



ISPARTA  
REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

# AKADEMİK ÖZYETERLİK VE DERS ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI ARAŞTIRMASI



2025

**ISPARTA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölümü**

Baki ÇETİN

Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü

Anıl KELEŞ

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölüm Başkanı

Gökhan AKGÜN

Rehber Öğretmen-Psikolojik Danışman

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Günümüz toplumları olağanüstü sosyal ve teknolojik dönüşümlerden geçmektedir. Tarih boyunca önemli düzeyde sosyal değişimler olmuştur fakat sosyal değişimlerin hızı ve büyüklüğü günümüz koşullarında giderek artmaktadır. Ortaya çıkan sosyal değişimlerin hızlı döngüleri bireylerin kişisel ve sosyal anlamda yenilenmelerini gerektirmektedir. Bu önemli gerçeklik, kişilerin geleceklerini şekillendirmek için gerekli olan özyeterlik algısının önemini ortaya çıkarmaktadır (Bandura, 1997).

Özyeterlik, Bandura tarafından ortaya çıkarılan bir kavramdır (Satici, 2013). Özyeterlik, kişinin belirli durumlarda, belirli sonuçlara ulaşarak başarılı olmasını sağlayacak yetenekleri hakkındaki inançları ifade etmektedir (Bandura, 1997). Luszczynska, Scholz ve Schwarzer'e (2005) göre özyeterlik kişinin çok çeşitli stresli veya zorlayıcı yaşantılarla başa çıkma yeterliliğine olan inançları ile ilgilidir. Bandura'ya (1997) göre özyeterlik algısının gelişimini etkileyen başlıca dört faktör bulunmaktadır. Bu faktörler kişinin doğrudan deneyimlediği yaşantılar, kişisel gözleme dayanan dolaylı yaşantılar, sözel ikna ve psikolojik-fizyolojik durumlardır. Bu dört ana faktör özyeterliğin olumlu veya olumsuz bir şekilde gelişmesine etki etmektedir. Kişinin başarıya ulaşmasını sağlayan deneyimleri, başka kişileri gözlemleyerek edindiği bilgi ve tecrübeler, bireyin sosyal çevresinin geri dönütleri ve kişinin kendi özellikleri ile ilgili olumlu düşünceleri özyeterlik inancını besleyen kaynaklardır.

Bir bireyin özyeterlik algısı kişinin bilişsel gelişimine çeşitli şekillerde katkıda bulunur (Bandura, 1993). Bu katkı, farklı yeterlik alanlarına göre ayrılmış çok boyutlu bir yapıyı içermektedir (Bandura, 2012). Bu yapı içerisinde yer alan özyeterlikten türetilmiş bir kavram olan akademik özyeterlik, öğrencinin eğitsel ve öğretimsel faaliyetlerde kendisine duyduğu inanç ve kendi öz yargıları anlamına gelmektedir (Satici, 2013). Millburg'a (2009) göre akademik özyeterlik, bir kişinin kendi becerilerine ve yeteneklerine olan inancından ziyade akademik görevleri başarıyla yapabileceğine yönelik inancını ifade etmektedir. Bu noktada akademik özyeterlik, bir bireyin akademik başarısını etkileyen önemli bir faktör olarak görülmektedir (Pajares, 1996). Nitekim Klassen ve Usher'a (2010) göre özyeterlik inancı, akademik başarıya ulaşmak için gerekli olan eylemlerin temel bir koşuludur.

Akademik özyeterlik teknik, sosyal ve bilişsel olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Teknik boyut öğrencinin bir görevi yerine getirebilmek için gerekli olan bilgi, yöntem ve teknikleri kullanma yeteneğine sahip olabilmesi anlamına gelirken; sosyal boyut, öğrencinin davranışları ve gerçekleştirdikleri ile kazandığı sosyal statü olarak nitelendirilmektedir (Biricik, 2015). Bilişsel boyut ise bireyin çevresi ile olan etkileşimi ile ortaya çıkan duygu, düşünce ve inançları olarak nitelendirilmiştir (Schunk, 1991).

Akademik özyeterlik konusunda yapılmış farklı çalışmalarda akademik özyeterlik düzeyi yüksek olan kişilerin bazı ortak özelliklere sahip olduğu görülmüştür. Bu özellikler; daha zor görevlere odaklanma, öğrenme stillerini şekillendirme ve yüksek düzeyde performans gösterme gibi özelliklerdir (Uçar, 2024). Nitekim Bandura'ya (1997) göre akademik özyeterliğe sahip bireyler kendilerine zor ulaşılabilecek hedefler belirleyip, bu hedeflere ulaşabilmek için çaba sarf ederler. Zorluklar karşısında istenilen sonuca ulaşmayı sağlayacak çeşitli stratejiler edinirler. Düşük akademik özyeterliliğe sahip öğrenciler ise zorluklar karşısında daha kırılgan olabilirler. Bu nedenle düşük akademik özyeterliliğe sahip öğrenciler, okula bağlanma ve akademik başarısızlık sorununu daha sık yaşamaktadır.

Akademik özyeterliğin yanında akademik başarıyı etkileyen bir diğer unsur ders çalışma alışkanlıklarıdır. Doğru ders çalışma alışkanlığı akademik başarı ile doğrudan ilişkilidir. Ders çalışma alışkanlığının elde edilmesi, öğrencinin bireysel çabalarına ve doğru çalışma yollarını kullanmasına bağlıdır (Okeke ve Ukoh, 2020). Doğru çalışma yollarının kullanılmasında dört farklı bileşenin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bu bileşenler “*aktif öğrenme*”, “*içsel motivasyon*”, “*kaçınma davranışı*” ve “*çalışma ortamı ve sınava hazırlanma*” şeklindedir (Günaydın, 2011). Aktif öğrenme; öğrencilerin nasıl verimli ders çalışacağı hakkında farkındalığının olması ve verimli ders çalışmayı uygulaması anlamına gelirken; içsel motivasyon, öğrencinin dışarıdan bir uyarıya gerek kalmadan kendi isteği ile ders çalışmaya başlaması ve sürdürmesi anlamına gelmektedir. Bir diğer bileşen olan kaçınma davranışı, ders çalışmayı istememek ve ders çalışmaktan kaçınmak anlamına gelirken; ders çalışılan ortamın çalışmaya uygun olması ve yazarak çalışma tekniğinin kullanılması çalışma ortamı ve sınava hazırlanma ile ilgilidir (Günaydın, 2011; Moçoşoğlu ve Yorulmaz, 2023).

Günümüz eğitim koşullarında bir öğrencinin akademik anlamda başarılı olabilmesi için öncelikle kendi çalışma alışkanlıklarını gözden geçirmesi gerekmektedir. Daha sonra verimli çalışma alışkanlıkları hakkında farkındalık kazanmalı, yanlış çalışma alışkanlıklarından uzaklaşabilmelidir. Ayrıca kendine uygun çalışma yöntemlerini tercih edebilmek için kendini tanımalı, öğrenmeyi hedefleyerek verimli ve sistemli çalışabilmelidir (Günaydın, 2011).

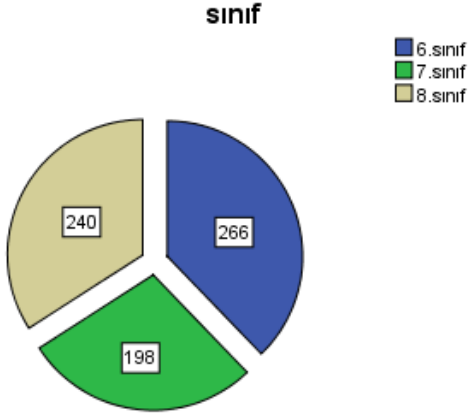
Akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlığı değişkenlerinin öğrencilerin akademik başarıları açısından önemli olduğu görülmektedir. Bu nedenle araştırmada ortaokul öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıklarının ve lise öğrencilerinin akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlığı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu değişkenler, sınıf düzeyi, cinsiyet, başarı durumu, akademik kaynaklı kurs ya da destek alma durumu ve kitap okuma sıklığı olarak belirlenmiştir.

## BÖLÜM II

### YÖNTEM

#### *Araştırma Modeli ve Çalışma Grubu*

Bu araştırmada betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırma kapsamında iki farklı çalışma grubuyla çalışmalar sürdürülmüştür. İlk çalışma grubunu 2024-2025 Eğitim Öğretim yılında Isparta ili genelinde eğitimine devam eden 704 ortaokul öğrencisi; ikinci çalışma grubunu ise 415 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama süreci meb.anket.gov.tr platformu üzerinden yapıldığı için örneklemelerin oluşturulmasında kolay ulaşılabilirlik, gönüllülük ve veli izinleri göz önünde bulundurulmuştur. Araştırma grubunu oluşturan katılımcılara ait bilgiler ortaokul ders çalışma alışkanlıkları için (Şekil 1-Sınıf Düzeyi, Şekil 2-Cinsiyet) ve lise akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlıkları için (Şekil 3- Sınıf Düzeyi, Şekil 4-Cinsiyet) ayrı ayrı sunulmuştur.



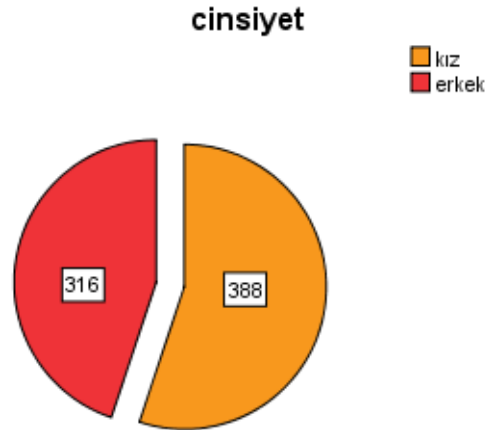
#### **Ortaokul Kademesi Katılımcı Özellikleri:**

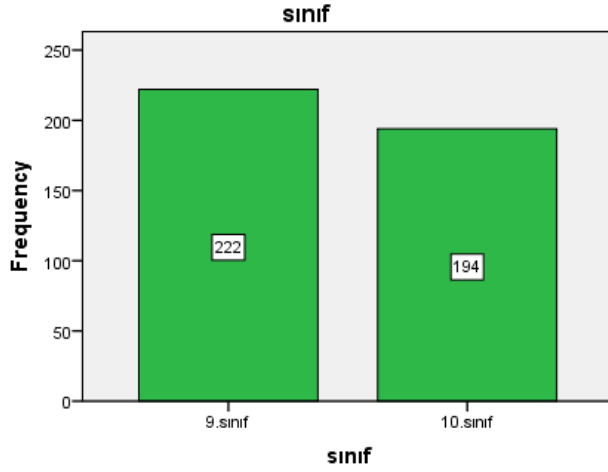
#### **Şekil 1. Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Dağılımları**

Ders çalışma alışkanlıkları araştırmasına katılan 704 ortaokul öğrencisinin %37,8'i 6.sınıf; %28,1'i 7. sınıf ve %34,1'i 8. sınıf öğrencisidir.

#### **Şekil 2. Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyet Dağılımları**

Ortaokul kademesinden araştırmaya katılan öğrencilerin %55,1'i kız; %44,9'u erkektir.





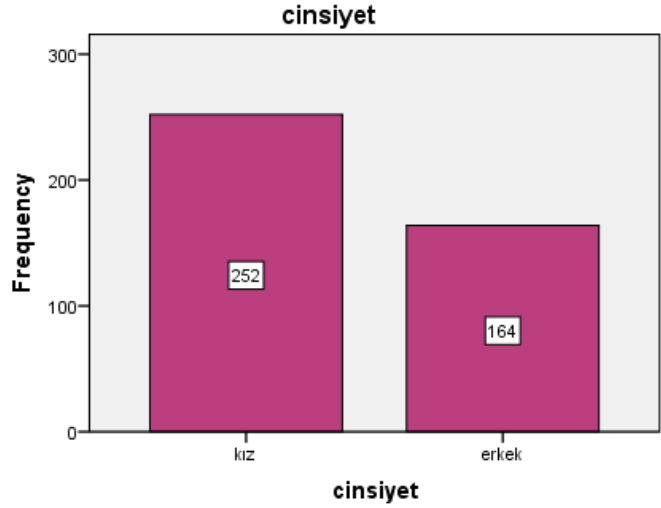
### Lise Kademesi Katılımcı Özellikleri:

#### Şekil 3. Lise Öğrencilerinin Sınıf Dağılımları

Akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlıkları araştırmasına katılan 416 lise öğrencisinin %53,4'ü 9. sınıf; %46,6'sı 10. sınıf öğrencisidir.

#### Şekil 4. Lise Öğrencilerinin Cinsiyet Dağılımları

Akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlıkları araştırmasına katılan lise öğrencilerinin %60,6'sı kız; %39,4'ü erkek öğrencilerden oluşmaktadır.



#### Veri Toplama Araçları ve Veri Analizi

Ortaokul ders çalışma alışkanlıkları araştırmasının verilerinin toplanmasında, Günaydın (2011) tarafından geliştirilen “Ders Çalışma Alışkanlıkları Ölçeği” ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Ders Çalışma Alışkanlıkları Ölçeği'nin mevcut çalışmadaki ortaokul örnekleme güvenilirlik katsayısı ,87 olarak bulunmuştur. Lise öğrencilerine yönelik organize edilen araştırma verileri ise Yılmaz, Gürçay ve Ekici (2007) tarafından geliştirilen “Akademik Özyeterlik Ölçeği”, ortaokul araştırmasında olduğu gibi Günaydın (2011) tarafından geliştirilen “Ders Çalışma Alışkanlıkları Ölçeği” ve araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu doğrultusunda toplanmıştır. Akademik Özyeterlik Ölçeği'nin mevcut çalışmadaki lise örnekleme güvenilirlik katsayısı .75; Ders Çalışma Alışkanlıkları Ölçeği'nin güvenilirlik katsayısı ise .86 olarak tespit edilmiştir. Uygulama süreci meb.anket.gov.tr platformu üzerinden yürütülmüş ve iki hafta sürdürülmüştür. İstatistiksel işlemlerden önce puanların normalliği kontrol edilmiş, normallik varsayımı karşılandıktan sonra parametrik teknikler olan t testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır.

**BÖLÜM III**  
**BULGULAR-1**  
**ORTAOKUL DERS ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI**

Araştırmanın bulguları iki bölüm halinde organize edilmiş olup, önce ortaokul öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıklarına ilişkin bulgulara, ardından lise öğrencilerinin akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlıklarına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Bu bağlamda ortaokul öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıklarıyla ilgili ortalama ve standart sapma değerleri ile kişisel bilgi formunda verilen değişkenlerin sıralı ele alınmasına ilişkin bulgular sunulmuştur.

**1. Ortaokul Öğrencilerinin Ders Çalışma Alışkanlıklarına Dair Genel Sonuçlar**

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin elde ettiği ders çalışma alışkanlıklarına ilişkin sonuçlar Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1. Katılımcıların Ders Çalışma Alışkanlıkları Puanları**

	N	Minimum	Maximum	Ortalama	Standart Sapma
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	704	33,00	96,00	65,36	13,16
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	704	10,00	40,00	26,78	5,73
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	704	9,00	36,00	23,74	6,50
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	704	3,00	12,00	8,49	2,28
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	704	2,00	8,00	6,34	1,54

Tablo 1'de görüldüğü üzere araştırma grubunun ders çalışma alışkanlıkları ortalaması 65,36 olarak tespit edilmiş olup, ölçek özelliği göz önünde bulundurulduğunda ölçekten alınabilecek maksimum puan 96 olabileceği için ortalamanın üstünde bir değere ulaştığı görülmektedir. Ders çalışma alışkanlıkları ölçeğinin alt ölçekleri incelendiğinde ise tüm alt ölçeklerde ortalamanın üzerinde bir sonuç elde edildiği görülmektedir. Genel itibarıyla öğrencilerde ders çalışma alışkanlıklarının mevcut olduğu değerlendirilmesini yapmak mümkündür.

## 2. Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Kademesine Göre Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları buldukları sınıf kademesine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2. Sınıf Düzeyine Göre Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Sınıf Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	6. sınıf	266	65,64	12,90	,317	
	7. sınıf	198	66,20	14,04		
	8. sınıf	240	64,36	12,69		
	Toplam	704	65,36	13,16		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	6. sınıf	266	26,98	5,54	,113	
	7. sınıf	198	27,24	6,09		
	8. sınıf	240	26,17	5,59		
	Toplam	704	26,78	5,73		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	6. sınıf	266	23,71	6,51	,671	
	7. sınıf	198	24,06	6,65		
	8. sınıf	240	23,50	6,38		
	Toplam	704	23,74	6,50		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	6. sınıf	266	8,59	2,24	,649	
	7. sınıf	198	8,46	2,23		
	8. sınıf	240	8,40	2,37		
	Toplam	704	8,49	2,28		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	6. sınıf	266	6,34	1,54	,619	
	7. sınıf	198	6,42	1,60		
	8. sınıf	240	6,28	1,50		
	Toplam	704	6,34	1,54		

**p<,05**

Tablo 2’de görüldüğü üzere hem ders çalışma alışkanlığı genel puanının hem de alt ölçekleri olan aktif öğrenme, içsel motivasyon, kaçınma ve çalışma ortamı ve sınava hazırlığın sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği gözlenmektedir. Ancak kaçınma alt ölçeği dışındaki tüm alt ölçeklerde ve genel puanda 7. Sınıfa devam eden öğrencilerin puan ortalamaları daha yüksektir. Kaçınma alt ölçeğinde ise 6. Sınıf öğrencilerinin daha yüksek sonuçlara ulaştığı tespit edilmiştir. Bu durum, ortaokula yeni başlayan öğrencilerin uyum sorunlarına bağlı gerçekleşebilmekte, uyum sorununun üstesinden gelen öğrencilerin çalışma alışkanlıkları da yükselmektedir. Ancak 8.sınıfa gelen öğrencilerin sınava yönelik kaygı yaşamaları bu alışkanlıklar üzerinde olumsuz bir etki yaratabilmektedir.



### 3. Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları cinsiyetlerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir.

**Tablo 3. Cinsiyetlerine Göre Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	Kız	388	68,11	12,57	6,293	<b>,000*</b>
	Erkek	316	61,99	13,11		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	Kız	388	27,98	5,32	6,371	<b>,000*</b>
	Erkek	316	25,29	5,86		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	Kız	388	24,96	6,30	5,640	<b>,000*</b>
	Erkek	316	22,24	6,44		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	Kız	388	8,44	2,30	-,640	,522
	Erkek	316	8,55	2,27		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	Kız	388	6,71	1,34	7,158	<b>,000*</b>
	Erkek	316	5,90	1,65		

**p<,05**

Tablo 3'te görüldüğü üzere ders çalışma alışkanlığı genel puanı ve kaçınma alt ölçeği dışındaki tüm alt ölçekler cinsiyete göre anlamlı farklılaşmaktadır. Bu anlamlı farklılıkların kız öğrenciler lehine gerçekleştiği tespit edilmiştir. Kız öğrenciler ders çalışma alışkanlıkları sergilemede, aktif öğrenmede, içsel motivasyona sahip olmada ve sınava hazırlıkta erkeklere göre daha olumlu bir görüntü çizmektedir. Kaçınma alt ölçeğinde ise erkeklerin daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Ders çalışmaya ilişkin kaçınmayı işaret eden bu alt ölçek, verimli ve etkili ders çalışmada sorunlar yaşandığını ortaya koymaktadır.

### 4. Ortaokul Öğrencilerinin Okul Başarılarına Göre Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları okul başarı düzeylerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4. Başarı Düzeylerine Göre Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Başarı Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	0-44	3	46,66	11,84	<b>,000*</b>	85 ve üstü>70-84
	45-54	19	50,05	7,01		85 ve üstü>55-69
	55-69	59	55,35	10,85		85 ve üstü>45-54
	70-84	164	62,66	12,42		85 ve üstü>0-44
	85 ve üstü	459	68,37	12,53		70-84>55-69 ve 45-54
	Toplam	704	65,36	13,16		70-84>0-44
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	0-44	3	17,33	6,42	<b>,000*</b>	85 ve üstü>70-84
	45-54	19	19,36	3,90		85 ve üstü>55-69
	55-69	59	23,03	4,68		85 ve üstü>45-54
	70-84	164	25,56	5,13		85 ve üstü>0-44
	85 ve üstü	459	28,06	5,53		70-84>55-69 ve 45-54
	Toplam	704	26,78	5,73		70-84>0-44
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	0-44	3	14,33	4,72	<b>,000*</b>	85 ve üstü>70-84
	45-54	19	16,68	3,63		85 ve üstü>55-69
	55-69	59	18,93	5,17		85 ve üstü>45-54
	70-84	164	22,80	6,37		85 ve üstü>0-44
	85 ve üstü	459	25,04	6,23		70-84>55-69 ve 45-54
	Toplam	704	23,74	6,50		70-84>0-44
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	0-44	3	9,66	3,21	<b>,000*</b>	85 ve üstü>70-84
	45-54	19	9,26	2,05		85 ve üstü>55-69
	55-69	59	7,76	2,62		45-54>55-69
	70-84	164	7,90	2,31		45-54>70-84
	85 ve üstü	459	8,76	2,17		
	Toplam	704	8,49	2,28		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınav Hazırlık	0-44	3	5,33	3,05	<b>,000*</b>	85 ve üstü>70-84
	45-54	19	4,73	1,69		85 ve üstü>55-69
	55-69	59	5,62	1,51		85 ve üstü>45-54
	70-84	164	6,39	1,58		70-84>55-69
	85 ve üstü	459	6,49	1,46		70-84>45-54
	Toplam	704	6,34	1,54		

**p<,05**

Tablo 4'te görüldüğü üzere gerek ders çalışma alışkanlıkları ölçeği genel puanının gerekse tüm alt ölçeklerin başarı durumuna (dönem sonu not ortalaması) göre anlamlı farklılaştığı tespit edilmiştir. Farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey Testi sonucuna göre genel itibarıyla 85 ve üstünde ortalamaya sahip olanların diğer not aralıklarına; 70-84 puan

ortalamasına sahip olanların ise daha düşük not aralıklarına göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir. Kaçınma alt ölçeğindeki farklılıkların ise 45-54 not aralığındaki öğrencileri de kapsadığı ortaya konulmuştur. Ulaşılan sonuçlar başarı ile ders çalışma alışkanlığı ilişkisini ortaya çıkarmakta, başarılı olanların aktif öğrenme, içsel motivasyon ve sınavlara hazırlık ortalamaları daha yüksek gerçekleşmektedir. Kaçınma alt ölçeğinde yaşanan farklılık ile ilgili genel kanı ise başarılı olanların, başarısızlık korkusu ile kaçınma davranışı sergileyebileceği yönündedir. Ayrıca düşük not ortalamasına sahip öğrencilerin ders çalışmaya ilişkin kaçınma davranışı sergilemesi, kaçınmanın başarısızlığa yol açtığını ortaya koymaktadır.

### 5. Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Başarı Kaynaklı Kurs ya da Destek Alma Durumuna Göre Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları akademik başarı kaynaklı kurs ya da destek alma durumuna göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5. Kurs ya da Destek Alma Durumuna Göre Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Kurs ya da Destek Alıyor musunuz?	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	Evet	289	66,93	12,28	2,647	<b>,008*</b>
	Hayır	415	64,27	13,65		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	Evet	289	27,41	5,57	2,471	<b>,014*</b>
	Hayır	415	26,33	5,80		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	Evet	289	24,50	6,03	2,615	<b>,009*</b>
	Hayır	415	23,20	6,77		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	Evet	289	8,52	2,19	,259	,796
	Hayır	415	8,47	2,35		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	Evet	289	6,48	1,43	1,983	<b>,048*</b>
	Hayır	415	6,25	1,61		

Tablo 5'te görüldüğü üzere hem ders çalışma alışkanlıkları ölçeği genel puanının hem de kaçınma alt ölçeği dışındaki alt ölçeklerin akademik başarıyı artırmaya yönelik kurs ya da destek alma durumuna göre anlamlı farklılaştığı gözlenmektedir. Bu fark, kurs ya da destek alan öğrenciler lehine

gerçekleşmektedir. Diğer bir deyişle akademik başarıyı artırabilmek için destek alan öğrencilerin, ders çalışma alışkanlıkları, aktif öğrenme düzeyleri, içsel motivasyonları, çalışma ortamını organize etme ve sınavlara hazırlık durumları daha yüksektir.

## 6. Ortaokul Öğrencilerinin Kitap Okuma Sıklığına Göre Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları kitap okuma sıklığına göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 6’da verilmiştir.

**Tablo 6. Kitap Okuma Sıklığına Göre Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Kitap Okuma Sıklığı	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	Hiç okumam	37	50,32	12,27	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	570	67,40	12,32		
	Yılda 1 kitap ve üstü	97	59,11	12,72		
	Toplam	704	65,36	13,16		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	Hiç okumam	37	20,27	5,80	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	570	27,60	5,32		
	Yılda 1 kitap ve üstü	97	24,44	5,80		
	Toplam	704	26,78	5,73		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	Hiç okumam	37	16,72	6,80	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	570	24,68	6,15		
	Yılda 1 kitap ve üstü	97	20,83	5,91		
	Toplam	704	23,74	6,50		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	Hiç okumam	37	8,48	2,23	<b>,030*</b>	Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü
	Ayda 1 kitap ve üstü	570	8,59	2,27		
	Yılda 1 kitap ve üstü	97	7,92	2,30		
	Toplam	704	8,49	2,28		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınav Hazırlık	Hiç okumam	37	4,83	1,67	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	570	6,52	1,45		
	Yılda 1 kitap ve üstü	97	5,90	1,64		
	Toplam	704	6,34	1,54		

Tablo 6 incelendiğinde ders çalışma alışkanlığının ve tüm alt ölçeklerinin kitap okuma sıklığına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Gerçekleşen farklılığının hangi gruplar arasında olduğunu tespit edebilmek amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda, ayda 1 ve üstünde kitap okuyanların yılda 1 ve üstü kitap okuyanlardan ve hiç okumayanlardan çalışma alışkanlığı yönünden daha yüksek sonuçlar

elde ettiği görülmektedir. Kaçınma alt ölçeğinde de ayda 1 ve üstü kitap okuyanların yılda 1 ve üstünde kitap okuyanlardan daha fazla kaçınma davranışı sergilediği tespit edilmiştir. Bu sonuçlar kitap okumanın ders çalışma alışkanlığının geliştirilmesinde etkili olduğunu göstermektedir.

### BÖLÜM III

#### BULGULAR-2

#### LİSE AKADEMİK ÖZYETERLİK VE DERS ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI

Bu bölümde lise öğrencilerinin akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlıklarıyla ilgili ortalama ve standart sapma değerleri ile kişisel bilgi formunda verilen değişkenlerin sıralı ele alınmasına ilişkin bulgular sunulmuştur.

#### 7. Lise Öğrencilerinin Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlıklarına Dair Genel Sonuçlar

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin akademik özyeterlik düzeyleri ve ders çalışma alışkanlıklarına ilişkin sonuçlar Tablo 7’de verilmiştir.

**Tablo 7. Katılımcuların Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlıkları Puanları**

	N	Minimum	Maximum	Ortalama	Standart Sapma
Akademik Özyeterlik Puanı	416	7,00	28,00	20,12	3,78
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	416	30,00	94,00	62,76	11,03
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	416	10,00	40,00	25,27	5,01
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	416	9,00	36,00	22,13	5,61
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	416	3,00	12,00	8,86	2,02
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	416	2,00	8,00	6,48	1,53

Tablo 7’de görüldüğü üzere araştırma grubunun akademik özyeterlik ortalaması 20,12 olarak, ders çalışma alışkanlıkları ortalaması 62,76 olarak tespit edilmiştir. Akademik özyeterlik ölçeğinden alınabilecek en yüksek puan 28 iken, çalışma alışkanlığı ölçeğinden alınabilecek maksimum puan 96’dır. Maksimum sınırlar göz önünde bulundurulduğunda, akademik özyeterlik düzeyinden oldukça yüksek sonuç elde edildiği, ders çalışma alışkanlıkları genel puanının da ortalamanın üstünde seyrettiği görülmektedir. Ders çalışma alışkanlıkları ölçeğinin alt ölçekleri incelendiğinde ise tüm alt

ölçeklerde ortalamanın üzerinde bir sonuca ulaşıldığı görülmektedir. Bu sonuçlar lise öğrencilerinin akademik olarak öz yeterliğini yüksek algıladığını ve ders çalışma alışkanlıklarının ise mevcut olduğunu ortaya koymaktadır.

### 8. Lise Öğrencilerinin Sınıf Kademesine Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin akademik özyeterlik düzeyleri ve ders çalışma alışkanlıkları, buldukları sınıf kademesine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 8’de verilmiştir.

**Tablo 8. Sınıf Düzeyine Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Sınıf Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Akademik Özyeterlik Puanı	9.Sınıf	222	20,45	3,62	1,962	,050
	10.Sınıf	194	19,73	3,93		
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	9.Sınıf	222	63,95	10,93	2,368	<b>,018*</b>
	10.Sınıf	194	61,40	11,01		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	9.Sınıf	222	25,71	4,91	1,889	,060
	10.Sınıf	194	24,78	5,09		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	9.Sınıf	222	22,94	5,63	3,168	<b>,002*</b>
	10.Sınıf	194	21,21	5,45		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	9.Sınıf	222	8,86	2,00	-,002	,998
	10.Sınıf	194	8,86	2,06		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	9.Sınıf	222	6,43	1,50	-,692	,490
	10.Sınıf	194	6,54	1,56		

Tablo 8 incelendiğinde öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları genel puanı ile alt ölçek olan içsel motivasyon düzeyinin sınıf kademesine göre anlamlı farklılık gösterdiği; akademik özyeterlik, aktif öğrenme, kaçınma ve çalışma ortamı ve sınava hazırlığın anlamlı farklılaşmadığı gözlenmektedir. Bu sonuçlara göre ders çalışma alışkanlığının ve içsel motivasyon düzeyinin 9. sınıfa giden öğrencilerde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun liseye yeni başlamanın vermiş olduğu motivasyon ile açıklanması mümkün görülmektedir.

## 9. Lise Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin akademik özyeterlik düzeyleri ve ders çalışma alışkanlıkları, cinsiyetlerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 9'da verilmiştir.

**Tablo 9. Cinsiyetlerine Göre Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Akademik Özyeterlik Puanı	Kız	252	19,94	3,82	-1,201	,231
	Erkek	164	20,39	3,71		
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	Kız	252	64,44	10,62	3,907	,000*
	Erkek	164	60,18	11,18		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	Kız	252	26,05	4,78	4,006	,000*
	Erkek	164	24,07	5,13		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	Kız	252	22,85	5,37	3,269	,001*
	Erkek	164	21,03	5,81		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	Kız	252	8,74	2,02	-1,479	,140
	Erkek	164	9,04	2,03		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	Kız	252	6,78	1,37	5,024	,000*
	Erkek	164	6,03	1,65		

Tablo 9 incelendiğinde ders çalışma alışkanlıkları, aktif öğrenme, içsel motivasyon düzeyi ile çalışma ortamı ve sınava hazırlığın cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Akademik özyeterlik ile ders çalışma alt ölçeği olan kaçınmada ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Elde edilen bulgulara göre kızların ders çalışma alışkanlığı, aktif öğrenme, içsel motivasyon, çalışma ortamı organize etme ve sınava hazırlık düzeyleri erkeklere kıyasla daha yüksektir.

## 10. Lise Öğrencilerinin Okul Başarılarına Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin akademik özyeterlik düzeyleri ve ders çalışma alışkanlıkları, okul başarı düzeylerine göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir.

**Tablo 10. Başarı Düzeylerine Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Başarı Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Akademik Özyeterlik Puanı	0-44	5	16,00	3,53	,000*	85 ve üstü>70-84
	45-54	11	17,54	3,88		85 ve üstü>55-69
	55-69	80	18,75	3,29		85 ve üstü>45-54
	70-84	143	20,07	3,72		85 ve üstü>0-44
	85 ve üstü	177	21,05	3,73		70-84>55-69 ve 45-54
	Toplam	416	20,12	3,78		70-84>0-44
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	0-44	5	51,00	17,40	,000*	85 ve üstü>55-69
	45-54	11	54,45	13,13		85 ve üstü>45-54
	55-69	80	59,06	9,82		85 ve üstü>0-44
	70-84	143	63,72	10,98		70-84>55-69
	85 ve üstü	177	64,50	10,55		70-84>45-54
	Toplam	416	62,76	11,03		70-84>0-44
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	0-44	5	20,00	7,38	,000*	85 ve üstü>55-69
	45-54	11	22,63	5,93		85 ve üstü>45-54
	55-69	80	23,68	4,72		85 ve üstü>0-44
	70-84	143	25,92	4,77		70-84>55-69
	85 ve üstü	177	25,79	4,96		70-84>45-54
	Toplam	416	25,27	5,01		70-84>0-44
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	0-44	5	17,60	10,31	,000*	85 ve üstü>55-69
	45-54	11	18,45	6,84		85 ve üstü>45-54
	55-69	80	20,38	5,35		85 ve üstü>0-44
	70-84	143	22,55	5,89		70-84>55-69
	85 ve üstü	177	22,94	4,97		70-84>45-54
	Toplam	416	22,13	5,61		70-84>0-44
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	0-44	5	8,60	1,51	,080	
	45-54	11	8,27	3,03		
	55-69	80	8,73	2,13		
	70-84	143	8,58	1,95		
	85 ve üstü	177	9,18	1,95		
	Toplam	416	8,86	2,02		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınav Hazırlık	0-44	5	4,80	1,92	,001*	85 ve üstü>45-54
	45-54	11	5,09	2,07		85 ve üstü>0-44
	55-69	80	6,25	1,66		70-84>45-54
	70-84	143	6,65	1,60		70-84>0-44
	85 ve üstü	177	6,58	1,27		55-69>45-54
	Toplam	416	6,48	1,53		



Tablo 10’da görüldüğü üzere öğrencilerin hem akademik özyeterlik düzeyleri hem ders çalışma alışkanlıkları hem de alt ölçekler olan aktif öğrenme, içsel motivasyon ve çalışma ortamı ve sınavlara hazırlık durumları başarılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey Testi sonucuna göre genel itibarıyla 85 ve üstünde ortalamaya sahip olanların diğer not aralıklarına; 70-84 puan ortalamasına sahip olanların ise daha düşük not aralıklarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ulaşılan sonuçlar başarı ile ders çalışma alışkanlığı arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmakta, başarılı olanların ders çalışma alışkanlıklarının bulunduğu tezini güçlendirmektedir.

### 11. Lise Öğrencilerinin Kurs ya da Destek Alma Durumuna Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin akademik özyeterlik düzeyleri ve ders çalışma alışkanlıkları kurs ya da destek alma durumuna göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 11’de verilmiştir.

**Tablo 11. Kurs ya da Destek Alma Durumuna Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Kurs ya da Destek Alıyor musunuz?	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Akademik Özyeterlik Puanı	Evet	59	20,05	3,98	-,152	,880
	Hayır	357	20,13	3,75		
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	Evet	59	64,06	8,96	,980	,328
	Hayır	357	62,54	11,33		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	Evet	59	25,83	4,17	,912	,362
	Hayır	357	25,18	5,14		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	Evet	59	22,76	4,29	,920	,358
	Hayır	357	22,03	5,80		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	Evet	59	8,81	2,03	-,192	,848
	Hayır	357	8,86	2,02		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınava Hazırlık	Evet	59	6,66	1,38	,948	,343
	Hayır	357	6,45	1,55		

Tablo 11 incelendiğinde akademik özyeterlik, ders çalışma alışkanlığı ve alt ölçeklerinin akademik başarıyı artırmaya yönelik kurs ya da destek alma durumuna göre anlamlı farklılaşmadığı görülmektedir. Diğer bir deyişle kurs gibi derse yardımcı olabilecek destekler, lise öğrencilerinin çalışma alışkanlıkları ya da akademik olarak yeterli hissetme düzeyleri üzerinde etkili olmamaktadır.

## 12. Lise Öğrencilerinin Kitap Okuma Sıklığına Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlığı Sonuçları

Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlıkları kitap okuma sıklığına göre farklılık göstermekte midir? sorusuna ilişkin sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir.

**Tablo 12. Kitap Okuma Sıklığına Göre Akademik Özyeterlik ve Ders Çalışma Alışkanlıkları**

	Kitap Okuma Sıklığı	N	Ortalama	Standart Sapma	p	FARK
Akademik Özyeterlik Puanı	Hiç okumam	43	18,18	4,63	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü
	Ayda 1 kitap ve üstü	305	20,52	3,62		
	Yılda 1 kitap ve üstü	68	19,51	3,49		
	Toplam	416	20,12	3,78		
Ders Çalışma Alışkanlıkları Genel Puanı	Hiç okumam	43	51,41	10,55	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	305	64,60	10,58		
	Yılda 1 kitap ve üstü	68	61,67	8,73		
	Toplam	416	62,76	11,03		
DÇA-Aktif Öğrenme Alt Ölçeği	Hiç okumam	43	20,60	5,24	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	305	26,15	4,77		
	Yılda 1 kitap ve üstü	68	24,30	4,07		
	Toplam	416	25,27	5,01		
DÇA-İçsel Motivasyon Alt Ölçeği	Hiç okumam	43	17,16	5,58	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Ayda 1 ve üstü>Yılda 1 ve üstü Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	305	22,97	5,49		
	Yılda 1 kitap ve üstü	68	21,55	4,43		
	Toplam	416	22,13	5,61		
DÇA-Kaçınma Alt Ölçeği	Hiç okumam	43	8,27	2,15	,074	
	Ayda 1 kitap ve üstü	305	8,87	2,02		
	Yılda 1 kitap ve üstü	68	9,17	1,91		
	Toplam	416	8,86	2,02		
DÇA-Çalışma Ortamı ve Sınav Hazırlık	Hiç okumam	43	5,37	1,77	<b>,000*</b>	Ayda 1 ve üstü>Hiç okumam Yılda 1 ve üstü>Hiç okumam
	Ayda 1 kitap ve üstü	305	6,60	1,46		
	Yılda 1 kitap ve üstü	68	6,63	1,39		
	Toplam	416	6,48	1,53		

Tablo 12’de görüldüğü üzere akademik özyeterlik ile ders çalışma alışkanlıkları ve kaçınma dışındaki alt ölçekleri kitap okuma sıklığına göre anlamlı farklılık göstermektedir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit edebilmek amacıyla yapılan Tukey testi sonucunda genel itibariyle ayda 1 ve üstünde kitap okuyanların yılda 1 ve üstü kitap okuyanlardan ve hiç okumayanlardan akademik özyeterlik ve çalışma alışkanlığı yönünden daha yüksek sonuçlar elde ettiği görülmektedir. Benzer bulgu çalışma alışkanlıkları alt ölçeği olan aktif öğrenme ve içsel motivasyon için de geçerliyen, çalışma ortamı ve sınavlara hazırlık alt ölçeğinde ayda 1 ve üstünde kitap okuyanlar ile yılda 1 ve üstünde kitap okuyanların hiç okumayanlara kıyasla daha yüksek sonuçlar elde ettiği ortaya koyulmuştur. Bu sonuçlar kitap okumanın ders çalışma alışkanlığının geliştirilmesinde etkili olduğunu göstermektedir.

## **BÖLÜM IV**

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Ortaokul öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıkları ile lise öğrencilerinin akademik özyeterlik ve ders çalışma alışkanlıklarının incelendiği bu araştırmada, her iki grubun da sahip olduğu ders çalışma düzeylerinin ortalamasının üzerinde olduğu; lise öğrencilerinin akademik özyeterlik düzeylerinin de oldukça yüksek seyrettiği tespit edilmiştir. Araştırmada sınıf düzeyine göre ders çalışma alışkanlığı ortaokul öğrencileri için farklılık oluşturmazken, lise 9. sınıf öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıkları 10.sınıf öğrencilerine göre daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyet bazında yapılan incelemede, kız öğrencilerinin ortaokul kademesinde de lise kademesinde de ders çalışma alışkanlığı erkeklere kıyasla daha yüksektir. Akademik destekli kurs alma durumuna göre yapılan incelemede ise ortaokul öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıklarında farklılık gözlenirken, lise öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıklarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Kurs ya da destekler ortaokul kademesindeki öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları üzerinde daha belirleyici olabilmektedir.

Başarı durumu ve kitap okuma sıklığı değişkenleri ise hem ortaokul öğrencilerinin hem de lise öğrencilerinin ders çalışma alışkanlıkları üzerinde anlamlı etkilere sahiptir. Daha yüksek başarıya sahip öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları genel puanı, aktif öğrenme, içsel motivasyon, çalışma ortamını organize etme ve sınava hazırlık alt ölçek puanları daha yüksektir. Benzer şekilde ayda bir ve üstünde kitap okuyanların ders çalışma alışkanlığı genel puanı, aktif öğrenme, içsel motivasyon, çalışma ortamını organize etme ve sınava hazırlık alt ölçek puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum öğrencilerin ders çalışma alışkanlığına sahip olmasının akademik başarılarını artırabileceğine ilişkin ipuçları vermektedir. Ayrıca düzenli kitap okumak, öğrencilerin ders çalışma alışkanlığı kazanmasına katkı sunarken, dolaylı olarak akademik başarının artmasına kaynaklık sağlayabilecektir. Bu bağlamda öğrencilerin akademik özyeterliklerini ve akademik başarılarını artırabilmeye dönük bazı öneriler sunulmuştur.

Akademik özyeterliği geliştirmeye dönük neriler:

- Akademik başarının elde edilebilmesinde önemli bir beceri olan akademik öz-yeterlik ile ilgili eğitimin paydaşları olan ğrenci, ğretmen ve velilere yönelik eğitim çalışmaları gerçekleştirilebilir.
- Akademik zyeterlik becerilerinin geliştirilmesini kapsayan, gelişim dönemlerine uygun, kademe ve sınıf bazlı okul temelli rehberlik etkinlikleri hazırlanabilir.
- Akademik zyeterlik becerilerinin yükseltilmesine yönelik psikoeğitim programları geliştirilebilir.
- Okullar tarafından sosyal, kültürel ve sportif etkinliklere önem verilerek öğrencilerin benlik saygısı ve farklı alanlardaki becerilerine yönelik özyeterlikleri desteklenebilir.
- Bağımlılıkla mücadele (zellikle teknoloji bağımlılığı) alışmalarına önem verilerek bağımlılığın akademik özyeterliğe olumsuz etkileri azaltılabilir.
- Öğrencilerin verimli ders çalışma teknikleri, test çözme teknikleri, planlı çalışma konusundaki becerileri desteklenerek akademik zyeterliklerine katkı sağlanabilir.
- Akademik başarı ile akademik zyeterlik pozitif yönde ilişkili olduğu göz önüne alındığında, akademik özyeterliğin gelişimi için sınav kaygısı ile mücadele çalışmaları ile akademik başarıya katkı sağlanabilir.
- Öğrencilerin gelecekleri ile ilgili kısa-orta ve uzun vadeli hedefler belirlemesi akademik özyeterliğe katkı sağlayabilir.
- Akademik z-yeterliğin gelişimi için öğrencilerin motivasyon düzeyini artırmaya yönelik hem okul içi hem okul dışı etkinlikler düzenlenebilir.
- Kademeler bazında akademik zyeterlik becerilerinin gelişimini engelleyen faktörler anketler yolu ile tespit edilip, anket sonuçlarına göre gerekli tedbirler alınabilir.

Akademik başarıyı artırmaya dönük öğrencilere yönelik neriler:

- ✓ Bir ğrencinin akademik anlamda başarılı olabilmesi için öncelikle ulaşılabilir düzeyde bir hedefi olması gerekmektedir. Bu nedenle öğrencilerin kısa, orta ve uzun vadeli bir hedefinin olması gerekmektedir.
- ✓ Akademik başarı için iyi bir dinleyici olmak ve önemli yerleri not almak gerekmektedir.
- ✓ öğrenmenin kalıcı hale gelebilmesinde aralıklı tekrar oldukça önemlidir. Bu nedenle yeni öğrenilen bir konu düzenli aralıklarla tekrar edilmelidir.
- ✓ Akademik başarıda çalışılan ortamın özellikleri önemli görülmektedir. Bu nedenle ders çalışılan ortamın dikkat dağıtıcı unsurlardan arındırılmış olması, sessiz ve yeterli ışık alan bir ortam olması gerekmektedir.
- ✓ Akademik başarıda planlı ve programlı olmak oldukça önemlidir. Bu nedenle öğrencilerin kendi özelliklerine, ders çalışma alışkanlıklarına ve konu eksiklerine yönelik bir çalışma programı hazırlamaları önemli görülmektedir.

- ✓ Hızlı okuma becerisi akademik başarının elde edilebilmesinde önemli bir yer tutmaktadır. Bu nedenle öğrencilerin hızlı okuma tekniklerini kullanması akademik başarıya katkı sağlayacaktır.
- ✓ Farklı çalışma kaynaklarından yararlanmak ve bol soru çözmek akademik başarıya giden yolda öğrencilere katkı sağlayacaktır.
- ✓ Motivasyon düzeyi akademik başarıda önemli bir faktördür. Bu nedenle öğrencilerin kendine güvenebilmesi ve başarılı olacağına dair inanç hissetmesi akademik başarıya katkı sağlayacaktır.
- ✓ Fiziksel aktivite zihinsel kapasiteye önemli bir katkı sağlamaktadır. Bu nedenle öğrencilerin bir spor dalı ile ilgilenmesi akademik başarıya katkı sağlayacaktır.
- ✓ Sanatsal ve kültürel faaliyetlere dahil olmak öğrencinin motivasyon düzeyine ve psikolojik iyi oluşuna olumlu katkı sağlamaktadır. Bu nedenle sanatsal ve kültürel faaliyetlere dâhil olmak dolaylı yoldan akademik başarıya katkı sağlayacaktır.

Akademik başarıyı artırmaya dönük ailelere yönelik öneriler:

- ❖ Akademik başarıda öğrencinin kendine güvenebilmesi ve başarılı olabileceğine dair bir inanç hissetmesi önemlidir. Bu nedenle ebeveynlerin öğrencinin yanında olması ve öğrenciye destek olması gerekmektedir.
- ❖ Ders çalışmanın verimli yürütülebilmesi, çalışılan ortamın şartlarına bağlıdır. Bu nedenle ebeveynler çocuklarına sessiz, dikkat dağınık unsurlardan arındırılmış ve uygun çalışma materyalleri ile donatılmış bir çalışma alanı hazırlayabilmelidir.
- ❖ Okul aile iş birliği akademik başarı önemli bir faktördür. Bu nedenle ebeveynlerin çocuğun öğretmenleri ile iş birliği içinde olması gerekmektedir.
- ❖ Çocukları sportif, sanatsal ve kültürel faaliyetlere yönlendirmek zihinsel kapasiteye önemli bir katkı sağlayabilir. Bu nedenle öğrencilerin bu tür etkinliklere katılmalarına imkân sağlamak önemlidir.
- ❖ Farklı çalışma kaynaklarından yararlanmak akademik başarıya katkı sağlamaktadır. Bu nedenle öğrencilerin ihtiyaç duyduğu farklı materyallerin temininde ebeveynler üstüne düşen sorumlulukları yerine getirmelidir.
- ❖ Takdir edilmek bir davranışın yerleşmesine ve süreklilik kazanmasına katkı sağlamaktadır. Bu nedenle yeri geldiğinde öğrencilerin olumlu yönlerini görmek ve takdir etmek gerekmektedir.
- ❖ Teknolojinin yanlış kullanımı akademik başarıya olumsuz yönde etki etmektedir. Bu nedenle ebeveynler teknolojinin doğru kullanımı konusunda çocuklarına rol model olabilmelidir.
- ❖ Ebeveynlerin çocuklarını başka çocuklarla kıyaslaması çocukların özgüvenine zarar verebilir. Bu noktada çocuklar başka çocuklarla kıyaslanmamalı, kişisel kapasitelerini en üst düzeye çıkarabilmesinde yardımcı olunmalıdır.

- ❖ Aile içi sağlıklı iletişim çocuğun kendini ifade edebilmesine, iyi hissetmesine ve psikolojik sağlamlığına katkı sağlar. Bu nedenle akademik başarı için ebeveynlerin hem birbirleri arasında hem de çocukları ile sağlıklı bir iletişim kurmaya özen göstermesi gerekmektedir.
- ❖ Çocukların kendi kişisel özellikleri ve gelecek beklentileri doğrultusunda hedeflerini belirlemelerine yardımcı olunması önem arz etmektedir.

Son söz olarak gerek öğrencilere gerekse velilere verilebilecek en net öneri araştırma bulgularıyla da tutarlı olan düzenli kitap okuma alışkanlığının kazanılması ve sürdürülmesidir. Okulda öğretmenlerin, evde ebeveynin kitap okuma konusunda örnek olması ve tüm il olarak kapsamlı bir kitap okuma seferberliği başlatılması önemli görülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational psychologist*, 28(2), 117-148.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1), 9-44.
- Biricik, Y. S. (2015). *Beden eğitimi ve spor bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin akademik öz yeterliklerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Günaydın, F. (2011). *İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin öğrenme stilleri ile ders çalışma alışkanlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Klassen, R. M., & Usher, E. L. (2010). Self-efficacy in educational settings: Recent research and emerging directions. *The Decade Ahead: Theoretical Perspectives on Motivation and Achievement*, 16, 1-33.
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: Multicultural validation studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439-457.
- Millburg, S. N. (2009). *The effects of environmental risk factors on at-risk urban high school students' academic self-efficacy* [Unpublished Doctoral Thesis]. University of Cincinnati.
- Moçoşoğlu, B., & Yorulmaz, B. (2023). İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile ders çalışma alışkanlıkları arasındaki ilişki: Ümraniye örneği. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 13(2), 459-492.
- Okeke, U., & Ukoh, E. (2020). The influence of locus of control, study habits and gender on the academic achievement of senior secondary school physics students in Ibadan Metropolis. *African Journal of Teacher Education*, 9, 21-48.

- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543-578.
- Satıcı, S. A. (2013). *Üniversite öğrencilerinin akademik öz-yeterliklerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational Psychologist*, 26(3-4), 207-231.
- Uçar, E. (2024). *Akademik öz-yeterlilikle kariyer stresi ilişkisinde azmin aracı etkisinin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yılmaz, M., Gürçay, D., ve Ekici, G. (2007). Akademik Özyeterlik Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 253-259.