0,00-1,99 ^a	31	11,35±2,75	1,383	,252		
		2,00-2,99 ^b	402	11,47±2,53				
		3,00-4,00 ^c	115	11,89±2,18				
		Total	548	11,55±2,48				
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	0,00-1,99 ^a	31	15,06±3,13	1,135	,322		
		2,00-2,99 ^b	402	15,51±3,21				
		3,00-4,00 ^c	115	15,90±2,73				
		Total	548	15,57±3,11				
	Sosyal Ağ	0,00-1,99 ^a	31	14,06±3,92	,184	,832		
		2,00-2,99 ^b	402	14,13±3,49				
		3,00-4,00 ^c	115	14,34±3				
		Total	548	14,17±3,41				
	Kendini Sunma	0,00-1,99 ^a	31	11,23±2,77	1,370	,255		
		2,00-2,99 ^b	402	11,22±2,68				
		3,00-4,00 ^c	115	11,67±2,21				
		Total	548	11,31±2,59				
	İş Keşfi	0,00-1,99 ^a	31	10,81±2,64	2,262	,105		
		2,00-2,99 ^b	402	10,75±2,47				
		3,00-4,00 ^c	115	11,30±2,21				
		Total	548	10,87±2,43				
	Kariyer Kontrolü	0,00-1,99 ^a	31	14,32±3,85	,738	,478		
		2,00-2,99 ^b	402	14,82±3,26				
		3,00-4,00 ^c	115	15,08±2,74				

Akademik Yaşam Doyum	Toplam Puan	Total	548	14,84±3,19	1,263	,284	
		0,00-1,99 ^a	31	76,84±17,33			
		2,00-2,99 ^b	402	77,90±14,94			
		3,00-4,00 ^c	115	80,17±12,16			
	Akademik Ortamdan Doyum	Total	548	78,32±14,56	1,708	,182	
		0,00-1,99 ^a	31	13,45±3,99			
		2,00-2,99 ^b	402	12,29±3,69			
		3,00-4,00 ^c	115	12,62±3,24			
	Kişisel Doyum	Total	548	12,42±3,62	6,334	,002*	c>a c>b 0,023
		0,00-1,99 ^a	31	13,13±3,94			
		2,00-2,99 ^b	402	13,43±3,18			
		3,00-4,00 ^c	115	14,57±2,67			
	Toplam Puan	Total	548	13,65±3,16	2,690	,069	
		0,00-1,99 ^a	31	26,58±7,58			
		2,00-2,99 ^b	402	25,72±6,25			
		3,00-4,00 ^c	115	27,18±5,09			
		Total	548	26,07±6,13			

*p<0.05 **p<0,001 n²=0,01 küçük, 0,06 orta, 0,14 büyük etki

Tablo 6 incelendiğinde Genel Ağırlıklı Not Ortalaması değişkenine göre Akademik Öz Disiplin Ölçeğinin toplam puanında ve Planlı Çalışma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p>0,05). Kariyer Yetkinlikleri Ölçeğinin toplam puanında istatistiki olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Akademik Yaşam Doyumu Ölçeğinin toplam puanında ve alt boyutlarında istatistiki olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p>0,05).

Tablo 7. Katılımcıların Yaşadıkları Yer Değişkenine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	Yerleşim Yeri	N	x±Ss	F	p
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	Köy	23	24,78±4,71	,658	,518
		Kasaba/İlçe	63	25,38±4,55		
		Şehir	462	25,89±5,54		
		Total	548	25,78±5,4		
	Dikkat	Köy	23	29,87±6,86	1,493	,226
		Kasaba/İlçe	63	29,71±5,27		
		Şehir	462	31,02±6,34		
		Total	548	30,82±6,25		
	Toplam Puan	Köy	23	54,65±10,83	1,281	,278
		Kasaba/İlçe	63	55,10±8,43		
		Şehir	462	56,91±10,56		
		Total	548	56,61±10,36		
Kariyer Yetkinlikleri	Motivasyona Yönelik Farkındalık	Köy	23	11,65±1,99	2,302	,101
		Kasaba/İlçe	63	10,92±2,81		
		Şehir	462	11,63±2,44		
		Total	548	11,55±2,48		
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	Köy	23	15,83±2,84	2,170	,115
		Kasaba/İlçe	63	14,81±3,15		
		Şehir	462	15,66±3,11		
		Total	548	15,57±3,11		
	Sosyal Ağ	Köy	23	13,70±3,7	1,127	,325
		Kasaba/İlçe	63	13,65±3,19		
		Şehir	462	14,26±3,43		
		Total	548	14,17±3,41		
	Kendini Sunma	Köy	23	11,48±2,56	2,697	,068

Akademik Yaşam Doyum	İş Keşfi	Kasaba/İlçe	63	10,60±2,43	,626	,535
		Şehir	462	11,40±2,61		
		Total	548	11,31±2,59		
		Köy	23	11,04±1,58		
	Kariyer Kontrolü	Kasaba/İlçe	63	10,56±2,31	,974	,378
		Şehir	462	10,90±2,48		
		Total	548	10,87±2,43		
		Köy	23	14,83±2,87		
	Toplam Puan	Kasaba/İlçe	63	14,32±2,72	2,020	,134
		Şehir	462	14,92±3,26		
		Total	548	14,84±3,19		
		Köy	23	78,52±11,76		
	Akademik Ortamdan Doyum	Kasaba/İlçe	63	12,41±3,22	2,053	,129
		Şehir	462	12,35±3,67		
		Total	548	12,42±3,62		
		Köy	23	13,91±3,41		
	Kişisel Doyum	Kasaba/İlçe	63	13,08±2,62	1,411	,245
		Şehir	462	13,70±3,23		
		Total	548	13,65±3,16		
		Köy	23	14,17±3,11		
	Toplam Puan	Kasaba/İlçe	63	25,49±5,32	1,531	,217
		Şehir	462	26,05±6,21		
		Total	548	26,07±6,13		
		Köy	23	28,09±6,24		

*p<0.05 **p<0,001

Tablo 7 incelendiğinde Yerleşim Yeri durumlarına göre; Akademik Öz Disiplin, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği toplam puanı ile alt boyut puanında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 8. Katılımcıların Lisede Öğrenim Gördükleri Bölüm Değişkenine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	Bölüm	N	$\bar{x}\pm Ss$	F	p	Lsd	n ²
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	Sözel ¹	74	25,80±5,75	3,802	,023*	2>3	0,014
		Sayısal ²	125	26,92±5,37				
		Eşit Ağırlık ³	349	25,38±5,3				
		Total	548	25,78±5,4				
	Dikkat	Sözel ¹	74	30,84±6,58	,854	,426		
		Sayısal ²	125	31,45±6,62				
		Eşit Ağırlık ³	349	30,60±6,05				
		Total	548	30,82±6,25				
	Toplam Puan	Sözel ¹	74	56,64±10,81	2,478	,085		
		Sayısal ²	125	58,37±11,05				
		Eşit Ağırlık ³	349	55,97±9,95				
		Total	548	56,61±10,36				
Kariyer Yetkinlikleri	Motivasyona Yönelik Farkındalık	Sözel ¹	74	11,01±2,77	2,065	,128		
		Sayısal ²	125	11,57±2,32				
		Eşit Ağırlık ³	349	11,66±2,46				
		Total	548	11,55±2,48				
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	Sözel ¹	74	14,88±3,31	2,174	,115		
		Sayısal ²	125	15,75±3,05				

		Eşit Ağırlık ³	349	15,65±3,08	3,664	,026*	2>1 3>1	0,013
		Total	548	15,57±3,11				
		Sözel ¹	74	13,19±3,86				
		Sayısal ²	125	14,44±3,25				
		Eşit Ağırlık ³	349	14,28±3,34				
	Sosyal Ağ	Total	548	14,17±3,41	1,545	,214		
		Sözel ¹	74	10,82±2,58				
		Sayısal ²	125	11,35±2,53				
		Eşit Ağırlık ³	349	11,40±2,62				
		Total	548	11,31±2,59				
	Kendini Sunma	Sözel ¹	74	10,26±2,43	2,737	,066		
		Sayısal ²	125	10,94±2,3				
		Eşit Ağırlık ³	349	10,97±2,47				
		Total	548	10,87±2,43				
		Sözel ¹	74	14,54±2,91	,525	,592		
	İş Keşfi	Sayısal ²	125	14,76±3,32				
		Eşit Ağırlık ³	349	14,94±3,21				
		Total	548	14,84±3,19				
		Sözel ¹	74	74,70±14,67	2,653	,071		
	Kariyer Kontrolü	Sayısal ²	125	78,81±13,96				
		Eşit Ağırlık ³	349	78,91±14,68				
		Total	548	78,32±14,56				
		Sözel ¹	74	12,01±3,47	,794	,452		
	Toplam Puan	Sayısal ²	125	12,29±3,34				
		Eşit Ağırlık ³	349	12,56±3,75				
		Total	548	12,42±3,62				
		Sözel ¹	74	12,96±3,18	2,078	,126		
Akademik Yaşam Doyum	Akademik Ortamdan Doyum	Sayısal ²	125	13,71±3,05				
		Eşit Ağırlık ³	349	13,78±3,19				
		Total	548	13,65±3,16				
		Sözel ¹	74	24,97±5,89	1,517	,220		
	Kişisel Doyum	Sayısal ²	125	26,00±5,91				
		Eşit Ağırlık ³	349	26,33±6,24				
		Total	548	26,07±6,13				
		Sözel ¹	74	23,96±6,04	4,979	,007*	2>1 3>1	0,018
	Toplam Puan	Sayısal ²	125	25,99±5,26				
		Eşit Ağırlık ³	349	26,11±5,25				
		Total	548	25,78±5,4				
		Sözel ¹	74	28,47±6,21	6,231	,002*	2>1	0,022
	Dikkat	Sayısal ²	125	31,04±6,25				
		Eşit Ağırlık ³	349	31,04±6,25				
		Total	548	31,04±6,25				
		Sözel ¹	74	31,04±6,25				

*p<0.05 **p<0,001 n²=0,01 küçük, 0,06 orta, 0,14 büyük etki

Tablo 8 incelendiğinde Lisede Öğrenim Gördükleri Bölüm durumlarına göre; Akademik Öz Disiplin Ölçeği toplam puanında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmazken, Planlı Çalışma alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur (p>0,05). Kariyer Yetkinlikleri Ölçeğinin toplam puanında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmazken, Sosyal Ağ alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur (p>0,05). Akademik Yaşam Doyum Ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0,05).

Tablo 9. Katılımcıların Gelir Düzeyleri Değişkenine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	Gelir Düzeyi	N	x±Ss	F	p	Lsd	n ²
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	Çok Yetersiz ¹	74	23,96±6,04	4,979	,007*	2>1 3>1	0,018
		Yetersiz ²	161	25,99±5,26				
		Yeterli ³	313	26,11±5,25				
		Total	548	25,78±5,4				
		Çok Yetersiz ¹	74	28,47±6,21	6,231	,002*	2>1	0,022
	Dikkat	Yetersiz ²	161	31,04±6,25				
		Eşit Ağırlık ³	349	31,04±6,25				
		Total	548	31,04±6,25				
		Sözel ¹	74	31,04±6,25				
		Sayısal ²	125	31,04±6,25				

Kariyer Yetkinliği	Toplam Puan	Yeterli ³	313	31,27±6,16	7,169	,001*	2>1 3>1	0,026
		Total	548	30,82±6,25				
		Çok Yetersiz ¹	74	52,43±11,27				
		Yetersiz ²	161	57,03±10,19				
		Yeterli ³	313	57,38±10,01				
	Motivasyona Yönelik Farkındalık	Total	548	56,61±10,36	2,283	,103		
		Çok Yetersiz ¹	74	11,08±2,98				
		Yetersiz ²	161	11,43±2,71				
		Yeterli ³	313	11,72±2,2				
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	Total	548	11,55±2,48	1,128	,324		
		Çok Yetersiz ¹	74	15,23±3,27				
		Yetersiz ²	161	15,4±3,26				
		Yeterli ³	313	15,74±2,99				
	Sosyal Ağ	Total	548	15,57±3,11	,455	,634		
		Çok Yetersiz ¹	74	14,08±3,53				
		Yetersiz ²	161	13,98±3,4				
		Yeterli ³	313	14,29±3,4				
	Kendini Sunma	Total	548	14,17±3,41	,831	,436		
		Çok Yetersiz ¹	74	11,15±2,76				
		Yetersiz ²	161	11,15±2,69				
		Yeterli ³	313	11,44±2,51				
	İş Keşfi	Total	548	11,31±2,59	2,320	,099		
		Çok Yetersiz ¹	74	10,55±2,85				
		Yetersiz ²	161	10,64±2,35				
		Yeterli ³	313	11,06±2,36				
	Kariyer Kontrolü	Total	548	10,87±2,43	,984	,374		
		Çok Yetersiz ¹	74	14,96±3,5				
		Yetersiz ²	161	14,55±3,19				
		Yeterli ³	313	14,97±3,11				
Akademik Yaşam Doyum	Toplam Puan	Total	548	14,84±3,19	1,393	,249		
		Çok Yetersiz ¹	74	77,05±14,79				
		Yetersiz ²	161	77,15±15,45				
		Yeterli ³	313	79,21±14				
	Akademik Ortamdan Doyum	Total	548	78,32±14,56	,464	,629		
		Çok Yetersiz ¹	74	12,3±3,87				
		Yetersiz ²	161	12,23±3,6				
		Yeterli ³	313	12,55±3,58				
	Kişisel Doyum	Total	548	12,42±3,62	,775	,461		
		Çok Yetersiz ¹	74	13,23±3,62				
		Yetersiz ²	161	13,68±3,11				
		Yeterli ³	313	13,73±3,07				
	Akademik Yaşam Doyum	Total	548	13,65±3,16	,534	,587		
		Çok Yetersiz ¹	74	25,53±7,02				
		Yetersiz ²	161	25,91±5,96				
		Yeterli ³	313	26,28±5,99				
	Toplam Puan	Total	548	26,07±6,13				
		Yeterli ³	313	26,07±6,13				

*p<0,05 **p<0,001 n²=0,01 küçük, 0,06 orta, 0,14 büyük etki

Tablo 9 incelendiğinde gelir düzeyi değişkenine göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği toplam puanı ve ölçek alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur (p>0,05). Kariyer Yetkinlikleri Ölçeği toplam puanı ve ölçek alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0,05). Akademik Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puanı ve ölçek alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0,05).

Tablo 10. Katılımcıların Gelir Düzeyleri Değişkenine Göre Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	İşte Çalışma Durumu	N	x±Ss	F	p	Lsd	n ²
Akademik Öz Disiplin	Planlı Çalışma	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	26,87±5,29	4,196	,016*	1>3	0,015
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	25,63±5,18				
		Çalışmıyorum ³	278	25,29±5,49				
		Total	548	25,78±5,4				
	Dikkat	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	31,3±5,35	,865	,422		
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	31±5,91				
		Çalışmıyorum ³	278	30,49±6,82				
		Total	548	30,82±6,25				
	Toplam Puan	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	58,17±9,3	2,556	,079		
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	56,63±9,82				
		Çalışmıyorum ³	278	55,78±11,03				
		Total	548	56,61±10,36				
Kariyer Yetkinliği	Motivasyona Yönelik Farkındalık	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	12,07±2,48	4,500	,012*	1>2	0,016
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	11,45±2,56				
		Çalışmıyorum ³	278	11,32±2,41			1>3	
		Total	548	11,55±2,48				
	Niteliklere Yönelik Farkındalık	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	16,19±3,03	4,107	,017*	1>3	0,015
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	15,46±3,05				
		Çalışmıyorum ³	278	15,3±3,15				
		Total	548	15,57±3,11				
	Sosyal Ağ	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	15,19±3,31	12,199	,000**	1>3	0,043
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	14,41±3,15				
		Çalışmıyorum ³	278	13,53±3,45			2>3	
		Total	548	14,17±3,41				
	Kendini Sunma	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	11,9±2,42	5,046	,007*	1>2	0,018
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	11,1±2,52			1>3	
		Çalışmıyorum ³	278	11,1±2,68				
		Total	548	11,31±2,59				
	İş Keşfi	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	11,52±2,27	7,366	,001*	1>2	0,026
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	10,68±2,23				
		Çalışmıyorum ³	278	10,61±2,54			1>3	
		Total	548	10,87±2,43				
	Kariyer Kontrolü	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	15,42±3,09	3,257	,039*	1>2	0,012
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	14,63±3,04				
		Çalışmıyorum ³	278	14,64±3,28			1>3	
		Total	548	14,84±3,19				

Akademik Yaşam Doyum	Toplam Puan	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	82,3±14,24	7,876	,000**	1>2	0,028
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	77,74±13,77				
		Çalışmıyorum ³	278	76,5±14,71				
		Total	548	78,32±14,56			1>3	
	Akademik Ortamdan Doyum	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	12,51±3,33	,609	,544		
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	12,67±3,64				
		Çalışmıyorum ³	278	12,26±3,76				
		Total	548	12,42±3,62				
	Kişisel Doyum	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	13,85±2,7	1,070	,344		
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	13,86±3,34				
		Çalışmıyorum ³	278	13,46±3,3				
		Total	548	13,65±3,16				
	Akademik Yaşam Doyum	Alanıma Yönelik Bir İşte Çalışıyorum ¹	145	26,36±5,2	,965	,382		
		Alanım Dışında Bir İşte Çalışıyorum ²	125	26,53±6,26				
		Çalışmıyorum ³	278	25,72±6,5				
		Total	548	26,07±6,13				

*p<0.05 **p<0,001 n²=0,01 küçük, 0,06 orta, 0,14 büyük etki

Tablo 10 incelendiğinde Bir İşte Çalışma Durumu değişkenine göre; Akademik Öz Disiplin Ölçeği toplam puanında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmazken, Planlı Çalışma alt boyutunda istatistiki açıdan anlamlı fark bulunmuştur (p>0,05). Kariyer Yetkinliği Ölçeği toplam puanı ile ölçek alt boyut puanında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmuştur (p>0,05). Akademik Yaşam Doyum Ölçeği toplam puanı ile ölçek alt boyut puanlarında istatistiki açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0,05).

Tablo 11. Katılımcıların Akademik Öz Disiplin Ölçeği, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Ölçeği Arasındaki Korelasyon Analizi

N: 548	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Planlı Çalışma ¹	r p	1											
Dikkat ²	r p	,577** ,000	1										
Akademik Öz Disiplin ³	r p	,870** ,000	,905** ,000	1									
Motivasyona Yönelik Farkındalık ⁴	r p	,252** ,000	,453** ,000	,405** ,000	1								
Niteliklere Yönelik Farkındalık ⁵	r p	,236** ,000	,445** ,000	,392** ,000	,782** ,000	1							
Sosyal Ağ ⁶	r p	,248** ,000	,357** ,000	,345** ,000	,567** ,000	,589** ,000	1						
Kendini Sunma ⁷	r p	,245** ,000	,441** ,000	,394** ,000	,711** ,000	,743** ,000	,672** ,000	1					
İş Keşfi ⁸	r	,246**	,410**	,376**	,656**	,633**	,626**	,733**	1				

	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000						
Kariyer Kontrolü⁹	r	,241**	,396**	,365**	,636**	,633**	,597**	,678**	,669**	1				
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000					
Kariyer Yetkinliği¹⁰	r	,289**	,490**	,447**	,846**	,862**	,812**	,887**	,838**	,835**	1			
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000				
Akademik Ortamdan Doyum¹¹	r	,224**	,230**	,256**	,263**	,226**	,216**	,256**	,245**	,235**	,282**	1		
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000			
Kişisel Doyum¹²	r	,284**	,338**	,352**	,436**	,433**	,420**	,487**	,416**	,408**	,511**	,631**	1	
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		
Akademik Yaşam Doyum¹³	r	,279**	,310**	,333**	,380**	,357**	,345**	,403**	,359**	,349**	,430**	,916**	,889**	1
	p	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	

*p<0,005, **p<0,001

Tablo 11’de katılımcıların Akademik Öz Disiplin, Kariyer Yetkinlikleri ile Akademik Yaşam Doyum Ölçeği arasındaki ilişki verilmiştir. Korelasyon analiz sonuçlarına göre Planlı çalışma puanları ile; Motivasyona Yönelik farkındalık ($r=252$, $p<0,001$), niteliklere yönelik farkındalık ($r=236$, $p<0,001$), sosyal ağ ($r=248$, $p<0,001$), kendini savunma ($r=245$, $p<0,001$), iş keşfi ($r=246$, $p<0,001$), kariyer kontrolü ($r=241$, $p<0,001$), kariyer yetkinliği toplam puanı ($r=289$, $p<0,001$), akademik ortamdan doyum ($r=224$, $p<0,001$), kişisel doyum ($r=284$, $p<0,001$) ve akademik yaşam doyum toplam puanı ($r=279$, $p<0,001$) arasında düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların dikkat puanları ile; akademik ortamdan doyum ($r=224$, $p<0,001$) arasında düşük düzeyde, motivasyona yönelik farkındalık ($r=453$, $p<0,001$), niteliklere yönelik farkındalık ($r=445$, $p<0,001$), sosyal ağ ($r=357$, $p<0,001$), kendini sunma ($r=441$, $p<0,001$), iş keşfi ($r=410$, $p<0,001$), kariyer kontrolü ($r=396$, $p<0,001$), kariyer yetkinliği toplam puanı ($r=490$, $p<0,001$), kişisel doyum ($r=338$, $p<0,001$) ve akademik yaşam doyum toplam puanı ($r=310$, $p<0,001$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Akademik öz disiplin toplam puanları ile; akademik ortamdan doyum ($r=256$, $p<0,001$) arasında düşük düzeyde, motivasyona yönelik farkındalık ($r=405$, $p<0,001$), niteliklere yönelik farkındalık ($r=392$, $p<0,001$), sosyal ağ ($r=345$, $p<0,001$), kendini sunma ($r=394$, $p<0,001$), iş keşfi ($r=376$, $p<0,001$), kariyer kontrolü ($r=365$, $p<0,001$), kariyer yetkinliği toplam puanı ($r=447$, $p<0,001$), kişisel doyum ($r=352$, $p<0,001$) ve akademik yaşam doyum toplam puanı ($r=333$, $p<0,001$), arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların akademik ortamdan doyum puanları ile; motivasyona yönelik farkındalık ($r=263$, $p<0,001$), niteliklere yönelik farkındalık ($r=226$, $p<0,001$), sosyal ağ ($r=216$, $p<0,001$), kendini sunma ($r=256$, $p<0,001$), iş keşfi ($r=245$, $p<0,001$), kariyer kontrolü ($r=235$, $p<0,001$) ve kariyer yetkinlikleri toplam puanı arasında düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların kişisel doyum puanları ile; motivasyona yönelik farkındalık ($r=436$, $p<0,001$), niteliklere yönelik farkındalık ($r=433$, $p<0,001$), sosyal ağ ($r=420$, $p<0,001$), kendini sunma ($r=487$, $p<0,001$), iş keşfi ($r=416$, $p<0,001$) ve kariyer kontrolü ($r=408$, $p<0,001$) ve kariyer yetkinliği toplam puanı ($r=511$, $p<0,001$)

arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların akademik yaşam doyumu toplam puanları ile; motivasyona yönelik farkındalık ($r=380$, $p<0,001$), niteliklere yönelik farkındalık ($r=357$, $p<0,001$), sosyal ağ ($r=345$, $p<0,001$), kendini sunma ($r=403$, $p<0,001$), iş keşfi ($r=359$, $p<0,001$), kariyer kontrolü ($r=349$, $p<0,001$) ve kariyer yetkinliği toplam puanı ($r=430$, $p<0,001$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 12. Katılımcıların Akademik Öz Disiplin, Kariyer Yetkinlikleri ve Akademik Yaşam Doyum Düzeylerini Yordamaya Yönelik Regresyon Analizi

		β	t	p	R	R ²	F	p
Akademik Öz Disiplin					,447	,200	136,134	,000
	Kariyer Yetkinlikleri	,447	11,668	,000				
	Akademik Yaşam doyumu	,333	8,249	,000				
					,430	,185	123,947	,000
Akademik Yaşam Doyumu	Kariyer yetkinlikleri	,430	11,133	,000				

* $p<0,05$ ** $p<0,001$

Tablo 12 incelendiğinde, akademik yaşam doyumu ile kariyer yetkinlikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. ($R=0,447$, $R^2=0,200$, $p<0,001$) regresyon katsayısına ilişkin t testi sonuçlarını incelendiğinde, akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri yordadığı görülmektedir ve toplam varyansın %20'sini açıklamaktadır.

Akademik öz disiplin ile akademik yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. ($R=0,333$, $R^2=0,111$, $p<0,001$) regresyon katsayısına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde akademik öz disiplin, akademik öz disiplin yordadığı görülmektedir ve toplam varyansın %11'ini açıklamaktadır.

Akademik yaşam doyumu ile kariyer yetkinlikleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($R=0,430$, $R^2=0,185$, $p<0,001$) regresyon katsayısına ilişkin t testi sonuçlarını incelendiğinde, akademik yaşam doyumu, kariyer yetkinliklerini yordadığı görülmektedir ve toplam varyansın %18,5'ini açıklamaktadır.

Tartışma

Bu araştırmada, spor bilimleri öğrencilerinin akademik öz disiplinleri, kariyer yetkinlikleri ile akademik yaşam doyumları arasındaki ilişki analiz edilmiştir. Ayrıca, öğrencilerin cinsiyet, sınıf,

bölüm, genel ağırlıklı not ortalaması, yerleşim yeri, lisede öğrenim gördükleri bölüm, gelir düzeyleri ve işte çalışma durumu gibi demografik faktörlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda değerlendirmeler yapılmış, bulgular diğer çalışmalarla karşılaştırılarak yorumlanmıştır.

Elde edilen bulgular ışığında, katılımcıların cinsiyetlerine göre akademik öz disiplin açısından anlamlı farklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Söz konusu farklar ölçek toplam puanı ve dikkat alt boyutu için kadınlar lehine belirginleşmiştir. Kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyumu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yapılan literatür taramasında, akademik öz disiplinin ve öz düzenleme becerisinin cinsiyetlere göre incelendiği çalışmalarda kadınlar lehine anlamlı farklılıklar gösterdiği öne sürülen çalışmalar bulunmaktadır (Butler, 2014; Virtanen ve Nevgi, 2010). Bu araştırmalar mevcut çalışma ile örtüşmektedir. Bu farkların temelinde kadınların içsel motivasyonla daha iyi performans gösterirken erkeklerin ise dışsal düzenlemelerden daha fazla etkilenmesi olabilir (Vecchione ve ark., 2014). Duckworth ve Seligman (2006) erkek öğrencilerin IQ testlerinde daha başarılı olmasına rağmen kız öğrencilerin notlarının neden daha iyi olduğunu araştırmış ve bulduğu sonuçlara göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre kısmen daha yüksek öz disipline sahip olduğunu belirtmiştir. Literatürde yer alan farklı sonuçlara erişilen çalışmalar da mevcuttur. Zimmerman ve Kitsantas (2014) yürüttükleri çalışmada, öğrencilerin öz disiplin, öz düzenleme ve akademik başarıları ölçümlerinde cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir. Bu konudaki geçmiş çalışmaları göz önüne aldığımızda bizim sonuçlarımıza göre cinsiyetler arası oluşan bu farkın kadınların içsel motivasyonun erkeklerden yüksek olmasından kaynaklandığını düşünüyoruz.

Katılımcıların sınıf değişkenine göre akademik yaşam doyum açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). Akademik öz disiplin ve kariyer yetkinlikleri açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p<0,05$). Söz konusu farklar ölçek toplam puanı ve alt boyutları için 2.sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 3. Ve 4.sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre akademik yaşam doyumlarının daha iyi olduğu yönünde belirginleşmiştir. Oluşan bu farkın 3. Ve 4. Sınıftaki öğrencilerin mezun olduktan sonra ne yapacağı konusundaki belirsizlik düşüncesinden kaynaklandığını düşünüyoruz. Ocal (2016) üniversite öğrencilerinin memnuniyet düzeylerini incelediği bir çalışmada 3. ve 4. Sınıf öğrencilerinin akranları arasındaki rekabetin artması ve kariyer hedeflerini gerçekleştirmekte zorluklar yaşadıkları için 1. Sınıf öğrencilerine göre memnuniyet düzeylerinin daha düşük olduğunu belirtmiştir. Ocal'ın ulaştığı sonuçlar ve mevcut çalışmanın sonuçları benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların spor bilimleri fakültesinde öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre akademik yaşam doyum açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). Akademik öz disiplin ve kariyer yetkinlikleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p<0,05$). Söz konusu farklar ölçek toplam puanı için antrenörlük bölümünde öğretim gören öğrencilerin spor yöneticiliği bölümünde öğretim gören öğrencilere göre akademik yaşam doyumlarının daha iyi olduğu, akademik ortamdan doyum alt boyutu için antrenörlük ve rekreasyon bölümünde öğrenim gören öğrencilerin spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre akademik ortamdan doyumlarının daha iyi olduğu yönünde belirginleşmiştir. Oluşan bu farkların antrenörlük öğrencilerinin kendilerine özgü bir branşta uzmanlaşmasına ve kolay iş bulabilecekleri düşüncesinden kaynaklandığını düşünüyoruz. Ayrıca üniversite ders programında spor yöneticiliği bölüm dersleri rekreasyon ve antrenörlük bölüm derslerine göre teorik ağırlıklı olduğu için spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrenciler spor salonlarında işlenen uygulamalı derslere daha az katılmaktadır bu durumun öğrencilerin akademik ortamdan doyumlarını olumsuz etkilediğini düşünüyoruz.

Katılımcıların genel ağırlıklı not ortalaması (GANO) değişkenine göre akademik öz disiplin ölçeği ve akademik yaşam doyum ölçeğinin alt boyutu olan kişisel doyum açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). Söz konusu farklar akademik öz disiplin ölçeği toplam puanı ve planlı çalışma alt boyutu için 3,00-4,00 gano aralığındaki öğrencilerin 2,00-2,99 gano aralığındaki öğrencilere göre akademik öz disiplinlerinin daha iyi olduğu yönünde belirginleşmiştir. Akademik yaşam doyum ölçeği alt boyutu olan kişisel doyum için 3,00-4,00 gano aralığındaki öğrencilerin 0,00-1,99 ve 2,00-2,99 gano aralığındaki öğrencilere göre kişisel doyumlarının daha iyi olduğu yönünde belirginleşmiştir. Kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyum ölçeği toplam puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Oluşan bu farkın akademik öz disiplini yüksek öğrencilerin akademik olarak başarılı olmasına ve bunun sonucunda kişisel doyumlarının yükselmesinden kaynaklandığını düşünüyoruz. Ulaştığımız bu sonuçlarla paralel ilerleyen çalışmalar mevcuttur, Hagger ve Hamilton (2018) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları bir çalışmada öz disiplinin öğrencilerin notlarını doğrudan etkilediğini belirtmiştir. Duarsa ve arkadaşları (2021) tıp fakültesi öğrencileri üzerinde yaptıkları bir çalışmada öz disiplinin öğrencilerin not ortalamaları ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Geng ve Wei (2023) Öğrencilerin e-öğrenme ortamındaki öz disiplinleri ile akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Yapılan bu çalışmalara ve mevcut çalışmaya bakıldığında öz disiplini yüksek öğrencilerin not ortalamasının yüksek olacağı beklenmelidir. Slavinski ve arkadaşları (2021) öğrencilerin sahip oldukları not ortalamasının yükseldikçe üniversite deneyimlerinden elde ettikleri memnuniyetin ve aile yaşamından elde ettikleri

memnuniyetin arttığını bulmuşlardır. Antaramian ve arkadaşları (2017) Yaşam doyumu yüksek öğrencilerin, akademik performanslarının ve genel ağırlıklı not ortalamalarının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Ayrıca ortalama yaşam doyumu ve yüksek yaşam doyumu arasında genel ağırlıklı not ortalaması açısından belirgin fark olduğunu vurgulamıştır. Freire-Seoane ve arkadaşları (2019) öğrencilerin ince becerileri ve mezuniyet not ortalaması başarılarının, yüksek öğretim mezunlarının istihdam edilebilirliği üzerindeki bileşik etkisini incelemişlerdir ve ulaştıkları sonuçlara göre not ortalamasının iş bulma üzerinde belirgin bir etkisi olduğunu, gano ile sistematik yetkinliklerin geliştirilmesine yönelik girişimlerin (bireysel veya yükseköğretim politikası) düşük işe alım beklentilerini hafifletebileceğini belirtmişlerdir. Bu çalışma öz disiplin ve kariyer yetkinlikleri arasında bir anlamlı bir ilişki olduğunu söylememesine rağmen işe başlama sürecinde öz disiplinin etkisini vurgulamıştır. Mevcut çalışmamızda ise akademik öz disiplin ve kariyer yetkinlikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Önceki çalışmaları ve mevcut çalışmayı göz önüne aldığımızda öğrencilerin akademik öz disiplinlerinin ve akademik yaşam doyumlarının artırılmasına yönelik politikalar uygulanmasının öğrencilerin akademik başarılarına doğrudan ve dolaylı etkileri olacağını düşünüyoruz.

Katılımcıların lisede öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre akademik öz disiplin ölçeğinin planlı çalışma alt boyutunda ve kariyer yetkinlikleri ölçeğinin alt boyutu olan sosyal ağ açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). Söz konusu bu farklılıklar akademik öz disiplin ölçeğinin alt boyutu olan planlı çalışma açısından sayısal bölümde öğrenim gören öğrencilerin eşit ağırlık bölümünde öğrenim gören öğrencilere göre planlı çalışma becerilerinin daha iyi olduğu yönünde belirginleşmiştir. Kariyer yetkinlikleri ölçeğinin alt boyutu olan sosyal ağ için sayısal ve eşit ağırlık bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sözel bölümde öğrenim gören öğrencilere göre sosyal ağ becerisinin daha iyi olduğu yönünde belirginleşmiştir. Akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyum ölçeği toplam puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Özer ve Anıl (2011) öğrencilerin fen ve matematik derslerindeki başarılarını etkileyen en önemli faktörün “öğrenmeye ayırdıkları zaman” değişkeni olduğunu belirtmiştir. Demirtaş (2011) lise öğrencilerinin bilimsel düşünme yeteneğinin derslerdeki başarıları ile ilişkisini incelemiş ve olasılıklı ve kombinasyonel düşünme ile matematik ve fen (Fizik, Kimya ve Biyoloji) başarısı arasında bir ilişki olduğunu ancak korelasyonel düşünce ile dil (Türk Dili ve Edebiyatı ve İngilizce) başarısı arasında bir ilişki olmadığını belirtmiştir. Literatür çalışmaları göz önüne alındığına öğrencilerin sayısal derslerde başarılı olmaları için olasılıklı ve kombinasyonel düşünce becerilerine sahip olmaları ve öğrenmeye biraz daha zaman ayırmaları gerekmektedir bu durumda öğrenciler çeşitli özel dersler almakta ve akranlarından yardım istemektedir, sayısal, eşit ağırlık ve sözel dersler

arasındaki bu farkların sayısal dersleri ağırlıkla çalışan öğrencilerin planlı çalışma becerisinin gelişmiş olmasına, ve sosyal ağ becerilerinin gelişmiş olduğunu düşünüyoruz.

Katılımcıların gelir düzeyleri değişkenine göre akademik öz disiplin açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Söz konusu bu farklılıklar gelir düzeyini yeterli ve yetersiz olarak belirten öğrenciler lehine belirginleşmiştir. Kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyumu açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir ($p<0,05$). Oluşan bu farkın gelir düzeyi çok yetersiz olan öğrencilerin maddi zorluklar, eğitim masrafları ve geleceğe dair belirsizliklere yönelik kaygıları olması ve gelir seviyesi yüksek öğrencilere göre daha fazla zorlukla başa çıkmak zorunda kalmalarının akademik öz disiplinlerini olumsuz etkilediğini düşünüyoruz. Bayram ve Yüceloğlu (2022) yürüttükleri çalışmada gelir düzeyinin yüksek olmasının yaşam doyumu olumlu etkilediğini ortaya koymaktadır. Slavinski ve arkadaşları (2021) burs alan öğrencilerin yaşam memnuniyeti bileşenlerinde daha yüksek memnuniyet bildirdiklerini tespit etmiştir, bu sonuçlar gelir düzeyinin yaşam memnuniyet/doyumu arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Ancak bizim çalışmamızda akademik yaşam doyumu ve gelir düzeyi arasında anlamlı bir fark tespit edilememesinin sebebinin akademik yaşam doyumu, yaşam doyumu akademik olarak özelleşmiş bir biçimi olmasından kaynaklandığını düşünüyoruz ve üniversitenin imkanlarının öğrenciler için maddi olarak ulaşılabilir olmasını ekliyoruz.

Katılımcıların işte çalışma durumlarına göre akademik öz disiplin ölçeğinin planlı çalışma alt boyutunda ve kariyer yetkinlikleri ölçeğinin ölçek toplam puanı ve tüm alt boyutları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur ($p<0,05$). Akademik öz disiplin ölçeği toplam puanı ve akademik yaşam doyumu açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir ($p<0,05$). Söz konusu bu farklılıklar alanına yönelik bir işte çalışan öğrencilerin planlı çalışma alt boyutu ve kariyer yetkinlikleri ölçek toplam puanı ve tüm alt boyutlarında çalışmayan öğrencilerden daha yüksek puanlar aldığını, alanı dışında bir işte çalışan öğrencilerin ise kariyer yetkinlikleri ölçek toplam puanı ve motivasyona yönelik farkındalık, kendini sunma, iş keşfi ve kariyer kontrolü ölçek alt boyut puanlarının çalışmayan öğrencilerden daha yüksek olduğunu göstermiştir. Ayrıca sosyal ağ alt boyutu için alanı dışında bir işte çalıştığını belirten öğrencilerin, alanına yönelik bir işte çalışan öğrencilere göre daha yüksek puan aldığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar eğitim hayatı devam ederken bir işte çalışmanın öğrencilerin kariyer yetkinliklerini kazanma açısından çalışmayan öğrencilere göre daha avantajlı durumda olduğunu göstermiştir. Muldoon (2009) yarı zamanlı ve gönüllü çalışmanın üniversite öğrencilerinin mezuniyet sonrası becerilerini ve diğer arzu edilen kişisel niteliklerini geliştirilmesi açısından faydalı bir yol olduğunu ve istihdam edilebilirliklerini arttırdığını belirtmiştir. Ayrıca öğrencilerin ders dışı başarılarının kurumsal olarak tanınmasından fayda sağladıklarını

belirtmiştir. Muldoon'un ulaştığı sonuçlar mevcut çalışmamızı destekler niteliktedir çünkü kariyer yetkinlikleri tanım olarak "Kariyer gelişiminin merkezinde yer alan, birey tarafından etkilenebilen ve geliştirilebilen bilgi, beceri ve yeteneklerdir" (Akkermans ve ark., 2013). Kariyer yetkinliklerini kazanmanın meslek hayatındaki başarıyı etkilemede ne kadar önemli olduğu göz önüne alınınca öğrencilerin yarı zamanlı çalışmasının eğitim müfredatında benimsenip entegre edilmesinin faydalı olacağını düşünüyoruz. Alanı dışında çalışan öğrencilerin, kendi alanına yönelik işlerde çalışan öğrencilere göre yüksek sosyal ağ becerisine sahip olmasının nedenini; okuduğu bölümde tanıdığı insanların üzerine alanı dışında tanıdığı insanların eklenmesine bağlıyoruz ve böylece öğrencilerin farklı alanlarda sosyal ağ becerileri yükseliyor. Yarı zamanlı işlerde çalışmanın avantajları olduğu gibi öğrencilerin eğitim ve çalışma arasındaki zaman dengesini kurmakta zorlandığını belirten araştırmalarda bulunmaktadır. Evans ve arkadaşları (2014) öğrencilerin eğitim alırken yarı zamanlı işlerde çalışmaya iten şeyin finansal gereklilik olduğunu, bazı öğrencilerin iş verenlerinin fazla mesai yapmaları için ikna etmelerine diğerlerinden daha açık olduğunu çünkü daha acil finansal kazançlar karşısında çalışmanın uzun vadeli faydasını göz ardı ettiğini ve bunun sonucu olarak eğitim ve çalışma arasındaki zaman dengesinin kuramamakta zorlandığını ve akademik başarılarının düştüğünü, birçok öğrencin yarı zamanlı işleri ile gelecekteki kariyerleri arasında bir bağlantı fırsatı göremediğini ve gelecekteki kariyer yönü hakkında belirsizlik yaşadığını belirtmiştir. Yarı zamanlı çalışmak kariyer yetkinliklerini kazanmak için önemlidir ancak iş verenlerin fazla mesai istekleri öğrencilerin akademik başarılarına engel olabilmektedir. Yarı zamanlı çalışmanın fayda/zarar dengesinde optimal seviyede uygulanması için eğitim müfredatı yarı zamanlı çalışmayı kapsayacak şekilde güncellenebilir.

Yapılan korelasyon testlerinde bulduğumuz sonuçlara göre akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyum ölçek toplam puanları için orta düzeyde ve bütün alt boyutlar için düşük/orta düzeyde pozitif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca akademik öz disiplinin kariyer yetkinliklerini yordadığı ve toplam varyansın %20 sini açıkladığı, akademik yaşam doyumu kariyer yetkinliklerini yordadığı ve toplam varyansın %18,5 ini açıkladığı, akademik öz disiplinin akademik yaşam doyumunu yordadığını ve toplam varyansın %11 ini açıkladığı sonucuna ulaştık. Yapılan literatür taramasında mevcut çalışmaya paralel ilerleyen çalışmalar bulunmaktadır. Şimşir (2020) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada öz disiplinin azim ve yaşam doyumunu doğrudan yordadığını belirtmiştir. Akkermans ve arkadaşları (2018) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada kariyer uyum yeteneği ve kariyer yetkinliklerinin öğrencilerin yaşam memnuniyeti ile doğrudan ve öğrenime katılım aracılığıyla pozitif ilişkili olduğunu belirtmiştir. Akkermans kariyer yetkinliklerinin öğrencilerin yaşam memnuniyetini doğrudan etkilediğini belirtmiştir, mevcut çalışmada akademik

yaşam doyumun kariyer yetkinliklerini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır bu sonuçlar birbirini desteklemektedir. Kong ve Yan (2014) deneysel öğrenme ve öğrenme memnuniyetinin kariyer yetkinlikleriyle pozitif bir ilişki içinde olduğunu ve öğrenme memnuniyetini arttırarak kariyer yetkinliklerini geliştirmenin kritik bir öneme sahip olduğunu belirtmiştir. Kong ve Yan öğrenme memnuniyeti ve kariyer yetkinlikleri arasında ilişki olduğunu belirtmiştir, mevcut çalışmada ise akademik yaşam doyumun kariyer etkinlikleri ile ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Literatürde yapılan çalışmalar ve mevcut çalışmanın sonuçları göz önüne alındığında akademik öz disiplini yüksek öğrencilerin kişiliğini geliştirmeye yönelik düşünce ve davranışlara odaklanmaları (Lievens ve Ark., 2009) ve hedeflerine ulaşmak için çabalamalarının kariyer yetkinliklerini geliştirmelerini sağladığını ayrıca bu çabanın getirdiği akademik başarıdan dolayı akademik yaşam doyumlarının yükseldiğini ve yüksek doyuma sahip öğrencilerin kampüsteki yaşam deneyimlerinin ve akademik ortama uyum kalitelerinin (Odacı, Kaya ve Kınık, 2021, Kumar ve Dileep, 2006) yüksek olmasının öğrencileri kariyer yetkinliklerini geliştirmek için motive ettiğini düşünüyoruz.

Sonuç

Sonuç olarak, spor bilimleri öğrencilerinin akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Özellikle cinsiyet, gano ve gelir düzeyinin akademik öz disiplini, bir işte çalışma durumunun kariyer yetkinliklerini, sınıf düzeyi ve öğrenim gördükleri bölüm değişkeni ile akademik yaşam doyumunu arasında belirgin etkileri olduğu tespit edilmiştir. İkamet edilen yer değişkeninin akademik öz disiplin, kariyer yetkinlikleri ve akademik yaşam doyumunu üzerinde doğrudan bir etkisi bulunmamıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda akademik öz disiplinin ve akademik yaşam doyumun yüksek tutulmasına yönelik politikalar geliştirilmesinin öğrencilerin kariyer yetkinliklerini geliştirmesinde ve bunun sonucu olarak iş hayatına başlamalarında ve devamında karşılaşılabilecekleri olumsuz sonuçların azaltılabileceğini ön görmekteyiz.

Öneriler

1. Öğrencilerin yarı zamanlı çalışmaya teşvik edilmesi;
 - a. Danışmalık hizmetleri verilmesi,
 - b. Seminer düzenlenmesi,
 - c. Öğrencilerin ders programlarına uygun esnek çalışma saatleri sunan işverenlerle iş birliği yapılması vb. gibi yöntemlerle öğrenciler yarı zamanlı çalışmaya teşvik edilebilir.
2. Öğrencilerin akademik öz disiplinlerinin arttırılması;

- a. Mentorluk programları düzenlemek,
 - b. Düzenli ve dikkat dağıtmayan bir çalışma ortamı sağlamak,
 - c. Başarıları ödüllendirme sistemi oluşturmak,
 - d. Öğrencilerin birbirlerine destek olabilecekleri çalışma grupları veya akademik kulüpler oluşturmak vb. gibi yöntemlerle öğrencilerin akademik öz disiplinleri geliştirilebilir.
3. Öğrencilerin akademik yaşam doyumlarının yükseltilmesi;
- a. Sergiler, tiyatro gösterileri, konserler gibi sanatsal etkinliklerin düzenlenmesi,
 - b. Akademik personel ve öğrenciler arasında açık bir geribildirim kültürü oluşturulmasını teşvik etmek,
 - c. Öğrencileri kampüs içinde ve dışındaki gönüllülük çalışmalarına ve yerel etkinliklere katılımını teşvik edilmesi,
 - d. Öğrencilerin teknolojiye erişimini kolaylaştırmak ve inovasyon merkezleri kurmak vb. gibi yöntemlerle öğrencilerin akademik yaşam doyumları yükseltilebilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Erciyes Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 28.05.2024

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 243

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmada tüm yazarlar eşit düzeyde katkı sağlamıştır.

Çatışma Beyanı

Yazarların arasında bu çalışma ile ilgili herhangi bir çatışma ya da çıkar bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akkermans, J., ve Tims, M. (2017). Crafting your career: How career competencies relate to career success via job crafting. *Appl. Psychol.* 66, 168–195. <https://doi.org/10.1111/apps.12082>
- Akkermans, J., Brenninkmeijer, V., Huibers, M., ve Blonk, R. W. B. (2013). Competencies for the contemporary career: Development and preliminary validation of the career competencies questionnaire. *Journal of Career Development*, 40(3), 245-267. <https://doi.org/10.1177/0894845312467501>
- Akkermans, J., Paradniké, K., Van der Heijden, B. I. J. M., ve De Vos, A. (2018). The best of both worlds: The role of career adaptability and career competencies in students' well-being and performance. *Frontiers in Psychology*, 9,1678. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01678>
- Antaramian, S. (2017). The importance of very high life satisfaction for students' academic success. *Cogent Education*, 4(1). <https://doi.org/10.1080/2331186x.2017.1307622>
- Bayram, L., ve Yüceloğlu Keskin, D. (2022). Analysis of life satisfaction of students studying at the faculty of sports sciences according to different variables. *European Journal of Special Education Research*, 7(2). <http://dx.doi.org/10.46827/ejse.v7i2.4107>
- Bear, G. G. ve Duquette, J. F. (2008). Fostering self-discipline. *Principal Leadership*, 9(2), 10-14.
- Bilginöğlu, E. (2019). The role of self-efficacy and work discipline on career satisfaction. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2019.10.02.40>
- Boehm, J. K., ve Lyubomirsky, S. (2008). Does happiness promote career success? *Journal of Career Assessment*, 16(1), 101–116. <https://doi.org/10.1177/1069072707308140>
- Butler, R. (2014). Motivation in educational contexts. *Advances in Child Development and Behavior*, 1–41. <https://doi.org/10.1016/bs.acdb.2014.05.001>
- Büyüköztürk Ş., Çakmak E. K., Akgün Ö. E., Karadeniz Ş., Demirel F., (2008) *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Cedaryana, Luddin, M. R., ve Supriyati, Y. (2018). Influence of work discipline, career development and job satisfaction on employee performance directorate general research and development of ministry research, technology and higher education. *International Journal of Scientific Research and Management*, 6. <https://doi.org/10.18535/ijssrm/v6i2.el02>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Demirtaş, Z. (2011). Lise öğrencilerinin bilimsel düşünme yeteneklerinin cinsiyet ve başarıları ile ilişkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1460-1471.
- Duarsa, A., Syuhada, I., ve Anulus, A. (2021). Association between self-discipline towards grade point average among medical students. Proceedings of the International Conference on Medical Education (ICME 2021). <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210930.021>.
- Duckworth, A. L., ve Seligman, M. E. P. (2006). Self-discipline gives girls the edge: Gender in self-discipline, grades, and achievement test scores. *Journal of Educational Psychology*, 98(1), 198–208. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.98.1.198>
- Duckworth, A. L., Taxer, J. L., Eskreis-Winkler, L., Galla, B. M., ve Gross, J. J. (2019). Self-control and academic achievement. *Annual Review of Psychology*, 70(1), 373-399. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-103230>
- Duckworth, A., ve Gross, J. J. (2014). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 319-325. <https://doi.org/10.1177/0963721414541462>
- Erduran Tekin, Ö., ve Şal, F. (2023). Akademik öz disiplin ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 12(4), 942-953. <https://doi.org/10.30703/cije.1262071>

- Evans, C., Gbadamosi, G., ve Richardson, M. (2014). Flexibility, compromise and opportunity: Students' perceptions of balancing part-time work with a full-time business degree. *The International Journal of Management Education*, 12(2), 80–90. <https://doi.org/10.1016/j.ijme.2014.02.001>
- Freire-Seoane, M. J., Pais-Montes, C., ve Lopez-Bermúdez, B. (2019). Grade point average vs competencies: which are most influential for employability? *Higher Education, Skills and Work-Based Learning*. <https://doi.org/10.1108/heswbl-04-2017-0027>
- Geng, H., ve Wei, H. (2023). The relationship between self-discipline and academic achievement of chinese undergraduate students in the e-learning environment. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 23(14). <https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i14.638>
- Görgülü, Z. ve Bozgeyikli, H. (2024). Kariyer yetkinlikleri ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliğinin incelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 14(2), 239-259. <https://doi.org/10.23863/kalem.2023.276>
- Hagger, M. S., ve Hamilton, K. (2018). Grit and self-discipline as predictors of effort and academic attainment. *British Journal of Educational Psychology*. <https://doi.org/10.1111/bjep.12241>
- Kong, H., ve Yan, Q. (2014). The relationship between learning satisfaction and career competencies. *International Journal of Hospitality Management*, 41, 133–139. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2014.05.013>
- Kuijpers, M. A. C. T., Schyns, B., ve Scheerens, J. (2006). Career competencies for career success. *The Career Development Quarterly*, 55(2), 168–178. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2006.tb00011.x>
- Kumar, P.K., ve Dileep, P. (2006). *Academic life satisfaction scale (ALSS) and its effectiveness in predicting academic success*.
- Lievens, F., Dilchert, S., ve Ones, D. S. (2009). The importance of exercise and dimension factors in assessment centers: Simultaneous examinations of construct-related and criterion-related validity. *Human Performance*, 22(5), 375–390. <https://doi.org/10.1080/08959280903248310>
- Muldoon, R. (2009). Recognizing the enhancement of graduate attributes and employability through part-time work while at university. *Active Learning in Higher Education*, 10(3), 237–252 <https://doi.org/10.1177/1469787409343189>
- Nogueira, M. J., Antunes, J. P., ve Sequeira, C. (2019). Development and psychometric study of the academic life satisfaction scale (ALSS) in a higher education students sample. *Nursing & Healthcare International Journal*, 3(2), 1-8. <https://doi.org/10.23880/nhij-16000183>
- Ocal, K. (2016). Predictors of academic procrastination and university life satisfaction among Turkish sport schools students. *Educational Research and Reviews*, 11(7), 482–490. doi:10.5897/err2016.2645
- Odacı, H., Kaya, F., ve Kınık, Ö. (2021). Akademik yaşam doyumu ölçeği'nin Türkçe versiyonu. *Ege Eğitim Dergisi*, 22(1), 1-15. <https://doi.org/10.12984/egedfd.793020>
- OECD. (2024, May 15) *Unemployment rates by education level (indicator)*. <https://www.oecd.org/en/data/indicators/unemployment-rates-by-education-level.html>
- Özer, M. ve Karabulut, Ö. Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatry*, 6(2), 72-74.
- Özer, Y., ve Anıl, D. (2011). Öğrencilerin fen ve matematik başarılarını etkileyen faktörlerin yapısal eşitlik modeli ile incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41(41), 313-324.
- Slavinski, T., Bjelica, D., Pavlović, D., ve Vukmirović, V. (2021). Academic performance and physical activities as positive factors for life satisfaction among university students. *Sustainability*, 13(2), 497. <https://doi.org/10.3390/su13020497>
- Şimşir, Z. (2020). Üniversite öğrencilerinin yaşamında öz-disiplin: azim, yaşam doyumu ve huzur bağlamında karma bir araştırma [Yayımlanmamış doktora tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., ve Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics* (Vol. 6, pp. 497-516). Boston, MA: Pearson.
- Trautwein, U., Lüdtke, O., Marsh, H. W., ve Nagy, G. (2009). *Within-school social comparison: How students perceive the standing of their class predicts academic self-concept*. *Journal of Educational Psychology*, 101(4), 853–866. <https://doi.org/10.1037/a0016306>
- Türkiye İstatistik Kurumu, (2023, May 15). *Yükseköğretim İstihdam Göstergeleri*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Yuksekogretim-Istihdam-Gostergeleri-2022-49600>
- Vara Ş. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumu ve genel yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi.
- Vecchione, M., Alessandri, G., ve Marsicano, G. (2014). Academic motivation predicts educational attainment: Does gender make a difference? *Learning and Individual Differences*, 32, 124–131. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.01.003>
- Virtanen, P., ve Nevgi, A. (2010). Disciplinary and gender differences among higher education students in self-regulated learning strategies. *Educational Psychology*, 30(3), 323–347. <https://doi.org/10.1080/01443411003606391>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Zimmerman, B. J., ve Kitsantas, A. (2014). Comparing students' self-discipline and self-regulation measures and their prediction of academic achievement. *Contemporary Educational Psychology*, 39(2), 145-155. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2014.03.004>