



Öz Yeterlilik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Sosyal Destek Algısı Aracı Rol Oynar mı?

Mustafa Yüksel Erdoğan¹

Öz

Bu çalışmada, öz yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide sosyal desteğin aracılık rolü incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini İstanbul'un Küçükçekmece ilçesinde bulunan üç liseden 521 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcılar küme örnekleme yöntemi kullanılarak seçilmiştir. Araştırmada öz yeterlilik, yaşam doyumu ve algılanan sosyal destek ölçekleri kullanılmıştır. Araştırmada modelin aracılık etkileri PROCESS Macro üzerinden yapılmış ve "Model 6" kullanılmıştır. Sosyal destek ile öz yeterlilik ve yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sosyal desteğin kız öğrencilerde aile, arkadaş ve öğretmen desteği birlikte olduğunda öz yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracı rolü olduğu, erkek öğrencilerde ise sadece arkadaş desteği ile aile desteği birlikte olduğunda aracı rolü olduğu bulunmuştur. Bunlara ek olarak, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla aile ve arkadaş desteği algıladıkları, başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerin daha fazla sosyal destek gördükleri, daha yüksek öz-yeterlilik ve yaşam doyumuna sahip oldukları bulunmuştur. Son olarak, gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin daha fazla öğretmen desteği algıladıkları ve daha yüksek öz-yeterliliğe sahip oldukları gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler

Öz yeterlilik
Algılanan sosyal destek
Yaşam doyumu

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 15.07.2022

Kabul Tarihi: 18.12.2023

Elektronik Yayın Tarihi: 17.04.2024

DOI: 10.15390/EB.2024.12038

Giriş

Ergenlik dönemindeki fiziksel, zihinsel ve ruhsal değişimler (Santrock, 2012), özellikle ebeveynler ve akranlar arasındaki çatışmalar (Hashim, 2003; Pettit, Lewinsohn, Seeley, Roberts ve Yaroslavsky, 2010), akademik başarı kaygısı (Larue ve Herman, 2008) öz farkındalık ve kimlik geliştirme çabaları (Yoon ve Cho, 2011) gibi bir dizi davranışlar ergenliğin stresli bir dönem olarak algılanmasına neden olmaktadır. Ergenlerin bu zorlu süreci başarıyla atlatabilmeleri için öz yeterlilik büyük önem taşımaktadır.

Öz yeterlilik, bireylerin problem ve sorumlulukları ile başa çıkma konusunda sahip oldukları inanç olarak tanımlanmakta (Bandura, 1977) ve akademik performansın en önemli belirleyicilerinden biri olduğuna inanılmaktadır (Schneider ve Preckel, 2017). Öz yeterlilik sadece becerileri değil, bireylerin motivasyonlarını, davranışlarını (Bandura, 1990) ve zor durumlarla karşılaştıklarında gösterdikleri kararlılığı da etkilemektedir (Bandura, 1977). Görevleri yerine getirmede kendini yeterli gören bireyler daha fazla çaba gösterip daha hırslı davranırken, düşük öz yeterlilik inancına sahip bireyler kendilerini yeterli görmedikleri için görev ve sorumluluk almaktan kaçınabilmektedir

¹ İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Türkiye, myerdogdu@gmail.com

(Bandura, 1982; Schunk, 1991). Bunun bir sonucu olarak, yüksek öz yeterliliğe sahip bireyler daha zor görevlerle mücadele etmeyi bir fırsat olarak görmektedirler.

Öz yeterlilik üzerine yapılan ilk çalışmalar genellikle öz yeterlilik ve akademik başarı arasındaki ilişkiye odaklanırken (AlAjmi ve ALAzemi, 2021; Gutiérrez ve Tomas, 2019; Usher, Li, Butz ve Rojas, 2019) son dönemlerde öz yeterlilik ile mutluluk (Asici ve Sari, 2021; Iii ve Boyd, 2021; Koçak vd., 2021) öz yeterlilik ile özgüven gibi pozitif psikoloji kavramlarının temel alındığı ve yapılan çalışmaların öz yeterliliğin bireylerin psikolojik iyi oluşlarını da belirlediğini görülmektedir. Öz yeterliliğin bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığını korumada itici bir güç olduğu da iddia edilmektedir (Sheeran vd., 2016).

Yaşam Doyumu:

Bireylerin karşılaştıkları zorluklarla baş edebilme becerilerinin, özgüvenlerini artırmanın yanı sıra yaşamı daha mutlu ve anlamlı algılamalarına da katkı sağlaması beklenmektedir. Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) göre bireylerin sahip oldukları olumlu duygu ve deneyimler yaşam doyumunun belirleyicisidir, bu bağlamda yaşam doyumunu mutluluğun bir ifadesidir ve bireylerin yaşamları hakkında hissettikleri duyguların bütünüdür. Ergenlerin yaşam doyumunu, yaşam kalitelerinin bir göstergesidir ve bunun ergenin yaşam tarzı üzerinde birçok olumlu etkisi vardır (Kim ve Park, 2020). Yaşam doyumunu, ergenlerin kaygılarını ve olumsuz duygularını azaltır (Proctor, Linley ve Maltby, 2010) ve sosyal çevreleriyle daha sağlıklı etkileşime girmelerine neden olur (Piko ve Hamvai, 2010). Ergenlerin yüksek yaşam doyumunu öz yeterlilikleriyle ilişkilidir ve bu da gelecekteki yaşam kalitelerini etkiler (Saha, Huebner, Suldo ve Valois, 2010).

Yaşam doyumunu, bireylerin yaşam kalitelerine ilişkin bilişsel değerlendirmeleri (Meule ve Voderholzer, 2020) ve yaşamlarına ilişkin inanç, duygu ve düşüncelerinin bir toplamı olarak ifade edilmektedir (Rice, Frone ve McFarlin, 1992). Yaşam doyumunu, bireylerin hedef belirlemelerinden, bu hedeflere ulaşmak için gösterdikleri çabalardan ve sonuç olarak hedeflerine ulaşıp ulaşmadıklarından etkilenmektedir (Wang, Li, Sun, Cheng ve Zhang, 2018). Sağlıklı ve mutlu olmak, yüksek öz saygı, sempatik bir fiziksel görünüme sahip olmak, hayatı anlamlı bulmak ve yüksek ekonomik standartlar gibi faktörler yaşam doyumunu etkilemektedir (Appleton ve Song, 2008; Lee, Kim ve Wachholtz, 2016). Yaşam doyumunun bireylerin depresyon, kaygı bozuklukları ve madde bağımlılığı gibi davranışsal problemlerde koruyucu bir faktör olduğu öne sürülmektedir (Sun ve Shek, 2010; Gigantesco vd., 2019).

Öz Yeterlilik ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Ergenlik döneminde meydana gelen değişimler yaşam kalitelerini etkilediğinden, son yıllarda ergenlerin yaşam doyumları ile ilişkili değişkenlerin belirlenmesi (Tian, Zhou, Qiu ve Zou, 2022; Zeng vd., 2022) ve yaşam doyumunu olumsuz etkileyen faktörlerin belirlenerek önleyici çalışmaların yapılması (Alsubaie, Stain, Webster ve Wadman, 2019) önem kazanmıştır.

Bireylerin yaşamlarındaki sorunların, engellerin ve çatışmaların yaşam doyumunun düşmesine neden olduğu (Demirel ve Canat, 2004), kişisel gelişime açık, sosyal aktivitelere katılmaya istekli ve kaygılarıyla baş etmede başarılı olan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu görülmektedir (Huebner, Suldo, Smith ve McKnight, 2004; Matheny vd., 2002). Bu bağlamda, yaşam doyumunu etkileyen en önemli faktörlerden birinin, bireyin yaşam sorunlarıyla mücadele etme konusunda kendine olan inancı olarak değerlendirilen öz yeterlilik olduğu söylenebilir. Öz yeterliliğin psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğu, yüksek öz yeterliliğin kronik hastalıklarda iyileşme sürecine katkı sağladığı (Bisschop, Kriegsman, Beekman ve Deeg, 2004), düşük öz yeterliliğin ise depresyon ve kaygı düzeylerini artırdığı belirtilmektedir (Kashdan ve Roberts, 2004). Yapılan çalışmalar öz yeterliliğin yaşam doyumunu artırdığını ortaya koymaktadır (Bradley ve Corwyn, 2004; Burger ve Samuel, 2017; Garriott, Hudyma, Keene ve Santiago, 2015).

Bir Aracı Olarak Algılanan Sosyal Destek

Bireylerin yaşamdan aldıkları doyum ve yeteneklerine ilişkin algıları sosyal çevre ile etkileşim içinde şekillenmektedir. Sosyal bir varlık olan insanın sosyal desteğe olan ihtiyacı her zaman süreklilik göstermektedir. Van der Kolk'a (2015) göre sosyal destek sadece çevremizdeki insanların varlığı ve onlarla olan etkileşimlerimiz değil, aynı zamanda başkalarının kalbinde ve zihninde olduğumuzu hissetmemizdir. Sosyal destek, bireylerin insan ilişkileri yoluyla elde ettiği maddi ve psikolojik kaynaklar (Lima, Cardoso ve Silva, 2016) ile bireylerin uyum becerilerini artırarak psikolojik sağlıklarına katkıda bulunan her türlü destek olarak tanımlanmaktadır (Dunst, Trivette ve Cross, 1986). Sosyal desteğin, bireylerin başkalarıyla olan ilişkilerinin ne kadar güvenilir olduğunu, bireylerin başkaları için ne kadar değerli olduklarını düşündükleri ve bireylerin ihtiyaç durumunda kendilerine yardım edecek kişilerin varlığına dönük inançlarını gösteren "algılanan sosyal destek" ile var olan destek olarak tanımlanan "alınan sosyal destek" olarak ikiye ayrıldığı görülmektedir (Norris ve Kaniasty, 1996; Schaefer, Coyne ve Lazarus, 1981).

Öz yeterliliğin bireylerin motivasyonunu ve zorluklarla başa çıkma kararlılığını artırdığı, buna bağlı olarak sosyal çevrenin de o kişiye saygı gösterme ve daha fazla sosyal destek vermeye istekli olduğu düşünülmektedir. Yapılan bir araştırma öz yeterlilik ile sosyal desteğin pozitif yönde ilişkili olduğunu gösterirken (Adler-Constantinescu, Beşu ve Negovan, 2013), ergenler üzerinde yapılan bir başka çalışma arkadaş, öğretmen ve son olarak aile desteğinin öz yeterliliği yordadığını göstermiştir (Traş ve Arslan, 2013). Benzer bir çalışmada, üniversite öğrencileri için önce arkadaşların sonra da önemli diğer kişilerin desteğinin öz yeterliliği artırdığı görülmüştür (Yusoff, 2012).

Sosyal destek süreci, bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığı için oldukça önemlidir (House, Landis ve Umberson, 1988). Yapılan çalışmalar, algılanan ve alınan sosyal destek ile anksiyete ve depresyon arasında negatif yönde ilişki olduğunu (Henry vd., 2019; Lee ve Kim, 2016; Viseu, Leal, De Jesus, Pinto ve Pechorro, 2018), akran desteğinin psikolojik iyi oluşu artırdığını (McCreary, Slavin ve Berry, 1996) ve öz saygıyı yükselttiğini (Colarossi ve Eccles, 2003) göstermiştir. Bu bağlamda, algılanan ve alınan sosyal destek arttıkça bireylerin kendilerini daha sağlıklı hissettikleri ve bunun sonucunda yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar sosyal desteğin yaşam doyumu üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir (Marsack ve Perry, 2018; Park, Roh ve Yeo, 2011; Tsuji ve Khan, 2016). Öz yeterliliğin yaşam doyumunu artırması (Ekinci ve Koç, 2023; Zammitti, Moreno-Morilla, Romero-Rodríguez, Magnano ve Marcionetti, 2023) ve sosyal destekle ilişkili olması (Hua ve Ma, 2022; Warshawski, 2022), ayrıca sosyal desteğin yaşam memnuniyetinin önemli bir yordayıcısı olması (Fisher, Sung, Kammer, Okyere ve Park, 2022; Ji, Zhou, Wu ve Zhang, 2022) nedeniyle öz yeterlilik ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide sosyal destek belirleyici bir rolü olduğu düşünülmektedir. Buradan hareketle, bu araştırmanın amaçladığı temel problem, öz yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide sosyal desteğin tüm boyutlarının aracılık rolünü ortaya koymaktır.

Ergenlik dönemi fiziksel, zihinsel ve duygusal değişimlerin yoğun olarak yaşandığı bir dönemdir. Bu değişimlerin ergenler üzerinde yıkıcı etkileri olmadan gerekli önlemlerin alınması oldukça önemlidir. Proctor, Linley ve Maltby (2017) yaşam doyumunun ergenlerin mevcut gelişimsel sorunlarının önlenmesinde önemli bir güç olduğunu belirtmektedir. Yaşam doyumu, ergenlikten yetişkinliğe sağlıklı bir geçiş için önemli bir itici güçtür (Hawkins, Letcher, Sanson, Smart ve Toumbourou, 2009). Ayrıca, özellikle gençlik döneminde psikolojik iyi oluşun temel nedenlerinden biridir (Proctor, Linley ve Maltby, 2009). Bu nedenle ergenlerin yaşam doyumuyla ilgili değişkenlerin iyi bir şekilde ortaya konması ve yaşam doyumunu olumlu ya da olumsuz yönde etkileyecek faktörlerin belirlenmesi oldukça önemli görülmektedir. Bu çalışmada öz yeterlilik ile yaşam doyumu arasındaki ilişki ve bu ilişkide sosyal destek algısının aracılık rolü araştırılmaktadır. Özellikle sosyal desteğin alt boyutlarının (aile, öğretmen ve arkadaş desteği) yaşam doyumu üzerindeki gücünü ve cinsiyet faktörüne göre farklılaşma durumunu ortaya koyması bu çalışmayı önemli kılmaktadır. Elde edilen bulguların bu alanda çalışan uzmanlara, eğitimciler ve ebeveynlere yol göstermesinin yanı sıra bu konuda yapılacak yeni araştırmalara da zemin hazırlaması beklenmektedir.

Bu bağlamda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Öğrencilerin aile, arkadaş, aile desteği, öz yeterlilik ve yaşam doyumu ölçek puanları cinsiyet, sınıf ve gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar göstermekte midir?
2. Öz yeterlilik ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Öz-yeterlilik ile algılanan sosyal destek faktörleri (aile, arkadaş ve öğretmen desteği) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Algılanan sosyal destek faktörleri (aile, arkadaş ve öğretmen desteği) ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Algılanan sosyal destek faktörleri (aile, arkadaş ve öğretmen desteği) öz-yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide çoklu aracılık rolüne sahip midir?

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu çalışmada öz yeterlilik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide sosyal destek algısının aracılık rolünün olup olmadığının ortaya konulması amaçlanmıştır ve bu nedenle araştırma ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni İstanbul'un Küçükçekmece İlçesi sınırları içerisindeki lise öğrencileridir. Araştırmada küme örnekleme yöntemi ile üç okul (alt, orta, üst sosyo-ekonomik düzey) seçilmiş ve bu okullarda kayıtlı 289'u kız (%55,5) ve 232'si erkek (%44,5) öğrenci olmak üzere toplam 521 öğrenci (yaş ortalaması $16,0 \pm 2,7$) örneklem olarak alınmıştır.

Tablo 1. Örneklem Grubunun Genel Özellikleri

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	289	55.5
	Erkek	232	44.5
Başarı Notu	3.0-4.0	191	36.7
	2.0-3.0	234	44.9
	1.0-3.0	96	18.4
Gelir Düzeyi	Düşük	88	16.9
	Orta	408	78.3
	Yüksek	25	4.8
Algılanan Ebeveyn Tutumu	İlgisiz	81	15.5
	Otoriter	90	17.2
	Demokratik	350	67.3
Kardeş sayısı	Kardeş yok	28	5.4
	1-2	340	65.2
	3 ve daha fazla	153	29.4

Veri Toplama Araçları

Ergenlerde Öz Yeterlilik Ölçeği: Muris (2001) tarafından geliştirilen Ergenlerde Öz Yeterlilik Ölçeği, Telef ve Karaca (2012) tarafından Türkiye kültürüne uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkiye kültürüne uyarlanması sonucunda elde edilen uyum indeksleri ve madde ayırt edicilik değerleri yüksek bulunmuştur. Ölçek 5'li Likert tipi bir tasarıma sahiptir ve 21 madde içermektedir (örnek madde: Olumsuz bir olay karşısında moralinizi kendi kendinize ne kadar yükseltebilirsiniz?) Ölçekten alınan yüksek puanlar öz yeterliliğin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışması için hesaplanan Cronbach's Alpha değeri .86 olarak hesaplanmıştır. Faktör analizi sonucunda ölçeğin Türkçe formunun faktör yapısının orijinal formun faktör yapısı ile aynı olduğu görülmüştür. Açımlayıcı faktör analizine göre açıklanan toplam varyans %43,74 olarak hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi

sonucunda üç alt boyut ve üst boyutun temsil ettiği modelin uyum indekslerinin yüksek olduğu belirlenmiştir ($\chi^2 = 614.68$, GFI =.94, CFI =.96, RMSEA = .050) (Telef ve Karaca, 2012). Bu çalışmada örneklem grubundan elde edilen puanlar için hesaplanan Cronbach alfa değeri .78 olarak ölçülmüştür.

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği: Ölçek Yıldırım (1997) tarafından ergenlerin ailelerinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, aile desteği faktöründe 20, arkadaş desteği faktöründe 13 ve öğretmen desteği faktöründe 17 olmak üzere toplam 50 maddeden oluşmaktadır (Örnek madde: Haksızlığa uğradığımda bana destek olur). Faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yüklerinin yüksek olduğu (.51 ve üzeri), dış geçerlilik için benzer bir ölçeğin uygulanması sonucunda elde edilen korelasyon değerlerinin anlamlı olduğu (.69) ve Cronbach Alfa güvenilirlik değerlerinin (arkadaş desteği için .74, aile desteği için .79 ve öğretmen desteği için .75) kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmüştür (Yıldırım, 1997). Cronbach Alfa değeri bu çalışma için tekrar hesaplanmış, aile desteği faktörü için .83, arkadaş desteği faktörü için .83 ve öğretmen desteği faktörü için .77 olarak ölçülmüştür.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen ve Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan 5 maddelik bir ölçektir (Örnek madde; Şu ana kadar hayatta benim için önemli olan şeyleri elde ettim). Uyarlanan ölçeğin faktör yüklerinin ve uyum indekslerinin yüksek olduğu görülmüştür ($\chi^2 = 5.87$, GFI =.99, CFI =1.00, RMSEA = .030). Ölçeğin güvenilirlik değerlerinin ise .80'den yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu çalışmada yaşam doyumu ölçeğinin Cronbach Alfa değeri .84 olarak hesaplanmıştır.

Veri Analizi

Veri toplamadan önce kurumlardan gerekli etik ve uygulama izinleri (İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Tarih ve Sayı; 06.04.2022-E.25489) ve öğrencilerin ailelerinden onam alınmış, öğrenciler çalışmanın amacı hakkında bilgilendirilmiş ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilere ölçme araçları uygulanmıştır. Genel olarak öğrencilerin ölçme araçlarını yaklaşık 15 dakika içinde yanıtladıkları tespit edilmiştir. Analiz öncesinde ölçme araçları incelenmiş ve rastgele doldurulduğu tespit edilen 5 form değerlendirme dışı bırakılmıştır.

Veriler Hayes tarafından geliştirilen Process 3.5 makro eklentisi ile IBM SPSS 22 programında analiz edilmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanların normallik testleri için Basıklık (Skewness) ve Çarpıklık (Kurtosis) değerleri hesaplanmış ve elde edilen değerler $\pm 1,5$ olduğu için dağılımın normal olduğu kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2010). Ölçekten elde edilen puanların tolerans değerinin .10'dan yüksek olması, varyans artış faktörünün (VIF) 5'ten yüksek olması ve ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki korelasyon değerlerinin yüksek olmaması nedeniyle çoklu bağlantı ve doğrusallık problemlerinin olmadığı söylenebilir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012; Hu, 2005). Hesaplanan Durbin-Watson değeri 2,00 olduğu için modelde otokorelasyon sorunu olmadığı görülmüştür (Albayrak vd., 2005). Veri setinde uç değerlerin varlığını kontrol etmek amacıyla Mahalanobis uzaklık değerleri incelenmiş (Çokluk vd., 2012) ve analiz sonucunda herhangi bir uç değere rastlanmamıştır. Ek olarak, uç değerlerin varlığı için verilerin Cook uzaklığı hesaplanmıştır. Bu değer 1.00'den büyük olması veri setinde uç değerlerin olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2019). Yapılan hesaplamada Cook mesafesinin .000 ile .086 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeklerin Cronbach Alpha değerleri oldukça yüksek bulunmuş, değişkenler arasındaki ilişki için Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmış ve gruplar arasındaki farkların anlamlılığını test etmek için t testi ve ANOVA yapılmıştır.

Aracı değişkenlerin bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiyi yordama düzeyi regresyona dayalı seri çoklu aracı değişken analizi (PROCESS Model 6) kullanılarak belirlenmiştir (Cheng ve Yan, 2017) Aracı etkisinin anlamlılığını bulmak için BOOTSTRAP güven aralığı değerleri hesaplanmıştır. Güven aralığı değerine göre dolaylı etki değerine karşılık gelen alt (BootLLCI) ve üst (BootULCI) güven aralığı değerleri sıfır (0) içermiyorsa dolaylı etki anlamlı kabul edilir ve aracılık etkisinin oluştuğu anlaşılır.

Bulgular

Bu bölümde araştırmada kullanılan çoklu aracılık modelinin öz yeterlilik, algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilere dair bulgularına yer verilmiştir. Tablo 2'de algılanan sosyal destek ölçeği ile öz yeterlilik ve yaşam doyumu ölçeği faktörlerinin puanları arasındaki korelasyonlar ve ölçeklerin betimleyici istatistikleri yer almaktadır.

Tablo 2. Aile, Arkadaş, Öğretmen Desteği ile Öz Yeterlilik ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Betimleyici İstatistikleri ve Korelasyon Değerleri (N=521)

Değişkenler	1	2	3	4	5	M	St.	Basıklık	Çarpıklık
1.Aile Desteği	–					44.90	6.45	1.12	0.78
2.Arkadaş Desteği	0.26**	–				73.86	8.85	1.23	1.02
3.Öğretmen Desteği	0.28**	0.39**	–			37.38	5.36	0.98	0.23
4.Özyeterlilik	0.13**	0.21**	0.18**	–		69.21	6.51	1.01	0.65
5. Yaşam Doyumu	0.29**	0.26**	0.24**	0.38**	–	17.33	6.43	1.45	1.33

**p<0.01, M. Ortalama, St. Standart Sapma

Tablo 2'de görüldüğü üzere aile desteği, arkadaş desteği ($r=0.26$, $p<.01$), öğretmen desteği ($r=0.28$, $p<.01$), öz yeterlilik ($r=0.13$, $p<.01$) ve yaşam doyumu ($r=0.29$, $p<.01$), benzer şekilde arkadaş desteğinin ise öğretmen desteği ($r=0.39$, $p<.01$), öz yeterlilik ($r=0.21$, $p<.01$) ve yaşam doyumu ($r=0.26$, $p<.01$) ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir. Öğretmen desteği ile öz yeterlilik ($r=0.18$, $p<.01$) ve yaşam memnuniyeti ($r=0.24$, $p<.01$) arasında ve öz yeterlilik ile yaşam memnuniyeti ($r=0.38$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Algılanan sosyal destek faktörleri ile öz yeterlilik ve yaşam doyumu ölçeği puanlarının cinsiyet, akademik başarı ve ailenin gelir düzeyi açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan t testi ve Anova sonuçlarına Tablo 3'te yer verilmiştir.

Tablo 3. Aile, Arkadaş ve Öğretmen Desteği, Öz Yeterlilik ve Yaşam Doyumu Ölçeklerinin T Testi ve ANOVA Sonuçları (N=521)

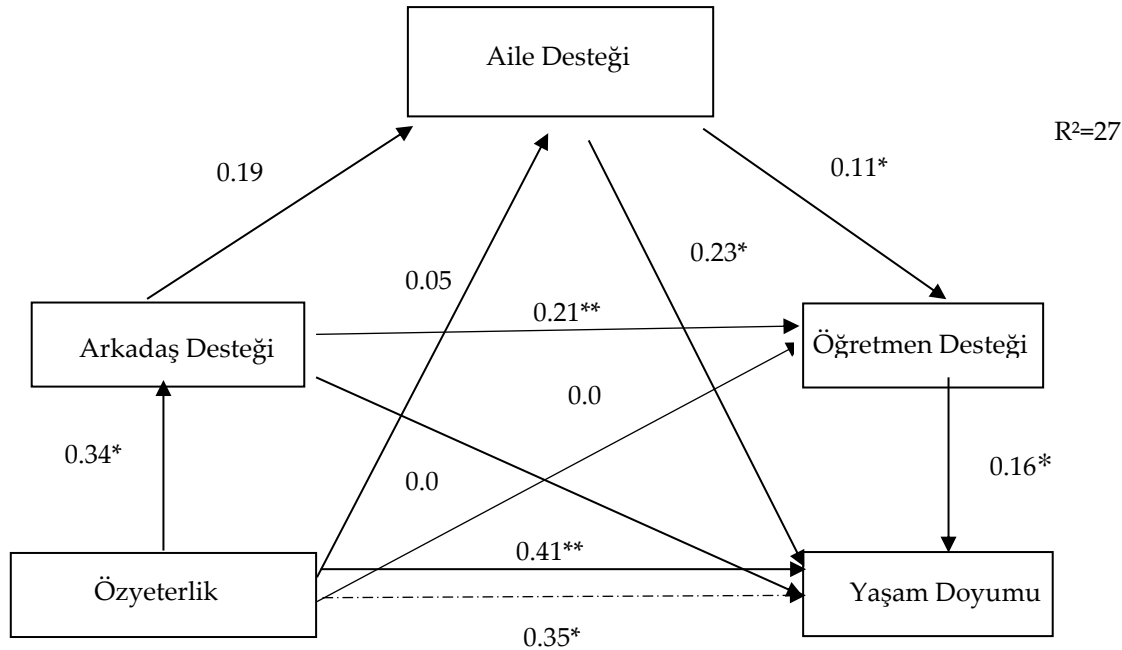
	N	Aile Desteği (M±Std)	Arkadaş Desteği (M±Std)	Öğretmen Desteği (M±Std)	Öz yeterlik (M±Std)	Yaşam Doyumu (M±Std)	
Cinsiyet	Kadın	289	44.32±6.46	74.75±8.98	37.34±5.49	58.74±6.67	14.70±2.23
	Erkek	232	45.61±6.39	72.98±8.60	37.44±5.20	59.79±6.26	15.45±3.21
			$t_{(519)}=2.26$ $p<0.05$	$t_{(519)}=2.26$ $p<0.05$	$t_{(519)}=2.26$ $p>0.05$	$t_{(519)}=2.26$ $p>0.05$	$t_{(519)}=2.26$ $p>0.05$
Başarı Notu	3.0-4.0	191	45.35±6.46	74.64±8.12	37.85±4.23	65.50±5.67	17.12±3.23
	2.0-3.0	234	44.55±6.28	73.33±8.45	34.17±3.90	61.45±5.32	16.10±3.29
	1.0-3.0	96	40.52±7.01	71.35±7.33	30.00±3.76	56.22±4.99	14.56±2.34
			$F_{(4-516)}=2.81$ $p<0.05$	$F_{(4-516)}=2.76$ $p<0.05$	$F_{(4-516)}=2.91$ $p<0.05$	$F_{(4-516)}=10.62$ $p<0.01$	$F_{(4-516)}=3.95$ $p<0.01$
Gelir Düzeyi	Düşük	88	45.78±6.34	74.23±8.45	36.10±5.01	58.30±5.40	15.55±3.11
	Orta	408	44.12±6.15	73.35±8.01	37.23±5.88	60.33±6.60	14.97±2.67
	Yüksek	25	44.06±6.22	74.09±8.34	38.80±5.40	62.00±6.98	15.31±2.99
			$F_{(3-517)}=0.29$ $p>0.05$	$F_{(3-517)}=1.92$ $p>0.05$	$F_{(3-517)}=2.78$ $p<0.05$	$F_{(3-517)}=5.67$ $p<0.01$	$F_{(3-517)}=0.12$ $p>0.05$

M= Ortalama, Std=Standart Sapma

Tablo 3'te görüldüğü gibi, algılanan aile desteği erkek öğrencilerde, algılanan arkadaş desteği ise kız öğrencilerde anlamlı düzeyde yüksektir. Algılanan öğretmen desteği, öz yeterlik ve yaşam doyumu puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

Başarılı olan öğrencilerde algılanan aile, arkadaş ve öğretmen desteği ile öz yeterlik ve yaşam doyumu puanlarının başarısı düşük olan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ailesinin gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerde algılanan öğretmen desteği ve öz yeterlik puanları anlamlı düzeyde yüksektir. Ancak algılanan aile ve arkadaş desteği ile yaşam doyumu ölçeği puanlarının gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Şekil 1, kız öğrencilerde öz yeterlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide arkadaş, aile ve öğretmen desteğinin çoklu aracılık analizi sonuçlarını göstermektedir.



Şekil 1. Kız Öğrencilerde Öz Yeterliliğin Arkadaş, Aile ve Öğretmen Desteği ve Yaşam Doyumu Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkileri. * $p < .01$. ** $p < .05$

Şekil 1'de görüldüğü üzere, öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi ($c = 0.41$, $Sh = 0.06$, $t = 7.96$, $p < .001$) anlamlıdır (Adım 1). Ayrıca, öz yeterliliğin arkadaş desteği aracı değişkeni ($B = 0.34$, $Sh = .08$, $t = 4.52$, $p < .01$) üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı iken, aile desteği ($B = 0.05$, $Sh = 0.05$, $t = 0.97$, $p > .05$) ve öğretmen desteği ($B = 0.06$, $Sh = 0.05$, $t = 1.33$, $p > .05$) üzerindeki doğrudan etkisi anlamsızdır (Adım 2). Aracı değişkenler olan aile desteği ($B = 0.23$, $Sh = 0.05$, $t = 4.18$, $p < .01$) ve öğretmen desteğinin ($B = 0.16$, $Sh = 0.06$, $t = 2.50$, $p < .05$) yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı iken, aile desteğinin ($B = 0.02$, $Sh = 0.04$, $t = 0.45$, $p > .05$) etkisinin anlamsız olduğu görülmektedir (Adım 3). Öz yeterlilik ve tüm aracı değişkenler aynı anda denkleme alındığında (Adım 4), öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisinin azaldığı ($c = 0.35$, $Sh = .05$, $t = 6.91$, $p < .001$), ancak elde edilen sonucun anlamlı düzeyde kaldığı görülmüştür. Bu sonuç, kız öğrencilerde arkadaş, aile ve öğretmen desteğinin, arkadaş ve öğretmen desteğinin ve son olarak arkadaş ve aile desteğinin birlikte öz yeterlilik ile yaşam doyumu arasında aracılık rolü olduğunu göstermektedir. Bunlara ek olarak, tüm modelin anlamlı olduğu ($F(4-284) = 26.10$, $p < .001$) ve yaşam memnuniyeti üzerindeki toplam varyansın %27'sini açıkladığı görülmektedir. Kız öğrencilerde algılanan sosyal desteğin arkadaş, aile ve öğretmen desteği aracılığı ile öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerine ve Tablo 4'te yer verilmiştir.

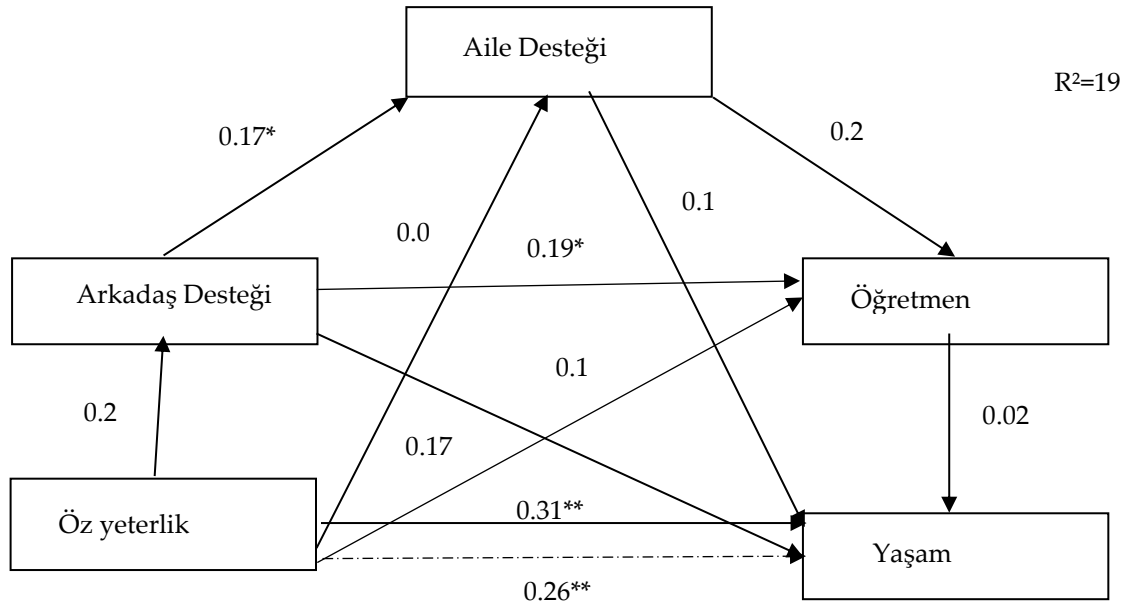
Tablo 4. Kız Öğrencilerin Öz Yeterliliklerinin Yaşam Doyumu Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkilerinin Algılanan Sosyal Destek Faktörleri Aracılığıyla Karşılaştırılması

Model 1	BE	SE	t	95% BCa Güven Aralığı	
				LLCI	tULCI
Toplam Etki	0.411	0.046	7.96	0.310	0.513
Doğrudan Etki	0.352	0.054	6.91	0.252	0.453
Dolaylı Etki	0.058	0.023		0.017	0.108
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→YD)	0.006	0.015		-0.022	0.039
Dolaylı Etki (ÖY→AD→YD)	0.012	0.013		-0.013	0.042
Dolaylı Etki (ÖY→ÖD→YD)	0.010	0.008		-0.004	0.030
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→AD→YD)	0.015	0.006		0.005	0.031
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→ÖD→YD)	0.011	0.005		0.002	0.025
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→ÖD→YD)	0.009	0.001		-0.001	0.004
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→AD→ÖD→YD)	0.012	0.009		0.000	0.003

Bootstrap örneklem büyüklüğü = 5000; BE Boot etkisi, SE standart hata, LLCI alt sınır güven aralığı, ULCI üst sınır güven aralığı. Öz Yeterlilik (ÖY), Arkadaş Desteği (ARD), Aile Desteği (AD), Öğretmen Desteği (ÖD), Yaşam Doyumu (YD)

Çalışmada kullanılan değişkenlerin dolaylı etkileri 5000 bootstrap örnekleme kullanılarak test edilmiş, tahminler %95 güven aralığında değerlendirilmiş, yanlışlık hataları elimine edilmiş ve düzeltilmiş sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir. Tablo 2, toplam etki değerinin 0,411, doğrudan etki değerinin 0,352 ve toplam dolaylı etki değerinin 0,058 olduğunu göstermektedir. Model yedi dolaylı etkiye sahiptir. Birinci dolaylı etkide, arkadaş desteğinin (ARD) aracılığı ile öz yeterliliğin (ÖY) yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi anlamsızdır (bootstrap = 0,006, %95 CI = -0,022, 0,039), ikinci dolaylı etkide, aile desteğinin (AD) aracılığı ile öz yeterliliğin (ÖY) yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi anlamsızdır (bootstrap = 0. 012, %95 GA = -0,013, 0,042), üçüncü dolaylı etkide ise öz yeterliliğin (ÖY) öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi anlamsızdır. Benzer şekilde, aile desteği (AD) ve öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile öz yeterliliğin (ÖY) yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi de anlamsızdır (bootstrap = 0,009, %95 GA = -0,001, 0,004). Bunun nedeni güven aralıklarının sıfır içermesidir. Öte yandan, öz yeterliliğin (ÖY) arkadaş desteği (ARD) ve aile desteği (AD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi anlamlıdır (bootstrap = 0,015, %95 CI = 0,005, 0,031), öz yeterliliğin (ÖY) arkadaş desteği (ARD) ve öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi de anlamlıdır (bootstrap = 0. 011, %95 CI = 0,002, 0,023) ve son olarak öz yeterliliğin (ÖY) arkadaş desteği (ARD), aile desteği (AD) ve öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi de anlamlıdır.

Şekil 2, erkek öğrencilerde öz yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide arkadaş, aile ve öğretmen desteğinin çoklu aracılık analizi sonuçlarını göstermektedir.



Şekil 2. Erkek Öğrencilerde Öz Yeterliliğin Arkadaş, Aile ve Öğretmen Desteği ile Yaşam Doyumu Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkileri* p<.01. **p<.05

Şekil 2'de görüldüğü gibi, öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi erkek öğrencilerde anlamlıdır ($c = 0.31$, $Sh = 0.06$, $t = 4.96$, $p < .001$) (Adım 1). Ayrıca, öz yeterliliğin aracı değişkenler olan arkadaş desteği ($B = 0.20$, $Sh = .09$, $t = 2.28$, $p < .05$) ve öğretmen desteği ($B = 0.11$, $Sh = 0.05$, $t = 2.15$, $p < .05$) üzerindeki doğrudan etkileri anlamlı iken, aile desteği ($B = 0.09$, $Sh = 0.07$, $t = 1.40$, $p > .05$) üzerindeki doğrudan etkisi anlamsızdır. (Adım 2). Aracı değişkenlerin aile desteği ($B = 0.16$, $Sh = 0.06$, $t = 2.48$, $p < .05$) ve arkadaş desteği ($B = 0.17$, $Sh = 0.05$, $t = 3.40$, $p < .01$) üzerindeki doğrudan etkileri anlamlı iken, öğretmen desteği ($B = 0.02$, $Sh = 0.08$, $t = 0.25$, $p > .05$) üzerindeki doğrudan etkileri anlamsızdır (Adım 3). Öz-yeterlik ve tüm aracı değişkenler aynı anda denkleme alındığında (Adım 4), öz-yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi azalırken ($c' = 0.26$, $Sh = .06$, $t = 4.15$, $p < .001$), bulunan sonuç anlamlı düzeyde kalmıştır. Bu sonuç, erkek öğrencilerde öz yeterlilik ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkide tek başına arkadaş desteğinin ve arkadaş ve aile desteğinin birlikte aracı rolü olduğunu göstermektedir. Ayrıca tüm modelin anlamlı olduğu ($F(4-227) = 13.37$, $p < .001$) ve yaşam doyumu üzerindeki toplam varyansın %19'unu açıkladığı bulunmuştur.

Tablo 5, erkek öğrencilerde algılanan sosyal desteğin (arkadaş, aile ve öğretmen desteği) aracılığı ile öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini ve spesifik dolaylı etkilerini göstermektedir.

Tablo 5. Erkek Öğrencilerin Öz Yeterliliklerinin Yaşam Doymu Üzerindeki Doğrudan ve Dolaylı Etkilerinin Algılanan Sosyal Destek Faktörleri Aracılığıyla Karşılaştırılması

Model 2	BE	SE	t	95% BCa Güven Aralığı	
				LLCI	tULCI
Toplam Etki	0.323	0.061	4.96	0.191	0.444
Doğrudan Etki	0.268	0.063	4.16	0.136	0.383
Dolaylı Etki	0.058	0.036		0.011	0.012
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→YD)	0.034	0.024		0.035	0.081
Dolaylı Etki (ÖY→AD→YD)	0.015	0.013		-0.003	0.045
Dolaylı Etki (ÖY→ÖD→YD)	0.002	0.008		-0.013	0.021
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→AD→YD)	0.005	0.004		0.002	0.015
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→ÖD→YD)	0.008	0.003		-0.005	0.007
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→ÖD→YD)	0.004	0.002		-0.003	0.005
Dolaylı Etki (ÖY→ARD→AD→ÖD→YD)	0.001	0.006		-0.001	0.006

Bootstrap örneklem büyüklüğü = 5000; BE Boot etkisi, SE standart hata, LLCI alt sınır güven aralığı, ULCI üst sınır güven aralığı. Öz Yeterlilik (ÖY), Arkadaş Desteği (ARD), Aile Desteği (AD), Öğretmen Desteği (ÖD), Yaşam Doymu (YD)

Çalışmada kullanılan değişkenlerin dolaylı etkileri 5000 bootstrap örneklemini kullanarak test edilmiş, tahminler %95 güven aralığında değerlendirilmiş, yanlışlık hataları elimine edilmiş ve düzeltilmiş sonuçlar Tablo 5'te gösterilmiştir. Tablo 5, toplam etki değerinin 0,323, doğrudan etki değerinin 0,268 ve toplam dolaylı etki değerinin 0,058 olduğunu göstermektedir. Model yedi dolaylı etkiye sahiptir. Birinci dolaylı etkide, öz yeterliliğin (ÖY) arkadaş desteği (ARD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi anlamlıdır (bootstrap = 0,034, %95 GA = 0,011, 0,012), dördüncü dolaylı etkide ise öz yeterliliğin (ÖY) arkadaş desteği (ARD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi de anlamlıdır (bootstrap = 0,005, %95 GA = 0,002, 0,015). Ancak, öz yeterliliğin (SE) yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi aile desteği (AD) aracılığı ile (bootstrap = 0,015, %95 CI = -0,003, 0,045), öz yeterliliğin (ÖY) yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile (bootstrap = 0.002, %95 GA = -0,013, 0,021), öz yeterliliğin (ÖY) yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisinin arkadaş desteği (ARD) ve öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile (bootstrap = 0.008, %95 CI = -0,005, 0,007), öz yeterliliğin (ÖY) aile desteği (AD) ve öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi (bootstrap = 0.004, %95 GA = -0,026, 0,005) ve son olarak öz yeterliliğin (ÖY) arkadaş desteği (ARD), aile desteği (AD) ve öğretmen desteği (ÖD) aracılığı ile yaşam doyumu (YD) üzerindeki etkisi anlamsızdır (bootstrap = 0,001, %95 GA = -0,001, 0,006). Bunun nedeni güven aralıklarının sıfır içermesidir.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, öz yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide sosyal destek algısının aracılık rolünün olup olmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırma sonuçları, erkek öğrencilerin daha fazla aile desteği, kız öğrencilerin ise daha fazla arkadaş desteği algıladıklarını göstermektedir. Türkiye'de genellikle aileler erkek çocuklarının daha iyi eğitim almasını ve daha iyi bir kariyere sahip olmasını beklemektedir (Akbaş, 2006; Sayılan, 2012). Kızların erkeklere göre ergenliğe daha erken girmeleri nedeniyle kendilerinde meydana gelen biyolojik ve duygusal değişimleri paylaşma (Erikson, 1984; Saka, 2011), özerk bireyler olarak hareket etme ihtiyacı gibi nedenlerle arkadaş desteğini daha fazla algıladıkları düşünülebilir. Araştırmalar, kadınların genellikle erkeklerden daha fazla sosyal destek aldığını göstermektedir (Noret, Hunter ve Rasmussen, 2020; Tifferet, 2020). Benzer bir çalışmada, kadınların en çok arkadaş desteğini, erkeklerin ise en çok aile desteğini algıladıkları bulunmuştur (Cheng ve Chan, 2004).

Araştırma sonuçlarına göre, başarılı öğrencilerin öz yeterlilik, yaşam doyumu ve sosyal destek algılarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar da başarılı öğrencilerin yaşam doyumlarının daha yüksek olduğunu (Chow, 2005, Rode vd., 2005) ve daha fazla sosyal destek aldıklarını göstermektedir (McNaughton-Cassill vd., 2021; Novitasari vd., 2021). Ergenlerin sosyal destek ölçeği puanları gelir düzeyi açısından incelendiğinde sadece öğretmen desteğinde anlamlı farklılık görülmüştür. Gelir düzeyi yüksek olan ergenlerin öğretmen desteğini daha fazla algıladıkları görülmektedir. Bunun nedeni, gelir düzeyi yüksek ailelerin çocuklarını özel okullara göndermeleri, bu okullardaki öğretmenlerin öğrencilerle daha fazla ilgilenmeleri ve öğrencilere daha fazla destek olmaları olabilir. Christens ve Lin (2014) tarafından yapılan bir çalışmada da gelir düzeyinin sosyal destek algısını pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Benzer şekilde, yüksek gelir düzeyine sahip ailelerin çocuklarının öz yeterliliklerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bu çalışmada öz yeterlilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide arkadaş, aile ve öğretmen desteğinin aracı rolü olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerinde özel bir etkisi olduğunu, öz yeterliliğin aile, arkadaş ve öğretmen desteğini artırdığını ve bunların hepsinin birlikte yaşam doyumunu artırmada özel bir öneme sahip olduğunu göstermiştir. Sonuçlara göre, öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi hem kız hem de erkek öğrencilerde anlamlıdır. Bu sonuçtan hareketle yaşam doyumunu etkileyen faktörlerden biri de bireylerin sorunlarla mücadeledeki inancı, motivasyonu ve kararlılığı olarak ifade edilen öz yeterliliğidir. Yapılan çalışmalar da benzer sonuçlar vermektedir (Marcionetti ve Rossier, 2021; Jhang, 2021). Saha ve diğerleri (2010) yüksek öz yeterlilik düzeyinin ve akran ilişkilerinin yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Bununla birlikte, başka bir çalışmada öz yeterliliğin kaygıyı azalttığı ve psikolojik dayanıklılığı artırdığı (Park, 2011), öz yeterliliği yüksek ergenlerin akademik olarak daha başarılı oldukları ve bunun sonucunda bu ergenlerin yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Feldman ve Kubota, 2015).

Kız öğrencilerde öz yeterliliğin arkadaş desteği üzerinde, erkek öğrencilerin öz yeterliliğinin ise hem arkadaş hem de öğretmen desteği üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır. Bununla birlikte her iki cinsten de öz yeterliliğin aile desteği üzerindeki doğrudan etkisinin anlamsız olduğu görülmektedir. Öz yeterliliğin bireylerin problem çözme gücünü artırmasının bir sonucu olarak bu kişilerin arkadaşları içinde daha saygınlık görmeleri buna bağlı olarak bu kişilerin daha fazla arkadaş desteğine sahip oldukları düşünülmektedir. Yapılan çalışmalarda öz yeterliliğin arkadaş ilişkilerini güçlendirdiğini ortaya koymaktadır (Altermatt, 2019; Cattellino, Chirumbolo, Baiocco, Calandri ve Morelli, 2021; Li, Peng, Lu, Liao ve Li, 2020). Erkek öğrencilerin öz yeterliliğinin öğretmen desteğini artırması buna karşılık kızlarda öz yeterliliğin öğretmen desteği üzerindeki doğrudan etkisinin anlamsız olması ilginç bulunmuştur. Bunun temel nedeninin örnekleme alınan erkeklerin kızlardan akademik olarak daha başarılı olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda akademik başarı yüksek olanların daha fazla öğretmen desteği algıladıklarını ortaya koymaktadır (López, Ehly ve García-Vázquez, 2002; Yıldırım ve Ergene, 2003). Kız ve erkeklerde öz yeterliliğin aile desteği üzerindeki doğrudan etkisi anlamsızdır. Yapılan araştırmalar ise büyük oranda öz yeterlilik ile aile desteği arasındaki pozitif yönde ilişki olduğunu göstermektedir (Gao vd., 2021; Guerra, Farkas ve Moncada, 2018; Yıldırım ve Çelikkol, 2023). Elde edilen bu sonucun örneklem grubunun özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Kızlarda aile ve öğretmen desteğinin, erkeklerde ise arkadaş ve aile desteğinin yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır. Bu bağlamda her iki cinsiyet içinde aile desteğinin yaşam doyumunu belirleme de önemli etkisinin olduğu görülmektedir. Piko (2023) tarafından yapılan bir araştırmada da yaşam doyumu üzerindeki en önemli yordayıcının aile desteği olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgulara göre kızlarda öğretmen desteğinin yaşam doyumu için önemli bir etken olduğu görülmektedir. Bunun temel nedeninin kız öğrencilerin öğretmenine vermiş olduğu önem ve yakınlık ile ve öğretmenlerinin kendilerine vermiş olduğu desteği önemsemelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda da kızların öğretmenlere yakınlık algılarının erkeklerden yüksek olduğu (Açılan ve Özgenel, 2021), kız öğrencilerin öğretmenlerini erkek öğrencilere göre daha destekleyici algıladıkları ve okul yaşantılarından daha fazla doyum aldıklarını (Ersoy, 2020) ortaya koymaktadır. Erkeklerin arkadaş desteğinin aile desteğine göre yaşam doyumu üzerindeki doğrudan etkisinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum erkeklerde yaşam doyumu üzerindeki

etkisinde arkadaş desteğine ne kadar ihtiyaç duyduklarını göstermesi açısından oldukça önemli bulunmuştur. Bu durumun ergenlik döneminde ergenlerin kendini açma, ergenliğin sapma davranışlarını sergileme de arkadaşlarından daha fazla destek almalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda da erkeklerin arkadaşları içinde kendi açma düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğu (Atalay ve Özyürek, 2020) bununla birlikte erkeklerin kızlara göre uyumsuz davranışları olan arkadaşlarından daha fazla destek aldıklarını (Delikara, 2000) ortaya koymaktadır.

Kız öğrencilerde arkadaş ve aile desteği birlikte olduğunda öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki etkisinde sosyal desteğin aracı rolünde olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, sosyal destek tüm boyutlarıyla desteklendiğinde kadınlarda öz yeterliliğin yaşam doyumunu etkilediği söylenebilir. Bu sonuç, öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki etkisinde sosyal çevrenin ne kadar önemli olduğunu göstermesi ve kızların arkadaş desteğine ve ardından öğretmen desteğine ne kadar ihtiyaç duyduklarını göstermesi açısından önemlidir. Bokhorst, Sumter ve Westenberg (2010) tarafından yapılan bir başka çalışma, kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla öğretmenlerinden, ailelerinden ve arkadaşlarından daha fazla sosyal destek algıladıklarını göstermektedir.

Bunlara ek olarak, çalışmada erkek öğrencilerde öz yeterliliğin yaşam doyumu üzerindeki etkisinde sadece arkadaş desteğinin aracı rolünde olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, ergenlik döneminde erkeklerin yaşam doyumu açısından arkadaş desteğine ne kadar ihtiyaç duyduklarını göstermesi açısından önemlidir. Türkiye'de kız çocukları ergenlik sorunları, hormonal değişimler ve cinsel isteklerin yoğunluğu gibi konularda anneleriyle konuşup onlardan destek alabilirken, erkek çocuklarına bu konularda ebeveynleriyle konuşma fırsatı pek tanınmamaktadır. Bu nedenle erkeklerin bu dönemde akran desteğine kızlardan daha fazla ihtiyaç duydukları düşünülebilir. Aynı zamanda erkek çocukların sosyal çevrelerinde kendilerini güçlü hissetmek için bir gruba ait olma ihtiyaçları, ergenlikte meydana gelen hızlı değişimler sonucu normallik kaygısının grup içinde karşılanması gibi nedenler de akran desteğinin önemini artırmaktadır. Araştırmalar, ergenlik döneminde erkeklerin kızlara göre daha yakın ilişkiler kurduğunu göstermektedir (Çevik ve Atıcı, 2008; Çok, 1993). Oppedal, Røysamb ve Sam (2004) erkek çocukların arkadaşlarından ve ailelerinden sosyal destek algıladıklarını, ancak öğretmenlerden algıladıkları sosyal desteğin düşük olduğunu ortaya koymuştur. Yapılan bir çalışmada erkeklerin kızlardan daha düşük düzeyde sosyal destek algıladıkları (Llabre ve Hadi, 1997) gözlenirken, Noret ve diğerleri (2020) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise kızların erkeklerden daha düşük düzeyde sosyal destek algıladıkları görülmüştür. Araştırma bulgularının farklı sonuçları, sosyal çevrenin kız ve erkek çocuklara verdiği desteğin kültüre göre farklılaştığını ortaya koymaktadır.

Ergenlik dönemi ve sosyal destek üzerine farklı kaynaklardan alınan çalışmalar bir bütün olarak incelendiğinde farklı sonuçlar görülebilmektedir. Bazı çalışmalar arkadaş desteğinin ergenlerde daha yüksek olduğunu (Furman ve Buhrmester, 1992), bazıları ise aile ve arkadaş desteğinin eşit olduğunu (Helsen, Vollebergh ve Meeus, 2000) ve arkadaş desteğinin giderek azaldığını (Kerres Malecki ve Kilpatrick Demary, 2002) göstermiştir. Bokhorst ve diğerleri (2010) tarafından yapılan bir başka çalışma ise kızların erkeklerden daha fazla destek algıladığını ve ebeveynlerden algılanan destek açısından kızlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir. Bu çalışmada elde edilen bulguların daha önce yapılan çalışmalarla benzerlikler gösterdiği gibi farklı sonuçlar da içermektedir. Bu bağlamda, ergenlerin içinde yaşadıkları kültürel ve sosyal çevrenin algılanan sosyal destekte farklılıklar yarattığı düşünülmektedir.

Sosyal destek algısının depresyonu azalttığı (Holt ve Espelage, 2007), iyi oluşu ve öz yeterliliği artırdığı (Karademas, 2006), sosyal ilişkileri düzenlediği (Grisset ve Norvell, 1992) ve öğrenci uyumunu artırdığı (Demaray ve Malecki, 2002) düşünüldüğünde sosyal desteğin bireylerin yaşamındaki önemi daha iyi görülebilir. Bu bağlamda, çocuk ve ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeyindeki farklılıkların ve düşük sosyal destek algılarının nedenlerinin ortaya konması ve sorun olarak belirlenen faktörlerin giderilmesi oldukça önemli görünmektedir. Bu çalışmanın güçlü yönleri, cinsiyet açısından sosyal destek türlerindeki farklılıkları ortaya koyması ve bunun sonuçlarını inceleyecek yeni çalışmalara zemin hazırlaması, bununla birlikte öz yeterlilik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide sosyal desteğin aracı rolünü belirlemiş olmasıdır. Bunların yanı sıra kesitsel bir araştırma modeline sahip olması ve sonuçlar arasında neden-sonuç ilişkisi kurmaması çalışmanın sınırlılıklarıdır.

Öneriler

Araştırma bulgularına göre gelir düzeyi ve akademik başarısı düşük olan öğrencilerin öz yeterlilikleri ile yaşam doyumları düşüktür. Bunun nedenlerinin araştırılması ve bu öğrencilere psikolojik destek verilmesi önemli görölmektedir. Hem kız hem erkek öğrencilerde öz yeterlik ile yaşam doyumları arasındaki ilişki de aile desteğinin aracılık rolünün anlamlı olmamasının nedenleri araştırılmalıdır. Öz-yeterlik ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide kızlarda arkadaş desteğinin, erkeklerde ise öğretmen desteğinin aracı rolünün anlamsız olmasının nedenlerine yönelik araştırmalar yapılabilir. Aile, arkadaş ve öğretmen desteğinin birlikte yaşam doyumları üzerindeki dolaylı etkileri anlamlıdır. Bu nedenle özellikle okullarda yapılacak grup rehberliği ve veli toplantılarında anne baba ve öğretmen desteğinin önemi konusunda farkındalık çalışmalarının yapılması önerilmektedir.

Araştırma bulguları bir bütün olarak değerlendirildiğinde öğrencilerin algıladıkları aile, arkadaş ve öğretmen desteği düzeylerinin farklı sonuçlar verdiği görölmektedir. Bu bağlamda bu ve benzeri araştırmaların farklı kültürlerde ve örneklem gruplarında yapılması ve farklılıkların nedenlerinin araştırılması gerekmektedir. Araştırma bulgularına dayanarak öz-yeterlik ve yaşam doyumları arasındaki ilişkide anne-baba tutumları ve benlik saygısı gibi değişkenlerin aracılığına yönelik çalışmalar yapılabilir. Bununla birlikte yaşam memnuniyetini artırmak için derinlemesine analize imkan veren nitel çalışmaların yapılması gerekli görölmektedir. Son olarak araştırma lise öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir, bu ve benzeri çalışmaların farklı yaş ve sınıf düzeylerinde yapılması önerilmektedir.

Kaynakça

- Açılan, B. H. ve Özgenel, M. (2021). Öğretmen yakınlık davranışlarının öğrencilerin okula bağlılık düzeylerine etkisi: Lise ve ortaokul karşılaştırması. *Education Sciences*, 16(1), 1-16. doi:10.12739/NWSA.2021.16.1.1C0703
- Adler-Constantinescu, C., Beşu, E. C. ve Negovan, V. (2013). Perceived social support and perceived self-efficacy during adolescence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 78, 275-279. doi:10.1016/j.sbspro.2013.04.294
- Akbaş, A. Ö. (2006). *Köy çocuklarının ortaöğretime geçiş sürecinde yaşadıkları sorunların toplumsal cinsiyet açısından karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- AlAjmi, M. S. ve ALAzemi, M. F. (2021). Academic self-efficacy and academic achievement among special education department students at the faculty of basic education and the relationship between them in light of some variables. *Multicultural Education*, 7(3), 276-285. doi:10.5281/zenodo.4640545
- Albayrak, A. S., Eroğlu, A., Kalaycı, Ş., Küçüksille, E., Ak, B., Karaatlı, M. ... Sungur, O. (2005). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (Ş. Kalaycı, Ed.). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D. ve Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 484-496. doi:10.1080/02673843.2019.1568887
- Altermatt, E. R. (2019). Academic support from peers as a predictor of academic self-efficacy among college students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 21(1), 21-37. doi:10.1177/1521025116686588
- Appleton, S. ve Song, L. (2008). Life satisfaction in urban China: Components and determinants. *World Development*, 36(11), 2325-2340. doi:10.1016/j.worlddev.2008.04.009
- Asici, E. ve Sari, H. I. (2021). A proposed model to explain happiness in college students: The roles of perceived parenting styles, emotional self-efficacy, and forgiveness. *Journal of Adult Development*, 28, 1-14. doi:10.1007/s10804-021-09378-0
- Atalay, D. ve Özyürek, A. (2020). Ergenlerde arkadaşlık ilişkileri ve akran sapması. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 10(2), 249-261. doi:10.14230/johut843
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, 84(2), 191-215. doi:10.1037/0033-295X.84.2.191
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-147. doi:10.1037/0003-066X.37.2.122
- Bandura, A. (1990). Perceived self-efficacy in the exercise of control over AIDS infection. *Evaluation and Program Planning*, 13(1), 9-17. doi:10.1016/0149-7189(90)90004-G
- Bisschop, M. I., Kriegsman, D. M., Beekman, A. T. ve Deeg, D. J. (2004). Chronic diseases and depression: The modifying role of psychosocial resources. *Social Science & Medicine*, 59(4), 721-733. doi:10.1016/j.socscimed.2003.11.038
- Bokhorst, C. L., Sumter, S. R. ve Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive?. *Social Development*, 19(2), 417-426. doi:10.1111/j.1467-9507.2009.00540.x
- Bradley, R. ve Corwyn, R. (2004). Life satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 385-400. doi:10.1080/01650250444000072
- Burger, K. ve Samuel, R. (2017). The role of perceived stress and self-efficacy in young people's life satisfaction: A longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(1), 78-90. doi:10.1007/s10964-016-0608-x

- Cattellino, E., Chirumbolo, A., Baiocco, R., Calandri, E. ve Morelli, M. (2021). School achievement and depressive symptoms in adolescence: The role of self-efficacy and peer relationships at school. *Child Psychiatry & Human Development*, 52, 571-578. doi:10.1007/s10578-020-01043-z
- Cheng, S. T. ve Chan, A. C. (2004). The multidimensional scale of perceived social support: Dimensionality and age and gender differences in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1359-1369. doi:10.1016/j.paid.2004.01.006
- Cheng, T. ve Yan, C. (2017). Evaluating the size of the bootstrap method for fund performance evaluation. *Economics Letters*, 156, 36-41. doi:10.1016/j.econlet.2017.03.028
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70(2), 139-150.
- Christens, B. D. ve Lin, C. S. (2014). Influences of community and organizational participation, social support, and sense of community on psychological empowerment: Income as moderator. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 42(3), 211-223. doi:10.1111/fcsr.12056
- Colarossi, L. G. ve Eccles, J. S. (2003). Differential effects of support providers on adolescents' mental health. *Social Work Research*, 27(1), 19-30. doi:10.1093/swr/27.1.19
- Çevik, G. B. ve Atıcı, M. (2008). Lise 3. sınıf öğrencilerinin arkadaşlık ilişkilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 35-50.
- Çok, F. (1993). *Üniversite öğrencilerinin arkadaşlık ilişkileri ve bunun ana baba tutumlarıyla ilişkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam doyumunu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262. doi:10.17755/esosder.263229
- Delikara, İ. (2000). *Ergenlerin akran ilişkileri ile suç kabul edilen davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Demaray, M. K. ve Malecki, C. K. (2002). Critical levels of perceived social support associated with student adjustment. *School Psychology Quarterly*, 17(3), 213-241. doi:10.1521/scpq.17.3.213.20883
- Demirel, S. ve Canat, S. (2004). Ankara'daki beş eğitim kurumunda kendini yaralama davranışı üzerine bir çalışma. *Kriz Dergisi*, 12(3), 1-9. doi:10.1501/Kriz_0000000210
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi:10.1207/s15327752jpa4901_13
- Dunst, C. J., Trivette, C. M. ve Cross, A. (1986). Mediating influences of social support: Personal, family, child outcomes. *American Journal of Mental Deficiency*, 90(4), 403-417.
- Ekinci, N. ve Koç, H. (2023). Grit, general self-efficacy, and life satisfaction: The mediating role of hope. *Journal of Community Psychology*, 51(3), 1288-1299. doi:10.1002/jcop.22962
- Erikson, R. (1984). Social class of men, women and families. *Sociology*, 18(4), 500-514.
- Ersoy, E. (2020). *Ortaokul ve lise öğrencilerinin akademik destek algıları ile okul yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Feldman, D. B. ve Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences*, 37, 210-216. doi:10.1016/j.lindif.2014.11.022
- Fisher, M. H., Sung, C., Kammes, R. R., Okyere, C. ve Park, J. (2022). Social support as a mediator of stress and life satisfaction for people with intellectual or developmental disabilities during the COVID-19 pandemic. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 35(1), 243-251. doi:10.1111/jar.12943
- Furman, W. ve Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63(1), 103-115. doi:10.1111/j.1467-8624.1992.tb03599.x

- Gao, H., Ou, Y., Zhang, Z., Ni, M., Zhou, X. ve Liao, L. (2021). The relationship between family support and e-learning engagement in college students: The mediating role of e-learning normative consciousness and behaviors and self-efficacy. *Frontiers in Psychology, 12*, 573779. doi:10.3389/fpsyg.2021.573779
- Garriott, P. O., Hudyma, A., Keene, C. ve Santiago, D. (2015). Social cognitive predictors of first-and non-first-generation college students' academic and life satisfaction. *Journal of Counseling Psychology, 62*(2), 253-263. doi:10.1037/cou0000066
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update*. Londra: Pearson.
- Gigantesco, A., Fagnani, C., Toccaceli, V., Stazi, M. A., Lucidi, F., Violani, C. ve Picardi, A. (2019). The relationship between satisfaction with life and depression symptoms by gender. *Frontiers in Psychiatry, 10*, 419. doi:10.3389/fpsyg.2019.00419
- Grisset, N. I. ve Norvell, N. K. (1992). Perceived social support, social skills, and quality of relationships in bulimic women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 60*(2), 293-299. doi:10.1037/0022-006X.60.2.293
- Guerra, C., Farkas, C. ve Moncada, L. (2018). Depression, anxiety and PTSD in sexually abused adolescents: Association with self-efficacy, coping and family support. *Child Abuse & Neglect, 76*, 310-320. doi:10.1016/j.chiabu.2017.11.013
- Gutiérrez, M. ve Tomás, J. M. (2019). The role of perceived autonomy support in predicting university students' academic success mediated by academic self-efficacy and school engagement. *Educational Psychology, 39*(6), 729-748. doi:10.1080/01443410.2019.1566519
- Hashim, I. H. (2003). Cultural and gender differences in perceptions of stressors and coping skills: A study of Western and African college students in China. *School Psychology International, 24*(2), 182-203. doi:10.1177/0143034303024002004
- Hawkins, M. T., Letcher, P., Sanson, A., Smart, D. ve Toumbourou, J. W. (2009). Positive development in emerging adulthood. *Australian Journal of Psychology, 61*(2), 89-99. doi:10.1080/00049530802001346
- Helsen, M., Vollebergh, W. ve Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 29*(3), 319-335.
- Henry, A., Tourbah, A., Camus, G., Deschamps, R., Mailhan, L., Castex, C. ... Montreuil, M. (2019). Anxiety and depression in patients with multiple sclerosis: The mediating effects of perceived social support. *Multiple Sclerosis and Related Disorders, 27*, 46-51. doi:10.1016/j.msard.2018.09.039
- Holt, M. K. ve L Espelage, D. (2007). Perceived social support among bullies, victims, and bully-victims. *Journal of Youth and Adolescence, 36*(8), 984-994. doi:10.1007/s10964-006-9153-3
- House, J. S., Landis, K. R. ve Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science, 241*, 540-545. doi:10.1126/science.3399889
- Hu, H. (2005). Ridge estimation of a semiparametric regression model. *Journal of Computational and Applied Mathematics, 176*(1), 215-222. doi:10.1016/j.cam.2004.07.032
- Hua, Z. ve Ma, D. (2022). Depression and perceived social support among unemployed youths in China: investigating the roles of emotion-regulation difficulties and self-efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(8), 4676. doi:10.3390/ijerph19084676
- Huebner, E. S., Suldo, S. M., Smith, L. C. ve McKnight, C. G. (2004). Life satisfaction in children and youth: Empirical foundations and implications for school psychologists. *Psychology in the Schools, 41*(1), 81-93. doi:10.1002/pits.10140
- Iii, J. W. ve Boyd, J. M. (2021). Effects of a single bout of yoga on self-esteem, self-efficacy, and happiness of college students. *International Journal of Human Movement Science, 15*(1), 65-75. doi:10.23949/ijhms.2021.04.15.1.6

- Jhang, F. H. (2021). Negative life events and life satisfaction: Exploring the role of family cohesion and self-efficacy among economically disadvantaged adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 22(5), 2177-2195. doi:10.1007/s10902-020-00315-8
- Ji, J., Zhou, L., Wu, Y. ve Zhang, M. (2022). Hope and life satisfaction among Chinese shadow education tutors: The mediating roles of positive coping and perceived social support. *Frontiers in Psychology*, 13, 929045. doi:10.3389/fpsyg.2022.929045
- Karademas, E. C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1281-1290. doi:10.1016/j.paid.2005.10.019
- Kashdan, T. B. ve Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's impact on affect, curiosity, and social self-efficacy during a high self-focus social threat situation. *Cognitive Therapy and Research*, 28(1), 119-141.
- Kerres Malecki, C. ve Kilpatrick Demary, M. (2002). Measuring perceived social support: Development of the child and adolescent social support scale (CASSS). *Psychology in the Schools*, 39(1), 1-18. doi:10.1002/pits.10004
- Kim, M. J. ve Park, J. H. (2020). Academic self-efficacy and life satisfaction among adolescents: Mediating effects of self-transcendence. *Child & Youth Services*, 41(4), 387-408. doi:10.1080/0145935X.2020.1852920
- Koçak, O., Ak, N., Erdem, S. S., Sinan, M., Younis, M. Z. ve Erdoğan, A. (2021). The role of family influence and academic satisfaction on career decision-making self-efficacy and happiness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5919. doi:10.3390/ijerph18115919
- LaRue, D. E. ve Herrman, J. W. (2008). Adolescent stress through the eyes of high-risk teens. *Pediatric Nursing*, 34(5), f
- Lee, H. S. ve Kim, C. (2016). Structural equation modeling to assess discrimination, stress, social support, and depression among the elderly women in South Korea. *Asian Nursing Research*, 10(3), 182-188. doi:10.1016/j.anr.2016.06.003
- Lee, J., Kim, E. ve Wachholtz, A. (2016). The effect of perceived stress on life satisfaction: The mediating effect of self-efficacy. *Ch'ongsonyonghak Yoncu*, 23(10), 29-47. doi:10.21509/KJYS.2016.10.23.10.29
- Li, L., Peng, Z., Lu, L., Liao, H. ve Li, H. (2020). Peer relationships, self-efficacy, academic motivation, and mathematics achievement in Zhuang adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review*, 118, 105358. doi:10.1016/j.childyouth.2020.105358
- Lima, M. B. S., Cardoso, V. D. S. ve Silva, S. S. D. C. (2016). Parental stress and social support of caregivers of children with cerebral palsy. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 26, 207-214.
- Llabre, M. M. ve Hadi, F. (1997). Social support and psychological distress in Kuwaiti boys and girls exposed to the Gulf crisis. *Journal of Clinical Child Psychology*, 26(3), 247-255. doi:10.1207/s15374424jccp2603_3
- López, E. J., Ehly, S. ve García-Vázquez, E. (2002). Acculturation, social support and academic achievement of Mexican and Mexican American high school students: An exploratory study. *Psychology in the Schools*, 39(3), 245-257. doi:10.1002/pits.10009
- Marcionetti, J. ve Rossier, J. (2021). A longitudinal study of relations among adolescents' self-esteem, general self-efficacy, career adaptability, and life satisfaction. *Journal of Career Development*, 48(4), 475-490. doi:10.1177/0894845319861691
- Marsack, C. N. ve Perry, T. E. (2018). Aging in place in every community: Social exclusion experiences of parents of adult children with autism spectrum disorder. *Research on Aging*, 40(6), 535-557. doi:10.1177/0164027517717044
- Matheny, K. B., Curlette, W. L., Aysan, F., Herrington, A., Gfroerer, C. A., Thompson, D. ve Hamarat, E. (2002). Coping resources, perceived stress, and life satisfaction among Turkish and American university students. *International Journal of Stress Management*, 9(2), 81-97. doi:10.1023/A:1014902719664

- McCreary, M. L., Slavin, L. A. ve Berry, E. J. (1996). Predicting problem behavior and self-esteem among African-American adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 11(2), 216-234. doi:10.1177/0743554896112004
- McNaughton-Cassill, M. E., Lopez, S., Knight, C., Perrotte, J., Mireles, N., Cassill, C. K. ... Cassill, A. (2021). Social support, coping, life satisfaction, and academic success among college students. *Psi Chi Journal*, 26(2), 150-156.
- Meule, A. ve Voderholzer, U. (2020). Life satisfaction in persons with mental disorders. *Quality of Life Research*, 29(11), 3043-3052. doi:10.1007/s11136-020-02556-9
- Muris, P. (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 145-149.
- Noret, N., Hunter, S. C. ve Rasmussen, S. (2020). The role of perceived social support in the relationship between being bullied and mental health difficulties in adolescents. *School Mental Health*, 12(1), 156-168. doi:10.1007/s12310-019-09339-9
- Norris, F. H. ve Kaniasty, K. (1996). Received and perceived social support in times of stress: A test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 498-511. doi:10.1037/0022-3514.71.3.498
- Novitasari, D., Asbari, M., Purwanto, A., Fahmalatif, F., Sudargini, Y., Hidayati, L. H. ve Wiratama, J. (2021). The influence of social support factors on performance: A case study of elementary school teachers. *International Journal of Social and Management Studies*, 2(1), 41-52. doi:10.5555/ijosmas.v2i1.6
- Oppedal, B., Røysamb, E. ve Sam, D. L. (2004). The effect of acculturation and social support on change in mental health among young immigrants. *International Journal of Behavioral Development*, 28(6), 481-494. doi:10.1080/01650250444000126
- Park, J., Roh, S. ve Yeo, Y. (2011). Religiosity, social support, and life satisfaction among elderly Korean immigrants. *The Gerontologist*, 52(5), 641-649. doi:10.1093/geront/gnr103
- Park, Y. A. (2011). The influences of stress and academic self-efficacy on the subjective well-being of elementary school children. *Korean Journal of Child Studies*, 32(3), 107-120. doi:10.5723/KJCS.2011.32.3.107
- Pettit, J. W., Lewinsohn, P. M., Seeley, J. R., Roberts, R. E. ve Yaroslavsky, I. (2010). Developmental relations between depressive symptoms, minor hassles, and major events from adolescence through age 30 years. *Journal of Abnormal Psychology*, 119(4), 811-824. doi:10.1037/a0020980
- Piko, B. F. (2023). Adolescent life satisfaction: Association with psychological, school-related, religious and socially supportive factors. *Children*, 10(7), 1176. doi:10.3390/children10071176
- Piko, B. F. ve Hamvai, C. (2010). Parent, school and peer-related correlates of adolescents' life satisfaction. *Children and Youth Services Review*, 32(10), 1479-1482. doi:10.1016/j.childyouth.2010.07.007
- Proctor, C. L., Linley, P. A. ve Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 10(5), 583-630. doi:10.1007/s10902-008-9110-9
- Proctor, C., Linley, P. A. ve Maltby, J. (2010). Very happy youths: Benefits of very high life satisfaction among adolescents. *Social Indicators Research*, 98, 519-532. doi:10.1007/s11205-009-9562-2
- Proctor, C., Linley, P. A. ve Maltby, J. (2017). Life satisfaction. R. Levesque (Ed.), *Encyclopedia of adolescence* içinde (s. 17-39). New York, NY: Springer. doi:10.1007/978-3-319-32132-5_125-2
- Rice, R. W., Frone, M. R. ve McFarlin, D. B. (1992). Work-nonwork conflict and the perceived quality of life. *Journal of Organizational Behavior*, 13(2), 155-168. doi:10.1002/job.4030130205
- Rode, J. C., Arthaud-Day, M. L., Mooney, C. H., Near, J. P., Baldwin, T. T., Bommer, W. H. ve Rubin, R. S. (2005). Life satisfaction and student performance. *Academy of Management Learning & Education*, 4(4), 421-433. doi:10.5465/amle.2005.19086784

- Saha, R., Huebner, E. S., Suldo, S. M. ve Valois, R. F. (2010). A longitudinal study of adolescent life satisfaction and parenting. *Child Indicators Research*, 3, 149-165. doi:10.1007/s12187-009-9050-x
- Saka, N. (2011). *Ben hasta değilim, çocuk sağlığı ve hastalıklarının psikososyal yönü, gencin bedensel gelişimi ve ergenlik sorunları* (H. Ekşi, Ed.). Ankara: Nobel Tıp Kitaplar.
- Santrock, L. (2012). *Ergenlik* (D. M. Siyez, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Sayılan, F. (2012). *Toplumsal cinsiyet ve eğitim: Olanaklar ve sınırlar*. Ankara: Dipnot Yayınları.
- Schaefer, C., Coyne, J. C. ve Lazarus, R. S. (1981). The health-related functions of social support. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(4), 381-406. doi:10.1007/BF00846149
- Schneider, M. ve Preckel, F. (2017). Variables associated with achievement in higher education: A systematic review of meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 143(6), 565-600. doi:10.1037/bul0000098
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational Psychologist*, 26(3-4), 207-231. doi:10.1080/00461520.1991.9653133
- Sheeran, P., Maki, A., Montanaro, E., Avishai-Yitshak, A., Bryan, A., Klein, W. M. ... Rothman, A. J. (2016). The impact of changing attitudes, norms, and self-efficacy on health-related intentions and behavior: A meta-analysis. *Health Psychology*, 35(11), 1178-1188. doi:10.1037/hea0000387
- Sun, R. C. ve Shek, D. T. (2010). Life satisfaction, positive youth development, and problem behaviour among Chinese adolescents in Hong Kong. *Social Indicators Research*, 95(3), 455-474. doi:10.1007/s11205-009-9531-9
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics* (7. bs.). Londra: Pearson.
- Telef, B. B. ve Karaca, R. (2012). Çocuklar için öz-yeterlik ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 169-187.
- Tian, H., Zhou, W., Qiu, Y. ve Zou, Z. (2022). The role of recreation specialization and self-efficacy on life satisfaction: The mediating effect of flow experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3243. doi:10.3390/ijerph19063243
- Tifferet, S. (2020). Gender differences in social support on social network sites: A meta-analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(4), 199-209. doi:10.1089/cyber.2019.0516
- Traş, Z. ve Arslan, E. (2013). Ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 12(4), 1133-1140.
- Tsuji, K. ve Khan, H. T. A. (2016). Exploring the relationship between social support and life satisfaction among rural elderly in Japan. *Ageing International*, 41(4), 414-426. doi:10.1007/s12126-016-9254-6
- Usher, E. L., Li, C. R., Butz, A. R. ve Rojas, J. P. (2019). Perseverant grit and self-efficacy: Are both essential for children's academic success?. *Journal of Educational Psychology*, 111(5), 877-902. doi:10.1037/edu0000324
- Van der Kolk, B. A. (2015). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Londra: Penguin Books.
- Viseu, J., Leal, R., De Jesus, S. N., Pinto, P. ve Pechorro, P. (2018). Relationship between economic stress factors and stress, anxiety, and depression: Moderating role of social support. *Psychiatry Research*, 268, 102-107. doi:10.1016/j.psychres.2018.07.008
- Wang, W., Li, J., Sun, G., Cheng, Z. ve Zhang, X. A. (2018). Achievement goals and life satisfaction: The mediating role of perception of successful agency and the moderating role of emotion reappraisal. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 30. doi:10.1186/s41155-017-0078-4
- Warshawski, S. (2022). Academic self-efficacy, resilience and social support among first-year Israeli nursing students learning in online environments during COVID-19 pandemic. *Nurse Education Today*, 110, 105267. doi:10.1016/j.nedt.2022.105267
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi, güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.

- Yıldırım, İ. ve Ergene, T. (2003). Social support, submissive acts, and test anxiety as predictors of academic achievement among high school students. *Hacettepe University Journal of Education*, 25, 224-234.
- Yıldırım, Ö. ve Çelikkol, A. K. (2023). Investigation of the resilience, self-efficacy, and perceived social support of gifted students. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 1-14. doi:10.21565/ozelegitimdergisi.1195044
- Yoon, Y. M. ve Cho, H. H. (2011). Factors influencing meaning of life in adolescents. *Child Health Nursing Research*, 17(1), 31-38. doi:10.4094/jkachn.2011.17.1.31
- Yusoff, Y. M. (2012). Self-efficacy, perceived social support, and psychological adjustment in international undergraduate students in a public higher education institution in Malaysia. *Journal of Studies in International Education*, 16(4), 353-371. doi:10.1177/1028315311408914
- Zammitti, A., Moreno-Morilla, C., Romero-Rodríguez, S., Magnano, P. ve 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. doi:10.3390/ejihpe13020023
- Zeng, Q., He, Y., Li, J., Liang, Z., Zhang, M., Yi, D. ve Quan, J. (2022). Hope, future work self and life satisfaction among vocational high school students in China: The roles of career adaptability and academic self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 199, 111822. doi:10.1016/j.paid.2022.111822