



Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi

Yıl: 2026 Sayı: (20) ss: 1-16

Academic Review of Economics and Administrative Sciences

Year: 2026 Issue: (20) pp: 1-16

<http://dergipark.org.tr/pub/ohuiibf/>

ISSN: 2564-6931

DOI: 10.25287/ohuiibf.1793016

Geliş Tarihi/Received: 29/09/2025

Kabul Tarihi/Accepted: 17/05/2026

Yayınlanma Tarihi/Published: 24/05/2026

Araştırma Makalesi

Research Article

ÖĞRENCİLERİN AKADEMİK ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNİN YAŞAM DOYUMU ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Abdurrahman AKMAN¹
Erkin ARTANTAŞ²

Öz

Özgüvenin bireylerin yaşamına olumlu katkıları bilimsel araştırmalara konu olmaktadır. Bu çalışmada, özgüvenin bireylerin yaşamı üzerindeki olumlu etkileri ile yaşam doyumu arasındaki ilişki ele alınmaktadır. Özgüven, bireylerin kendilerine olan inançlarını ve yetkinlik algılarını ifade ederken; yaşam doyumu, bireylerin yaşamlarından duydukları genel memnuniyet düzeyini yansıtmaktadır. Kendine güvenen ve akademik alanda başarı elde eden bireylerin, yaşamdan aldıkları doyumun artması beklenmektedir. Bu bağlamda araştırmada, öğrencilerin akademik özgüven düzeylerinin yaşam doyumu üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Osmaniye Meslek Yüksekokulu'nda öğrenim gören önlisans öğrencileri arasından seçilen toplam 292 katılımcıdan oluşmaktadır. Veriler, anket tekniği aracılığıyla toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SmartPLS programı kullanılarak varyans tabanlı yapısal eşitlik modellemesi (YEM) uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, öğrencilerin akademik özgüven düzeyleri ile yaşam doyumları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü güçlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca akademik özgüven düzeyinin cinsiyet ve sınıf değişkenlerine göre; yaşam doyumu düzeyinin ise sınıf ve öğrenim görülen alan değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları, akademik özgüvenin öğrencilerin genel yaşam memnuniyetini artırmada önemli bir rol oynadığını ortaya koymakta ve bu alandaki literatüre katkıda bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler : Akademik Özgüven; Özgüven; Yaşam Doyumu; Yaşam Tatmini.

Jel Sınıflandırılması : I31; I21.

¹Dr. Öğr. Üyesi, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Osmaniye MYO, Yönetim ve Organizasyon Bölümü, abdurrahmanakman@osmaniye.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7156-3172

² Dr. Öğr. Üyesi, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Osmaniye MYO, Yönetim ve Organizasyon Bölümü, erkinartantas@osmaniye.edu.tr, ORCID: 0000-0003-1628-9518

Atıf/Citation:

Akman, A. & Artantaş, E. (2026). Öğrencilerin Akademik Özgüven Düzeylerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi. Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Sayı 20, 1-16. <https://doi.org/10.25287/ohuiibf.1793016>

THE EFFECT OF STUDENTS' ACADEMIC SELF-CONFIDENCE LEVELS ON LIFE SATISFACTION

Abstract

The positive contributions of self-confidence to individuals' lives have been the subject of scientific research. This study examines the relationship between the positive effects of self-confidence on individuals' lives and life satisfaction. Self-confidence reflects individuals' belief in themselves and their perception of competence, while life satisfaction reflects the general level of satisfaction individuals derive from their lives. It is expected that individuals who are self-confident and achieve academic success will experience increased life satisfaction. In this context, the study examined the effect of students' academic self-confidence levels on life satisfaction. The relational survey model, one of the quantitative research methods, was used in the study. The study group consists of a total of 292 participants selected from among associate degree students enrolled at the Osmaniye Vocational School of Osmaniye Korkut Ata University. Data were collected using a survey technique. The data obtained was analysed using variance-based structural equation modelling (SEM) in SmartPLS. According to the analysis results, a statistically significant, positive, and strong relationship was found between students' academic self-confidence levels and their life satisfaction. Additionally, it was determined that academic self-confidence levels differed significantly according to gender and class variables, while life satisfaction levels differed significantly according to class and field of study variables. The findings reveal that academic self-confidence plays a significant role in enhancing students' overall life satisfaction and contribute to the relevant literature.

Keywords : Academic Self-confidence; Self-confidence; Life Satisfaction; Satisfaction with Life.

Jel Classification : I31; I21.

GİRİŞ

18-29 yaş aralığındaki bireyler olarak tanımladığımız genç yetişkinler, geç ergenlikten yetişkinliğe geçiş aşamasındadır (Arnett, 2000). Bu yaşam dönemine genellikle önemli çevresel değişikliklerin yanı sıra psikososyal gelişmeler de eşlik eder. Bu dönemde birçok genç yetişkin eğitim, iş, romantik ilişkiler veya kişisel gelişim için evden ayrılır. Genç yetişkinler bağımsızlık ve ailelerine daha az bağımlı hale gelme çabası içindeyken, yeni arkadaşlıklar kurmaya ve sosyal çevrelerini genişletmeye daha fazla önem verirler. Çevrelerindeki değişimlere ek olarak, genç yetişkinlik, yeni kişisel ve profesyonel ilişkilerin kurulması da dahil olmak üzere önemli gelişimsel dönüm noktalarıyla birlikte gelir. Genç yetişkin ilişkileri, sosyal ihtiyaçları karşılamamanın yanı sıra, yaşamın sonraki aşamalarında psikolojik ve sosyal gelişimin temelini oluşturur ve gelecek yıllarda refah ve dayanıklılığı sürdürebilecek bir destek ağı sağlar (Pei & Zaki, 2025: 127). Dünya genelinde genç yetişkinler, artan ruh sağlığı sorunlarıyla karşı karşıyadır. Bir zamanlar hayatın en mutlu evrelerinden biri olarak kabul edilen genç yetişkinlik, sıkıntılı bir döneme girmiş durumdadır. Kuzey Amerika ve Batı Avrupa'da gençler, artık diğer tüm yaş gruplarına kıyasla en düşük refah düzeyine sahip olduklarını ifade ediyor. Nitekim, 2024 Dünya Mutluluk Raporu, Amerika Birleşik Devletleri'nin mutluluk sıralamasındaki gerilemenin büyük ölçüde 30 yaş altındaki bireyler arasında gözlemlenen refah düzeyindeki belirgin düşüşten kaynaklandığını ortaya koymuştur. ABD Ulusal Üniversite Sağlık Birliği'nin 2023 yılı anketinde, üniversite öğrencilerinin yarısının önemli ölçüde yalnızlık hissettiği ve 2019'a kıyasla %4,7'lik bir artış görülmüştür. Yoğun kampüsler ve iletişimin yaygınlaştığı bir dünyaya rağmen, günümüz gençleri psikolojik iyilik hallerine yardımcı olabilecek bağlantılardan yoksun kalırken giderek daha fazla sıkıntı hissettiklerini bildirmiştir (Pei & Zaki, 2025: 126). Mutluluğun gücü insan sağlığı, ekonomik kalkınma ve genel olarak toplumsal ilerleme üzerindeki etkisi bakımından çok geniş kapsamlıdır. Savaş, yoksulluk ve eşitsizliğin hüküm sürdüğü bir dünyada mutluluk konusu çoğu zaman kolayca göz ardı edilebilmektedir. İnsanların hayatları hakkında nasıl hissettiklerinin değerlendirilmesi için sağlam bir küresel çerçeve oluşturmak üzere dünya mutluluk raporları açıklanmaktadır (De Neve, 2024). Dünya mutluluk raporuna göre 2024 yılında yaşam değerlendirmesinde Türkiye 147 ülke içerisinde 94. sırada yer almaktadır (WHP, 2025).

Üniversite örnekleme, akademik özgüven ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi araştırmak için ideal bir gruptur, çünkü üniversite eğitimsel olduğu kadar sosyal bir ortamdır. Öğrenciler kampüse geldiklerinde, üniversitenin sosyal yapısındaki konumları henüz yerleşmemiştir ve sosyal nişlerini bulup yeni sosyal bağlar geliştirmeleri gerekir. Birçok öğrenci için üniversite, keşif zamanıdır ve farklı grup bağlamlarında yeni sosyal etkileşimler için birçok fırsat ortaya çıkar (Harris, English, Harms, Gross & Jackson, 2017).

Öğrencilerin üniversitede kim olacakları ve üniversite deneyimlerinin farklı yönlerinden ne kadar memnun olacaklarının öncelikle üniversiteye girdiklerinde kim oldukları tarafından belirlenebileceği öne sürülmüştür (Lounsbury, Saudargas, Gibson & Leong, 2005).

Akademik özgüven öğrencilerin hem okul hayatlarında hem de okul sonrası iş hayatlarında onlara başarıyı getirecek bir faktördür. Kendine olan saygısını becerileriyle birleştirebilen ve gayret göstererek performansını artıran bireyler hedeflerine daha çabuk ulaşabilmektedirler. Bunu sağlamak isteyen bireylerin aile yaşamları, arkadaşlık ilişkileri, sosyal çevrelere katılım gibi aktiviteleri birlikte yürüterek amaçlarına ulaşabilmeleri olağandır. Amaçlarına ulaşan bireylerin de yaşamdan keyif almaları, mutlu olmaları ve böylece yaşam boyu yüksek seviyede doyuma ulaşmaları kaçınılmazdır. Öğrencilerin kendilerine olan özgüven seviyesini yüksek tutmak için farklı yollar vasıtasıyla kendilerine duydukları saygılarını ve yeteneklerini ön plana çıkarma noktasında onlara yardımcı olmak gerekmektedir. Kendi yeteneklerini ön plana çıkaran, bunları rahat kullanan ve kendilerine saygı duyan öğrenciler özgüveni pozitif yönde yüksek seviyeye çıkarabileceklerdir. Yöneticilere, öğreticilere, ailelere ve arkadaşlara yani her kademede sosyal çevrenin desteğine ihtiyaç duyulmaktadır.

Özellikle üniversite öğrencilerinin gelecekte beklenenlerinin yüksek tutulması arzulanır. Eğitimlerinin sonuna gelen öğrenciler kendilerine istihdam yaratacak kurumları bulma konusunda endişeli olmaları kaçınılmazdır. Onların bu endişeleri yaşam doyumlarını da yakından etkilemektedir. Öğrencilerin akademik özgüvenlerini artırmak için, yöneticiler, politikacılar ve iş insanları hep birlikte bir ülke politikası olarak buna yönelik, staj, kurs, eğitim seminerleri, istihdam sağlayacak iş alanları üretmezlerse öğrencilerin hayattan memnun olma seviyeleri oldukça düşük olacaktır. Bu bölümde, akademik özgüven ve yaşam memnuniyeti gibi öznel tutumların önemli bir rol oynadığı böyle bir çerçeve önerilmektedir. Genç yetişkinler arasında akademik özgüven ve yaşam doyum düzeylerinin araştırılarak literatüre katkı sağlanması amaçlanmıştır.

I. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Çalışmanın bu bölümünde özgüven, akademik özgüven, yaşam doyumu, yaşam memnuniyeti kavramlarına dair literatür taramasına yer verilmiştir. Ayrıca akademik özgüven ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilere dair yapılan çalışmalar incelenmiştir.

I.1. Özgüven ve Akademik Özgüven

Özgüven tanımlamaları ile ilgili yapılan çalışmalarda kişilerin kendisine olan güveni ön plana çıkarmaktadır. Yani kendi gücünün farkına varıp bunu pozitif yönde kullanarak kendine güven sağlamaya özgüven denilebilir (Kaya & Taştan, 2020). Karadoğan Doruk (2012), güveni bir beceri olarak tanımlarken, özgüveni ise bu becerilere haiz olmanın oluşturduğu güven olarak tanımlamaktadır. Farklı araştırmacıların tanımlamalarına göre özgüven; bireyin kişiliğini oluşturan en önemli kavramlardan biridir, bir aktiviteyi başarmak için gereken inançtır, bireyin kendisini değerli görme hissi, bireyin kendine ve çevresine uyum durumu, yeterli olma durumu şeklinde kavramlar üzerinde durulmuştur (Kaya & Taştan, 2020: 298).

Özgüveni etkileyen faktörler arasında daha çocukluk yıllarında başlayan ve aile içi davranışlar ve ilişkilerle şekillendirilen güven oldukça önem taşımaktadır. Daha o yıllarda kendilerine güven duyan bireyler ilerideki iş ve özel hayatlarındaki iletişimlerinde de başarıyı yakalayabilmektedirler (Karadoğan Doruk, 2012: 266). Özgüveni bireylerin kendi becerileri ve ortaya çıkan vasıfları olarak değerlendirirsek, akademik özgüveni ilgili öğrenme sahasındaki elde edeceği kazanımlar için göstereceği performansı, gayreti, tutum ve davranışları konusundaki inanma durumu olarak tanımlayabiliriz. Yani akademik alanda yapacağı faaliyetlerle ilgili becerileri ile sergileyeceği performansı sonucunda oluşan kendine güven duyma olarak ifade edebiliriz (Kalkan, Bakioğlu & Toprak, 2020). Akademik özgüven, bireyin kendini kabullenme, kendine saygı duyma ve kendi yeterliliği ile ilişkilidir. Ayrıca akademik özgüveni ölçerken cinsiyet, farklı şehirlerde okuma, anne eğitim durumunda bir farklılık görülmemekle birlikte yaş, okuduğu bölüm ve baba eğitim durumu ile sosyo ekonomik durumlarıyla ilgili anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (Eren, Peker, Erbaş & Ataoğlu, 2023).

Araştırma sonuçları özgüvenin öğrencileri mesleki başarıya götürmede önemli rol oynayacağını kanıtlamıştır. Özellikle ülke ekonomisine katkıda bulunacak olan genç nüfusun verimliliğinin artırılması önem arz etmektedir. Bunun için henüz mesleki faaliyetlerine başlamadan önce öğrencilerin okulda alacakları eğitimler ve gösterecekleri başarı önemlidir. İşte bu başarının yakalanması bireylerin

kendilerine olan özgüvenleri ile pozitif yönde bağlantılıdır. Kendinden emin ve özgüvenleri yüksek öğrenciler aldıkları eğitimlerde daha başarılı olabileceklerdir. Ancak bunun için okullarda stratejik yönetim sergilenerek öğrencilere dersler ve alacakları diğer eğitimleri sevdirecek projeler üretilmeli, özgüvenlerini kazanmaya yönelik uygulamalara ağırlık verilmelidir. Çünkü okullarından başarılı bir şekilde ayrılan özgüveni yüksek bireyler dolaylı olarak ülkenin ekonomik, sosyal vb. yönlerden kalkınmasına ve refahına katkıda bulunabileceklerdir (Noyan Yalman & Özkaynar, 2018).

Özgüven, karakter gelişiminde etkili olan temel insan ihtiyaçlarından biridir ve kişinin kendine ve yeteneklerine olan inancıdır. Öz saygı, yetenek ve hayal kırıklığı ve umutsuzluktan kaçınan, yetenekleri hakkında yanlış bir izlenime kapılmadan gerçekçi bir benlik anlayışıdır. Öz güvenin yanı sıra, öz saygı gerektiren faaliyetleri gerçekleştirme becerisi de önemlidir (Burger, 2001; Sadeghi, Hossein Niayfar, Azizi, Nejad & Babaei, 2016). Özgüven, her insanın yetenekleri ve kişisel değeri hakkındaki içsel duygusuyla ilgilidir. Kendine saygı, kişinin sahip olduğu genel insan özelliklerine dayanarak değerlendirilir ve yaşam sonucunun kişisel değeri, kişisel niyet ve ilkelere göre belirlenir (Sadeghi vd., 2016).

Akademik öz güven üzerinde cinsiyet, yaş, yerli ve yabancı olmanın anlamlı bir etkisinin olmadığı, öğrencilerin eğitim düzeyinin öz güven üzerinde anlamlı bir fark yarattığı tespit edilmiştir. Buna göre lisans öğrencileri, araştırma faaliyetlerine katılmak için akademik öz güvenlerinin en önemli faktörlerinin maddi ve manevi teşvikler olduğuna inanırken, yüksek lisans öğrencileri, araştırma faaliyetleri yürütmenin kendilerini en iyi öğrenciler olarak seçmeleriyle sonuçlanması durumunda akademik öz güven kazanacaklarına inanmaktadır. Ayrıca, doktora öğrencileri özgüveni, bilimsel makale yayınlama ve toplulukla ortak araştırma projelerine katılma gibi belirli akademik faaliyetler aracılığıyla elde etmişlerdir. Bu nedenle, üniversite ve araştırma kurumlarının doğru ve uygun politikaları fark edip uygulamasının, öğrencilerde akademik özgüven oluşturmak için gerekli olduğu sonucuna varılabilir (Sadeghi vd., 2016: 137). Ünver & Kılıç (2025: 178), tarafından yapılan çalışmada cinsiyetin akademik özgüven üzerinde bir etkisinin olmadığını ancak kendilerine özgüven duyan öğrencilerin diğerlerine göre derslerde daha başarılı olduklarını, motivasyon destekli akademik özgüvenin ise ders başarıları konusunda en üst düzeyde etki yaptığını tespit etmişlerdir.

Sadeghi vd. (2016), tarafından yapılan çalışmada Gulian Üniversitesindeki öğrencilerin akademik özgüvenlerini ve üniversitelerin rolünü araştırmışlardır. Araştırma sonuçları öğrencilerin akademik özgüvenin önemi konusunda yeterli bilgi sahibi olmadıklarını göstermiştir. Bu nedenle öğrencilerin başarılarına katkı sağlayacak olan akademik özgüven hakkında öğrencilerin bilinçlendirilmesi için üniversitelerin gerek kendi yönetimleri, araştırma merkezleri ile gerekse alacakları danışmanlık hizmetleriyle bu konuya önem vermeleri ve politikalar üretmeleri gerekmektedir.

Kendi yaşamlarını kontrol altında tutan ve gayretleri sonucu başarıya ulaşabileceklerine inanan öğrencilerin akademik özgüvenlerinin daha yüksek seviyede olduğunu göstermiştir. Aynı şekilde kendileri gibi eğitimi önemseyen hem sosyal açıdan hem de akademik yardımlaşma konusunda iyi ilişkilerde bulunan akranlarıyla çalışması sonucunda akademik özgüvende başarı seviyesinin arttığı görülmüştür. Aynı zamanda yönetici, öğretmen, bürokrat gibi eğitimin diğer yetkili unsurlarının öğrencilerin teşvik edilmesi, yol haritalarının belirlenmesinde yardımcı olmaları, stratejik hedef programları ile destek olmaları, motivasyonlarının artırılması gibi konularda ikili ilişkiler çerçevesinde katkılar sunmaları onlara danışmanlık yapmaları akademik özgüvenin kazanılmasında ve başarı seviyesinin yükselmesinde etkili olacaktır (Udo, Obot & Igiri, 2025).

Aynı zamanda öğrencilerin derslerini anlama ve sorunları çözme konularda yardım etmek gibi olumlu yönde yapılacak destek faaliyetlerinin akademik özgüvenlerine katkı sunacağı ve ders başarılarını artıracığı değerlendirilmektedir. Yani okul yönetimi ve öğretmenlerin koçluğunda verilecek destek faaliyetleriyle motivasyon artacak, adım adım başarıya doğru giden öğrencilerde performans artacak, akademik başarılar geldikçe akademik özgüven artacaktır. Bunun doğal sonucu olarak derslerdeki başarıda pozitif yönde artış gösterecektir. Araştırmada okul öncesi eğitim alanların diğerlerine göre daha başarılı oldukları da ayrıca gözlemlenmiştir. Bu durum eğitime başlamadan belli bir alt yapıya sahip olanları karşılarına çıkan sorunlarla daha kolay başa çıkabilmesine olanak sağlaması olarak düşünülebilir. Sonuç olarak araştırma sonuçları yüksek düzeyde olan akademik özgüvenin ders başarısını pozitif yönde etkilediğini göstermiştir (Ünver & Kılıç, 2025).

I.II. Yaşam Doyumu ve Yaşam Memnuniyeti

Yaşam doyumu ile yaşam memnuniyeti genel anlamda aynı kategoride değerlendirilmiştir. Yaşam memnuniyeti ancak 1960'lar ve hemen öncesinde anket araştırmalarına konu olarak gündeme gelmeye başlamıştır. O dönemde yapılan çalışmalarda yaşam memnuniyetinin ölçülüp ölçülemeyeceği konusunda çeşitli tartışmalar devam etmiştir. Anketlerin güvenilirliği ile ilgili şüpheler bulunmaktaydı (Veenhoven, 1996). Daha önceleri sadece anketlerle belirlenmeye çalışılan yaşam memnuniyeti ilk defa Neugarten, Havighurst & Tobin (1961), tarafından "yaşam memnuniyetinin ölçümü" adlı çalışmada ölçümlenmiştir. Öncelikle teorik olarak hem aktivite hem de kopuş teorisini test etmek üzere endeks geliştirmişlerdir. Diğer çalışmalara nispeten daha kısa ve kolay uygulanması olan bir ölçüm aracı geliştirmek istemişlerdir. Ölçümde iki bakış açısına odaklanmışlardır. Birinde açık davranış benimsenmiş, başarı ve yetkinlik gibi sosyal maddeler kullanılmıştır. Diğerinde bireyin içsel durumu vasıtasıyla sosyal katılım seviyesine göre değerlendirme yapılmıştır. Değişken olarak nitelendirilen maddeler halihazırdaki ve önceki hayatına dair kendisinin değerlendirmeleri, memnuniyetleri, mutlulukları olmuştur (Guldin, 1976: 15).

Veenhoven (1996: 3)'e göre, yaşam kalitesinin önemli göstergelerinden birisi de yaşam memnuniyetidir. Memnuniyet bireyin zihinsel olarak mutlu olma, memnun olma hali demektir. Yaşam memnuniyetinin yüksekliği hem zihinsel hem de fiziksel olarak iyi yönde gelişimi anlamına gelmektedir. Zaman içerisinde değişkenlik gösterebilmekle birlikte bireyin yaşamı boyunca bir bütün olarak değerlendirilmesini gerektirir ve yaşadığı hayattan zevk duyması ile hoşlanması demektir. Toros vd. (2023)'e göre, yaşam memnuniyeti, bireylerin aileleri, iş hayatları, eğitim hayatları, sağlık yaşamları vb. bir bütün olarak genel yaşamlarından ne kadar memnun olduğunu gösteren bir ölçüdür. Bu memnuniyet ölçüsünde geçmiş yaşamları ile şu anki ve gelecek beklentileri birlikte ele alınmaktadır. Yaşam kalitesini de yakından ilgilendiren yaşam memnuniyetinde hedefler ile elde edilenler arasındaki uyum oldukça önemli olmaktadır.

Bireyin daha yüksek düzeyde tatmin ya da mutluluk deneyimlemesi, tek boyutlu bir açıklamayla ele alınamayacak kadar çok katmanlı bir olgudur. Bu durum, hem bireyin içinde bulunduğu koşullara (örneğin sosyoekonomik durum, sosyal ilişkiler, yaşam olayları) hem de görece daha istikrarlı olan bireysel özelliklere (örneğin mizaç, kişilik yapısı ve genetik eğilimler) bağlı olarak şekillenmektedir. Dolayısıyla mutluluk ve yaşam doyumu, durumsal değişkenler ile bireysel yatkınlıkların etkileşimi sonucunda ortaya çıkan dinamik bir süreç olarak değerlendirilmelidir (Diener, Napa Scollon & Lucas, 2003). Yaşam doyumu, öznel iyi oluşun bilişsel bileşenini oluşturur; bir duygu değil, kişinin yaşam durumuna dayalı bir yargıdır (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Yaşam doyumundaki bireysel farklılıkları açıklamak için iki ana teorik yaklaşım ortaya atılmıştır: yukarıdan aşağıya (yani, kişiliğe dayalı) ve aşağıdan yukarıya (yani, duruma dayalı). Bu iki yaklaşımın göreceli değerini ve yukarıdan aşağıya modellerin altında yatan psikolojik süreçleri inceleyen çalışmada yukarıdan aşağıya yaklaşımla tutarlı olarak, meta-analitik bulgular, nevroz, dışa dönüklük, uyumluluk ve vicdanlılığın hem çeşitli alan doyumları hem de yaşam doyumuyla ilişkili olduğunu göstermektedir; ancak, aşağıdan yukarıya yaklaşımla tutarlı olarak, alan doyumları yaşam doyumuyla güçlü bir şekilde bağlantılı olduğu bulunmuştur (Heller, Watson & Ilies, 2004).

Kişilik araştırmaları, yaşam memnuniyeti yargılarının uzun zaman dilimleri boyunca oldukça istikrarlı olduğunu ve kişilik özellikleri tarafından tahmin edildiğini göstermektedir. İnsanların zaman içinde tekrarlanan yaşam memnuniyeti yargıları oluşturmak için aynı kaynaklara güvendikleri öne sürülmektedir. Bu kaynaklardan bazıları (örneğin, duygusal deneyimlerin anıları, akademik performans) yaşam memnuniyeti yargılarındaki istikrarı açıklayan istikrarlı bilgi sağlar. Öznel iyi oluşun bilişsel bileşenine, yani insanların kendi yaşamlarına ilişkin değerlendirmelerine odaklanmaktadır. Öznel iyi oluşun bu bileşeni genellikle yaşam memnuniyeti yargılarıyla değerlendirilir (örneğin, "hayatımdan memnunum" (Schimmack, Diener, & Oishi, 2002).

İnsanların başkalarıyla bağlantı kurup etkileşime girdikten sonra daha fazla mutluluk hissettiklerine dair güçlü kanıtlar sunulmaktadır. Başkalarıyla kurulan sosyal bağ, genç yetişkinlerin refahı için hayati önem taşır: Sosyal bağ, insanları stresin toksik etkilerinden korur ve genç yetişkinlik döneminde öznel refahı önemli ölçüde artırır. Genç yetişkinlik döneminde erken dönemde kurulan sosyal bağların uzun süreli etkileri vardır: Üniversite öğrencileri için, üniversitenin ilk birkaç haftasında arkadaşlıklar kurmak, başarılı olma olasılığını artırabilir ve sonraki yıllarda depresif belirtiler geliştirme olasılığını azaltabilir. Genç yetişkinlerin genel olarak daha yüksek düzeyde sosyal bağlantı ve sosyal destek bildirdiği

lkelerde, daha yüksek yaşam memnuniyeti bildirilmiştir. Ortalama olarak hem nicelik hem de nitelik açısından daha yüksek düzeyde sosyal bağlantı bildiren genç yetişkinler, yaşamlarından daha memnun hissetme eğilimindedir. Yakın oldukları en az bir kişi olduğunu bildiren bireyler, yakın teması olmayan bireylere göre %16 daha memnundur (Pei & Zaki, 2025: 136). Sosyal ilişkiler, özellikle genç yetişkinlerin uzunlamasına analizlerinde refahın önemli belirleyicileridir. Bir çalışmada, araştırmacılar 393 ABD'li öğrenciyi dört yıllık niversite eğitimleri boyunca çeşitli sosyal faktörler ve yaşam memnuniyeti açısından takip ettiler. Daha dışa dönük öğrenciler, üniversitede daha güçlü sosyal bağlantılar kurdukları için, dört yıl sonra daha yüksek yaşam memnuniyeti bildirdiler (Harris vd., 2017).

Yaşam memnuniyetindeki düşüş, en azından ortalama ulusal gelirinle, ekonomik büyümeyle açıklanamaz; zira kişi başına düşen gayrisafı yurtiçi hasıla, 2000'lerin ortalarından beri ABD ve Batı Avrupa'da artışta. Aksine, Amerikalılar ve Avrupalıların yaşadığı finansal güvensizlik ve yalnızlık duygularına bağlanabilir; bunlar, hasarlı bir toplumsal dokunun iki belirtisidir. Neredeyse tüm toplumsal kesimler, özellikle de kırsal kesim, eğitimsiz kesim ve oldukça çarpıcı bir şekilde genç nesil tarafından yönlendirilmektedir. Bu düşük yaşam memnuniyeti seviyesi, popülizmin üreme alanıdır ve aşırı sağın siyasi başarısının arkasında toplumsal güven eksikliği yatmaktadır. Yaşam memnuniyeti ve güven gibi öznel deneyimler, değerleri ve oy verme davranışlarını şekillendirmede geleneksel ideolojilerden veya sınıf mücadelesinden çok daha büyük bir rol oynadığı grlmştir. Avrupa'da, düşük yaşam memnuniyeti ve düşük toplumsal güvene sahip vatandaşlar, yani "anomics", aşırı sağ partilere oy verme eğilimindedir. Mutsuz insanlar siyasi yelpazenin u noktalarına çekilir. Düşük güven duyan insanlar genellikle aşırı sağda bulunurken, yüksek güven duyan insanlar aşırı sola oy vermeye daha yatkındır (Algan, Blanc & Senik, 2025: 195).

Araştırmalar, yaşam doyumunu ile öğrencilerin mutluluğu arasında anlamlı pozitif ilişki tespit etmiştir. Yani yaşam doyumunu yüksek seviyede olan öğrencilerin okullarında da mutlu olduklarını göstermiştir. Aynı zamanda akademik öz yeterliliğinde mutlulukla pozitif ilişkide bulunduğunu göstermiştir. Yani akademik öz yeterliliği ve yaşam doyumunu yüksek olan öğrenciler daha mutlu olmakta ve başarılarına etki yapmaktadır (Dş, 2023).

Araştırma sonuçları akademik personelin yaşam doyumlarının, cinsiyet, yaş durumu, medeni durum, hizmet yılı, kariyerlerine göre farklılık göstermediğini göstermiştir. Ancak mesleki açıdan doyumları ile yaşam doyumları arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Yani bireylerin mesleki doyumlarının artması onların yaşam doyum seviyelerini de artırmaktadır. Bu nedenle, personelin çalışma şartlarının maddi kazanç, fiziki ortam, bilimsel teşvikler vb. unsurlarla iyileştirilmesi ile mesleki doyumlarının artırılması sağlanabilir ve dolaylı olarak yaşam doyumlarının pozitif yönde yükseltilmesi sağlanabilir (Recepoğlu & lker Tümlü, 2015). Ancak bu durum farklı ğrenci gruplarında farklı tezahür edebilmektedir. Örneğin Küçükceran, Karalu, ayır, Küçükşen & ukur (2024), öğrencilik dönemlerinde yaşam doyumları daha yüksek olan öğrencilerin klinik yani mesleklerini icraya başladığı dönemlerden itibaren yaşam doyumlarının azaldığını tespit etmiştir. Bunun nedeni olarak ise kariyer seçim sonuçları ve yaşamak zorunda oldukları şehirlerin iki önemli etken olarak ortaya çıktığı grlmektedir. Öğrencilerin uzun süren eğitim süreçleri erken yorgunluk ve umutsuzluğu artırmakta ve onların yaşam doyumlarına olumsuz etki yapmaktadır. alışmalar yaşam doyumunun sağlıklı ve kaliteli yaşamla bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle tıp ğrencilerinde stres, endişe, umutsuzluk düzeylerinin yükselmesi ile birlikte yaşam doyumunda azalma olduğu tespit edilmiştir.

Yaşam doyumuna pozitif yönde katkı sağlayan etkenlerden birisi de bilinçli farkındalık olmaktadır. Bilinçli farkındalık ile yaşam doyumunu arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Bu nedenle yaşam doyumuna olumlu yönde katkı sağlayan bilinçli farkındalık konusunda niversite öğrencilerine akademik seviyede seminer, ders vb. eğitimler verilerek onlara katkı sağlanmalıdır (şahin, 2019: 170). Yine yaşam doyumunu etkileyen unsurlardan birisi de onları doyuma ulaştıracak aktivitelerdir. Örneğin in'de yaşayan i göçmenlerin genellikle refah seviyelerinin düşük olduğu, depresyon, geleceğe yönelik endişe gibi sorunlarla baş etmeye çalıştıkları grlmştir. Ancak yapılan çalışmalar bireylerin sosyal yaşama katılmalarının onların hem sosyal yaşamlarını hem de öz yeterliliklerini pozitif yönde etkilemiştir. Sonuç olarak canlı ma izleme, fiziksel egzersizler gibi spor etkinliklerinin yaşam memnuniyetini artırdığı tespit edilmiştir (Kan & Xie, 2024: 5). Ayrıca benzer şekilde Toros vd. (2023), araştırma sonuçları da dans, yürüme, yüzme vb. egzersiz yapan yaşlıların psikolojik durumlarında düzelme olduğunu, öz saygılarını kazandıkları, öz yeterliliklerini artırdıkları dolayısıyla yaşam memnuniyetlerinin arttığını göstermiştir. Cho & Cheon (2023), yaşlıların yaşam memnuniyetlerini

ölçtükleri araştırmalarında onların fiziksel aktivitelere katılımı veya egzersiz yapmaları sonucunda yaşam memnuniyetlerinin arttığını tespit etmişlerdir.

İspanyol öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada yaşam memnuniyetinin önemli derecede aile içi ilişkiler, arkadaş ilişkileri gibi sosyal kriterlere dayanan faktörlerle bağlantılı olduğunu ortaya koymuştur. Aynı zamanda iş yerlerinin sürdürülebilirlik kapsamında insana yakışır bir şekilde işe sahip olma durumu yaşam memnuniyetini pozitif yönde etkilemektedir. Öğrencilerin memnuniyetini düşüren önemli etkenlerden birisi yeterli olmayan ya da çok az olan istihdam olarak değerlendirilebilir. İşte bunun önüne geçebilmek için gerek üniversite yönetimlerin gerekse diğer kurum ve kuruluşların öğrencilerin bu tür algılarını kırabilmeleri lazım gelmektedir. Örneğin onların staj konularında veya istihdam konularında şirketlerle görüşülerek onlara yardımcı olmaları sağlanabilir. Bu durum onların hem motivasyonlarını yükseltecek hem de memnuniyetlerini artırabilecektir (Zammitti, Moreno-Morilla, Romero-Rodríguez, Magnano & Marcionetti, 2023).

Yaşam doyumu ile benzer manada kullanılan mutluluk ve öznel iyi oluş gibi kelimeler bulunmaktadır. Ancak öznel iyi oluşu simgeleyen mutluluk mevcut duygular ile psikolojik belirli lokal pozitif hisleri açıklarken yaşam doyumu kavramında yaşam boyu olan genel değerlendirme yer almaktadır. Yani bireyin kendini nasıl hissettiği, beklentilerinin ne derece iyi karşılanabildiği, istenilen kriterlerin ne derece karşılanabildiği gibi yaşamın bütünü değerlendirmeye alınmaktadır (Veenhoven, 1996: 6). Evli kadınlar üzerinde yapılan bir araştırma öz saygısı yüksek düzeyde olan bireylerin yaşam memnuniyetlerinin de yüksek düzeyde olduğunu göstermiştir. Kendilerine olan saygıları yüksek olan bireyler geliştirdikleri stratejilerle daha çok güven duymakta ve bu durum onların yaşam memnuniyetlerini etkilemektedir. Araştırma sonucunda ayrıca başkalarıyla olan ikili ilişkilerinde başarılı olanlar ve bir kaliteyi yakalayanlar yaşam memnuniyet düzeyini de pozitif yönde artırmaktadırlar. Gerek kendi becerileriyle ve gerekse aldıkları sosyal desteklerle aile, arkadaş, akraba ilişkilerinde iletişim becerilerini artıran bireylerin yaşam memnuniyetlerinin arttığı tespit edilmiştir (Poorbaferani, Mazaheri & Hasanzadeh, 2018). Yaşının farkında olan yine de sosyal spor aktivitelerine katılan yaşlıların bilinçli bir şekilde ve yaşamlarını tamamlayıcı olarak psikolojik açıdan kendilerini iyi hissetmelerine, yaşam kalitelerinin artmasına dolayısıyla yaşam memnuniyetlerinin artmasına katkı sağlamaktadır (Cho & Cheon, 2023).

I.III. Akademik Özgüven ve Yaşam Doyumu İlişkisi

Öğrencilerin başarısında önemli bir rol oynayan akademik özgüven sosyal açıdan öğrencinin doyuma ulaşmasında da önemli etkiye sahip olacaktır (Kalkan vd., 2020: 325). Yapılan araştırmada öğrencilerin hayallerini gerçeğe dönüştürebilecek güçte olduklarını ve bu düşünceye sahip oldukları tespit edilmiştir (Mohammed vd., 2017: 302). Nitekim araştırma sonuçları akademik başarı ile yaşam doyumu arasında ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Burada önemli konulardan birisi iyimserlik durumudur. Yani iyimserlik pozitif yönde arttıkça akademik başarı artmakta ve bu durum yaşam doyumunu pozitif yönde etkilemektedir. İleriki yaşamlarına umutla bakan ve geleceğinden umutlu olan bireylerin iyimserlik adı verilen düşünme seviyelerinin olumlu yönde artması onların akademik başarılarına katkı yapmaktadır. Akademik başarıları yüksek seviyede seyreden bireylerin ise yaşam doyumlarında anlamlı bir yükseliş görülmesi onların yaşamlarında huzurlu ve yaşamdan zevk duyan nitelikte bireyler olmalarına yol açmaktadır. Bu nedenle öğrencilerin iyimser ve mutlu olmaları açısından karşılaştıkları sorunlara çözüm bulmada yardımcı olunması onların hayata bakışını pozitif yönde etkileyecek ve akademik başarıyı beraberinde getirecektir (Erdoğan, 2021).

Bir başka araştırma sonucu öğrencilerin yapacakları mesleki faaliyetlerle ilgili daha önceden onlara ilgili konularda simülasyon yoluyla verilen eğitimlerin özgüvenlerini artırdığını ve memnuniyet seviyelerini yüksek düzeylere çıkardığını göstermiştir. Diğer araştırmalarda olduğu gibi bu araştırmada da öğrencilere özgüvenlerini kazanma ve artırma konusunda verilecek stratejik eğitim gibi destek faaliyetlerinin onların akademik özgüvenlerini artıracaklarını ve yaptıkları işten memnuniyet duyacaklarını göstermektedir (Moreno-Cámara, da-Silva-Domingues, Parra-Anguita & Gutiérrez-Sánchez, 2024: 1046). Pozitif yönden kuvvetli bir özgüven öğrencilerin akademik başarısını değişik şekil ve yöntemlerle artırabilir. Özellikle yüksek motivasyonla desteklenen özgüven akademik başarıyı da beraberinde getirebilir. Nitekim araştırmalar akademik başarı ile özgüven arasında pozitif bir ilişki olduğunu ve özgüvenin akademik başarıyı doğrudan etkilediğini göstermektedir (Kalkan vd., 2020: 337).

Dersler haricinde dış etkinliklere katılan öğrencilerin kendilerine olan özgüvenlerinin yüksek düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir. Ancak bunu yaparken derslerini aksatmamaları ve performanslarını yüksek düzeyde tutmaları gerekmektedir (Mohammed vd., 2017: 295). Kendi yeteneklerini keşfeden öğrenciler özgüvenlerini yükselterek akademik başarısını artırabilmektedirler. Özgüveni yükselten diğer bir unsur motivasyondur. Motivasyonu iyi olan özgüveni yüksek öğrencilerin sınavlarda daha başarılı oldukları görülmüştür. Öğrencilerin en temel özelliklerinden birisi de onların takdir edilme istekleri olup bu onları motivasyonlarını artıracak ve dolaylı olarak akademik başarılarına etki edecektir. Aksi takdirde motivasyonları düşecek, gittikçe başarıdan uzaklaşacak ve özgüven kaybı yaşayarak olumsuz etkileşime gireceklerdir (Kalkan vd., 2020: 321).

Öz saygı, öz yeterlilik ve iletişim becerileri yüksek olan bireylerin yaşam tatmin düzeylerinin daha yüksek olduğu Poorbaferani vd. (2018), tarafından yapılan çalışmada ortaya konmuştur. Şahin (2019), tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin bilinçli farkındalık düzeyleri ile yaşam doyumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuş ve bilinçli farkındalığın yaşam doyumunu etkilediği bulunmuştur. Toros vd. (2023), tarafından yapılan çalışmada yaşam memnuniyeti ile öz saygı arasında ve yaşam memnuniyeti ile öz yeterlilik arasında anlamlı pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Zammitti vd. (2023), tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin öz yeterliliğinin öğrenci yaşam doyumunu pozitif etkilediği bulunmuştur. Eren vd. (2023)'e göre, akademik özgüven, bireyin kendini kabullenme, kendine saygı duyma ve kendi yeterliliği ile ilişkilidir ve akademik özgüven ve aile yaşam doyumları arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca akademik özgüven ve aile yaşam doyum düzeylerinin cinsiyete ve okudukları bölüme göre değişmedikleri bulunmuştur.

Literatürdeki çalışmalardan hareketle aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur;

H1: Öğrencilerin akademik özgüven düzeyleri yaşam doyumunu pozitif yönde etkiler.

H2: Öğrencilerin akademik özgüven düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmaktadır.

H3: Öğrencilerin akademik özgüven düzeyleri sınıf düzeyine göre farklılaşmaktadır.

H4: Öğrencilerin akademik özgüven düzeyleri okudukları alana göre farklılaşmaktadır.

H5: Öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmaktadır.

H6: Öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri sınıf düzeyine göre farklılaşmaktadır.

H7: Öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri okudukları alana göre farklılaşmaktadır.

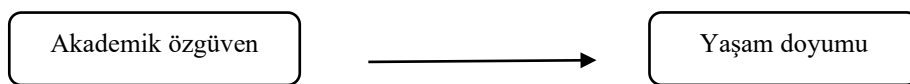
II. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin akademik özgüven düzeylerinin yaşam doyumları üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlayan nicel bir çalışmadır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli benimsenmiş olup, değişkenler arasındaki ilişkiler yapısal eşitlik modeli (YEM) aracılığıyla test edilmiştir. Bu bağlamda çalışma, kuramsal olarak belirlenen modelin ampirik verilerle doğrulanmasına dayanmaktadır. Bu kısımda araştırmada kullanılan yöntem, araştırma modeli, evren ve örneklem, ölçüm araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

II.I. Araştırma Modeli

Çalışmanın araştırma modeli Şekil 1'de gösterilmiştir.

Şekil 1.: Araştırma Modeli



II.II. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evreni Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Osmaniye Meslek Yüksekokulu öğrencilerinden oluşmaktadır. Örneklem yöntemi olarak olasılıklı olmayan kolayda örneklem yöntemiyle seçilen 292 öğrenci çalışmanın örneklemi oluşturmaktadır.

II.III. Kullanılan Ölçekler

Kişisel bilgilerde öğrencilerin cinsiyet (erkek-kadın), sınıf düzeyi (1. sınıf- 2. sınıf) ve okudukları alan (sözel alanlar-sayısal/teknik alanlar) bilgisine yer verilmiştir.

Yaşam tatmini ölçeği: Diener, Emmons, Larsen & Griffin (1985), tarafından geliştirilen ve Bekmezci & Mert (2018), tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ölçekte, 1 boyut, 5 ifade yer almaktadır. Ölçekte yer alan örnek ifadeler şu şekildedir: “ideallerime yakın bir yaşantım vardır”, “yaşamımdan memnunum”. Ölçeğin cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.876 olarak bulunmuştur.

Akademik özgüven ölçeği: Kalkan vd. (2020), tarafından geliştirilen 5 alt boyut ve 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları şunlardır: akademik öz-yeterlik inancı (8 madde), akademik sosyal yeterlik (5 madde), akademik itibar (4 madde), akademik motivasyon (4 madde), akademik sosyal doyum (4 madde). Ölçekte yer alan örnek ifadeler şu şekildedir: “derslerinde başarılı olduğuma inanıyorum”, “derslerdeki başarımla kendimi değerli görmemi sağlıyor”. Ölçeğin cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.92 olarak bulunmuştur.

III. BULGULAR

Bu kısımda araştırma neticesinde elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1.: Katılımcı Bilgileri

Değişkenler (N=292)	f (%)	Yaşam doyumu			Akademik özgüven		
Cinsiyet		Ortalama	Standart Hata	t-testi p	Ortalama	Standart Hata	t-testi p
Erkek	124 (%42,5)	2,900	0,084	0,770	3,200	0,067	0,010
Kadın	168 (%57,5)	2,930	0,065		3,400	0,042	
Sınıf							
1. sınıf	148 (%50,7)	3,146	0,068	0,000	3,410	0,055	0,017
2. sınıf	144 (%49,3)	2,689	0,073		3,230	0,051	
Okudukları alan							
Sözel alanlar	160 (%54,8)	2,750	0,074	0,000	3,320	0,056	0,970
Sayısal / teknik alanlar	132 (%45,2)	3,127	0,066		3,322	0,050	

Çalışmaya katılan bireylerin %42,5'i erkek ve %57,5'si kadındır. Katılımcıların %50,7'si birinci sınıf, %49,3'ü ikinci sınıf öğrencisidir. Okudukları alanlara dağılımlarına bakıldığında %54,8'i sözel alanlar ve %45,2'si sayısal/ teknik alanlarda olduğu görülmektedir.

Cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla (sırasıyla $3,40 \pm 0,042$ 'e karşı $3,20 \pm 0,067$ (t-testi, $p < 0,05$)) akademik özgüven düzeyi ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı ve daha yüksektir (H_2 hipotezi kabul). Yaşam doyumu düzeyinde cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p > 0,05$) (H_5 hipotezi red).

Sınıf düzeyi değişkeni açısından bakıldığında, 1. sınıf öğrencilerin 2. sınıf öğrencilere kıyasla (sırasıyla $3,146 \pm 0,068$ 'e karşı $2,689 \pm 0,073$ (t-testi, $p < 0,001$)) akademik özgüven düzeyi ortalamalarında (H_3 hipotezi kabul) ve yaşam doyumu düzeyi ortalamalarında 1. sınıf öğrencilerin 2. sınıf öğrencilere kıyasla (sırasıyla $3,410 \pm 0,055$ 'e karşı $3,230 \pm 0,051$ (t-testi, $p < 0,05$)) istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (H_6 hipotezi kabul).

Okudukları alan değişkeni açısından bakıldığında, sayısal / teknik alanlarda okuyan öğrencilerin sözel alanlarda okuyan öğrencilere kıyasla (sırasıyla $3,127 \pm 0,066$ 'ya karşı $2,75 \pm 0,074$ (t-testi, $p < 0,01$)) yaşam doyumu ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı ve daha yüksektir (H_7 hipotezi kabul). Akademik özgüven düzeyinde okudukları alana göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p > 0,05$) (H_4 hipotezi red).

Araştırma modelinin analizine geçmeden önce araştırmaya ilişkin olarak geçerlik ve güvenirlik analizleri aşamasında araştırmanın iç tutarlılık güvenirliği, birleşme geçerliği ve ayrışma geçerliği ayrı ayrı analiz edilmiştir. İç tutarlılık güvenirliği analizi için Cronbach Alfa ve birleşik güvenirlik olarak ifade edilen CR “Composite Reliability” katsayıları hesaplanmıştır. Birleşme geçerliği analizi için faktör yük değerleri ve açıklanan ortalama varyans AVE “Average Variance Extracted” değerleri hesaplanarak

incelenmiştir. Ayırışma geçerliği analizi için Fornell-Larcker ve HTMT “Heterotrait-Monotrait Ratio” değerleri kullanılmıştır. İç tutarlık güvenilirliği analizinde Cronbach Alpha ve CR değerlerinin 0,70’e eşit ya da büyük olması, faktör yük değerlerinin 0,70’e eşit ya da büyük olmalı veya faktör yük değerleri 0,40 ile 0,70 arasında ise AVE değerlerinin kontrol edilmesi gerekmektedir. Bu durumda AVE’nin “açıklanan ortalama varyans değeri” 0,50 eşit ya da büyük olarak gerçekleşmesi beklenmektedir (Doğan, 2019; Hair vd., 2021). Tablo 2’de araştırmaya ait değişkenlerin iç tutarlık güvenilirliği ile birleşme geçerliği analiz sonuçlarına ait değerlere yer verilmiştir.

Tablo 2.: Araştırma Modelinin Ölçüm Sonuçları

Gizli Değişkenler	İfadeler	Faktör Yükleri	Cronbach Alfa Katsayısı	CR Katsayısı	AVE Değerleri
Akademik özgüven	AÖ1	0,682	0,890	0,895	0,570
	AÖ14	0,746			
	AÖ15	0,751			
	AÖ3	0,905			
	AÖ6	0,661			
	AÖ7	0,762			
Yaşam doyumu	YD1	0,724	0,853	0,872	0,587
	YD2	0,555			
	YD3	0,806			
	YD4	0,930			

Tablo 2’de araştırma modelinin ölçüm sonuçları gösterilmiştir. Tablodaki ölçüm değerleri incelendiğinde, Cronbach Alfa katsayıları 0,853 ile 0,890 arasında; CR katsayıları 0,872 ile 0,895 arasında gerçekleşmesi nedeniyle iç tutarlık güvenilirliği sağlanmıştır. Faktör yük değerleri incelendiğinde 0,555 ile 0,930 arasında; AVE değerleri 0,570 ile 0,587 arasında değer aldığı görülmektedir. Faktör yüklerinin 0,40 ile 0,70 arasında olması durumunda AVE ve CR değerlerinin eşik değerinin üzerinde olması aksi durumda ifadelerin modelden çıkarılması önerilmektedir (Hair vd., 2021). Ölçülen AVE ve CR değerlerinin eşik değerinin altında kalan akademik özgüven için ao2, ao4, ao5, ao8, ao9, ao10, ao11, ao12, ao13, ao16, ao17, ao18, ao19, ao20, ao21, ao22, ao23, ao24, ao25 ifadeleri; yaşam doyumu için yd5 ifadesi modelden çıkarılarak böylece birleşme geçerliği de sağlanmıştır. Araştırma ölçeğinin ayırışma geçerliği Fornell & Larcker (1981) ile Henseler, Ringle & Sarstedt (2015), tarafından önerilen HTMT kriterleri kullanılarak analiz edilmiştir. Tablo 3 ve Tablo 4’te ayırışma geçerliği analiz sonuçları yer almaktadır.

Tablo 3.: Fornell ve Larckell Kriteri ile Hesaplanan Ayırışma Geçerliliği Sonuçları

	Akademik özgüven	Yaşam doyumu
Akademik özgüven	0,755	
Yaşam doyumu	0,552**	0,766

**p<0,01

Tablo 3’te araştırma ölçeğinin ayırışma geçerliği analiz sonuçlarına yer verilmiştir. Fornell & Larcker (1981), araştırmadaki değişkenlerin ortalama varyans değerlerinin “AVE” karekökü, gizli değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarından büyük olması gerektiğini açıklamışlardır. Tablo 3’te yer alan matrisin köşegen değerleri gizli değişkenlerin AVE değerlerinin karekökü olup, bu değerlerin gizli değişkenlerin birbirleriyle olan korelasyon katsayılarından büyük olması nedeniyle araştırma ölçeğinin ayırışma geçerliliği sağlanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin akademik özgüvenleri ile yaşam doyum düzeyleri ($r=0,552$, $p<0,01$) arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir.

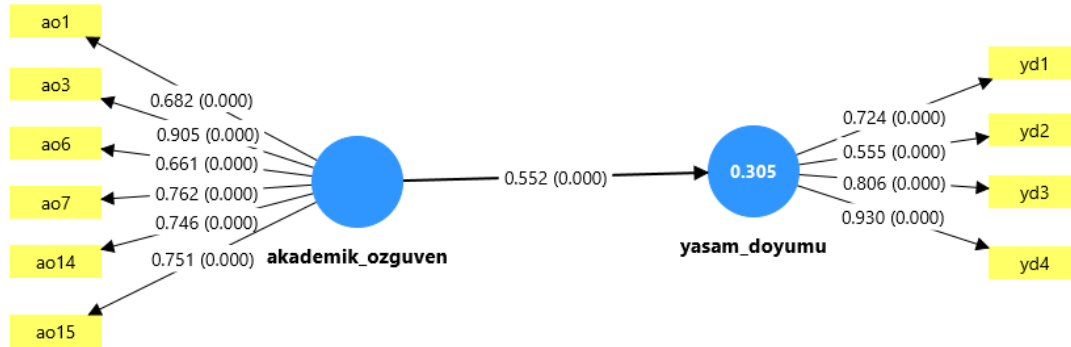
Tablo 4.: HTMT Kriteri ile Hesaplanan Ayırışma Geçerliliği Sonuçları

	Akademik özgüven	Yaşam doyumu
Akademik özgüven		
Yaşam doyumu	0,537	

Henseler vd. (2015), HTMT “Heterotrait-Monotrait Ratio” kriterinin araştırmada yer alan tüm gizli değişkenlerin korelasyonlarının ortalamasının aynı değişkene ait korelasyonların geometrik ortalamasına bölünmesiyle ile hesaplanacağını belirtmiş, HTMT değerinin 0,85’in altında olması gerektiğini ifade etmiştir. Tablo 4’teki HTMT değerleri incelendiğinde araştırma ölçeğinin ayırma geçerliğinin sağlandığı görölmektedir.

Araştırmanın amacına uygun olarak geliştirilen hipotezlerini test etmek amacıyla varyans temelli YEM modeli kullanılmıştır. Araştırmanın analizi kısmi en küçük kareler yol analizi ile gerçekleştirilmiştir. Path “yol” katsayılarının anlamlılıkları, yeniden örnekleme “bootstrapping” yöntemi kullanarak örneklemden 5000’er olmak üzere örnekleme seçilerek değerlendirilmiştir. Araştırmanın analizine ilişkin varyans temelli YEM modeli şekil 1’de gösterilmiştir.

şekil 2.: Araştırmanın Varyans Temelli YEM Modeli



Tablo 5.: Araştırmanın Varyans Temelli YEM Modelinin Path Katsayıları

Değişkenler	Standardize β katsayısı	Standart Hata	t değeri	P değeri	Hipotezler
<i>Akademik özgüven</i> → <i>Yaşam doyumu</i>	0,552	0,062	8,895	0,000	H ₁ desteklenmiştir

Araştırma modeline ilişkin olarak ilk aşamada path katsayılarının anlamlılığı test edilmiştir. Tablo 5’te göröldüğü üzere akademik özgüven düzeyinin yaşam doyumu üzerinde pozitif yönlü bir etkisi olduğu yönündeki kurulan H₁ hipotezinin ([$\beta=0,552$; $p<0,001$]) desteklendiği anlaşılmıştır.

SONUÇ VE DEğERLENDİRME

Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Osmaniye Meslek Yüksekokulu’nda kayıtlı bulunan öğrencilerin akademik özgüven ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla anket yöntemi kullanmak suretiyle toplanan ve analiz edilen veriler neticesinde akademik özgüven düzeyinin öğrencilerin yaşam doyumunu pozitif etkilediği tespit edilmiştir (H₁ hipotezi kabul). Bu çalışmanın beklenen sonuçlarından birisidir. Akademik özgüveni yüksek olan öğrencilerin yaşam doyumlarının anlamlı olarak daha yüksek tespit edilmiştir. Literatürde Erdoğdu (2021), tarafından yapılan çalışmada da akademik başarı notlarının öğrencilerin yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediği bulunmuştur. Eren vd. (2023), tarafından yapılan çalışmada aile yaşam doyumunu ile akademik özgüven arasında pozitif anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Kan & Xie (2024: 5), tarafından yapılan çalışmada bireylerin öz yeterliliklerinin yaşam memnuniyetini artırdığı tespit edilmiştir. Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında öz saygı, öz yeterlilik ve iletişim becerileri yüksek olan bireylerin yaşam tatmin düzeylerinin daha yüksek olduğu Poorbaferani vd. (2018), tarafından yapılan çalışmada ortaya konmuştur. şahin (2019), tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin bilinçli farkındalık düzeyleri ile yaşam doyumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuş ve bilinçli farkındalığın yaşam doyumunu etkilediği bulunmuştur. Toros vd. (2023), tarafından yapılan çalışmada yaşam memnuniyeti ile öz saygı arasında ve yaşam memnuniyeti ile öz yeterlilik arasında anlamlı pozitif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Zammitti vd. (2023), tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin öz yeterliliğinin öğrenci yaşam doyumunu pozitif etkilediği bulunmuştur. Sonuç olarak akademik öz yeterliliği ve yaşam doyumunu yüksek olan öğrenciler daha mutlu olmakta ve başarılarına etki yapmaktadır (Döş, 2023).

Akademik özgüven düzeyi ortalamalarına cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında, kadın öğrencilerin ortalamaları erkek öğrencilere kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı ve daha yüksektir (H_2 hipotezi kabul). Bu bulgu, incelenen örnekleme akademik özgüven düzeyinin cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaştığını ve kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek akademik özgüvene sahip olduğunu göstermektedir. Söz konusu farklılık, akademik uyum, motivasyon düzeyi ve eğitim sürecinde edinilen geri bildirimler gibi faktörlerle ilişkilendirilebilir. Bu sonuçları destekler nitelikte olan Ezmeçi (2012), tarafından gerçekleştirilen çalışmada ilkokul birinci sınıfa giden kız öğrencilerin özgüven düzeylerinin erkek öğrencilerin anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Buna karşın Noyan Yalman & Özkaynar (2018), tarafından yapılan çalışmada özgüven seviyeleri açısından erkekler ile kızlar arasında bir farklılık olduğu ve bu farklılığın erkekler lehine olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Gürler (2015), tarafından yapılan çalışmada özgüven düzeylerinde erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer yandan Eren vd. (2023), tarafından yapılan çalışmada akademik özgüvende cinsiyete göre bir farklılık tespit edilmemiştir. Yine Sadeghi vd., (2016) tarafından yapılan çalışmada akademik özgüven düzeylerinin cinsiyete göre değişmediği bulunmuştur. Literatürde özgüven ile cinsiyet arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalarda aralarında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür (Çakır, Kan & Sünbül, 2006; Turan-Başoğlu, 2007; Tezci, 2010; Bilgin, 2011; Çelik, 2014; Karademir, 2015; Patır-Erkek, 2016; Öztürk, 2017; Moreno-Cámara vd., 2024; Ünver & Kılıç, 2025).

Yaşam doyumu düzeyinde cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (H_5 hipotezi red). Bu bulgu, ilgili örnekleme yaşam doyumu düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını ve yaşam doyumunu açıklamada cinsiyet değişkeninin sınırlı bir rol oynadığını göstermektedir. Bununla birlikte, yaşam doyumunun daha çok bireysel, sosyal ve ekonomik faktörler tarafından şekillendiği söylenebilir. Literatürde yapılan çalışmalar da bu sonucu destekler nitelikte olup, akademik personelin yaşam doyumları cinsiyete göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Recepoğlu & Ülker Tümlü, 2015). Tıp fakültesi öğrencilerinde yaşam doyumunun sınıfa göre farklılık göstermemektedir (Küçükceran vd., 2024). Benzer şekilde Eren vd. (2023), tarafından yapılan çalışmada aile yaşam doyumunda cinsiyete göre bir farklılık tespit edilmemiştir.

Sınıf düzeyi değişkeni açısından bakıldığında, 1. sınıf öğrencilerin 2. sınıf öğrencilere kıyasla akademik özgüven düzeyi ortalamalarında (H_3 hipotezi kabul) ve yaşam doyumu düzeyi ortalamalarında 1. sınıf öğrencilerin 2. sınıf öğrencilere kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (H_6 hipotezi kabul). Hem akademik özgüvende hem de yaşam doyumunda sonuçların bu şekilde çıkması beklenti dışıdır. Çünkü sınıf düzeyi arttıkça bu değerlerin artması beklenirken, bu değerlerin azalması düşündürücüdür. Ancak 1. sınıf öğrencileri üniversiteye yeni başlamanın getirdiği motivasyon, umut ve beklentiyle hem akademik özgüven hem de yaşam doyumu açısından daha yüksek düzeyler sergileyebilir. 2. sınıf öğrencileri mezuniyet, iş bulma kaygısı ve artan akademik zorluklarla karşılaştıkça hem özgüvenlerinde hem de yaşam doyumlarında düşüş yaşayabilirler. İlk yıl daha iyimser olan öğrenciler, zamanla kendi akademik yeterliklerini daha gerçekçi değerlendirmeye başlayabilir; bu da özgüven ve doyum düzeylerinde görece bir azalmaya yol açabilir. Eğitim sürecinin ilerlemesiyle ortaya çıkan akademik yorgunluk veya rutinleşme, özellikle 2. sınıf öğrencilerinde yaşam doyumunu olumsuz etkileyebilir. Benzer şekilde üniversitenin sağladığı sosyal imkanların kısıtı, bulunduğu şehrin imkanlarının yetersizliklerin etkili olduğu düşünülmektedir. Bu sonucu destekler nitelikte olan literatürde Küçükceran vd., (2024) tarafından yapılan çalışmada okudukları sınıf ile yaşam doyumu puanı arasında negatif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiş olup, preklinik sınıflarda okuyan öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri altıncı sınıf (intern)c'da okuyan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Yaşam doyumu ortalamalarına okudukları alan değişkeni açısından bakıldığında, sayısal / teknik alanlarda okuyan öğrencilerin puanları sözel alanlarda okuyan öğrencilere kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı ve daha yüksektir (H_7 hipotezi kabul). Elde edilen bulgular, öğrencilerin öğrenim gördükleri alanın yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir farklılaşma yarattığını göstermektedir. Bu doğrultuda, sayısal/teknik alanlarda öğrenim gören öğrencilerin daha yüksek yaşam doyumu düzeyine sahip olmaları; söz konusu alanların sunduğu istihdam olanakları, gelir beklentisi ve gelecek güvencesi gibi faktörlerle ilişkilendirilebilir. Buna karşın Şahin (2019), tarafından yapılan çalışmada fakülte değişkeni açısından yaşam doyumu puan ortalamalarında anlamlı bir farklılıklar tespit edilmiş olup, buna göre insan ve toplum bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyi, mühendislik ve doğa bilimleri fakültesi öğrencilerinden daha yüksektir. Diğer yandan Eren vd., (2023) tarafından yapılan çalışmada aile yaşam doyumu ölçeği ile okudukları bölümler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Akademik özgüven düzeyinde okudukları alana göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (H₄ hipotezi red). Elde edilen bulgular, öğrencilerin öğrenim gördükleri alanın akademik özgüven düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılaşma yaratmadığını göstermektedir. Bu durum, akademik özgüvenin alan değişkeninden ziyade bireysel özellikler ve eğitim sürecine ilişkin deneyimlerle daha yakından ilişkili olabileceğine işaret etmektedir. Benzer şekilde Eren vd., (2023) tarafından yapılan çalışmada akademik özgüvende okudukları bölümler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Benzer şekilde Gürler (2015), tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin özgüven düzeylerinin okudukları bölüme göre değişmediğini göstermektedir. Karademir (2015), tarafından yapılan çalışmada da okudukları program türüne göre öğrencilerin özgüven düzeyi değişmemektedir.

Bu araştırmada, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Osmaniye Meslek Yüksekokulu öğrencileri örnekleminde akademik özgüven ile yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen bulgular, akademik özgüven düzeyinin yaşam doyumunu pozitif yönde ve orta düzeyde etkilediğini ortaya koymakta; bu durum, öğrencilerin akademik yeterliklerine ilişkin algılarının genel iyi oluş halleri üzerinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Ayrıca, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerinin akademik özgüven üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar yarattığı belirlenmiştir. Buna karşın, yaşam doyumu açısından değerlendirildiğinde, sınıf düzeyi ve öğrencilerin öğrenim gördükleri alanın anlamlı farklılaşmalara yol açtığı tespit edilmiştir.

Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, öğrencilerin hem akademik hem de öznel iyi oluş düzeylerinin çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu ve farklı demografik ile eğitsel değişkenlerden etkilendiği anlaşılmaktadır. Özellikle akademik özgüvenin yaşam doyumu üzerindeki pozitif etkisi, yükseköğretim kurumlarında öğrencilerin akademik yeterlik algılarını güçlendirmeye yönelik destekleyici uygulamaların önemine işaret etmektedir. Bu doğrultuda, eğitim ortamlarının öğrencilerin özgüvenlerini artıracak şekilde yapılandırılması ve farklı öğrenci gruplarının ihtiyaçlarına duyarlı politikaların geliştirilmesi önerilmektedir. Eğitimcilerin, idarecilerin, yakın sosyal çevresinin öğrencilerin yaşam doyumunu arttırmak için akademik özgüven düzeylerinin artırılmasına yönelik adımlar atmalıdır. Atılacak olan bu adımlar bireylerin öz saygısı, öz yeterlilik ve iletişim becerilerinin iyileştirilmesi, öğrencilerin bilinçli farkındalık düzeylerinin artırılması, daha dışa dönük öğrenci olmaları ve üniversitede daha güçlü sosyal bağlar kurmalarına yardımcı olacak etkinlikler düzenlenerek öğrencilerin yaşam memnuniyet düzeylerinin artırılması hedeflenmelidir.

Bu çalışmanın sonuçlarını yorumlarken bazı sınırlılıklar göz önünde bulundurulmalıdır. İlk olarak, veriler tek bir şehirde ve yalnızca ön lisans öğrencilerinden toplandığından, bulgular diğer şehir, ülke ve eğitim düzeylerinde gerekli özen gösterilerek uygulanmalıdır. Diğer üniversite öğrencilerinin akademik özgüven ve yaşam doyumu deneyimleri ve görüşleri farklılık gösterebilir.

Etik Beyanı	<i>Yazar(lar), çalışmanın hazırlanma süreçlerinin tamamında etik kurallara uyduğunu (uyduklarını) açıkça beyan eder(ler). Aksi bir durumun tespiti halinde ÖHÜİBF Dergisinin hiçbir sorumluluğu bulunmamakta olup, bütün sorumluluk çalışmanın yazar(lar)ına aittir. Bu araştırmayı yürütmek için Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma Etik Kurulu Başkanlığının 14.08.2025 tarihli ve E.249011 sayılı yazısında etik kurul onayı alınmıştır.</i>
Yazarların Katkıları	<i>Abdurrahman Akman, bu çalışmada I, II, III bölümlerinde ve veri toplama, analiz aşamalarında katkı sağlamıştır. Erkin Artantaş, bu çalışmada I, II, III bölümlerinde ve veri toplama, analiz aşamalarında katkı sağlamıştır. 1. yazarın katkı oranı %50, 2. yazarın katkı oranı ise %50'dir</i>
Çıkar Beyanları	<i>Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.</i>
Teşekkür (eğer varsa)	<i>Yayın sürecinde katkısı olanlar hakemlere ve editöre teşekkür ederiz.</i>
Ethics Statement	<i>The author(s) declare that all ethical principles and rules were strictly observed throughout every stage of the preparation of this study. In case of any violation, ÖHÜİBF Journal is under no responsibility, and all responsibility rests solely with the author(s). To conduct this research, ethical approval was obtained from the Osmaniye Korkut Ata University Social and Human Sciences Research Ethics Committee Presidency with letter number E.249011 dated 14.08.2025.</i>
Authors' Contributions	<i>The authors contributed equally to the manuscript..</i>
Conflict of Interest	<i>The authors have no conflicts of interest to declare.</i>
Acknowledgement (if any)	<i>We would like to thank the reviewers and editor for their contributions to the publication process of the manuscript.</i>

KAYNAKÇA

- Algan, Y., Blanc, B., & Senik, C. (2025). Trusting others How unhappiness and social distrust explain populism. In J. F. Helliwell, R. Layard, J. D. Sachs, J.-E. De Neve, L. B. Aknin, & S. Wang (Eds.), *World Happiness Report 2025* (pp. 193–226). University of Oxford: Wellbeing Research Centre. <https://doi.org/https://doi.org/10.18724/whr-hhje-y762>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Bekmezci, M., & Mert, İ. S. (2018). Yaşam tatmini ölçeğinin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Toros Üniversitesi İİSBF Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(8), 166–177.
- Bilgin, O. (2011). Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Burger, J. M. (2001). *Personality*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Çakır, Ö., Kan, A., & Sünbül, Ö. (2006). Öğretmenlik meslek bilgisi ve tezsiz yüksek lisans programlarının tutum ve özyeterlik açısından değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 36–47.
- Çelik, İ. (2014). Ortaokul öğrencilerinin özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi Afyonkarahisar örneği. (Yüksek Lisans Tezi). Türk Hava Kurumu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Cho, D., & Cheon, W. (2023). Older adults' advance aging and life satisfaction levels: Effects of lifestyles and health capabilities. *Behavioral Sciences*, 13(4), 293. <https://doi.org/10.3390/bs13040293>
- De Neve, J. (2024, October 24). Happiness and the UN. [Web log post]. Retrieved from <https://www.worldhappiness.report/news/happiness-and-the-un/>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Napa Scollon, C., & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187–219. [https://doi.org/10.1016/S1566-3124\(03\)15007-9](https://doi.org/10.1016/S1566-3124(03)15007-9)
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403–425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Doğan, D. (2019). *SmartPLS ile veri analizi*. Zet Yayınları, Ankara: Türkiye.
- Döş, İ. (2023). Relationship between happy school, general self efficacy, academic self-efficacy and life satisfaction. *European Journal of Educational Management*, 6(1), 31–43. <https://doi.org/10.12973/eujem.6.1.31>
- Erdoğan, M. Y. (2021). İyimserlik (yaşam yönelimi) ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide akademik başarının aracılık rolü. *Eğitim ve Bilim*, 46(205), 395–407. <https://doi.org/10.15390/EB.2020.8998>
- Eren, A. D., Peker, A. R., Erbaş, R., & Ataoglu, A. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde aile yaşam doyumu ve akademik özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 99–117.
- Ezmeci, F. (2012). İlköğretim 1.sınıf öğrencilerinin özgüvenleri. (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39. <https://doi.org/10.2307/3151312>
- Guldin, D. A. (1976). *The measurement of life satisfaction among older persons* (Doctoral dissertation). The Ohio State University.
- Gürler, İ. (2015). Correlation between selfconfidence and speaking skill of english language teaching and english Language and literature preparatory students. *Curr Res Soc Sci*, 1(2), 14–19.

- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., & Ray, S. (2021). Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) using R. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-80519-7>
- Harris, K., English, T., Harms, P. D., Gross, J. J., & Jackson, J. J. (2017). Why are extraverts more satisfied? Personality, social experiences, and subjective well-being in college. *European Journal of Personality*, 31(2), 170–186. <https://doi.org/10.1002/per.2101>
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130(4), 574–600. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.574>
- Henseler, J., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2015). A new criterion for assessing discriminant validity in variance-based structural equation modeling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 43(1), 115–135. <https://doi.org/10.1007/s11747-014-0403-8>
- Kalkan, A., Bakioğlu, F., & Toprak, Y. (2020). Akademik özgüven ölçeğinin (AÖÖ) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Milli Eğitim Dergisi*, 49(225), 319–342.
- Kan, B., & Xie, Y. (2024). Impact of sports participation on life satisfaction among internal migrants in China: The chain mediating effect of social interaction and self-efficacy. *Acta Psychologica*, 243, 104139. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104139>
- Karademir, N. (2015). Fen edebiyat fakültesi coğrafya bölümü öğrencilerinin özgüven algıları. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(2), 53–77.
- Karadoğan Doruk, E. (2012). İlişkilerdeki başarının anahtarı: ‘özgüven’. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 23, 259–267.
- Kaya, N., & Taştan, N. (2020). Özgüven üzerine bir derleme. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 297–312.
- Küçükceran, H., Karaoğlu, N., Çayır, K. E., Küçükşen, K. M., & Çukur, Y. Ç. (2024). Tıp fakültesi öğrencilerinde yaşam doyumu, umutsuzluk düzeyleri ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. *Mevlana Medical Sciences*, 4(1), 28–36.
- Lounsbury, J., Saudargas, R., Gibson, L., & Leong, F. (2005). An investigation of broad and narrow personality traits in relation to general and domain-specific life satisfaction of college students. *Research in Higher Education*, 46(6), 707–729. <https://doi.org/10.1007/11162-004-4140-6>
- Mohammed, A. I., Dawaki, M. A., Idris, M., Abdulhameed, Z., Bello, H., & Abdullahi, R. (2017). An assesment extra-curricular activities and primary school pupils’ academic self-efficacy in Gwale Local Government Area, Kano State of Nigeria. *Kampala International University (KIU) Journal of Humanities*, 2(1), 295–304.
- Moreno-Cámara, S., da-Silva-Domingues, H., Parra-Anguita, L., & Gutiérrez-Sánchez, B. (2024). Evaluating satisfaction and self-confidence among nursing students in clinical simulation learning. *Nursing Reports*, 14(2), 1037–1048. <https://doi.org/10.3390/nursrep14020078>
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16(2), 134–143. <https://doi.org/10.1093/geronj/16.2.134>
- Noyan Yalman, İ., & Özkaynar, K. (2018). Öğrencilerin özgüven seviyeleri ile mesleki başarı düzeyleri arasındaki ilişki: Cumhuriyet Üniversitesi meslek yüksekokullarında uygulama. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 19(1), 223–233.
- Öztürk, N. (2017). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile iklimi ve anne-babaya bağlanma biçimleri ile özgüven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *The Journal of International Lingual, Social and Educational Scienses*, 3(1), 9–22.
- Patır-Erkek, N. (2016). Yatılı ve gündüzlü eğitim alan ortaöğretim öğrencilerinin şiddet eğilimleri ile özgüvenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pei, R., & Zaki, J. (2025). Connecting with others How social connections improve the happiness of young adults. In J. F. Helliwell, R. Layard, J. D. Sachs, J.-E. De Neve, L. B. Aknin, & S. Wang (Eds.),

- World Happiness Report 2025 (pp. 123–158). University of Oxford: Wellbeing Research Centre. <https://doi.org/https://doi.org/10.18724/whr-zc5n-4f96>
- Poorbaferani, Z., Mazaheri, M., & Hasanzadeh, A. (2018). Life satisfaction, general self-efficacy, self-esteem, and communication skills in married women. *Journal of Education and Health Promotion*, 7(1), 173. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_108_18
- Recepoğlu, E., & Ülker Tümlü, G. (2015). Analyzing the relationship between life and job satisfaction of university academic staff. *Kastamonu Education Journal*, 23(4), 1851–1868.
- Sadeghi, A., Hossein Niayfar, G., Azizi, S., Nejad, D. A., & Babaei, M. (2016). Investigation of the role of the university in students' academic self confidence, University of Guilan, Faculty of Humanities. *Sociology Mind*, 06, 130–139. <https://doi.org/10.4236/sm.2016.63011>
- Şahin, A. (2019). The relationship between mindfulness and life satisfaction & well-being among university students. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8, 151–176. <https://doi.org/10.32739/uskudarsbd.5.8.61>
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70(3), 345–384. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.05008>
- Tezci, E. (2010). Sınıf öğretmenlerinin eğitimde BİT kullanımına ilişkin özgüven düzeyleri. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 5(3), 981–992.
- Toros, T., Ogras, E. B., Toy, A. B., Kulak, A., Esen, H. T., Ozer, S. C., & Celik, T. (2023). The impact of regular exercise on life satisfaction, self-esteem, and self-efficacy in older adults. *Behavioral Sciences*, 13(9), 714. <https://doi.org/10.3390/bs13090714>
- Turan-Başoğlu, S. (2007). Sınav kaygısı ile özgüven arasındaki ilişkinin erinlik döneminde incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Udo, E. M., Obot, E. A., & Igiri, C. E. (2025). Influence of locus of control and peer association on students' academic self-confidence in Akwa Ibom North East Senatorial District. *African Journal of Educational Assessors*, 11(1), 94–104.
- Ünver, F., & Kılıç, R. (2025). Akademik özgüven matematik başarısını ne kadar etkiliyor? Yaşadıkça Eğitim, 39(1), 178–191. <https://doi.org/10.33308/26674874.2025391840>
- Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. In W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, & B. Bunting (Eds.), *A comparative study of satisfaction with life in Europe* (pp. 11-48). Budapest: EÖtvös University Press.
- WHP (2025). The world happiness report. [Web log post]. Retrieved from <https://data.worldhappiness.report/table>
- Zammiti, A., Moreno-Morilla, C., Romero-Rodríguez, S., Magnano, P., & Marcionetti, J. (2023). Relationships between self-efficacy, job instability, decent work, and life satisfaction in a sample of Italian, Swiss, and Spanish students. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(2), 306–316. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13020023>