

Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramı ve Öz Yeterlik

Bobo bebek deneyinin özgün bulguları, gözlem yoluyla öğrenme, karşılıklı belirleyicilik, öz yeterliğin kaynakları, meta-analiz kanıtı, Türkiye verisi ve AGS.

Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramı ve Öz Yeterlik

bote.web.tr

BELGE BİLGİLERİ

Belge kodu	BT-035
Yazı no	35
Sürüm	1.0
Sürüm tarihi	28 Eylül 2026
İçerik izi	FEE4 BA55 AEC5
Yayımlayan	bote.web.tr

GÜNCELLİK KONTROLÜ

Bu belgeyi kullanmadan veya paylaşmadan önce güncelliğinden emin olunuz. QR kodu okutun ya da adrese girin: elinizdeki sürümün güncel olup olmadığını ve sonradan düzeltilen bir hata bulunup bulunmadığını gösterir.

bote.web.tr/d/bt-035/1-0

Hatalar düzeltildikçe yeni sürüm yayımlanır; bütün değişiklikler sitede sürüm geçmişiinde listelenir.

Bu belge tamamen ücretsizdir. Size satmaya çalışanlara itibar etmeyiniz.



Güncelliği kontrol et

İÇİNDEKİLER

1. Kuramın sorusu: pekiştirme olmadan öğrenme mümkün mü?
2. Bobo bebek deneyi: özgün çalışma ne gösterdi?
3. Öğrenme ile performans ayrımı ve dolaylı pekiştirme
4. Gözlem yoluyla öğrenmenin dört süreci
5. Karşılıklı belirleyicilik ve insan failliği
6. Öz yeterlik: kaynakları ve etkileri
7. Kanıt: öz yeterlik başarıyı mı yordar, başarı öz yeterliği mi?
8. Öğretmen öz yeterliği: ölçme ve Türkiye'den bulgular
9. Eleştiriler ve sınırlılıklar
10. AGS'de Bandura: sık karıştırılan kavramlar
11. Terimler ve alanyazındaki karşılıkları
12. Araştırmacılar için açık sorular
13. Özet
14. Sık sorulan sorular
15. Kaynaklar
16. Atıf

Öğretmenlik uygulamasındaki bir aday, uygulama öğretmeninin gürültülü bir sınıfı tek bir cümleyle susturduğunu izler. Aynı cümleyi ertesi hafta kendi dersinde kullanır; sınıf yine susar ve adayın "ben de yapabilirim" duygusu biraz daha güçlenir. Bu kısa sahnede Albert Bandura'nın kuramının iki büyük fikri birlikte görünür: insanlar başkalarını gözlemleyerek öğrenir ve öğrendiklerini uygulayıp uygulamamaları, bunu başarabileceklerine dair inançlarına bağlıdır. Bu yazı Bandura'yı kavram listesinin ötesinde ele alıyor: Bobo bebek deneyinin özgün yöntemi ve bulguları, öğrenme ile performans ayrımı, karşılıklı belirleyicilik, öz yeterliğin kaynakları ve etkilerine dair meta-analizler, Türkiye'de öğretmen ve öğretmen adaylarıyla yapılmış çalışmalar, eleştiriler ve AGS'de sık yapılan hatalar.

Kuramın sorusu: pekiştirme olmadan öğrenme mümkün mü?

Davranışçı gelenek öğrenmeyi, organizmanın kendi davranışının sonuçlarıyla açıklıyordu. Bandura bu açıklamanın insan öğrenmesinin önemli bir bölümünü dışarıda bıraktığını düşündü: bir çocuk, bir öğretmen adayı ya da bir çalışan, pek çok davranışı kendisi hiç denemeden ve hiç pekiştirilmeden, başkalarını izleyerek edinir. Bayrakçı'nın Türkçe derlemesinin özetlediği gibi kuram, davranışçı kuramların insan davranışını tam olarak açıklayamadığı düşüncesinden hareketle gelişmiş, zamanla "sosyal bilişsel kuram" adıyla da anılmaya başlamıştır.^[1]

Bandura'nın 1961 çalışması bu soruyu sınıdı: Bir çocuk, bir yetişkinin yaptığı yeni bir davranışı yalnızca izleyerek öğrenebilir mi ve bu öğrenme, model ortamdan ayrıldıktan sonra da görülür mü?^[2] Dört yıl sonraki çalışması ise daha ince bir soruyu sordu: Modelin davranışının sonuçları, gözlemcinin **öğrenmesini** mi yoksa öğrendiğini **sergilemesini** mi etkiler?^[3] Bu iki soru, kuramın bütün sonraki gelişiminin temelidir.

Bobo bebek deneyi: özgün çalışma ne gösterdi?

Bobo bebek deneyi psikolojinin en çok anılan çalışmalarından biridir, ama ayrıntıları ders kitaplarında çoğu zaman atlanır. Özgün metne göre deney şöyle kurgulandı:^[2]

- **Katılımcılar.** Stanford Üniversitesi anaokulundan 36 kız ve 36 erkek, 37-69 aylık (ortalama 52 ay) çocuk.
- **Eşleştirme.** Çocukların anaokulundaki saldırganlık düzeyleri, deneyi yürüten araştırmacı ve çocukları iyi tanıyan bir öğretmen tarafından dört ölçekte puanlandı; bileşik puanın güvenilirliği .89 bulundu.

Çocuklar bu puanlara göre üçlüler hâlinde gruplanıp rastgele olarak iki deney koşuluna ya da kontrol grubuna atandı.

- **Koşullar.** 24 çocuk bir yetişkinin yaklaşık 1,5 metrelik şişme Bobo bebeğe tokmakla vurduğunu, üzerine oturup yumrukladığını ve tekmelediğini izledi. 24 çocuk aynı odada sessizce oyuncak yapı parçalarıyla oynayan saldırgan olmayan bir modeli izledi. 24 çocuk hiçbir model görmedi. Deney gruplarının yarısı kendi cinsiyetinden, yarısı karşı cinsten bir model izledi.
- **Engellenme.** Modeli izledikten sonra her çocuk çekici oyuncakların olduğu bir odaya götürüldü; yaklaşık iki dakika oynadıktan sonra araştırmacı bu oyuncakları başka çocuklara ayırdığını söyledi. Bu hafif engellenme, bütün gruplardaki çocuklarda bir ölçüde saldırganlık eğilimi oluşturmak için kullanıldı.
- **Test.** Çocuk ardından Bobo bebeğin de bulunduğu başka bir odada 20 dakika gözlemlendi; oturum 5 saniyelik 240 birime bölünerek tek yönlü aynanın arkasından puanlandı.

Bulgular. Saldırgan modeli izleyen çocuklar, modele benzeyen çok sayıda saldırgan davranış sergiledi ve ortalama puanları saldırgan olmayan model ve kontrol gruplarından belirgin biçimde ayrıştı. Erkek çocuklar kızlardan daha fazla fiziksel saldırganlık taklit etti, ama sözel saldırganlığın taklidinde fark bulunmadı. Saldırgan olmayan modeli, özellikle sakin erkek modeli izleyen çocuklar ise genel olarak kontrol grubundan **daha az** saldırgan davrandı.^[2] Bu son bulgu sık unutulur: model yalnızca davranış öğretmez, davranışın sergilenmesini frenleyebilir ya da serbest bırakabilir.

Yöntemsel bir not. Özgün metin, puanlamanın kör yapılmaya çalışıldığını ama bunun fiilen korunamadığını açıkça belirtir: saldırgan koşuldaki çocukların ikisi dışında hepsi modelin özgün saldırgan davranışlarını yaptığı için, bu çocuklar davranışlarından kolayca tanınabiliyordu.^[2] Puanlanan davranışlar çok somut olduğu için gözlemciler arası güvenilirlik yüksekti; yine de bu ayrıntı, klasik bir çalışmanın sınırlılıklarını özgün kaynaktan okumanın neden önemli olduğunu gösterir.

Öğrenme ile performans ayrımı ve dolaylı pekiştirme

Bandura'nın 1965 deneyinde çocuklar, filmdeki bir modelin saldırgan davranışlarını izledi. Bir grupta model ödüllendirildi, bir grupta cezalandırıldı, bir grupta davranışının hiçbir sonucu olmadı. İlk testte modeli cezalandırılan çocuklar, öteki iki gruptan anlamlı düzeyde daha az taklit davranış sergiledi. Ardından bütün gruplara, modelin davranışlarını yeniden üretmeleri karşılığında çekici ödüller önerildi. Olumlu teşvik, gruplar arasındaki performans farklarını **tamamen ortadan kaldırdı**: üç gruptaki çocuklar eşit miktarda öğrenmişti.^[3]

Bu sonuç kuramın merkezindeki ayrımı ortaya koyar. Modelin aldığı pekiştirme ya da ceza, davranışın **öğrenilmesini** değil **sergilenmesini** etkiler. Modelin ödüllendirildiğini görmek **dolaylı pekiştirme**, cezalandırıldığını görmek **dolaylı cezadır**. Bayrakçı'nın ifadesiyle sosyal öğrenme kuramcıları, geleneksel davranışçıların yapmadığı biçimde öğrenme ile performans arasında ayrım yapar: insanlar bir davranış öğrendikleri hâlde o an sergilememeyi seçebilir.^[1] Davranışçı gelenek içinde Tolman'ın gizil öğrenme bulguları da benzer bir ayrıma işaret etmişti; bu bağlantı için [davranışçı öğrenme kuramları](#) yazısına bakabilirsiniz.

Sınıf için sonuç açıktır: kopya çeken bir öğrencinin cezalandırıldığını gören sınıf, kopya çekmeyi **öğrenmemiş** olmaz; yalnızca o koşullarda sergileme olasılığı azalır. Gözlenen ceza öğrenmeyi değil, sergilemeyi bastırır.

Gözlem yoluyla öğrenmenin dört süreci

Bandura'ya göre bir kişinin bir modelin davranışını başarıyla edinip sergilemesi dört sürece bağlıdır.^[1]

Süreç	Ne olur?	Sınıftaki karşılığı
Dikkat	Gözlemci modele dikkat eder; modelin çekiciliği, saygınlığı ve gözlemciye benzerliği dikkati etkiler.	Öğretmenin gösterimini herkesin görebileceği ve izleyebileceği biçimde düzenlemek
Akılda tutma	Gözlenen davranış belleğe alınır; tekrar bunu güçlendirir.	Gösterim sonrası adımları sözel olarak özetlemek, kısa not aldirmek
Yeniden üretme	Gözlemci davranışı kendisi yapabilecek kapasitede olmalıdır.	Karmaşık beceriyi basamaklara bölüp uygulama fırsatı vermek
Motivasyon	Gözlemci öğrendiğini sergilemeye istekli olmalıdır.	Denemeyi güvenli kılmak, çabayı görünür biçimde takdir etmek

Bayrakçı, Bandura'nın üç model türünden de söz eder: davranışı sergileyen gerçek bir kişi olarak **canlı model**; film, televizyon, kitap ya da başka bir ortamda tasvir edilen bir karakter olarak **sembolik model**; ve nasıl davranılacağına ilişkin **sözlü yönergeler**.^[1] Dijital öğrenme ortamlarındaki eğitim videoları, ekran kayıtları ve animasyonlu gösterimler, sembolik modelin çağdaş biçimleridir.

Akran modeller. Modelin gözlemciye benzerliği özellikle önemlidir. Schunk ve Hanson, bilişsel bir beceriyi öğrenen akran modeli gözlemlemenin çocukların öğrenmeye dair öz yeterliğini, son test öz yeterliğini ve başarısını artırdığını buldu; çalışma, akranın beceride ustalaşmış mı yoksa zorlanıp baş eden biri olarak mı gösterildiğinin etkilerini de inceledi.^[4] Öğretmen için bir çıkarım şudur: model yalnızca kusursuz bir uzman olmak zorunda değildir; öğrencinin "o yapabildiyse ben de yapabilirim" diyebileceği bir akran da güçlü bir model olabilir.

Karşılıklı belirleyicilik ve insan failliği

Bandura'nın kuramında davranış, ne yalnızca çevrenin ne de yalnızca kişinin ürünüdür. Kişisel etmenler (inançlar, beklentiler, bilişsel süreçler), çevresel etmenler ve davranış birbirini karşılıklı olarak etkiler. Bandura bunu **üç yönlü karşılıklı nedensellik** olarak adlandırır ve bu yapı içinde bilişsel, dolaylı, öz yansıtıcı ve öz düzenleyici süreçlere merkezî bir rol verir.^[5] Bayrakçı'nın vurguladığı gibi bu karşılıklılık, üç etkenin her durumda eşit ağırlıkta olduğu anlamına gelmez; bazı etki alanları bazı durumlarda daha güçlüdür.^[1]

Bandura sonraki yazılarında kuramı **faillik** kavramı etrafında yeniden düzenledi. Ona göre kişinin yaşamının niteliği üzerinde denetim kurabilme kapasitesi, insan olmanın özüdür; insanlar toplumsal sistemlerin hem ürünü hem de üreticisidir. Kuram üç faillik biçimini ayırır: kişinin doğrudan kendi eylemiyle kurduğu **bireysel faillik**, istenen sonuçlar için başkalarının kendi adına harekete geçmesine dayanan **vekil faillik** ve ortak ve karşılıklı bağımlı çabayla kurulan **toplu faillik**.^[6] Bir okuldaki öğretmenlerin birlikte bir değişimi başarabileceklerine inanmaları, toplu failliğin eğitimdeki karşılığıdır.

Öz yeterlik: kaynakları ve etkileri

Kuramın eğitim araştırmalarında en çok çalışılan kavramı **öz yeterliktir**: kişinin belirli bir alanda belirli bir performansı gösterebileceğine dair yargısı. Bandura 1977'de ortaya koyduğu bu kavramı, farklı müdahalelerin davranışı nasıl değiştirdiğini açıklayan birleştirici bir mekanizma olarak önerdi.^[7] Schunk

ve Hanson'ın özetlediği gibi öz yeterlik etkinlik seçimini, harcanan çabayı, sebatı ve görevin başarılmasını etkileyebilir; öz yeterliğe dair bilgi ise dört kaynaktan gelir: gerçek performanslar, dolaylı (gözleme dayalı) yaşantılar, ikna biçimleri ve kalp atışı gibi fizyolojik göstergeler.^[4]

Türkçe alanyazında bu kaynaklar şöyle adlandırılır:^[8]

1. **Performans başarıları.** Kişinin kendi başarılı ya da başarısız deneyimleri. Başarılı deneyimler öz yeterliği artırır, başarısızlıklar azaltır.
2. **Dolaylı yaşantılar.** Kendine benzeyen birinin başarılı olduğunu görmek.
3. **Sözel ikna.** Başkalarının kişinin başarabileceğine ya da başaramayacağına ilişkin sözleri; öğretmenler için meslektaşların ve ailelerin geri bildirimi.
4. **Fizyolojik ve duygusal durumlar.** Kalp atışı gibi bedensel göstergelerin ve görev sırasında yaşanan duyguların yorumlanması.

Usher ve Pajares'in okul bağlamındaki eleştirel derlemesi, performans başarılarının genellikle **en etkili kaynak** olduğunu, ancak kaynakların gücünün cinsiyet, etnik köken, akademik yetenek ve ders alanı gibi bağlamsal etkenlere göre değiştiğini gösterdi.^[9]

Bandura 1993'te öz yeterliğin dört süreç üzerinden işlediğini belirtti: bilişsel, güdüsel, duyuşsal ve seçim süreçleri. Aynı makalede öz yeterliğin eğitimde üç düzeyde önemli olduğunu savundu: öğrencilerin kendi öğrenmelerini düzenleme ve akademik etkinlikleri başarma inançları hedeflerini, motivasyonlarını ve başarılarını; öğretmenlerin öğrenmeyi destekleme inançları kurdukları öğrenme ortamlarını ve öğrencilerinin ilerlemesini; okuldaki öğretmen topluluğunun **toplu öz yeterliği** ise okulun başarı düzeyini etkiler. Bandura'ya göre öğrenci topluluğunun özellikleri okul başarısını doğrudan olmaktan çok, öğretmenlerin toplu öz yeterlik inançlarını değiştirerek etkiler.^[10]

Kanıt: öz yeterlik başarıyı mı yordar, başarı öz yeterliği mi?

İlişkinin varlığı. Multon, Brown ve Lent'in meta-analizi, öz yeterlik inançları ile akademik performans ve sürdürme arasında çok çeşitli alan, desen ve ölçme yönteminde olumlu ve anlamlı ilişkiler buldu; ancak ilişkinin büyüklüğü çalışmadan çalışmaya önemli ölçüde değişiyordu.^[11] Çalışma yaşamında Stajkovic ve Luthans 114 çalışmayı ($k = 157$, $N = 21.616$) birleştirdi ve öz yeterlik ile iş performansı arasında .38'lik ağırlıklı ortalama korelasyon buldu.^[12]

Türkiye'den kanıt. Sarier'in 2000-2015 arasında Türkiye'de yapılmış 62 çalışmayı birleştiren meta-analizinde, akademik başarıyla ilişkili öğrenci özellikleri içinde en yüksek etki büyüklüğü öz yeterlikte bulundu ($r = 0,506$; %95 güven aralığı 0,378-0,633). Bu değer motivasyon (0,360), benlik saygısı (0,200) ve ders çalışma alışkanlığından (0,138) yüksekti.^[13] Bu değer in yalnızca 8 çalışmaya dayandığını ve ilişkisel olduğunu akılda tutmak gerekir.

Yön sorusu. Bu korelasyonlar öz yeterliğin başarıya neden olduğunu göstermez; yüksek başarı da öz yeterliği artırabilir. Talsma ve arkadaşları bu soruyu, hem öz yeterliği hem başarıyı iki zamanda ölçen 11 boyamsal çalışmayı ($N = 2.688$) çapraz gecikmeli yol analiziyle birleştirerek inceledi. Sonuçlar karşılıklı etki modelini destekledi, ama iki yön eşit değildi: başarının sonraki öz yeterliğe etkisi ($\beta = 0,205$), öz yeterliğin sonraki başarıya etkisinden ($\beta = 0,071$) anlamlı düzeyde büyüktü. Karşılıklılık yetişkinlerde görüldü; **çocuklarda** ise yalnızca başarı sonraki öz yeterliği etkiledi, tersi görülmeydi.^[14]

Aşırı güven tartışması. Vancouver ve arkadaşları daha keskin bir itiraz getirdi: yüzlerce çalışma bireyler arasında olumlu ilişki bulsa da, aynı kişi zaman içinde izlendiğinde öz yeterliğin sonraki denemede performansla olumsuz ilişkili olabildiğini gösterdiler. Deneylerinde öz yeterlik aşırı güvene ve mantık hatalarının artmasına yol açtı.^[15] Bandura ve Locke ise dokuz meta-analizin ve geniş hedef belirleme alanyazınının, öz yeterliğin ve kişisel hedeflerin motivasyonu ve performansı artırdığını gösterdiğini savunarak bu bulguların genellenemeyeceğini ileri sürdü.^[16]

Bu tartışmalar birlikte okunduğunda eğitim için dengeli bir sonuç çıkar: öz yeterlik, özellikle çocuklarda, büyük ölçüde gerçek başarı deneyimlerinden beslenir. "Kendine inan" türünden sözel teşvik, performans başarısının yerini tutmaz; öğrencinin gerçekten başarabileceği basamaklandırılmış görevler öz yeterliği kurmanın daha güvenilir yoludur.^[14, 9]

Öğretmen öz yeterliği: ölçme ve Türkiye'den bulgular

Bandura'nın öğretmen düzeyindeki öngörüsü, geniş bir araştırma alanına dönüştü. Tschannen-Moran ve Woolfolk Hoy, öğretmen öz yeterliğini ölçmek için kullanılan araçların sorunlarını derleyerek yeni bir ölçek, Ohio State Öğretmen Öz Yeterlik Ölçeği'ni önerdi ve üç ayrı çalışmadan geçerlik ve güvenilirlik verisi sundu.^[17] Zee ve Koomen, 40 yıllık araştırmadan 165 makaleyi sentezleyerek öğretmen öz yeterliğinin öğrencilerin akademik uyumu, sınıf niteliğiyle ilgili öğretmen davranışları ve öğretmenin kişisel başarı duygusu, iş doyumunu ve mesleğe bağlılığıyla olumlu, tükenmişlikle olumsuz ilişkili olduğunu gösterdi.^[18]

Türkiye'de bu ölçek Çapa, Çakıroğlu ve Sarıkaya tarafından uyarlanmıştır.^[19] Toy ve Duru bu uyarlamayla 340 sınıf öğretmenini inceledi; öğretmenlerin genel öz yeterlik inançlarını oldukça yeterli düzeyde buldu ve mesleki öz yeterlik ile kaynaştırma eğitime ilişkin yeterlik inançları arasında orta düzeyde, olumlu ve anlamlı bir ilişki saptadı.^[19]

Kaçar ve Beycioğlu, İzmir'in Buca ilçesindeki 15 okuldan 502 öğretmenle öz yeterliğin **kaynaklarını** ölçen bir çalışma yaptı. Dikkat çekici bulgu, eğitim fakültesi dışındaki fakültelerden mezun olan öğretmenlerin puanlarının eğitim fakültesi mezunlarından daha yüksek çıkmasıydı; fark özellikle dolaylı yaşantılar ile fizyolojik ve duygusal durumlar alt boyutlarındaydı.^[8] Bu tek bir ilçeden gelen kesitsel bir bulgudur; ama öğretmen eğitimi programlarının öz yeterliğin hangi kaynaklarını ne ölçüde beslediği sorusunu gündeme getirir.

Öğretmen adayları açısından Demirtaş, Cömert ve Özer, İnönü Üniversitesi'nde 380 son sınıf adayla öz yeterlik algısının cinsiyete ve programa göre farklılaştığını, ancak mesleğe yönelik tutumla ilişkisinin olumlu olmakla birlikte **düşük** düzeyde kaldığını buldu.^[20] Mesleği sevmek ile mesleği yapabileceğine inanmak, birbirinden ayrı şeylerdir.

BÖTE'den bir veri. Akkoyunlu ve Kurbanoglu, Hacettepe Üniversitesi'nde BÖTE (196), ilköğretim matematik (217) ve fen bilgisi öğretmenliği (253) adaylarının bilgisayar öz yeterliği ile bilgi okuryazarlığı öz yeterliği algılarını karşılaştırdı. Beşli ölçekte bilgisayar öz yeterliği ortalaması BÖTE adaylarında 4,14, matematik ve fen adaylarında 2,82 ve 2,80 idi; BÖTE'de ortalama birinci sınıftan dördüncü sınıfa 3,32, 3,99, 4,42 ve 4,86 olarak yükseliyordu. İki öz yeterlik algısı arasındaki korelasyon genelde .445, BÖTE adaylarında .543 bulundu.^[21] Veriler kesitseldir, yani sınıflar arasındaki fark aynı öğrencilerin zaman içindeki değişimi değildir; yazarlar da BÖTE adaylarının bir kısmının bilgisayar meslek liselerinden gelmesinin birinci sınıftaki başlangıç düzeyini etkilemiş olabileceğini belirtir. Yine de çalışma, öğretim teknolojisi yetkinliğinin yalnızca beceri değil, bir **yeterlik inancı** sorunu olarak da ele alınması gerektiğini gösteren erken bir Türkiye örneğidir.

Eleştiriler ve sınırlılıklar

Laboratuvardan medyaya genelleme

Bobo bebek deneyi, medyadaki şiddetin çocukları saldırganlaştırıp saldırganlaştırmadığı tartışmasının simgesi hâline geldi. Ancak deneyde çocuklar bir insana değil şişme bir oyuncak bebeğe, hafif bir engellenmenin hemen ardından ve modeli izledikten kısa süre sonra tepki veriyordu.^[2] Bu davranışın gerçek yaşamdaki kişiler arası saldırganlığa ne ölçüde genellenebileceği ayrı bir sorudur. Şiddet içeren video oyunları üzerine iki meta-analiz bu sorunun bugün de açık olduğunu gösterir: Anderson ve arkadaşları, sosyal bilişsel modellerden türettikleri öngörülerle bu oyunların saldırgan davranış, biliş ve duygu için **nedensel bir risk etmeni** olduğu sonucuna vardı.^[22] Ferguson ise çocuk ve ergenlerle yapılmış 101 çalışmayı birleştirdiğinde saldırganlıktaki artışı $r = .06$, olumlu sosyal davranıştaki azalmayı $r = .04$ olarak buldu, etkileri **çok küçük** olarak nitelendirdi ve alandaki yayın yanlılığına dikkat çekti.^[23]

Nedensellik yönü

Öz yeterlik araştırmalarının büyük bölümü kesitsel ve ilişkiseldir. Boylamsal kanıt, başarının öz yeterliği öz yeterliğin başarıyı etkilemesinden daha güçlü biçimde etkilediğini gösterir; bu da kavramın öğretimde bir "kaldıraç" olarak kullanılmasına dair iyimser yorumları sınırlar.^[14] Kişi içi analizlerde görülen olumsuz ilişki ise yüksek öz yeterliğin her koşulda yararlı olmadığını, aşırı güvene dönüşebileceğini düşündürür.^[15]

Kavramın genişliği

Kuram gözlem, bilişsel süreçler, öz düzenleme, öz yeterlik ve toplu faillik gibi çok sayıda kavramı kapsayacak biçimde genişledi.^[6] Bu genişlik kuramın açıklama gücünü artırırken, belirli bir öngörünün yanlışlanmasını da güçleştirir. Öz yeterlik alana özgü bir inanç olarak tanımlandığı için, genel "kendime güvenirim" türü maddelerle ölçülen bir yapı Bandura'nın tanımladığı öz yeterlikle aynı şey değildir; Usher ve Pajares de alandaki araştırmalarda kaynakların kavramsallaştırılması ve ölçülmesindeki sorunlara dikkat çeker.^[9]

Türkiye alanyazınının deseni

Bu yazıda ele alınan Türkiye çalışmalarının çoğu, öz yeterlik puanlarının cinsiyet, kıdem ya da bölüm gibi değişkenlere göre karşılaştırıldığı kesitsel tarama çalışmalarıdır.^[8, 19, 20] Öz yeterliğin kaynaklarını değiştirmeye yönelik müdahaleleri sınavan deneysel ve boylamsal çalışmalar bu örneklemede yer almıyor; Sarier'in meta-analizindeki öz yeterlik bulgusu da 8 çalışmaya dayanıyor.^[13]

AGS'de Bandura: sık karıştırılan kavramlar

MEB'in 8 Ocak 2026 duyurusuna göre AGS'nin "Eğitim Bilimleri ve Türk Millî Eğitim Sistemi" başlıklı öğrenme psikolojisini kapsar.^[24] Bandura soruları genellikle bir öğrencinin başkasını izledikten sonraki davranışını anlatan kısa bir senaryo verir. Aşağıdaki ayrımlar en sık yapılan hataları önler:

Karıştırılan	Ayırt edici nokta
Doğrudan pekiştirme ile dolaylı pekiştirme	Doğrudan pekiştirmede öğrencinin kendi davranışı ödüllendirilir; dolaylı pekiştirmede öğrenci başkasının ödüllendirildiğini görür. ^[3]
Öğrenme ile performans	Modelin cezalandırıldığını gören öğrenci davranışı öğrenmiştir ama sergilemeyebilir; uygun teşvikle sergiler. ^[3]
Canlı model ile sembolik model	Canlı model gerçek bir kişidir; sembolik model film, kitap ya da ekrandaki bir karakterdir. Sözlü yönergeler üçüncü bir türdür. ^[1]
Dikkat ile motivasyon süreci	Modelin çekici ve saygın olması dikkati; öğrendiğini gösterme isteği motivasyonu ilgilendirir. ^[1]
Performans başarısı ile dolaylı yaşantı	Kendi başarısından güç almak performans başarısı; kendine benzeyen bir arkadaşının başarısından güç almak dolaylı yaşantıdır. ^[8]
Sözel ikna ile dolaylı yaşantı	"Sen yaparsın" denmesi sözel iknadır; birinin yaptığını görmek dolaylı yaşantıdır. ^[8]
Öz yeterlik ile benlik saygısı	Öz yeterlik belirli bir görevi başarma inancıdır; benlik saygısı kişinin kendine verdiği genel değerdir. ^[13]
Karşılıklı belirleyicilik ile çevresel belirleyicilik	Davranışçılıkta çevre davranışı belirler; Bandura'da kişi, çevre ve davranış birbirini karşılıklı etkiler. ^[5]
Bireysel, vekil ve toplu faillik	Kendi eylemiyle, başkasının kendi adına eylemiyle ya da ortak çabayla sonuç elde etmek. ^[6]

Senaryolardaki anahtar ifadeler çoğu zaman kavramı ele verir: "Arkadaşının öğretmenden övgü aldığını görünce o da parmak kaldırmaya başladı" dolaylı pekiştirmeyi, "Sınıf arkadaşı çözebildiyse ben de çözebilirim diye düşündü" dolaylı yaşantıyı, "Kopya çeken öğrencinin cezalandırıldığını gören diğerleri kopya çekmedi" dolaylı cezayı ve öğrenme ile performans ayrımını düşündürür.

Terimler ve alanyazındaki karşılıkları

Türkçe terim	Diğer karşılıklar	İngilizce
Sosyal bilişsel kuram	Sosyal öğrenme kuramı	Social cognitive theory, social learning theory
Gözlem yoluyla öğrenme	Model olarak öğrenme, gözlemsel öğrenme	Observational learning, modeling
Dolaylı pekiştirme	Model aracılığıyla pekiştirme	Vicarious reinforcement
Öz yeterlik	Özyeterlik, öz yeterlik inancı, yeterlik algısı	Self-efficacy
Performans başarıları	Ustalık deneyimleri	Mastery experiences
Dolaylı yaşantılar	Model alma yaşantıları	Vicarious experiences
Sözel ikna	Sosyal ikna	Verbal persuasion, social persuasion
Karşılıklı belirleyicilik	Üç yönlü karşılıklı nedensellik	Reciprocal determinism, triadic reciprocal causation
Toplu yeterlik	Kolektif yeterlik	Collective efficacy
Faillik	Eyleycilik	Agency

Terimler kaynak çalışmalardan ve Türkçe kullanımlardan derlenmiştir. ^[1, 8, 5]

Araştırmacılar için açık sorular

- Öğretmen eğitimi öz yeterliğin hangi kaynaklarını besliyor?** Eğitim fakültesi dışındaki fakültelerden mezun öğretmenlerin daha yüksek puan alması, öğretmenlik uygulamasının dolaylı yaşantı ve duygusal durum kaynaklarını nasıl etkilediğinin boylamsal olarak incelenmesini gerektiriyor. ^[8]
- Türkiye'de öz yeterlik ile başarı ilişkisinin yönü ne?** Türkiye'deki meta-analitik kanıt korelasyonel çalışmalara dayanıyor; çapraz gecikmeli boylamsal desenler bu ilişkinin yönünü Türkiye bağlamında sınavabilir. ^[13, 14]
- Akran modellerle öz yeterlik müdahaleleri Türk sınıflarında ne kadar etkili?** Uluslararası deneysel bulguların kalabalık sınıflarda ve farklı ders alanlarında tekrarı değerli olurdu. ^[4]
- BÖTE adaylarının teknoloji öz yeterliği bugün ne durumda?** Hacettepe'deki 2003 çalışmasının güncel ölçeklerle ve boylamsal bir desenle tekrarı, program değişikliklerinin etkisini görünür kılabilir. ^[21]
- Dijital sembolik modeller nasıl işliyor?** Eğitim videoları ve sosyal medya içeriklerindeki modellerin dikkat ve motivasyon süreçlerine etkisi, sosyal bilişsel kuramın çağdaş sınamaları için verimli bir alandır. ^[1, 6]

Öğrenme ve gelişim kuramlarının öteki yazıları için [davranışçı öğrenme kuramları](#), [Vygotsky'nin sosyokültürel kuramı](#) ve [Piaget'nin bilişsel gelişim kuramı](#) yazılarına bakabilirsiniz.

Özet

- Bandura, öğrenmenin yalnızca kişinin kendi davranışının pekiştirilmesiyle değil, **başkalarını gözlemleyerek** de gerçekleştiğini gösterdi ve öğrenme ile performansı birbirinden ayırdı.

- 1961 Bobo bebek deneyinde saldırgan bir yetişkini izleyen okul öncesi çocuklar, model yokken de onun **özgün saldırgan davranışlarını** yeniden üretti; saldırgan olmayan modeli izleyenler genel olarak kontrol grubundan daha az saldırgan davrandı.
- 1965 deneyinde modeli cezalandırılan çocuklar davranışı daha az sergiledi, ama çekici bir ödül önerilince gruplar arasındaki fark **tamamen kayboldu**: ceza öğrenmeyi değil, performansı engellemiştir.
- Öz yeterlik, kişinin bir işi başarabileceğine dair inancıdır ve dört kaynaktan beslenir: performans başarıları, dolaylı yaşantılar, sözel ikna, fizyolojik ve duygusal durumlar. Türkiye'deki 62 çalışmalık bir meta-analizde akademik başarıyla en güçlü ilişkili öğrenci özelliği öz yeterlik oldu ($r = 0,506$).
- Boylamsal çalışmaları birleştiren bir meta-analiz, geçmiş başarının sonraki öz yeterliği, öz yeterliğin sonraki başarıyı etkilemesinden **daha güçlü** biçimde etkilediğini gösterdi; çocuklarda etki yalnızca başarıdan öz yeterliğe doğrudur.

Sık sorulan sorular

Sosyal öğrenme kuramı ile sosyal bilişsel kuram aynı şey midir?

Aynı kuramın iki evresidir. Bandura'nın ilk çalışmaları sosyal öğrenme kuramı adıyla anılır; kuram zamanla bilişsel süreçlere, öz düzenlemeye ve öz yeterliğe daha fazla yer vererek sosyal bilişsel kuram adını almıştır. Türkçe alanyazında iki ad çoğu zaman birbirinin yerine kullanılır.

Bobo bebek deneyi neyi gösterdi?

Saldırgan bir yetişkin modeli izleyen çocukların, model ortamda yokken ve farklı bir odada, modelin özgün saldırgan davranışlarını yeniden ürettiğini gösterdi. Çocukların davranışı pekiştirilmediği hâlde öğrenme gerçekleşmişti.

Dolaylı pekiştirme nedir?

Gözlemcinin, modelin davranışının ödüllendirildiğini görmesiyle o davranışı sergileme olasılığının artmasıdır. Modelin cezalandırıldığını görmek ise dolaylı cezadır ve davranışın sergilenmesini azaltır, ama öğrenilmesini engellemez.

Öz yeterliğin kaynakları nelerdir?

Performans başarıları (kişinin kendi başarılı ya da başarısız deneyimleri), dolaylı yaşantılar (kendine benzeyen başkalarının deneyimlerini gözlemleme), sözel ikna (başkalarının cesaretlendirmesi ya da eleştirisi) ve fizyolojik ve duygusal durumlardır. Okul bağlamında genellikle en etkili kaynak performans başarılarıdır.

Öz yeterlik ile özgüven arasındaki fark nedir?

Öz yeterlik belirli bir görevi ya da alanı başarabileceğine dair inançtır ve alana özgüdür: bir öğrencinin matematik öz yeterliği yüksek, yazma öz yeterliği düşük olabilir. Özgüven ise daha genel bir kendilik değerlendirmesidir.

Bandura AGS'de çıkar mı?

AGS'nin Eğitim Bilimleri ve Türk Millî Eğitim Sistemi başlığı öğrenme psikolojisini kapsar. Gözlem yoluyla öğrenmenin süreçleri, dolaylı pekiştirme, model türleri, karşılıklı belirleyicilik ve öz yeterliğin kaynakları bu başlıkta sık sorulan konulardır.

Kaynaklar

- 1 Bayrakçı, M. (2007). Sosyal öğrenme kuramı ve eğitimde uygulanması. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (14), 198–210.
- 2 Bandura, A., Ross, D. ve Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. Journal of Abnormal and Social Psychology, 63(3), 575–582.
- 3 Bandura, A. (1965). Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. Journal of Personality and Social Psychology, 1(6), 589–595.
- 4 Schunk, D. H. ve Hanson, A. R. (1985). Peer models: Influence on children's self-efficacy and achievement. Journal of Educational Psychology, 77(3), 313–322.
- 5 Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. American Psychologist, 44(9), 1175–1184.
- 6 Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. Annual Review of Psychology, 52, 1–26.
- 7 Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84(2), 191–215.
- 8 Kaçar, T. ve Beycioğlu, K. (2017). İlköğretim öğretmenlerinin öz yeterlik inançları. İlköğretim Online, 16(4), 1753–1767.
- 9 Usher, E. L. ve Pajares, F. (2008). Sources of self-efficacy in school: Critical review of the literature and future directions. Review of Educational Research, 78(4), 751–796.
- 10 Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. Educational Psychologist, 28(2), 117–148.
- 11 Multon, K. D., Brown, S. D. ve Lent, R. W. (1991). Relation of self-efficacy beliefs to academic outcomes: A meta-analytic investigation. Journal of Counseling Psychology, 38(1), 30–38.
- 12 Stajkovic, A. D. ve Luthans, F. (1998). Self-efficacy and work-related performance: A meta-analysis. Psychological Bulletin, 124(2), 240–261.
- 13 Sarier, Y. (2016). Türkiye'de öğrencilerin akademik başarısını etkileyen faktörler: Bir meta-analiz çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (erken görünüm).
- 14 Talsma, K., Schütz, B., Schwarzer, R. ve Norris, K. (2018). I believe, therefore I achieve (and vice versa): A meta-analytic cross-lagged panel analysis of self-efficacy and academic performance. Learning and Individual Differences, 61, 136–150.
- 15 Vancouver, J. B., Thompson, C. M., Tischner, E. C. ve Putka, D. J. (2002). Two studies examining the negative effect of self-efficacy on performance. Journal of Applied Psychology, 87(3), 506–516.
- 16 Bandura, A. ve Locke, E. A. (2003). Negative self-efficacy and goal effects revisited. Journal of Applied Psychology, 88(1), 87–99.
- 17 Tschannen-Moran, M. ve Woolfolk Hoy, A. (2001). Teacher efficacy: Capturing an elusive construct. Teaching and Teacher Education, 17(7), 783–805.
- 18 Zee, M. ve Koomen, H. M. Y. (2016). Teacher self-efficacy and its effects on classroom processes, student academic adjustment, and teacher well-being: A synthesis of 40 years of research. Review of Educational Research, 86(4), 981–1015.
- 19 Toy, S. N. ve Duru, S. (2016). Sınıf öğretmenlerinin öğretmen öz yeterlikleri ile kaynaştırma eğitimine ilişkin yeterlik inançlarının karşılaştırılması. Ege Eğitim Dergisi, 17(1), 146–173.
- 20 Demirtaş, H., Cömert, M. ve Özer, N. (2011). Öğretmen adaylarının özyeterlik inançları ve öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları. Eğitim ve Bilim, 36(159), 96–111.

- 21 Akkoyunlu, B. ve Kurbanoglu, S. (2003). Öğretmen adaylarının bilgi okuryazarlığı ve bilgisayar öz-yeterlik algıları üzerine bir çalışma. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 24, 1–10.
- 22 Anderson, C. A., Shibuya, A., Ihori, N., Swing, E. L., Bushman, B. J., Sakamoto, A., Rothstein, H. R. ve Saleem, M. (2010). Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in Eastern and Western countries: A meta-analytic review. Psychological Bulletin, 136(2), 151–173.
- 23 Ferguson, C. J. (2015). Do Angry Birds make for angry children? A meta-analysis of video game influences on children's and adolescents' aggression, mental health, prosocial behavior, and academic performance. Perspectives on Psychological Science, 10(5), 646–666.
- 24 Millî Eğitim Bakanlığı (2026). Millî Eğitim Bakanlığı Akademi Giriş Sınavı konu dağılımları açıklandı. meb.gov.tr (08.01.2026).

Atıf

BÖTE Editör Ekibi. (2026, 26 Eylül). Bandura'nın sosyal bilişsel kuramı ve öz yeterlik. *BÖTE Blog*. <https://bote.web.tr/blog/bandura-sosyal-bilissel-kuram>

Bu belge hakkında. Bu PDF, bote.web.tr'deki [Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramı ve Öz Yeterlik](#) yazısının BT-035 kodlu belgesinin 1.0 sürümüdür.

Sürüm geçmişi ve değişiklikler: bote.web.tr/d/bt-035. Güncel sürümü ve bütün yazıların PDF'lerini bote.web.tr/pdf adresinde bulabilirsiniz. Elinizdeki dosyanın bizim yayımladığımız sürümle birebir aynı olup olmadığını bote.web.tr/d adresinde denetleyebilirsiniz; dosya cihazınızdan dışarı gönderilmez.

© 2026 bote.web.tr · Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi



PDF merkezi

BÖTE bölümü, eğitim fakültesi ve öğretmenlik üzerine ücretsiz, kaynaklı yazılar. Bu belgenin güncel hâli ve çok daha fazlası sitede.

Blog yazıları

Eğitim teknolojileri, kuramlar ve öğretmenlik

bote.web.tr/blog

PDF merkezi

Güncel PDF'ler, sürüm geçmişi ve doğrulama

bote.web.tr/pdf

BÖTE hakkında

Bölümün tarihi, amacı ve fakültedeki yeri

bote.web.tr/about

Müfredat

Dört yıllık ders programı ve dersler

bote.web.tr/curriculum

Mezunlar ve meslek

Mezunların çalıştığı alanlar ve unvanlar

bote.web.tr/graduation

Belge doğrulama

PDF'inizin güncel ve özgün olduğunu denetleyin

bote.web.tr/d



Üniversite topluluklarını, etkinlikleri ve şirketleri tek uygulamada buluşturan ücretsiz kampüs platformu.

- **Dijital portföy**
Katıldığınız etkinlikleri ve sertifikalarını uniconnectly.com/@kullaniciadi adresinde herkese açık sergile
- **Sertifikalar**
Platformda verilen sertifikalar doğrulanmış işaretli, edu.tr e-postan onaylı
- **Topluluklar ve etkinlikler**
Üniversitelerdeki toplulukları ve takvimi tek ekranda gör, başvuru etkinliklere katıl
- **Doğrulanabilir katılım**
QR ile giriş yaptığınız etkinlikler portföyünde doğrulanmış listelenir
- **Anlık fırsatlar**
Staj, iş ve burs duyuruları akışına düşer
- **Üye kartı indirimleri**
Takip ettiğiniz toplulukların anlaşmalı işletme indirimlerinden yararlan



Ücretsiz keşfet

QR kodu okutun ya da uniconnectly.com adresine girin.



Diğer yapımlarımız

UniConnectly gibi bunlar da bizim yapımlarımız. Bu belgeyi ücretsiz sunuyoruz; yapımlarımızı keşfetmeniz ve çevrenizle paylaşmanız, bu çalışmalarını sürdürmemiz için en büyük destektir.

ahmetcelen.com.tr

Üniversite ve kamu sınavlarına ücretsiz matematik: konu anlatımları ve PDF'leri, çıkmış sorular ve sınav geri sayımları.

ahmetcelen.com.tr



Hayvanseverlerin sosyal medyası ve veteriner akıllı klinik yönetim uygulaması.

veterito.com