

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Yaşam Doyumunu Yordayan Bir Faktör; Kariyer Stresi: Tanımlayıcı Araştırma

A Factor Predicting Life Satisfaction of Faculty of Sport Sciences Students; Career Stress: Descriptive Study

Cemal GÜLER^a, Anıl SİYAHTAŞ^b, Veli Ozan ÇAKIR^c

^aİstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Yönetim Bilimleri ABD, İstanbul, Türkiye

^bİstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul, Türkiye

^cAlanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Antalya, Türkiye

ÖZET Amaç: Bu çalışmada spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin kariyer streslerinin yaşam doyumları üzerinde etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Gereç ve Yöntemler:** Araştırma grubunu, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi'nin 2021-2022 eğitim yılının bahar döneminde aktif olarak eğitimine devam eden ve örnekleme dâhil edilme kriterlerini karşılayan öğrenciler oluşturmuştur (n=221). Veriler; Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyum Ölçeği ve Kariyer Stresi Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği çarpıklık ve basıklık değerlerine göre karar verilmiştir. Normal dağılım gösteren verilerin bağımsız değişkenlerinin analizinde t-testi ve ANOVA testi yapılmış, gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için Tukey testinden faydalanılmıştır. Yaşam doyumunu ve kariyer stresi arasındaki ilişkiyi saptamak için ise Pearson korelasyon testi ve Basit Doğrusal Regresyon analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Elde edilen bulgulara göre spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin akademik not ortalaması ve refah düzeylerine göre yaşam doyumları; cinsiyet, akademik not ortalaması, refah düzeyi, yaş grupları ve sınıf değişkenlerine göre kariyer stresi arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yaşam doyumunu ile kariyer stresi arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmış olup, kariyer stresinin yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. **Sonuç:** Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin çeşitli değişkenlerine göre yaşam doyumları ve kariyer stresleri arasında anlamlı farklılıklar belirlenmiş ve öğrencilerin kariyer streslerinin yaşam doyumları üzerinde etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

ABSTRACT Objective: In this study, it was aimed to examine the effect of career stress on life satisfaction of students studying at the faculty of sports sciences. **Material and Methods:** The research group consisted of students who actively continue their education in the spring semester of the 2021-2022 academic year of Istanbul University-Cerrahpaşa Faculty of Sports Sciences and meet the criteria for inclusion in the sample (n=221). Data were collected using Personal Information Form, Satisfaction with Life Scale and Career Stress Scale. It was decided whether the data showed a normal distribution or not, according to the skewness and kurtosis values. T-test and ANOVA were used to analyze the independent variables of normally distributed data, and Tukey test was used to determine the differences between groups. Pearson correlation test and Simple Linear Regression analysis were used to determine the relationship between life satisfaction and career stress. **Results:** According to the findings, life satisfaction of the students studying at the faculty of sports sciences according to their academic grade average and welfare levels; there was a significant difference between career stress according to gender, academic grade average, welfare level, age groups and class variables. A negative and low-level significant relationship was found between life satisfaction and career stress, and it was determined that career stress was a significant predictor of life satisfaction. **Conclusion:** Significant differences were determined between life satisfaction and career stresses according to various variables of the students of the faculty of sports sciences, and it was concluded that the career stresses of the students had an effect on their life satisfaction.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri; yaşam doyumunu; kariyer; kariyer stresi

Keywords: Sports sciences; life satisfaction; career; career stress

Yaşam doyumunu; insan hayatının kaliteli şekilde devam edebilmesi için gerekli olan önemli basamaklardan biridir. Bu kavrama ait olan doyum ya da diğer bir ifadeyle tatmin; geleceğe dair umudu, gereksinimleri, talep ve arzuları ifade etmektedir. Bireylerin yaşamındaki tüm boyutları içerisinde bulunduran yaşam doyumunu belirli bir durumla ilişkili değildir. Kişilerin kendini mutlu, dinamik ya da iyi hissettiğini

nimleri, talep ve arzuları ifade etmektedir. Bireylerin yaşamındaki tüm boyutları içerisinde bulunduran yaşam doyumunu belirli bir durumla ilişkili değildir. Kişilerin kendini mutlu, dinamik ya da iyi hissettiğini

Correspondence: Cemal GÜLER

İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Yönetim Bilimleri ABD, İstanbul, Türkiye

E-mail: cemal.guler95@gmail.com



Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences.

Received: 04 Aug 2022

Received in revised form: 18 Jan 2023

Accepted: 24 Jan 2023

Available online: 01 Feb 2023

2146-8885 / Copyright © 2023 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

göstermektedir.¹ Yaşam doyumunun belirli bir alanla ilgili olmaması kişinin farklı perspektiflerden değerlendirilmesini gerektirmektedir. Yaşama ilişkin yapılan pozitif değerlendirmelerin fazla olması bireylerin yaşam kalitesinin yüksek olduğunu gösterirken bu durum tek bir alana işaret etmez. Örneğin bireylerin yaptıkları işten tatmin olmaması hayatından da tatmin olmayacağı anlamına gelmeyebilir. Çünkü yapılan işte memnuniyet duyulması bireylerin yaşam doyumunun ve kalitesinin sadece bir kısmını oluşturur. Appleton ve Song da yaşam doyumunun kişinin gelir düzeyi, refah koşulları, mesleği ve sosyal statüsü, mevcut devlet politikası ve çevre, sahip olduğu imkânlar ya da sosyal hareketliliği, ailesel/sosyal ilişkiler gibi altı farklı bileşeni içerdiğini ileri sürmektedir.^{2,3} Bu bileşenler gerek deneyimle gerekse eğitimle bir araya gelir.

Üniversite dönemi; yaşam doyumunu bileşenlerinin ortaya çıktığı, öğrencilerin geleceğe yönelik kendilerini çalışma ve sosyal hayata hazırladıkları ve birtakım değerlere daha fazla önem verdikleri süreçlerden biri olarak nitelendirilebilir. Bu döneme yönelik yapılan araştırmalar, yaşamından daha fazla doyum sağlamış olan öğrencilerin sorumluluk duygusuna ve iletişim becerisine sahip olduklarını, aile ya da diğer ilişkilerinden mutlu olduklarını ve kariyerlerine iyimserlikle yaklaştıklarını göstermektedir.^{4,5} Kariyer, öğrencileri mutluluğa ve doyuma götüren önemli kararlardan birisi olarak görülmektedir.⁶ Ancak öğrencilerin eğitimlerine devam ederken mezuniyet sonrasında kariyerleriyle ilgili yaşadıkları endişe ve tedirginlikler stres düzeylerini de artırmaktadır. Bu stresörler arasında aile, çevre ve medya, mezuniyet sonrasında kariyer hedeflerine erişememe ya da iş bulamama endişesi, kariyer fırsatları konusundaki belirsizlikler sayılabilir.⁷

Kariyer adımları üniversitelerde eğitim alındığı dönemlerde atılmaktadır.⁸ Yapılan bir araştırmada, üniversite öğrencilerinin mezun oldukları döneme yaklaştıkça ve kariyer planlarını yaparken belirli düzeylerde stresle karşı karşıya kaldıkları belirtilmektedir.⁹ Duru ve Gültekin de üniversite öğrencilerinin içinde buldukları dönem nedeniyle strese daha çok kariyer ile ilişkili konulardan dolayı maruz kaldığını ifade etmişlerdir.¹⁰ Kariyer hedefi yaşam doyumunu etkileyen unsur olarak belirtilmektedir.¹¹

Arslan ve Sart yaptıkları çalışmada, kariyer faaliyetlerinde bulunan öğrencilerin yaşam doyumlarının bulunmayanlara göre daha yüksek bulmuştur.⁶ Yapılan bir başka araştırma da ise üniversite öğrencilerinin kariyerlerine ilişkin iyimserliğinin yaşam doyumunu üzerindeki yordayıcı etkisi tespit edilmiştir.⁵

Üniversitelerin bütün bölümlerinde olduğu gibi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin de kariyer stresi yaşamaları kaçınılmaz bir gerçektir. Çünkü eğitim süreçlerinin sonunda fark yaratmak, toplumsal fayda sağlamak, bedenen ve ruhen sağlıklı bireylerin yetiştirilmesine öncülük etmek gibi sorumlulukları bulunan bu öğrencilerin kariyer planlarını önceden yapmış olmaları beklenmektedir. Bu durum öğrencilerde meslek seçimlerinin doğruluğunu ve eğitimlerinin yeterliliğini sorgulamalarına ya da mesleki beklenti ve doyumlarının yaşam memnuniyetlerini ne derece etkilediğini araştırmalarına neden olabilmektedir.¹² Bu bilgilerden yola çıkılarak araştırma kapsamında spor bilimleri alanında eğitim alan öğrencilerin yaşam doyumunu yordamada kariyer stresinin etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma, spor bilimleri fakültelerinde eğitim gören öğrencilerin yaşam doyumları üzerinde etkili olabileceği öngörülen kariyer stresinin etkisini incelemek amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel araştırma modelinde tasarlanmıştır.

ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Bu çalışmanın evrenini, 2021-2022 eğitim yılında İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören 420 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubu ise seçkisiz olmayan örnekleme yöntemi ile seçilen 91 erkek, 130 kadın olmak üzere 221 (n=221) öğrenciden meydana gelmektedir.

ARAŞTIRMA GRUBU

Araştırma grubunu oluşturan katılımcıların, %58,8'inin kadın, %41,2'sinin erkek öğrenci olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların, %75,1'inin 21 yaş altında olduğu anlaşılırken, %20,8'inin "Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği" bölümünde, %73,3'ünün

“Spor Yöneticiliği” bölümünde ve %5,9’unun “Antrenörlük Eğitimi” bölümünde eğitim aldığı saptanmıştır. Katılımcıların, %40,3’ünün 2. sınıfta olduğu tespit edilirken, %40,3’ünün 3,51 ve üzerinde akademik not ortalamasına sahip olduğu anlaşılmıştır. Katılımcıların %79,6’sının ise refah düzeyi “orta” olarak görülmüştür.

VERİLERİN TOPLANMASI

Veriler, anket yazılım programı olan Google Forms aracılığıyla toplanmıştır. Örneklemeye dâhil edilme kriterlerini karşılayan ve gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden 260 öğrencinin 221’i veri toplama araçlarını tam olarak doldurmuştur. Katılımcılara araştırmanın amacı açıklanarak gönüllü katılım onamları alınmıştır.

VERİ TOPLAMADA KULLANILAN ARAÇLAR

Araştırmada verilerin elde edilmesi için Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ) ve Kariyer Stresi Ölçeği (KSÖ) kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu; araştırmacı tarafından literatür incelemesi yapılarak hazırlanmıştır.^{8,13} Form içerisinde öğrencilerin cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, akademik ortalama ve refah düzeyleri gibi sosyodemografik bilgilerini tespit etmek amacıyla toplam 6 sorudan meydana gelmiştir.

YDÖ; 1985 yılında Diener ve ark.nın geliştirdiği ölçeğin Türkçe geçerlik, güvenilirliği Dağlı ve Baysal tarafından yapılmıştır.^{3,14} Beşli Likert tipteki ölçek 1-Hiç katılmıyorum, 5-Tamamen katılıyorum olarak puanlandırılmaktadır. Beş madde ve tek faktörden oluşan ölçekten alınan puanların artması yaşam doyumunun da arttığı şeklinde yorumlanmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,88, test-tekrar test güvenilirliği ise 0,97 olarak hesaplanmıştır.³ Bu araştırma için Cronbach alfa katsayısı 0,88 olarak belirlenmiştir.

KSÖ; 2011 yılında Choi ve ark. tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe adaptasyon çalışmasını Özden ve Sertel-Berk yapmıştır.^{15,16} Yirmi madde ve 3 alt boyuttan oluşan ölçeğin puanlandırılması 1-Hiç katılmıyorum, 5-Tamamen katılıyorum şeklindedir. “Kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği (KBBE)”, “dışsal çatışma (DÇ)” ve “iş bulma baskısı (İBB)” ölçeğin alt boyutlarını oluşturmaktadır. KSÖ, hem toplam

puan alınarak tek boyut hem de alt boyutlar olarak değerlendirilebilmektedir. En az 20, en yüksek 100 puan alınabilen ölçekte puan yükseldikçe kariyer stresi de artmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,94 olmakla birlikte test-tekrar test katsayısı 0,81 olarak hesaplanmıştır.¹⁶ Aynı zamanda 0,44-0,80 arasında değişen madde korelasyonlarına sahiptir. Bu çalışmada, ölçek alt boyutları için güvenilirlik katsayıları 0,92, 0,79 ve 0,86 olarak tespit edilirken, ölçeğin geneline ilişkin Cronbach alfa katsayısı ise 0,93 olarak hesaplanmıştır.

VERİLERİN İSTATİSTİKSEL DEĞERLENDİRİLMESİ

Verilerin istatistiksel analizleri SPSS 20 (IBM SPSS, Statistics Armonk, NY: IBM Corp.) programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerlerine göre araştırmanın ne tür dağılıma sahip olduğuna karar verilmiştir. Tabachnick ve Fidell’e göre bu değerlerin $\pm 1,5$ aralığında olması durumunda parametrik testlerin kullanılması gerekmektedir.¹⁷ Araştırma verilerinin çarpıklık ve basıklık değerleri $\pm 1,5$ arasında olduğundan normal dağılıma uyduğu kabul edilmiştir. Verilerin analizinde t-testi ve varyans analizi [analysis of variance (ANOVA)], gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için ise Tukey testinden yararlanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon testi ve kariyer stresinin yaşam doyumunu yordayıp yordamadığını belirlemeye yönelik ise basit doğrusal regresyon analizinden faydalanılmıştır. Yapılan farklılık analizlerinde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak, ilişki analizinde ise $p < 0,01$ olarak belirlenmiştir.

ARAŞTIRMANIN ETİK İZİNİ

Bu araştırma, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun şekilde tamamen etik kurallar çerçevesinde gerçekleştirilmiştir. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığının 12 Nisan 2022 tarihinde gerçekleştirilen toplantısında değerlendirilen araştırmanın 2022/86 karar no.su ile etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde, spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin bağımsız değişkenlerine göre yaşam do-

TABLO 1: Ölçek puanlarının dağılımı.

Ölçekler	Ölçek madde sayısı	Minimum	Maksimum	n	$\bar{X} \pm SS$	Çarpıklık	Basıklık
YDÖ	5	5,00	25,00	221	13,89±4,40	0,04	-0,39
KSÖ	20	20,00	98,00	221	43,68±15,28	0,67	0,45
KBBE	10	10,00	50,00	221	20,57±8,46	0,82	0,29
DÇ	4	4,00	20,00	221	7,43±3,54	1,27	1,46
İBB	6	6,00	30,00	221	15,66±5,68	0,21	-0,68

SS: Standart sapma; YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği; KSÖ: Kariyer Stresi Ölçeği; KBBE: Kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği; DÇ: Dışsal çatışma; İBB: İş bulma baskısı.

yumu ve kariyer stresi arasındaki farklılıklar ve olgular arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca kariyer stresinin yaşam doyumunu üzerindeki etkisi belirlenmeye çalışılmış ve elde edilen bulgular tablolar ile sunulmuştur.

Tablo 1'de ölçeklere ve alt faktörlerine ait puan dağılımları yer almaktadır. YDÖ'den elde edilen ortalamasının 13,89±4,40; KSÖ'den elde edilen ortalamasının ise 43,68±15,28 olduğu tespit edilmiştir. KSÖ alt faktörlerinde en yüksek ortalamasının KBBE (20,57±8,46) en düşük ortalamasının DÇ (7,43±3,54) alt faktöründe olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2'de cinsiyete göre YDÖ ve KSÖ alt faktörleri arasında anlamlı farklılığın incelendiği t-testi sonuçları bulunmaktadır. Analiz bulgularında; cinsiyete göre YDÖ, KSÖ, KBBE ve İBB alt faktörleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmazken ($p>0,05$); DÇ alt faktörü arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($t_{(219)}=2,301$;

$p<0,05$). Bu bulguya göre erkek öğrencilerin puan ortalamaları ($\bar{X}=8,08$) kadın öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{X}=6,98$) daha yüksektir.

Tablo 3'te akademik not ortalamasına göre YDÖ ve KSÖ alt faktörleri arasında anlamlı farklılığın incelendiği ANOVA testi sonuçları gösterilmiştir. Analiz bulgularında; akademik not ortalamasına göre YDÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($F=3,031$; $p<0,05$). KSÖ, KBBE ve DÇ alt faktörleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmezken ($p>0,05$); İBB alt faktörü arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ($F=3,300$; $p<0,05$). Anlamlı farklılıkların; 2,51-3,00 arasında akademik not ortalamasına sahip olan öğrencilerin YDÖ'de daha yüksek, İBB alt faktöründe ise daha düşük olmasından kaynaklandığı görülmektedir.

Tablo 4'te refah düzeylerine göre YDÖ ve KSÖ alt faktörleri arasında anlamlı farklılık olup ol-

TABLO 2: Cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları.

Ölçekler		n	\bar{X}	SS	Sd	t değeri	p değeri
YDÖ	Erkek	91	13,40	4,26	219	-1,371	0,172
	Kadın	130	14,23	4,49			
KSÖ	Erkek	91	45,17	14,40	219	1,216	0,225
	Kadın	130	42,63	15,85			
KBBE	Erkek	91	21,43	8,15	219	1,267	0,207
	Kadın	130	19,97	8,64			
DÇ	Erkek	91	8,08	3,61	219	2,301	0,022*
	Kadın	130	6,98	3,43			
İBB	Erkek	91	15,64	5,38	219	-0,037	0,971
	Kadın	130	15,67	5,89			

SS: Standart sapma; Sd: Serbestlik derecesi; YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği; KSÖ: Kariyer Stresi Ölçeği; KBBE: Kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği; DÇ: Dışsal çatışma; İBB: İş bulma baskısı. * $p<0,05$

TABLO 3: Akademik not ortalamasına göre varyans analizi sonuçları.

Ölçekler	n	\bar{X}	SS	F	p değeri	Fark	
YDÖ	2,50 ve altı (a)	12	14,91	5,59	3,031	0,030*	b>c
	2,51-3,00 (b)	36	15,41	4,76			
	3,01-3,50 (c)	84	12,95	4,10			
	3,51 ve üstü (d)	89	14,02	4,22			
KSÖ	2,50 ve altı	12	46,16	16,54	1,903	0,130	
	2,51-3,00	36	38,25	18,59			
	3,01-3,50	84	44,27	13,59			
	3,51 ve üstü	89	44,98	14,94			
KBBE	2,50 ve altı	12	22,75	8,59	1,285	0,281	
	2,51-3,00	36	18,30	9,69			
	3,01-3,50	84	20,60	7,45			
	3,51 ve üstü	89	21,17	8,76			
DÇ	2,50 ve altı	12	6,83	3,24	0,453	0,715	
	2,51-3,00	36	6,94	3,90			
	3,01-3,50	84	7,63	3,54			
	3,51 ve üstü	89	7,43	3,54			
İBB	2,50 ve altı (a)	12	16,58	6,48	3,300	0,021*	b<c
	2,51-3,00 (b)	36	13,00	5,96			
	3,01-3,50 (c)	84	16,03	5,63			
	3,51 ve üstü (d)	89	16,26	5,27			

SS: Standart sapma; YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği; KSÖ: Kariyer Stresi Ölçeği; KBBE: Kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği; DÇ: Dışsal çatışma; İBB: İş bulma baskısı. *p<0,05

TABLO 4: Refah düzeyine göre varyans analizi sonuçları.

Ölçekler	n	\bar{X}	SS	F	p değeri	Fark	
YDÖ	Düşük (a)	26	10,11	4,25	22,009	0,000*	a<b<c
	Orta (b)	176	13,98	3,99			
	Yüksek (c)	19	18,15	4,15			
KSÖ	Düşük (a)	26	51,07	16,80	3,650	0,028*	a>b
	Orta (b)	176	42,52	14,74			
	Yüksek (c)	19	44,31	16,03			
KBBE	Düşük	26	23,42	10,07	2,108	0,124	
	Orta	176	20,01	8,02			
	Yüksek	19	21,89	9,57			
DÇ	Düşük	26	8,80	4,05	2,226	0,110	
	Orta	176	7,26	3,49			
	Yüksek	19	7,21	2,95			
İBB	Düşük (a)	26	18,84	5,53	4,776	0,009*	a>b
	Orta (b)	176	15,24	5,59			
	Yüksek (c)	19	15,21	5,62			

SS: Standart sapma; YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği; KSÖ: Kariyer Stresi Ölçeği; KBBE: Kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği; DÇ: Dışsal çatışma; İBB: İş bulma baskısı. *p<0,05

madığını belirlemek üzere yapılan ANOVA testi sonuçları yer almaktadır. Analiz bulgularında; refah düzeyine göre YDÖ arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (F=22,009; p<0,05). KBBE ve DÇ alt faktörleri arasında ise istatistiksel

olarak anlamlı farklılık saptanmazken (p>0,05); KSÖ ve İBB arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Anlamlı farklılıkların refah düzeyi düşük olan öğrencilerden kaynaklandığı belirlenmiştir.

TABLO 5: YDÖ ile KSÖ alt faktörlerine ilişkin korelasyon sonuçları.

		KSÖ	KBBE	DÇ	İBB
YDÖ	r değeri	-0,380**	-0,319**	-0,281**	-0,372**
	p değeri	0,000	0,000	0,000	0,000
	n	221	221	221	221

**p<0,01; YDÖ: Yaşam Doymu Ölçeği; KSÖ: Kariyer Stresi Ölçeği; KBBE: Kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği; DÇ: Dışsal çatışma; İBB: İş bulma baskısı.

TABLO 6: Yaşam doymu ile kariyer stresi regresyon analizi sonuçları.

	B	Standart hata	β	p değeri
Sabit	18,676	0,834		0,000*
Kariyer stresi	-0,110	0,018	-0,380	0,000*

Bağımlı değişken: Yaşam doymu. *p<0,05

Tablo 5'te YDÖ ile KSÖ alt faktörleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmış olan korelasyon analizi bulguları yer almaktadır. Bu bulgulara göre tüm faktörler arasında negatif yönde ve zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (p<0,01).

Tablo 6'da kariyer stresinin yaşam doymu üzerindeki etkisini saptamak amacıyla yapılmış olan regresyon analizi bulguları yer almaktadır. Regresyon analizini göre kariyer stresinin yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır (R=0,380; R²=0,144; F=36,923; p<0,05). Buna göre yaşam doyumundaki değişimin %14'ünün kariyer stresinden ileri geldiği ifade edilebilir. Regresyon denklemindeki yordayıcı değişken katsayısının (B=-0,110) anlamlılık testi de kariyer stresinin anlamlı bir yordayıcı olduğuna işaret etmektedir (t=-6,076; p<0,05).

TARTIŞMA

Bu araştırmayla spor bilimlerinde eğitim gören öğrencilerin kariyer stresinin yaşam doymuları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olup olmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bir başka amaç ise yaşam doymu ile kariyer stresi arasındaki ilişkiyi tespit etmek olup, öğrencilerin demografik değişkenlerine göre yaşam doymu ve kariyer stresi arasındaki farklılıkları belirlemektir. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin cinsiyetleri ve yaşam doymuları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır. Konuya ilişkin daha önce yapılmış çalışmalarda da cinsiyet ile yaşam doymu

arasında farklılık tespit edilmemiştir.¹⁸⁻²⁰ Benzer çalışmalarda da anlamlı farklılığın belirlenmediği görülmüştür.^{4,21} Bu nedenle araştırmamızın bulguları ile yapılan çalışmaların bulguları paralellik göstermiştir. Yaşam doymu tek bir alanla ilgili olmadığı bilinmektedir. Kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin farklı beklenti, arzu ve istekleri olabilmektedir. Dolayısıyla öğrencilerin bu farklı beklenti ve talepleri yaşam doyumunun cinsiyet açısından farklılaşmamasının nedeni olarak ifade edilebilir.

Öğrencilerin akademik not ortalamalarına göre yaşam doymuları arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Anlamlı farklılığın 2,51-3,00-3,01-3,50 arasında akademik not ortalamasına sahip olan öğrenciler arasında olduğu tespit edilmiş olup, 2,51-3,00 arasında akademik not ortalamasına sahip olan öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Yapılan araştırmalarda akademik not ortalaması arttıkça öğrencilerin yaşam doyumlarının da arttığı görülmüştür.^{18,22} Tuzgöl Dost, üniversite öğrencilerinin akademik başarılarının düşük olmasının mezun olamama ve eğitim olanağını kaybetme korkusuna neden olup, bu durumda yaşam doyumuna etki edebileceğini belirtmiştir.²² Bu araştırmada ise akademik başarıları düşük olan grubun daha yüksek yaşam doymu elde ettiği bulunmuştur. Akademik başarıları yüksek olan öğrencilerin eğitimleri süresince daha fazla çalışmaları, onların birçok sosyal faaliyetten uzaklaştırıp, stres, yalnızlık ve motivasyon düşüklüğü yaşamalarına neden olabilir. Yaşanan bu gibi durumlarında yaşam doyumuna olumsuz etki ettiği düşünülebilir.

Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin algıladıkları refah düzeyine göre yaşam doymuları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Algıladıkları refah düzeyi "yüksek" olan öğrencilerin "orta" ve "düşük" olan öğrencilere göre yaşam doyumunun daha fazla olduğu belirlenmiştir. Spor bilimleri ve farklı fakülte

öğrencileri ile yapılan araştırmalarda da gelir düzeyi yüksek olanların yaşam doyumları daha yüksek olduğu sonuçlarına varılmıştır.¹⁸⁻²⁰ Refahın yaşam doyumu için son derece önemli bir etken olduğu düşünüldüğünde ortaya çıkan bulguların beklenen sonuçlar olduğu söylenebilir. Fakat Turgut tarafından yapılan araştırmada, gelirin yaşam doyumu üzerinde bir etkisi tespit edilmemiştir.²³ Turgut, yapılan araştırmalarda ortaya çıkan sonuçlardaki farklılığın öğrencilerin yaşamdan beklentilerinin, isteklerinin ve taleplerinin farklılaşmasından dolayı olabileceğini ifade etmiştir.²³ Bu farklılığın nedeninin araştırmanın yapıldığı yer ve araştırma grubunun gelir durumundan da kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Öğrencilerin eğitim gördükleri bölüm, sınıf ve yaş gibi değişkenleriyle yaşam doyumları arasında farklılık saptanmamıştır. Kalfa tarafından spor bilimleri fakültesi öğrencileri ile yapılan çalışmada, öğrencilerin sınıf düzeylerine; Turgut tarafından yapılan çalışmada ise yaş gruplarına göre yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.^{23,24} Fakat spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sınıf düzeylerinin yaşam doyumu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu çalışmalara rastlanılmıştır.^{19,20} Bu araştırma bulguları ile yapılan araştırmaların bulgularındaki sonuçlarda farklılıklar görülebilmektedir. Çalışmalarda ortaya çıkan farklı sonuçların birçok nedenden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Araştırmaların yapıldığı yıllar, araştırma gruplarını oluşturan öğrencilerin sosyoekonomik durumları ve farklı bölgelerde yaşamlarını sürdürmesi gibi nedenler sayılabilir.

Spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin cinsiyet ve kariyer stresleri arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır. Fakat alt boyutlar incelendiğinde DÇ alt boyutunda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha yüksek stres yaşadıkları tespit edilmiştir. Guoying çalışmasında, Çin’de kadın bireylerin erkek bireylere göre iş bulma ve kariyer yapma olasılığının daha düşük olduğunu belirtmiştir.²⁵ Araştırma bulgusuyla yapılan araştırmanın bulguları paralellik göstermemiştir. Fakat literatür incelendiğinde; yapılan araştırmalarda gerek alt boyutlarda gerek cinsiyetler arasında farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmüştür.^{8,13,26-28} Günümüz koşullarında ekonomik dalgalanmalar, istihdam sorunları ve öğ-

rencilerin aileleri ile beklentilerinin uyuşmaması nedeniyle yaşanan çatışmalar çeşitli sorunları ortaya çıkarabilir. Araştırmalarda ortaya çıkan farklı sonuçların da bu nedenlerden kaynaklandığı düşünülebilir.

Öğrencilerin akademik not ortalamalarına göre kariyer stresleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken, İBB alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiştir. Akademik not ortalaması yüksek olan öğrencilerde ise İBB’nin daha yüksek yaşandığı sonucuna varılmıştır. Bu araştırma ile bazı araştırma bulgularının paralel olmadığı belirlenmiştir.^{13,29} Fakat Gündoğdu tarafından yapılan araştırmada, akademik başarı ile kariyer stresi arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki tespit edilmiş olup, kariyer stresinin akademik başarının önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna varılmıştır.³⁰ Gündoğdu tarafından yapılan çalışmanın sonuçları bu araştırmanın sonuçlarını desteklemiştir.³⁰ Bu sonuçlarla başarılı öğrencilerin mezun olduktan sonra beklentilerinin arttığı, özellikle harcadıkları emeklerin karşılığını alıp almama endişesi yaşayarak bu durumun İBB yarattığı söylenebilir.

Öğrencilerin refah düzeylerine göre kariyer stresi arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Alt boyutlarda ise anlamlı farklılığın İBB alt boyutunda olduğu saptanmıştır. Refah düzeyi düşük olan öğrencilerin daha yüksek kariyer stresi yaşadıkları belirlenmiştir. Araştırmada ortaya çıkan bulguları destekleyen çalışmalarında mevcut olduğu görülmüştür.¹³

Spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin yaş gruplarına göre kariyer stresi İBB alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiştir. Anlamlı farklılığın ortaya çıktığı alt boyutta 17-21 yaş grubundaki öğrencilerde daha yüksek İBB yaşandığı saptanmıştır. Literatürde bu araştırma bulgularını destekleyen çalışmalarda mevcuttur.^{26,31} Bu bulgularda yaş olarak küçük öğrencilerin kariyer stresini daha fazla yaşadığı söylenebilir. Bu öğrencilerin eğitimlerine yeni başlamaları, eğitim gördükleri bölümler ile ilgili bilgi yetersizliği ve istihdam durumları gibi nedenlerden dolayı daha yüksek kariyer stresi yaşadıkları düşünülmektedir.

Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin bölümlerine göre kariyer stresi arasında anlamlı farklılık bu-

lunmamıştır. Özellikle spor bilimleri fakültesinde farklı bölümlerde eğitim gören öğrencilerin sporun içerisinde diğer alanlarda da kariyer yaptıkları düşünüldüğünde sonuçların beklenildiği gibi olduğu söylenebilir. Fakat literatürde araştırma bulgularını desteklemeyen çalışmalara da rastlanılmıştır.^{8,32} Öğrencilerin sınıf düzeyleri değişkenine göre ise kariyer stresi DÇ alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiş olup, 2. sınıf öğrencilerinin daha yüksek DÇ yaşadıkları belirlenmiştir. Yapılan araştırmalar ise bu araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir.^{8,26,31}

Spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin yaşam doyumları ile kariyer stresi ve alt boyutları arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrencilerin kariyer stresleri arttıkça yaşam doyumlarının düştüğünü ifade etmektedir. Öğrencilerde kariyer stresinin yaşam doyumunu yordayıp yordamadığına ilişkin yapılan regresyon analizi sonucunda kariyer stresinin yaşam doyumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde araştırmacılar tarafından algılanan stres ve yaşam doyumları arasındaki negatif yönlü ilişki ortaya konulmuştur.³³ Buna karşılık kariyer stresi ve yaşam doyumları ile ilgili çalışmalar incelendiğinde; Bullock-Yowell ve ark. tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin kariyer ve yaşam streslerindeki artışın olumsuz kariyer düşüncesindeki bir artışla ilişkili olduğu, bu tür düşüncedeki artışında kariyer seçiminde memnuniyet ve daha düşük kararsızlık düzeyi ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir.³⁴ You ve Yoo tarafından yapılan araştırmada da kariyer stresinin kadınlarda depresyon ve yaşam doyumları arasındaki ilişkiye önemli ölçüde aracılık ettiği saptanmıştır.³⁵ Bu bulgular ile araştırma bulgularının paralellik gösterdiği söylenebilir.

SONUÇ

Araştırma sonucunda; spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin kariyer streslerinin yaşam doyumları üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu ve kariyer stresleri arttıkça yaşam doyumlarının azaldığı sonucuna varılmıştır. Yaşam doyumları ve kariyer stresi bireylerin hayatlarında var olan ve sağlıklı bir yaşamın sürdürülmesinde öne çıkan kavramlardır. Dolayısıyla kariyer stresinin yaşam doyumunu etkilemesi bekle-

nen bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Kariyer stresi sadece spor bilimleri fakültesinde eğitim gören öğrenciler için değil, tüm öğrencilerin karşı karşıya kaldığı bir süreçtir. Öğrencilerin kariyerlerini doğru planlaması ve yönlendirmesi iş hayatlarında istenilen ve beklenen konumlara gelinebilmesi açısından önem arz etmektedir. Bu noktada özellikle bireylerin çoğunluğunun gelecekte yapmak istedikleri meslekler adına başladıkları lisans eğitimlerinde bu planlamayı tam olarak gerçekleştiremedikleri görülen bir gerçektir. Kariyerini planlayamayan öğrencilerinde kariyer stresi yaşamaları kaçınılmazdır.

ÖNERİLER

Araştırma sonuçları kariyer stresi yaşayan öğrencilerin yaşamdan daha az doyum sağladığını göstermiştir. Dolayısıyla üniversite öğrencilerinin daha az kariyer stresi yaşamaları için çalışmalar yürütülmelidir. Bu çalışmalar doğru kariyer planlama ve yönlendirmeden geçmektedir. Spor bilimleri alanında eğitim gören öğrencilerin, her geçen gün daha da büyüyen spor endüstrisinde kariyer yapmaları için büyük bir fırsat söz konusudur. Çeşitli kollara ayrılan bu endüstri içerisinde kariyer yapma fırsatı bulunan bu öğrencilerin streslerini azaltmak adına kariyer danışmanlığı ve kariyer yönlendirme gibi seminerler ile onların bu konuda bilinçlendirilmesi sağlanarak kariyer stresleri azaltılmalıdır. Modüler eğitimler düzenlenerek spor sektöründeki güncel gelişmeler tartışılmalı; meslek seçimi ve kariyer gelişimlerinde farkındalık sağlayacak bilgilendirmeler yapılmalıdır. Üniversiteler müfredatlarına kariyer planlama ile ilişkili dersler konularak öğrencilerin günümüz ekonomik koşullarına ve eğilimlerine uyum sağlayabilmeleri, kariyer planı yapabilmeleri ya da planlarını gerçekleştirebilmeleri için ihtiyaç duyacakları nitelikleri kazanabilmeleri sağlanmalıdır. Öğrencilerin eğitimi devam ederken kariyerlerini planlamada verilecek bu gibi destekler onların streslerini azaltmalarına ve daha yüksek yaşam doyumları sağlamalarına neden olacaktır.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğru- dan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma

ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Cemal Güler; **Tasarım:** Anıl Siyahtaş; **Denetleme/Danışmanlık:** Veli Ozan Çakır; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Anıl Siyahtaş, Cemal Güler; **Analiz ve/veya Yorum:** Anıl Siyahtaş; **Kaynak Taraması:** Cemal Güler; **Makalenin Yazımı:** Anıl Siyahtaş, Cemal Güler, Veli Ozan Çakır; **Eleştirel İnceleme:** Veli Ozan Çakır; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Veli Ozan Çakır.

KAYNAKLAR

1. Vara Ş. Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumunu ve genel yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İzmir: Ege Üniversitesi; 1999. Erişim tarihi: 15.05.2022. [Link]
2. Appleton S, Song L. Life satisfaction in urban China: components and determinants. World Development. 2008(36)11:2325-40. [Crossref]
3. Dağlı A, Baysal N. Yaşam Doyum Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Adaptation of the satisfaction with life scale into Turkish: the study of validity and reliability]. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi. 2016;15(59):1250-62. [Crossref]
4. Tunç AÇ. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumunu ile mutluluk korkusu düzeylerindeki ilişkinin incelenmesi [The investigation of the relationship between life satisfaction and fear of happiness of faculty of sport sciences students]. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi. 2020;5(1):57-68. [Crossref]
5. Basmacı G, Tektaş N, Tektaş M. Kariyer geleceği beklentisi ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin analizi [Analysis of the relationship between expectation of career future and life satisfaction]. Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Kongresi. 2019:256-63. [Link]
6. Arslan D, Sart G. Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu ve kariyer seçiminin demografik değişkenler açısından değerlendirilmesi [Evaluation of life satisfaction and career choice of university students in terms of demographic variables]. 12th SCF International Conference on "Contemporary Issues in Social Sciences". 2021:252-70. [Link]
7. Günay A, Çelik R. Kariyer stresinin psikolojik iyi oluş ve iyimserlik değişkenleriyle yordanması [Predicting the career stress with psychological health and goodwised variables: examples of public relations and publicity students]. Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2019;2(33):205-18. [Link]
8. Bozyiğit E, Gökbaraz N. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde kariyer stresinin belirleyicileri [Career stress determinants of the students in faculty of sports sciences]. Journal of Computer and Education Research. 2020;8(15):181-200. [Crossref]
9. Doğan B, Eser M. Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO örneği [University students' methods to cope with stress: Nazilli vocational college]. Electronic Journal of Vocational Colleges. 2013;3(4):29-39. [Link]
10. Duru H, Gültekin F. Eğitim fakültesi öğrencilerinin kariyer stresleri, kariyer uyum yetenekleri ve mentörlük arasındaki ilişkinin incelenmesi [Analysing the relationship between career stress, career adaptability and mentorship of education faculty students]. Kastamonu Eğitim Dergisi. 2020;28(1):328-37. [Crossref]
11. Derelioğlu, S. Z kuşağının kariyer beklentileri ile yaşam doyumunu ilişkisinin farklı değişkenler açısından analizi [examination of the relationship between career expectations and life satisfaction of the gen z in accordance with different variables]. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2022;53:301-14. [Crossref]
12. Yavuz Eroğlu S. Career planning levels: a study on students of physical education and sports school. International Journal of Education Technology and Scientific Researches. 2020;5(11):596-630. [Crossref]
13. Üzümlü B, Uçkun S, Uçkun G. Üniversite öğrencilerinin yaşadığı bir fenomen: kariyer stresi [A fenomen in the university students: career stress]. Journal of Social and Humanities Sciences Research. 2018;5(24):1641-51. [Crossref]
14. Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The Satisfaction With Life Scale. J Pers Assess. 1985;49(1):71-5. [Crossref] [PubMed]
15. Choi BY, Park H, Nam SK, Lee J, Cho D, Lee SM. The development and initial psychometric evaluation of the Korean Career Stress Inventory for college students. The Career Development Quarterly. 2011;59(6):559-72. [Crossref]
16. Özden K, Sertel-Berk Ö. Kariyer Stresi Ölçeği'nin (KSÖ) Türkçe'ye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin sınanması [Reliability and validity study of Turkish Version of the Korean Career Stress Inventory (KCSI)]. Psikoloji Çalışmaları. 2017;37(1):35-51. [Link]
17. Tabachnick BG, Fidell LS. Using Multivariate Statistics. 6th ed. United States: Pearson Education; 2013.
18. Onur MA. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılığı ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Uşak: Uşak Üniversitesi; 2019. Erişim tarihi: 15.05.2022 [Link]
19. Çolak H, Ünal H. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde yaşam doyumunu ve umutsuzluğun madde kullanma eğilimine etkisinin araştırılması [Investigation of the effects of life satisfaction and hopelessness on substance abuse tendency in sports science faculty students]. İBAD Sosyal Bilimler Dergisi. 2020;(7):344-57. [Crossref]
20. Berktaş S. İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. Malatya: İnönü Üniversitesi; 2019. Erişim tarihi: 17.05.2022 [Link]
21. Chan G, Miller PW, Tcha M. Happiness in university education. International Review of Economics Education. 2005;4(1):20-45. [Crossref]
22. Tuzgöl Dost M. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi [Examining life satisfaction levels of university students in terms of some variables]. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2007;2(22):132-43. [Link]
23. Turgut M. Sportive university students and life satisfaction. Cypriot Journal of Educational Science. 2021;16(1):423-35. [Crossref]
24. Kalfa S. Spor bilimleri ve eğitim fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumunu ve serbest zaman doyumunun incelenmesi (uşak Üniversitesi örneği) [Yüksek lisans tezi]. Muğla: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi; 2017. Erişim tarihi: 01.06.2022 [Link]
25. Guoying W. Gender comparison of employment and career development in China. Asian Women. 2011;27(1):95-113. [Link]

26. Yasar OM, Turgut M. Sport science college students and career stress. *Cypriot Journal of Educational Science*. 2019;14(4):580-9. [[Crossref](#)]
27. Esen D. Kariyer stresi ile öz yeterlilik inancı ilişkisinin demografik değişkenlerin farklılaştırıcı rolü bağlamında incelenmesi: İzmir meslek yüksekokulu iktisadi ve idari programlar örneği [Investigation of relationship between career stress and self-efficacy in the context of demographic variables differential role: the example of economic and administrative programs in İzmir vocational high school]. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. 2019;2(2):217-32. [[Link](#)]
28. Kan Sönmez N. Investigation of career stress of tourist guide candidates. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2021;24(45):599-622. [[Crossref](#)]
29. Petroff LL. Stress, adult attachment, and academic success among community college students. [phD thesis]. Lincoln: university of Nebraska; 2008. Erişim tarihi: 23.05.2022 [[Link](#)]
30. Gündoğdu Y. Üniversite öğrencilerinin algılanan kariyer engelleri, kariyer stresi ve kariyer farkındalığı ile akademik başarıları arasındaki ilişkiler [Yüksek lisans tezi]. Ankara: Ufuk Üniversitesi; 2021. Erişim tarihi: 23.05.2022 [[Link](#)]
31. Yılmaz A. Öğretmen adaylarının kariyer streslerinin karma araştırma yaklaşımı ile incelenmesi [Investigation with mixed research approach of career stresses of teacher candidates]. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*. 2019;2(1):93-105. [[Link](#)]
32. Yu Eun-Yeong, Yang Yu-Jeong. A study on the difference among college students' department satisfaction and career maturity and the influence on career stress. *Journal of Digital Convergence*. 2013;11(12):557-68. [[Crossref](#)]
33. Lee J, Kim E, Wachholtz A. The effect of perceived stress on life satisfaction: the mediating effect of self-efficacy. *Chongsonyonhak Yoncu*. 2016;23(10):29-47. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
34. Bullock-Yowell E, Peterson GW, Reardon RC, Leierer SJ, Reed CA. Relationships among career and life stress, negative career thoughts, and career decision state: a cognitive information processing perspective. *The Career Development Quarterly*. 2011;59(4):302-14. [[Crossref](#)]
35. You S, Yoo J. Relations among socially prescribed perfectionism, career stress, mental health, and mindfulness in Korean College Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(22):12248. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]