



T.C.

**KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KARIYER ENGELLERİ VE
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİ**

YASİN TİMUR

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN

Dr. Öğr. Üyesi Süleyman BALCI

KIRIKKALE - 2022



T.C.

**KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KARIYER ENGELLERİ VE
PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİ**

YASİN TİMUR

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN

Dr. Öğr. Üyesi Süleyman BALCI

KIRIKKALE - 2022

KABUL VE ONAY SAYFASI

Dr. Öğretim Üyesi Süleyman BALCI danışmanlığında Yasin TİMUR tarafından hazırlanan “*Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki*” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

28/06/2022

Prof. Dr. Nuray TAŞTAN AKDEMİR

(Başkan)

Dr. Öğr. Üyesi Süleyman BALCI

(Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Zehni KOÇ

(Jüri Üyesi)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

..... / / 2022

Doç. Dr. Abdussamed YEŞİLDAĞ

Enstitü Müdürü

ETİK BEYANI

Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

27/07/2022

Yasin TİMUR

.....

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KARIYER ENGELLERİ VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Kırıkkale Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Süleyman BALCI

Temmuz 2022, 110 sayfa

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu 2020-2021 öğretim yılında üniversite eğitimine devam eden 288 kadın ve 173 erkek olmak üzere toplam 461 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında “Kişisel Bilgi Formu”, “Kariyer Engelleri Ölçeği” ve “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışma sonucunda kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan kendilik algısı, gelecek algısı, yapısal stil ve sosyal kaynaklar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken aile uyumu faktörüyle arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Psikolojik dayanıklılık ve kariyer engelleri ölçeğinin alt faktörlerinden olan tutumsal engeller, etkileşimsel engeller ve eğitsel engeller arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri sınıf düzeyi ve cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma göstermemiştir. Sonuçlar, ilgili literatür çerçevesinde tartışılmış ve değerlendirilmiştir. Son olarak, çalışmanın bulgularından yola çıkarak araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Kariyer, kariyer engelleri, psikolojik dayanıklılık, risk faktörü, koruyucu faktör.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN CAREER BARRIERS AND RESILIENCE OF UNIVERSITY STUDENTS

Kırıkkale University

Social Sciences Institute

Psychological Counseling and Guidance Department, Master's Thesis

Supervisor: Assistant Prof. Dr. Süleyman BALCI

July 2022, 110 pages

In this study, the relationship between career barriers and resilience levels of university students was examined. Relational survey model was used in the study. The working group consists of a total of 461 volunteer participants, 288 women and 173 men, who continued their university education in 2020-2021 academic year. "Personal Information Form", "Career Barriers Scale" and "Adult Resilience Scale" were used to collect data. As a result of the study, significantly positive relationship was found between career barriers and resilience. While there was significantly positive relationship between career barriers and sub-factors of the psychological resilience scale, such as self-perception, future perception, structural style and social resources, significantly negative relationship was found between family adjustment factor. A positive and significant relationship was found between attitudinal barriers, interactional barriers and educational barriers, which are sub-factors of the resilience and career barriers scale. In addition, the career barriers and psychological resilience levels of university students did not show a significant difference according to grade level and gender. The results were discussed and evaluated within the framework of the relevant literature. Finally, based on the findings of the study, suggestions were made for researchers and practitioners.

Keywords: Career, career barriers, resilience, risk factor, protective factor.

TEŞEKKÜR

Eğitim hayatım boyunca maddi ve manevi her türlü desteği sağlayan canım annem Sibel TİMUR ve canım babam Mustafa TİMUR başta olmak üzere sevgili kardeşlerim Furkan TİMUR, Büşra TİMUR ve Sema TİMUR'a teşekkür ederim.

Biricik eşim Meryem Hale'ye ve manevi desteklerini esirgemeyen ikinci ailem Hatice BARAN ve Hamdi BARAN'a teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca bilgi ve tecrübesiyle yolumu aydınlatıp bu çalışmanın ortaya çıkmasında emeği çok olan değerli hocam ve tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Süleyman BALCI'ya saygı ve teşekkürlerimi sunuyorum.

Yüzümü güldürüp hayatıma renk katan isimlerini buraya yazmakla sığdıramayacağım akrabalarım, okul arkadaşlarım ve iş arkadaşlarıma saygı ve sevgilerimi sunarım.



İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI	iv
ETİK BEYANI	v
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
SİMGELER DİZİNİ	x
KISALTMALAR DİZİNİ	xi
1. GİRİŞ	2
1.1. Problem Durumu.....	3
1.2. Amaç	7
1.3. Araştırmanın Önemi	8
1.4. Varsayımlar	10
1.5. Sınırlılıklar	10
1.6. Tanımlar	11
2. KURAMSAL ÇERÇEVE.....	12
2.1. Kariyer Engelleri	12
2.1.1. Kariyer	13
2.1.2. Kariyer Kuramları.....	14
2.1.3. Kariyer Engelleri.....	18
2.1.4. Kariyer Engelleri ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	20
2.1.5. Kariyer Engelleri ile İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar	23
2.2. Psikolojik Dayanıklılık.....	26
2.2.1. Psikolojik Dayanıklılık	28
2.2.2. Psikolojik Dayanıklı Birey Özellikleri.....	36
2.2.3. Psikolojik Dayanıklılıkla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	37
2.2.4. Psikolojik Dayanıklılıkla İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar	39
3. YÖNTEM	43
3.1. Araştırmanın Modeli.....	43
3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu	43

3.3.	Veri Toplama Araçları.....	44
3.3.1.	Kişisel Bilgi Formu (EK-1).....	44
3.3.2.	Kariyer Engelleri Ölçeği (KEÖ) (EK-2)	45
3.3.3.	Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YPDÖ) (EK-3)....	45
3.3.4.	Veri Toplama Araçlarının Güvenirlik Çalışması	46
3.4.	İşlem.....	47
3.5.	Verilerin Analizi	48
4.	BULGULAR.....	49
4.1.	Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular	49
4.2.	Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engellerinin Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular	49
4.3.	Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular	50
4.4.	Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Sınıf Düzeyine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular	51
4.5.	Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engellerinin Sınıf Düzeyine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular	52
4.6.	Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular	53
4.7.	Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ile Kariyer Engellerinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular.....	54
5.	TARTIŞMA.....	55
5.1.	Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanlara Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	55
5.2.	Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Alt Boyutlarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	57
5.3.	Üniversite Öğrencilerinin Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Kariyer Engelleri Ölçeği'nin Alt Boyutlarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	60
5.4.	Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	63
5.5.	Üniversite Öğrencilerinin Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	64

5.6. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	65
5.7. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	66
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	67
6.1. Sonuçlar.....	67
6.2. Öneriler	68
6.2.1. Sonuçlara İlişkin Öneriler.....	68
6.2.2. Araştırma Önerileri	69
KAYNAKLAR	72
EKLER.....	92
ÖZGEÇMİŞ.....	97

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1 Psikolojik Dayanıklılık Araştırmalarında Ele Alınan Risk Faktörleri	32
Tablo 2 Psikolojik Sağlamlık Araştırmalarında Ele Alınan Koruyucu Faktörler	34
Tablo 3 Çalışma Grubunun Cinsiyet ve Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı	44
Tablo 4 Kariyer Engelleri Ölçeğinin Güvenirlik Analizi	46
Tablo 5 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin Güvenirlik Analizi	47
Tablo 6 Ölçeklerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	48
Tablo 7 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Kariyer Engelleri Ölçeği arasındaki korelasyonları, ortalamaları ve standart sapmaları	49
Tablo 8 Cinsiyete Göre KEÖ Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Testi Sonucu	50
Tablo 9 Cinsiyete Göre YPDÖ Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Testi Sonucu	50
Tablo 10 Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarının Sınıf Düzeyine Göre Kişi Sayıları, Ortalama ve Standart Sapma Puanları ve Kruskal Wallis testi sonucu	51
Tablo 11 Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engellerinin Sınıf Düzeyine Göre Kişi Sayıları, Ortalama ve Standart Sapma Puanları	52
Tablo 12 Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Kariyer Engelleri Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	52
Tablo 13 Kariyer Engelleri Ölçeği ile Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve alt boyutlarının puanları arasındaki korelasyonları, ortalamaları ve standart sapmaları	53
Tablo 14 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Kariyer Engelleri Ölçeği ve alt boyutlarının puanları arasındaki korelasyonları, ortalamaları ve standart sapmaları	54

SİMGELER DİZİNİ

Bu bölümde çalışma içerisinde bulunan simgelerin ve kısaltmaların açıklamalarına yer verilmiştir.

Simgeler	Açıklamalar
%	Yüzde
f	Frekans
F	Varyans
N	Kişi Sayısı
p	Anlamlılık
r	Korelasyon Katsayısı
R	Çoklu Korelasyon Katsayısı
Sd	Serbestlik Derecesi
Ss	Standart Sapma
t	Bağımsız Değişken
X	Ortalama

KISALTMALAR DİZİNİ

Kısaltmalar	Açıklamalar
Akt.	Aktaran
ANOVA	Analysis of Variance; Varyans Analizi
Çev.	Çevirmen
Ed.	Editör
SPSS	Statistical Package For The Social Sciences; Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı
KEÖ	Kariyer Engelleri Ölçeği
YPDÖ	Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

1. GİRİŞ

Geçmişten günümüze insanlar birçok alanda gelişim göstermiştir. Bu alanlardan biriside tarım ve hayvancılıkla başlayan çeşitli keşif ve üretim evreleriyle gelişen ve genişleyen iş alanları ve mesleklerdir (Kirazcı, 2019). Günümüzde kapsamı çok fazla artan meslek seçimi, çocukluktan itibaren verilmeye başlanan kararların (Özkan, 2019) ve genç bireyin yaşamının belli bir döneminde karşısına çıkan karmaşık süreci ifade etmektedir (Kuzgun, 1986). Bu meslek seçim sürecinde verilecek karar insanların gelecekteki yaşam tarzını etkilemektedir (Kuzgun, 2011; Sürücü, 2011). Çünkü bir kişinin seçtiği meslek; birlikte olduğu kişilerden, yaşam standartlarına, tatil süresine (Niles ve Harris – Bowlsbey, 2013), oturduğu çevreye, sosyal ilişkilerine, ilgilerine ve yeteneklerine kadar birçok konu hakkında az çok bilgi vermekte ve bireyin yaşam biçimini etkilemektedir (Ülkü, 1974).

Yetişkinlik dönemi içerisinde yer alan üniversite yıllarında insan yaşamında önemli değişimler meydana gelmektedir. Bu değişimler bireylerin hayatına güzellikler katmakla birlikte bazı zorlukları da beraberinde getirmektedir (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014). Bu dönemde bireyin yaşantısını etkileyecek önemli değişimlerden biriside çalışma yaşamının temellerinden olan kariyer kavramı ve kariyerle ortaya çıkan süreçtir (Akoğlan-Kozak ve Dalkıranoglu, 2013; İnandı, Tunç ve Uslu, 2013). Birey kariyer sürecini düzgün ve kendisine uygun şekilde planlar ve karşısına çıkan zorlukları aşarak hedefine ulaşırsa başarılı bir kariyer gelişimi gösterdiği düşünülebilir.

Çalışma yaşamına ve mesleğe hazırlanılan bireyler kariyer gelişim sürecinde pek çok sorunla karşılaşmaktadır. Karşılaşılan sorunlarla baş etme, sorun karşısında dirençli olma, çözüm yolları üretebilme gibi psikolojik sağlığı koruyucu faktörlerin farkında olmak ve bu faktörlerin doğru kullanılması gerekmektedir (Taşgın, Bozgeyikli ve Boğazlıyan, 2017). Bu noktada çok geniş bir çalışma alanı olan (psikoloji, sosyoloji, psikiyatri, mühendislik, tıp, biyoloji ve sinir bilimi gibi çeşitli disiplinlerde) psikolojik dayanıklılık kavramı ön plana çıkmaktadır (Herman ve ark., 2011; Ramirez, 2007). Psikolojik dayanıklılığı geliştirerek bu dönemde karşılaşılan zorluklar ve destekler arasında bir denge sağlanmalı ve sağlıklı gelişim için en uygun olan yolun tercih edilmesi için çaba sarf edilmelidir (Kaba ve Keklik, 2016).

Psikolojik dayanıklılık 1970’li yıllarda pozitif psikoloji yaklaşımının da etkisiyle patoloji odaklı psikolojik bakış açısı kırılmaya başlamış ve daha çok insanların pozitif yönlerine odaklanan sorunlu kısımlardan çok güçlü yönlerine ağırlık veren çalışmalar yapılmaya başlanmıştır (Aşçıoğlu-Önal ve Yeşilyaprak, 2020; Kararımak, 2006). Bu yıllarda ortaya çıkan kavramlardan biriside psikolojik dayanıklılık kavramıdır (Bonanno ve Mancini, 2008). Başlarda bir kişilik özelliği olduğu ve doğuştan geldiği düşünülmüştür (Kavi ve Karakale, 2018). Fakat yapılan çalışmaların artmasıyla öğrenilebilir ve geliştirilebilir bir süreç olduğu ortaya çıkarılmıştır (Terzi, 2008). Nispeten yeni olan bu kavram teorik olarak güçlendirilmeli ve yapılacak çalışmalarla önemi daha da ön plana çıkarılmalıdır (Ramirez, 2007).

Psikolojik dayanıklılık yaşam boyunca kişinin kendisinden ve çevresinden kaynaklı olarak farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır (Özbey, 2019). Bu çok yönlü ve karmaşık yapı, istenmeyen durumların olumsuz etkilerini karşılayabilme kapasitesidir (Kinman ve Grant, 2011). Aynı şekilde kariyerde insan hayatının önemli bir kısmında etkisini gösteren bir süreci içermektedir (Kır ve Salkım-Er, 2017). İnsan yaşamının önemli ve büyük bir kısmında etkisini gösteren bu iki kavramın kesişme noktaları bulunup birbirilerini etkileme gücünden yararlanılarak hem kariyer süreci açısından hem psikolojik dayanıklılık açısından bireylerin daha sağlıklı bir süreç geçirmeleri sağlanabilir.

Yapılan literatür çalışmasında daha önce bu iki konu arasında bir çalışma olmadığı görülmüş ve böyle bir araştırmaya ihtiyaç olduğu düşünülmüştür. Yapılan çalışmanın literatüre yeni bir bakış açısı daha kazandıracığı ve gelecekte bu konular üzerinde çalışma yapacak olan araştırmacılara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.1. Problem Durumu

Kariyer kavramı sadece meslek seçme ve çalışma yaşamını değil, yaşamın birçok alanında kendisini göstermektedir (Güldü ve Kart, 2017). Bu karmaşık ve dinamik kariyer sürecinde birey, kararlarında tam anlamıyla özgür değildir (Amil, 2015). Hem içsel hem dışsal faktörlerden etkilenir (Ulaş ve Kızıldağ, 2019). Bu etkileme kariyer sürecinde bireyin karşına problem olarak çıkıyor ve kariyer yapılandırmasını olumsuz yönde etkiliyorsa bu noktada kariyer engelleri söz konusudur (Sarsıkoğlu ve Bacanlı, 2019).

Lisans dönemindeki öğrenciler sosyal ilişkiler, kendini geliştirme, akademik beklenti, yeni çevreler kazanma ve ileride tercih edeceği mesleğe yönelik çalışmalar yaparak kendisini geleceğe hazırlama gibi pek çok konuyu içerisinde barındıran bir sürecin içerisinde. Bu süreçler içerisinde birçok güzelliği barındırmakla beraber bir o kadarda problemle karşılaşılacak bir dönemdir (Gizir, 2005). Bu dönemde karşılaşılacak problemlerden biriside kariyer sürecinin yönetilmesidir. Çünkü lisans öğrencilerinin birçoğu bu süreci doğru yönetememekte ve bu konuda güçlükler yaşamaktadır (Özden ve Sertel-Berk, 2017). Bu konuda yaşanan güçlükler yani kariyer engellerinin belirlenmesi, engelleri aşmaya yönelik planın yapılması, çözüm yolları üretilmesi ve sürecin sağlıklı bir şekilde yönetilmesi gerekmektedir. Üniversite öğrencilerinin bu süreçleri başarılı bir şekilde atlatması için ruhsal yönden sağlıklı ve psikolojik olarak dayanıklı bireyler olması gerekmektedir.

Üniversite öğrencileri kariyer engellerini farklı şekillerde ifade etmektedir. Bu çok boyutlu yapı içerisinde kariyer engellerini anlamak ve üstesinden gelmek zordur (Swanson ve ark., 1996). Bu çok unsurlu yapının içerisinde kişisel beklentiler, sosyo-ekonomik düzey, toplum görüşü (Bingöl, 2017), mezuniyet sonrası iş bulma kaygısı (Taştın, Bozgeyikli ve Boğazlıyan, 2017) gibi birbirinden farklı problemler görülebilir. Üniversite öğrencileri karşılaşılacak bu zorluklar ve yeni durumlara uyum sağlamada sorun yaşayabilir. Bu engeller üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlığını etkileyerek kariyer sürecinin sekteye uğramasına neden olabilir.

Üniversite öğrencileri hızla değişen ve gelişen dünya düzeninde etkisiyle meslekte karşılaşacağı sorunlar, mesleki endişeler, karşısına çıkacak olası problemler gibi karşılaşmayı beklediği engeller bulunmaktadır (Kalafat, 2014). Öğrencilerin ileride karşısına çıkacağını düşündüğü zorlukları bilmek ve yapılacak çalışmalarla bunların tespit edilip zamanında müdahale edilmesi gerekmektedir. Kariyer engelleri kavramının kişinin duygu ve düşünce yapısına göre değişiklik gösteren kısımlarına hitap eden kavram algılanan kariyer engelleri kavramıdır. Algılanan kariyer engelleri gerçek bir temele dayandırılmasa bile kişinin kariyer sürecini etkilemede doğrudan bir etkiye sahip olabilir ve yanlış tercihler yapmasına neden olabilir (Albert ve Luzzo, 1999). Görüldüğü gibi kariyer engelleri hem içsel hem dışsal süreçleri etkileyen bireyin yaşamın birçok yönüyle ilgili bir kavramdır (Ulaş ve Özdemir, 2018). Bu nedenle kariyer engelleri kariyer sürecinde dikkate alınmalı ve bireylerin kariyer gelişimini olumsuz yönde etkileyerek psikolojik sağlığını tehlikeye atacak durumların

azaltılması veya ortadan kaldırılması için bu konu üzerinde çalışmalara devam edilmelidir.

İnsan yaşamını etkileyecek önemli dönem noktalarından birisi kendisine uygun bir mesleği seçmek ve seçmiş olduğu bu meslekte gelişim sağlayarak kariyer yapmaktır (İnandı ve ark., 2009). Bu kritik süreçte birey birçok engelle karşı karşıya kalmaktadır. Bu engellerse birey için risk durumu oluşturmakta ve psikolojik dayanıklılığın kuramsal yapısını karşılamaktadır (Işık, 2016). Psikolojik dayanıklılık hem kariyer sürecinin başları sayılabilecek okul yaşantısı ve akademik başarıda (Pekdemir ve ark., 2019) hem de iş hayatında önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Buz ve Genç, 2019). Çünkü bu süreçte karşılaşılabilecek problemler karşısında güçlü olmak, zorlukların üstesinden gelmek birey için çok önemli bir husustur (Kavi ve Karakale, 2018). Problem karşısında birey az ya çok etkilenebilir önemli olan bireyin en az zararla çıkması için gerekli tedbirleri alarak koruyucu faktörleri etkin kılmaktır (Gürgen, 2006).

Psikolojik dayanıklılık üzerinde çalışılırken şu soru aklımıza gelmelidir: Neden kimi bireyler olumsuzluk karşısında dayanamazken kimi bireyler aynı veya daha büyük olumsuzluk karşısında başarılı şekilde uyum sağlamaktadır (Murray, 2003). Bu soruların cevabını bulmak için ilk olarak bireyin kendisinden, ailesinden ve çevresinden kaynaklanana risk faktörleri ortaya çıkarılmalıdır. Daha sonra problemin çözülmesine ve uyum sürecine yardımcı olacak koruyucu faktörler üzerinde durulmalıdır (Garmezy, 1993). Hem risk faktörü hem koruyucu faktörler belirlendikten sonra psikolojik dayanıklılığın öğrenilmesini ve geliştirilmesini sağlamanın daha da kolaylaşacağı düşünülebilir.

Psikolojik dayanıklılığın insan yaşamı üzerindeki etkisi çok fazladır (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Bu etkiyi ortaya çıkarmak dayanıklılığı etkileyen koruyucu faktörlerin ve risk faktörlerinin bilinmesini gerekli kılmakta ve bu konuda yapılan çalışmalara yön vermektedir. Başka bir ifadeyle benzer problemleri yaşayan bireylerin gelişimleri sağlayabilmeleri ve psikolojik dayanıklılıklarını arttırmak için korucu faktörler ve risk faktörlerinin bilinmesi büyük bir önem arz etmektedir (Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009). Çünkü psikolojik olarak dayanıklı bireyler eğitimde, mesleğinde ve yaşantısında ortaya çıkan değişimlere daha kolay uyum sağlayabilmekte olası risk durumlarına daha kolay çözüm üretebilmektedir (Kaba ve Keklik, 2016).

Psikolojik dayanıklılık açıklanırken üç temel kategorinin üzerinde durulabileceği ifade edilmiştir (Haase, 2004). Bunlar; aile uyumu ve desteği, kişisel yapısal özellikler ve dışsal destek sistemleridir. Dışsal destek sistemleri içinde kabul edilebilecek noktalardan biriside çalışma ve iş yaşamıdır. Çalışmanın önemi değişmezken çalışmayla ilgili koşullar değişiklik göstermektedir (Sarsıkoğlu ve Bacanlı, 2019). Birey işin doğasında olan bu değişimlere uyum sağlayabilme kapasitesine sahip olmak zorundadır (Del Corso, Reh fuss ve Galvin, 2011). Uyum sağlama, kendini toparlama gücü ve problem karşısında ayak durma gibi ifadelerle ön plana çıkan psikolojik dayanıklılığın (Richardson, 2002), kariyer ve karşılaşılması muhtemel kariyer engelleriyle kariyer gelişim süreci üzerinde etkisi olduğu düşünülerek bu iki kavram arasındaki bağlantıyı incelenmeye yönelik bu çalışmayı yapmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

Bireyin kendini bilmesinde, geleceğini planlamasında ve yaşamını anlamlandırmasında yaptığı iş ve meslek çok büyük bir role sahiptir (Yeşilyaprak, 2019). Birey için önemi fazla olan kariyer süreci uzun ve karmaşıktır. Bu karmaşıklığı ve zorluğu azaltmak, sağlıklı bir kariyer süreci geçirmesini sağlamak ve süreçte karşılaşacağı olası engelleri en aza indirmek gerekmektedir. Kariyer sürecinde karşılaşılan engellerin keşfedilmesi ve gerekli tedbirlerin alınması için bu konuların çalışılarak literatüre kazandırılması gerekmektedir.

Kariyer engelleri bireyin kariyer seçimini zorlaştıran bağlamsal faktörlerdir (Lent, Brown ve Hackett, 2002) ve karar vermeden başlayarak birey kariyerini yapılandırmaya devam ettiği sürece önemi koruyan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Sarsıkoğlu ve Bacanlı, 2019). Başka bir ifadeyle kariyer ve kariyer engelleri bireyin yaşamının önemli bir bölümünde aktif olarak bireyin karşısına çıkan ve üzerinde durulması gereken konulardandır. İnsan yaşamının büyük bölümünde rol oynayan bu gibi konulardaki çalışmaları arttırmak sağlıklı bir gelişim için büyük önem arz etmektedir.

Birey sürekli gelişim ve değişim göstermekte ve bu durumların takip edilmesi bireyin kendisini sağlıklı şekilde geliştirmesine katkı sağlamaktadır. Bu gelişimlerden biriside kariyer gelişimidir. Çağdaş eğitim anlayışı, sağlıklı bir kariyer gelişimi için bireyin doğru kariyer kararı vermesine ve bu kararlarla en yüksek potansiyeli göstereceği mesleğe yönelmesine önem vermektedir (Yeşilyaprak, 2013). Bu yöneltme sürecinde

değişen iş ve meslek dünyasına uyum sağlamak, olası engelleri aşmak ve terslikler karşısında mücadeleci olmak önem kazanmaktadır. Bu noktada karşımıza psikolojik dayanıklılık kavramı çıkmaktadır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde psikolojik olarak dayanıklı bireylerin iş yaşamında da performanslarının arttığı belirtilmiştir (Çetin ve Basım, 2011). Kariyer sürecinde karşılaşılan engeller ve bu engellerle başa çıkmada bireyin psikolojik dayanıklılık düzeyinin etkisini ortaya çıkarmak kariyer engellerinin aşılmasında ve bireyin sağlıklı kariyer gelişimi göstermesi için önem taşımaktadır.

1.2. Amaç

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı ilişki olup olmadığını ve bu iki değişken arasındaki ilişkinin cinsiyete ve sınıf düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir. Bu temel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri cinsiyete göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermekte midir?
6. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyinin alt boyutları (Kendilik algısı, gelecek algısı, yapılsa stil, sosyal kaynaklar, sosyal yeterlilik, aile uyumu algısı, sosyal yeterlilik) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile kariyer engellerinin alt boyutları (Tutumsal engeller, etkileşimsel engeller, eğitsel engeller, sosyal engeller) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Mutlu ve sağlıklı olmak bireyin kendisinde başlamaktadır. Kendi olumlu özelliklerini fark edip hayatındaki değişimlere yön vermesini sağlamak ve gelişimindeki etkinliği arttırmak üzere yapılan çalışmalarda pozitif psikoloji kavramı ön plana çıkmıştır (Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013). Pozitif psikolojinin etkisiyle önleyici/koruyucu hizmetler önem kazanmış, psikolojik dayanıklılık kavramının popülerliği arttırmış ve yapılan araştırma ve uygulamalarda ilgi çeken önemli bir konu haline gelmiştir (Gizir ve Aydın, 2006). Psikolojik dayanıklılığı etkileyen faktörlerin bilinmesi; önleyici çalışmalara rehber olması (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018), koruyucu etkenlerin belirlenmesi (Terzi, 2016), duygu ve duyguların düzenlenmesi (Çınar ve Eminoglu, 2020) ve birey problemle karşılaştığında kendini toparlama gücünün en önemli unsurunu oluşturması bakımından önem arz etmektedir (Terzi, 2008).

Yetişkinlerin yaşamlarında karşılaştıkları engellerin üstesinden gelmesi, engeli bir gelişim aşaması olarak görmesi, zorluk karşısında çözüm üretmesi olarak ifade edilen psikolojik dayanıklılık özelliği yetişkin bireyler için önemli bir işlev haline gelmiştir (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014). Psikolojik dayanıklılık özelliği yüksek bireyler yaşamlarını denetim altında tutarlar (Sezgin, 2012), mücadeleden vazgeçmez ve sonuna kadar uğraşır (Kavi ve Karakale, 2018), yaptığı işe kendisini adar ve yaşamındaki değişimleri kendisini geliştirmek için bir fırsat olarak görürler (Terzi, 2016). Genel bir ifadeyle psikolojik dayanıklılık özelliği zor durumlar karşısında dayanıklı olan bireyler farklı zor durumlarda da dayanıklılıklarını korumaya yatkındır şeklinde ifade edilebilir (Jew, Green ve Kroger, 1999).

Psikolojik dayanıklılık konusunda çalışmanın iki sebeple önemli olduğu söylenebilir: Birincisi klinik psikolojide akıl sağlığını korumak değilse zor koşullarda çalışacak bireylerin seçiminde faydalı olabilir (Friborg ve ark., 2005). Psikolojik olarak sağlıklı ve dayanıklı birey kendini çabuk toparlama (Güngörmüş ve ark., 2015), yaşamlarını yön verme, başa çıkma yöntemlerini etkili kullanma ve krizi fırsata çevirme konularında etkindirler (Terzi, 2016). Diğer yandan kariyer süreci de bireyin kendini geliştirmesi ve gerçekleştirmesi gibi birçok konuda fırsat sunduğu için psikolojik olarak sağlıklı ve dayanıklı olmayı olumlu yönde etkilemektedir (Kahraman ve Kahraman, 2020). Bu nedenlerle psikolojik dayanıklılık kavramı hem ruh sağlığı açısından hem de kariyer gelişimi açısından önem kazanmaktadır.

İnsanlar, bireysel ve kariyer yaşantılarında pek çok engelle karşılaşmaktadırlar. Bu engellerin aşılmasında veya en az zararla üstesinden gelinmesinde korucu bir donanım olan psikolojik dayanıklılık ön plana çıkmaktadır (Buz ve Genç, 2019). Bu noktada hangi konuları engel olarak gördükleri, hangi çözüm yolunu kullandıkları ve hangi koruyucu faktörlerin öğretilmesi gerektiği önem kazanmaktadır (Kalafat, 2019). Bu sorulara verilecek cevaplar problemin tanınmasını ve çözümünü kolaylaştıracak ve psikolojik sağlığın olumsuz etkilenmesini engelleyecektir. Başka bir ifadeyle bireyler yaşamları ve kariyer gelişim süreçleri boyunca pek çok engelle karşılaşmaktadır. Bu engelleri ortadan kaldırmak ya da en aza indirmek başarılı bir hayat ve kariyer gelişiminin önemli adımlarındandır. Başarılı bir hayat ve kariyer gelişim süreci bireyin olumlu özelliklerine katkı sağlayabilir ve bu da bireyin psikolojik dayanıklılık düzeyini olumlu etkileyerek psikolojik dayanıklılığının artmasına yardım edebilir. Psikolojik dayanıklılıkları yüksek bireylerin yaşam mücadelesinde yani akademik başarı, sosyal çevre ve meslek yaşantısı gibi daha birçok alanda başarılı olduğu ifade edilebilir.

Psikolojik dayanıklılık öğrenilebilen ve geliştirilebilen gelişimsel bir süreci kapsadığından dolayı kalıcı bir özellik olarak görülmemekte (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015; Özbey, 2019) ve bireysel, ailesel ve sosyal faktörlerin etkisiyle düzeyinde yükselme veya düşüş yaşanabilmektedir (Arslan, 2015b; Kaner ve Bayraklı, 2010b). Kariyer süreci de psikolojik dayanıklılıkla benzerlik göstermekte ve dışsal faktörlerden etkilenen bir yapıya sahip olduğu görülmektedir (Kır ve Salkım-Er, 2017). Sağlanan dışsal destekler zorluklar karşısında birey için kalkan görevi görmektedir (Kavi ve Karakale, 2018). Birey aldığı bu destekle yalnız olmadığını duygusunu kazanır ve engel karşısında dayanıklılığı artarak çözüm üretme ve kendini toplama konusunda daha sağlam ilerleyebilmektedir (Terzi, 2008).

Yoğun olarak lise yıllarında başlayan ve üniversite yıllarında önemi daha da artan kariyer süreci ve ilerleyen zamanda ortaya çıkan meslek seçimi bireyin önemli yaşam görevlerindendir. Bu süreçte verilecek kararlar bireyin yaşamında önemli yeri olan kimlerle, nerede, nasıl yaşayacağı gibi önemli soruların cevabını (Duru, Bayraktar ve Gültekin, 2020) ve bunlara paralel olarak bireyin geleceği, psikolojik sağlığı, yaşam kalitesi ve sosyal kabulü gibi durumları da kapsamaktadır (Durmuş, Otlı ve Özkan, 2019). Bu karar aşaması anlaşılması zor, uzun bir zamanı kapsayan ve engellerle dolu süreci içermektedir (Doğan, 2015; Ulaş ve Kızıldağ, 2018). Bu süreçte bireylerin

karşına çıkan kariyer engellerinin farkına varılması ve gerekli önlemlerin alınması kariyer gelişim sürecinde bireyin daha sağlıklı ve doğru kararlar vermesine yardımcı olacaktır.

Kariyer, bireyin sadece çalışma yaşamını değil, hayatın her alanında kendisini gösteren (İnandı ve Gılıç, 2020) ve bireyin yaşantısını etkileme potansiyeli yüksek olan bir süreci içermektedir. Bu süreçte bireyin performansını engelleyen ya da zarara uğratan engeller ortaya çıkmaktadır (Güldü ve Kart, 2017). Bu engellerin kariyer karar verme sürecinde, kariyer araştırmasında, kariyer planlamasında ve meslek seçiminde önemli etkilerinin olduğu görülmektedir (Doğan ve Bozgeyikli, 2014). Bu noktada kariyer geçiş sürecindeki bireylerin kariyer engellerinin saptanması kariyer sürecinin sağlıklı devam edebilmesi için önem kazanmaktadır (Ulaş ve Kızıldağ, 2019).

Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin kariyer süreci sorun ve engellerle doludur. Yaşamın önemli dönüm noktalarından birisi olan kariyer sürecinde bireylerin karşılaştıkları kariyer engellerine yönelik akademik yazında büyük bir eksiklik olduğu görülmektedir (Duru ve ark., 2020; Ulaş ve Özdemir, 2018). Yapılan bu çalışma kariyer sürecinin daha verimli ve sistematik ilerlemesi, eksikliğin giderilmesi ve yeni yapılacak çalışmalara bir örnek olması bakımından önem kazanmaktadır.

1.4. Varsayımlar

Bu araştırmada araştırmaya katılan kişilerin araştırma kapsamında kendilerine verilen kişisel bilgi formunu ve tüm ölçek maddelerini gerçek durumlarını yansıtacak şekilde içten ve samimiyetle yanıtladıkları kabul edilmiştir.

1.5. Sınırlılıklar

- 1- Araştırmanın çalışma grubunu 2020-2021 öğretim yılında uzaktan (online) eğitimine devam etmekte olan ve farklı üniversitelerde uzaktan (online) ölçek uygulaması yapılan öğrenciler oluşturmaktadır ve araştırma sonuçları bu öğrencilerden elde edilen veriler ile sınırlıdır.
- 2- Araştırmadan elde edilen bulgular, araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile elde edilen verilerle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Kariyer Engelleri: Kariyer engelleri bireyin kendisinden kaynaklanan veya çevresinin etkisiyle oraya çıkan ve kariyer gelişim sürecini olumsuz yönde etkileyen olaylar ve şartlar bütünüdür (Swanson ve Woitke, 1997).

Psikolojik Dayanıklılık: Zor şartlar altında olumlu ve beklenmedik başarılar kazanma ve olağan dışı durumlara sağlıklı şekilde uyum sağlama becerisidir (Fraser, Richman ve Galinsky, 1999).



2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde kariyer engelleri başlığı altında kariyer, kariyer kuramları ve kariyer engelleri hakkındaki kavram, terim ve tanımlar ve psikolojik dayanıklılık başlığı altında psikolojik dayanıklılık, risk faktörleri, koruyucu faktörler, olumlu sonuç ve psikolojik olarak dayanıklı bireylerin özellikleri hakkındaki kavram, terim ve tanımlar ilgili literatür çerçevesinde tanıtılarak bu kavramlara ilişkin yurt içi ve yurt dışı literatürdeki ulaşılabilen çalışmalar özet olarak verilmiştir.

2.1. Kariyer Engelleri

Kariyer kavramı bireyin çalışma yaşamında kendini geliştirmesi, yükselmesi, işteki konumunu belirlemesi ve davranışlarını gelişmesiyle ilgili çabasını içermektedir (Akoğlan-Kozak ve Dalkıranoglu, 2013). Bireylerin çalışma yaşamındaki gelişim çabası insanın doğası gereği her zaman varlığını sürdürmüş ve sürdürmeye devam edecektir (Gündüz, 2010). Fakat kariyer kavramı sadece bireyin işinde kendisini geliştirmesini değil, yaşamı boyunca her alanda kendisini geliştirmesini kapsayan sınırsız bir değişim ve gelişimi ifade etmektedir (Tüz, 2003).

Kariyerde bir yol belirlemek ve gelişim sağlamak için süreç bir bütün olarak ele alınmalı ve bu süreç hakkında detaylı bilgi oluşturulmalıdır. Bu kariyer gelişim sürecinde birçok değişim ve problemle karşılaşılabilir (Ulaş ve Özdemir, 2018). Karşılaşılan problemlerin bir kısmı literatürde öncelikli olarak mesleki problemler kavramı olarak ele alınmış ve buna yönelik çalışmalar yapılmıştır (Bordin, 1946). Daha sonra mesleki problemler kendi içinde alt kavramlara ayrılmıştır. Kariyer engelleri de geniş bir kavram olan meslek problemlerinin içinde yer almaktadır (Ulaş ve Kızıldağ, 2019).

Engellerin kariyer gelişimindeki rolü, 1970'lerden sonra ilgi görmeye başlamıştır (Swanson ve Woitke, 1997). Yurtdışında ve Türkiye'de yapılan çalışmalar incelendiğinde kariyer engellerinin kariyer gelişim süreci üzerindeki etkisi daha da ön plana çıkmaktadır (Sürücü, 2011).

Sonuç olarak insan yaşamının birçok alanında etkisini gösteren kariyer kavramı, eğitim düzeyindeki yükselmelerle ve sanayileşmeyle daha da önemli bir kavram haline gelmiş ve üzerinde yapılan çalışmalar artmıştır. Yapılan bu çalışmalar kariyer

kavramının ne kadar önemli bir değişken olduğunu ve diğer birçok kavram gibi farklı öncül ve sonuçları içerdiğini ortaya çıkarmaktadır (İnandı ve Gılıç, 2020; Orhan, 2016).

2.1.1. Kariyer

Teknoloji, sanayileşme ve insan yaşamındaki hızlı değişimlerden dolayı bireylerin geleceğe yönelik planları zor ve karmaşık bir süreç haline gelmiştir. İnsanların geleceğini planlaması, kişisel gelişim sağlaması ve mesleki gelişimi uzun süren bir dönemi kapsamaktadır (Çakır, 2012). Bu uzun ve karmaşık kariyer gelişim sürecinde bireyin hem kendisi hem dış etkenler belirleyici olmaktadır (Erdoğan, 2003). İlgi, değer, yetenek, kişisel özellikler gibi faktörler kendisiyle alakalı etkenleri oluştururken; sosyal çevre, sosyo-ekonomik düzey, aile ve kültür gibi faktörlerde dışsal etkenlere örnek verilebilir. Tüm bu etkenler kariyer gelişimini olumlu etkileme potansiyeline sahip olduğu gibi bireylere engel oluşturarak olumsuz etkileme potansiyeline de sahiptir (Duru ve ark., 2020). Başka bir ifadeyle insanın yaşamının tamamında etkili olan kariyer iniş ve çıkışları içinde barındıran bir yaşam yapılandırma sürecini ifade etmektedir (Kalafat, 2019).

Kariyer kavramı günlük hayatta oldukça fazla kullanılmasına rağmen farklı kişilerde farklı boyutlarıyla değerlendirilen ve tanımlanan bir kavramdır (Tüzel, 2014). Tanımlara bu açıdan bakıldığında kariyer kimi bireyler için iş ve meslek alanında sağlanan ilerlemeyi ifade ederken kimi bireylere göre her alanda kendini geliştirme olarak değerlendirilmiştir (Bingöl, 2017). Bu farklı bakış açılarıyla yapılan tanımlamalar tek çatı altında birleştirilerek aşağıda kısaca yer yerilmiştir.

Kariyer seçilen ve çalışmaya devam edilen iş hayatında statü, güç ve saygınlık elde etmeyi (Tüz, 2003); elde edilen mevkie serisini, daha fazla sorumluluk almayı ve daha çok para kazanmayı (Bakioğlu ve İnandı, 2001); kısaca seçilen iş alanında ilerlemeyi ifade etmek için kullanılan bir kavramdır (Kır ve Salkım-Er, 2017).

Başlarda meslek ve kariyer kavramı aynı anlamı ifade etmekteydi. Zamanla kariyer kavramının meslek kavramını da içine alan daha geniş bir kavram olduğu ifade edilmeye başlanmıştır (Erdoğan, 2003). Başka bir ifadeyle kariyer mesleğin dönemlerini ve mesleki gelişmeyi ifade ettiği kadar boş zamanları ve toplumsal rolleri de içine alan bireyin gelişimini ve uyumunu ifade eden daha geniş bir kavramdır (Yeşilyaprak, 2013). Başka bir tanımda kariyer, kişilerin yaşamları boyunca

edindikleri beceriler ve deneyimlerden sağladıkları gelişimdir. Bu gelişmelerle kazandığı yeteneğin, bilginin ve çalışma isteğinin geliştirilmesini içine alan bir süreçtir (Uysal, 2008).

Bireylerin yaşamlarına sosyal, psikolojik ve ekonomik yönden etkisi bulunan ve insan hayatının büyük bir bölümünü kapsayan kariyer gelişim süreci (Alaçam ve Altuntaş, 2015), 1970’li yılların başına kadar sabit ve durağan bir kavram olarak ifade edilmiştir (Aşçıoğlu-Önal ve Yeşilyaprak, 2020). Zamanla yenilenen ve gelişme sağlayan teorilerle kavramın sınırları daha da netleşmeye başlamış ve gelişme göstermiştir (Tüz, 2003). Geliştirilen yaklaşım türleri içinde en çok kabul gören yaklaşım bireyin sevdiği, kendi ilgi, yetenek ve değerlerine hitap eden işi seçmesi ve bu yönde kariyer gelişimi sağlamasıdır (Akoğlu-Kozak ve Dalkıranoglu, 2013).

Özetleyecek olursak bireylerin doğru kariyer kararı vermesi bir anda gerçekleşecek bir faaliyet olmadığından kariyer gelişimi bir süreci ifade etmektedir (Doğan, 2015). Kariyer süreci yaşamımızın tamamını içine alır. Yaşam şeklimize etki eder ve eğitim hayatımızın başından emekliliğe kadar devam eder (Özyürek, 2013). Bu süreçte yaşanacak değişimlerden dolayı bireylerin pasif değil, aktif olmaları yönünde uzlaşma vardır (Nazlı, 2014). Başka bir deyişle bireyler uzun bir zamanı kapsayan kariyer kararı verme ve kariyer geliştirme sürecinde kendisini işin içine katmalı bu önemli kararda elinden gelen bütün çabayı göstermelidir.

2.1.2. Kariyer Kuramları

Bu bölümde kariyer kuramlarından Super’in Benlik Kuramı, Özellik-Etmen Kuramı, Holland’ın Tipler Kuramı, İşe Uyum Kuramı, Roe’nun Yaklaşımı, Ginzberg ve Arkadaşlarının Meslek Gelişim Kuramlarının kısaca açıklaması yapılmış ve kariyer engelleri kavramına yer veren Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı özetlenmiştir.

2.1.2.1. Özellik-Etmen Kuramı:

Özellik-Etmen Kuramı: Bu kuram Williamson, Paterson ve Darley tarafından geliştirilmiştir. Kurama ismini veren “özellik” danışanların ölçülebilen özelliklerini ifade ederken, “etmen” yapılacak işin ölçülebilen özelliklerini ifade etmektedir (Ünsal, 2014). Bu kurama göre başarının tanımı, bireyin kendisinde var olan kişilik özellikleri (özellik) ve tercih edilen mesleğin yapısında olan özelliklerin (etmen) en uygun biçimde eşleşmesiyle ortaya çıkmaktadır (Yeşilyaprak, 1995). Danışanlar

kişilik özellikleri yönünden farklılaşırken, meslekler aranan kriterler yönünden birbirinden farklılaşır (Doğan, 2015). Bu kuram kariyer seçiminde kendisinden sonra gelen birçok çalışmaya temel oluşturmuştur (Erdoğan, 2003). Başka bir ifadeyle kimi kuramlar eleştirilerek kimi kuramlarda attığı temellerden yararlanarak bir şekilde özellik-etmen kuramından etkilenmiştir.

2.1.2.2. Holland'ın Tipler Kuramı:

Holland'ın Tipler Kuramı: John Holland tarafından geliştirilen kuram, insanları kişilik özelliklerine göre gruplamış ve bu grupların kendi özelliklerine uygun çevrelerde ve iş ortamında başarılı olabileceklerini öne sürmüştür (Kuzgun, 2009). Bu ilişkiyi daha anlaşılır hale getirmek için benzer özellikli insanlar aynı gruba dahil edilip altı tip olarak gruplandırılmıştır (Spoken vd., 2002). Bu gruplar; gerçekçi, araştırmacı, sosyal, gelenekçi, girişimci, sanatçı tiplerdir ve insanlar bu tiplerden birine benzer. Başka bir ifadeyle Holland'ın kuramı içerik temellidir, kişilik özellikleri ile mesleki çevre veya mesleğin özellikleri arasındaki ilişkiye dayanır (Kuzgun, 2008; Nazlı, 2014).

Bireyler meslekleri seçerken kendi kişilik tipiyle uyuşan mesleklere yönelirler. Mesleklerin kalıplaşmış özellikleri bireylerin mesleğe yönelmesine etki eder (Çakır, 2012). Tipolojinin bir diğer özelliği de aynı kişilik tipleri aynı çevrede bulunduğu için sosyal organizasyonunda belirlenmesin kullanılabilir (Sarsıkoğlu, 2019).

2.1.2.3. İşe Uyum Kuramı:

İşe Uyum Kuramı: Bu kuram Lofquist ve Dawis tarafından geliştirilmiş ve kısaca işin gerekleriyle bireysel özelliklerin eşleşmesi mantığına dayandırılmıştır (Kuzgun, 2009). Yani birey ve çevre arasındaki pozitif yönlü ilişkiyi tanımlayan uyuma/benzeşme kavramını temel almaktadır (Bacanlı, 2013). Uyuma kavramıyla bireyin istekleri ve çevrenin gerekliliklerinin birbiriyle uyumu ve birbirlerini tamamlaması ifade edilmektedir.

2.1.2.4. Super'in Benlik Kuramı:

Super' in Benlik Kuramı: Donald E. Super tarafından geliştirilen kuram ‘benlik kavramı’ ve ‘gelişimsel evreler’ olmak üzere bu iki kavram üzerinde şekillenmiştir. Benlik bireyin kendini tanıması ve bilmesi anlamına gelirken, gelişimsel evrelerse büyüme evresi, araştırma evresi, yerleştirme evresi, sürdürme evresi ve çöküş evresini ifade etmektedir (Yeşilyaprak, 1995).

Super'in kuramı merkeze süreci almaktadır. Bireyin gelişim süresince geçirdiği evrelere göre kariyer gelişimi kuramı oluşturmuştur (Nazlı, 2014). Ayrıca bireyin seçtiği meslek aynı zamanda onun nasıl bir insan olduğunu da ifade etmektedir (Erdoğan, 2003).

2.1.2.5. Roe'nun Yaklaşımı:

Roe'nun Yaklaşımı: Bireyin ihtiyaçlarının giderilmesi için seçilen yollar, kişinin, ilgi, tutum ve yeteneklerinin gelişmesinde önemli rol oynar (Erdoğan, 2003). Bu ihtiyaçların giderilme şekline göre kişi ya insanlardan uzaklaşıp nesnelere yönelik mesleğe yönelir ya da insanlara yaklaşır insanlara yönelik mesleklere yönelir (Kuzgun, 2008). Aşırı koruyucu anne-baba tutumu çocuğun kariyer sürecinde diğer insanlara bağımlı olmasına, başka yanlış bir tutum olan aşırı talepkâr anne-baba tutumuysa kariyer sürecinde mükemmeliyetçiliğe yönelmesine neden olur. Daha net bir ifadeyle insana yönelik veya insana yönelik olmayan yönelmenin temeli çocukluk yıllarındaki psikolojik ihtiyaçların karşılanması yatmaktadır (Yeşilyaprak, 1995).

2.1.2.6. Ginzberg ve Arkadaşlarının Meslek Gelişim Kuramı:

Ginzberg ve Arkadaşlarının Meslek Gelişim Kuramı: Meslek seçimi yaşamın ilk yirmi yılını kapsayan bir süreçtir. Gelişi güzel bir karar olmayıp, bireyin yaşamdaki tutumları sonucunda ve büyük ölçüde geri dönülmez bir karardır (Doğan, 2015; Kuzgun, 2009). Mesleki karar verme süreci üç dönemden kapsar. Hayal dönemi, gerçeklikten uzak ve hayali seçimlerde bulunur. Deneme dönemi, kendini ve meslekleri tanıma sürecini içerir. Gerçekçi dönem, gerçekçi seçimlerin yapıldığı dönemdir (Çoban, 2012).

2.1.2.7. Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı:

SBKK (Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramı) Bandura'nın (1986, 1997) Sosyal Bilişsel Öğrenme teorisiyle tutarlı olacak şekilde bireylerin bilişsel özellikleri, kişisel özellikleri ve çevresel özellikleri arasındaki ilişkiye bağlı olarak kariyer geliştirme sürecini açıklamaya çalışır (Lent, Brown ve Hackett, 2000). Bandura bu durumu "Üçlü Karşılıklı Nedensellik" olarak ifade etmiştir (Albert ve Luzzo, 1999). Bandura'nın kuramının uzantısı olan bu kuram Lent, Brown ve Heckett (1994, 2000) öncülüğünde geliştirilmiştir.

SBKK öz yetkinlik, kişisel hedefler ve sonuç beklentileri bireysel bilişsel etmenleri meydana getirmektedir (Lent ve ark., 1994). Öz yetkinlik, bireyin bir sorunla veya bir engel durumuyla karşılaştığında harcadığı çaba, bilişsel durum, duyuşsal belirtiler, sabır, barındırdığı potansiyel ve davranışsal tepkilerin toplamından daha fazlasını ifade eden dinamik bir süreci ifade etmektedir (Kuzgun, 2000). Öz yetkinlik biranda gerçekleşen bir durumu ifade etmez, aksine bir süreç dahilindeki ilerleyişi ve birikimi ifade eden bir kavramdır (Betz, 2000). Kişisel hedefler, seçim hedefi (ilerleyeceği yolu seçmesi) ve performans hedefleri (seçilen yolda harcanan performans düzeyi) olmak üzere iki türden meydana gelmektedir (Lent ve ark., 1994). Sonuç beklentisiyse, sarf edilen çabadan sonra ortaya çıkan sonuçla ilgili kişisel inançları içermektedir. Kuramın temel bileşenlerinden olan öz yetkinliğin, sonuca yönelik beklenti ve niyetini etkilediği; kişisel hedef ve sonuç hedeflerinin ise gelecekteki performansını etkilediği ifade edilmiştir (Segal ve ark., 2002).

Sosyal bilişsel kariyer kuramında çevresel faktörler, kariyer engelleri ve kariyer destekleri ortama özgü etmenleri ifade etmektedir. Çevresel faktörler, bireyin kendisine bağlı ve kendisinden bağımsız olarak ortaya çıkan kariyer sürecini etkileyen etkenler bütünüdür. Kariyer engelleri, kariyer amaçlarının başarılmamasını engelleyen bütün faktörler olarak ifade edilmiştir (Crites, 1969). Başka bir ifadeyle kişinin kendisinden veya çevresinden kaynaklanan ve kariyer gelişim sürecini sekteye uğratan durumları ifade etmektedir (Swanson ve Woitke, 1997). Kariyer destekleri, Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramına göre bireyi kariyer gelişim sürecinde destekleyen, motivasyon sağlayan ve kariyer sürecini olumlu yönde etkileyen etmenler bütünü olarak ifade edilebilir.

Sosyal bilişsel kariyer kuramı çevre, aile ve diğer dışsal etkilerin bireyin kariyer gelişimini etkileyebileceği (Lent ve ark., 1994) fakat bunlardan daha önemli olanın öz-yetkinlik, sonuç beklentisi ve kişisel hedef olduğu üzerinde durmuştur (Durmuş ve ark., 2019). Bunların yanında bireyden bağımsız olacak biçimde gelişen dışsal bağlamsal faktörlerin içinde yer alan kariyer engelleri üzerinde de durmuşlardır (Sürücü, 2011). Özet bir ifadeyle kuram kariyer gelişim sürecini açıklayan bir çerçevedir ve kişisel girdi, zaman, çevresel ve durumsal etkiler gibi çok faktörlü ve dinamik bir süreci ifade etmektedir (Schoenfeld ve ark., 2017).

Sosyal bilişsel kariyer kuramına göre bireyler kendi gelişimlerinden sorumludur ve kendi kariyer gelişimlerini kendileri şekillendirme kapasitesine sahiptir. Bunun dışında süreçte bireyin kendi isteği dışında gelişen sosyal ve ekonomik koşullar gibi engellere de vurgu yapılmaktadır (Durmuş ve ark., 2019; Sürücü, 2011). Engeller kavramı SBKK içerisinde olumsuz bağlamsal faktörler olarak ifade edilir (Lent, Brown ve Hackett, 2000). Kuramda birey dışı değişkenler içerisinde yer alan engeller, kariyer gelişimini olumsuz yönde etkileyen ve zorlaştıran bireyin kendisinden ve çevreden kaynaklı ortaya çıkan etmenleri ifade etmektedir (Ulaş ve Kızıldağ, 2019). Kariyer gelişim sürecinde bu engeller en aza indirilmeli ve bireye sağlanan destek olabildiğince arttırılmalıdır (Ünsal, 2014).

2.1.3. Kariyer Engelleri

Kariyer engellerinin kavramsal şekilde ifade edildiği ilk çalışma Crites (1969) tarafından gerçekleştirilmiştir. Fakat Crites'den önce Bordin (1946) ve Williamson (1939) gibi bazı kuramcılar direkt kariyer engelleri kavramı yerine kariyer gelişiminde karşılan sorunları ifade etmişlerdir (Ulaş ve Özdemir, 2018).

Kariyer engeli kavramı tanımlanırken farklı ifadeler kullanılmıştır ancak genel özelliği tanımlarda sabit tutulmuştur. Crites (1969) tarafından yapılan tanımda kariyer engellerini kariyer amaçlarının başarılmasını sekteye uğratan bütün etkenler şeklinde ifade etmiştir. Farklı bir tanımlamada ise bireylerin kariyer hedeflerine ulaşmasını ve planlarını gerçekleştirmesine engel olan zorlukları literatürde karşılayan kavram kariyer engelleri olarak ifade edilmiştir (Swanson ve ark., 1996). Anafarta, Sarvan ve Yapıcı (2008) kariyer engellerini çalışma yaşamında karşılaşılan ve meslekte ilerleme, ücret ve prestij gibi faktörlerin gerçekleşmesini zorlaştıran veya durduran ve kendisinden kaynaklanmayan etkenler olarak ifade etmiştir. Başka bir tanımda ise kariyer engelleri bireyin kendisinden ve çevresinden kaynaklanan bireyin kariyer gelişimini zorlaştıran etkiler bütünü olarak ifade edilmiştir (Swanson ve Woitke, 1997).

Algılanan kariyer engelleri, bireyin gerçekleşme ihtimaline bakmaksızın var olduğuna inandığı veya gelecekte karşısına çıkacağını düşündüğü engelleri ifade etmektedir (Albert ve Luzzo, 1999). Başka bir ifadeyle algılanan kariyer engelleri bilginin doğruluğuna bakılmaksızın (sıklıkla doğru olmaz) kariyer seçim sürecini doğrudan etkileyen etmenlerdir (Kalafat, 2019). Kişilerin algıladıkları kariyer engelleri algısına,

düşünce yapısına ve tecrübesine göre değişiklik göstermekte ve bundan dolayı yapılan çalışmalarda çok boyutlu algılanan engeller üzerine odaklanılmaktadır (Ulaş ve Kızıldağ, 2019).

Kariyer kararı verme (Ulaş ve Kızıldağ, 2018), kariyer planı (Uysal, 2008), kariyer uyumluluğu (Sarsıkoğlu ve Bacanlı, 2019) veya sosyal bilişsel kuramda da üzerinde durulan yetkinlik beklentisi (Çakır, 2012) gibi farklı süreçlerde farklı sebeplerden dolayı ortaya çıkan sorunları genellemek için kariyer engelleri kavramı kullanmıştır. Literatür incelendiğinde bazı kavramların kullanım şekillerine göre kariyer engelini ortadan kaldırılabildiği veya direkt kariyer engeli olarak karşımıza çıktığı görülmüştür.

Kariyer sürecinde bireyler birçok kariyer engeli ile karşılaşabilir. Bu engellerin bazıları daha ön planda olurken bazı engeller daha arka planda kalmıştır. Bu engellerin ya da sorunların bazıları: Cam tavan (Karcıoğlu ve Leblebici, 2014), cinsiyet ayrımcılığı, kariyer platosu, çoklu kariyerlik (Akoğlu-Kozak ve Dalkıranoglu, 2013), ay ışığı sorunu, engellenme, stres ve tükenmişlik, mobbing, kariyer evresindeki sorunlar ve evreler (Kır ve Salkım-Er, 2017; Tunçer, 2012), işten atılma, gözden düşme (Bingöl, 2017) gibi kariyer öncesinde, kariyer sonrasında ya da bulunan kariyer evresiyle alakalı birbirlerinden farklı sorunlar ortaya çıkmaktadır (Erdoğan, 2003). Bunların yanında iş çevresi, ailesel destek, kalıp yargılar (Bingöl ve Gündoğdu, 2020), eğitim eksiklikleri, sosyoekonomik düzeydeki yetersizlikler (Duru ve ark., 2020), farklı ırk ve kökeni temsil etmek, düşük benlik saygısı (Amil, 2015) gibi engellerde bulunmaktadır. Bu engellerin bir kısmı tüm kariyer gelişim sürecinde etkili olurken bir kısmı da kariyer evresinde, gelişimsel görevlerle ya da seçilen kariyer seçeneğiyle alakalı olarak karşımıza çıkmaktadır (Güldü ve Kart, 2017; Kalafat, 2014; Kalafat, 2019).

Crites (1969) kariyer gelişiminde içsel ya da dışsal nedenlerden ortaya çıkabilecek engellerden bahsetmiştir. Kariyer engellerine yönelik tam olarak bir ayrım olmamakla birlikte yapılan çalışmalarda içsel ve dışsal engeller olarak bir ayrımın yapılması söz konusu olabilir (Swanson ve Tokar, 1991a; Swanson ve Tokar, 1991b). İçsel engellerin fark edilmesi dışsal engellerin fark edilmesinden nispeten daha kolaydır. Çünkü dışsal engellerin kaynağı bulmak zordur ve bireyden bağımsız olarak gelişebilir (Swanson ve Woitke, 1997).

Tüz (2003) kariyer engellerinin üç unsurundan bahsetmiştir. Bireyin algıladığı yeteneği, bireyin algıladığı güdü ve ihtiyaç diğeri de bireyin algıladığı tutum ve değerlerdir. Kariyer engellerine yönelik farklı bir sınıflama sistemindeyse sosyal/kişilerarası, tutumsal ve etkileşim olmak üzere üç faktörlü bir yapı üzerinde durulmuştur (Swanson ve Tokar, 1991a). Sosyal/kişilerarası engeller, aile kökeni, evlilik ve çocuk sahibi olma ile ilgilidir. Tutumsal engeller içsel durumlarla ilgilidir. Etkileşim engelleri ise demografik özelliklerle ilgili engelleri ifade etmektedir (Ulaş, 2016). Yapılan bu çalışmalar ve kullanılan ölçekler incelendiğinde kariyer engellerinin çok faktörlü yapıda olduğu (Ulaş ve Kızıldağ, 2019) ve engellerin kariyer sürecini açıklamada ön planda olan etkenlerden birisi olduğunu göstermektedir (Swanson ve Tokar, 1991b).

2.1.4. Kariyer Engelleri ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

McWhirter (1997)'in gerçekleştirmiş olduğu çalışmada Meksikalı-Amerikalı ve Avrupa-Amerikalı öğrencilerin eğitim ve kariyer sürecinde algılanan engelleri etnik ve cinsiyet açısından incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre kadınların erkeklerden daha çok engel algıladıkları ve Meksikalı-Amerikalıların ve Avrupa-Amerikalılardan daha çok engel algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Luzzo ve WcWhirter (2001) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik yapılan çalışmada cinsiyet ve etnik farklılıklar üzerinde durulmuştur. Çalışmaya 168 kız 118 erkek öğrenci olmak üzere toplam 286 kişi katılmıştır. Bu çalışma sonucunda etnik köken farkının kariyer engelli olarak algılandığı ve bu kişilerin daha fazla kariyer engelliyle karşılaştığı ayrıca kadınların erkeklerden daha çok kariyer engelleriyle karşılaştığı bulgularına ulaşılmıştır.

Lamba (2003) tarafından yapılan çalışmanın kuramsal temelini Sosyal Bilişsel Kariyer Kuramına dayandırmaktadır. Amerikalı kız üniversite öğrencilerine yaptığı çalışmada kariyer engelleri, başa çıkma öz yetkinliği, kariyer sonuç beklentileri ve seçim hedefleri arasındaki ilişki üzerine çalışılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre içsel ve dışsal kariyer engelleri ile sonuç beklentilerinin pozitif yönlü manidar ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Lamba bu sonuçtan yola çıkarak ne kadar çok kariyer engelli ile karşılaşılırsa o kadar çok kariyer engeli beklenmektedir şeklinde ifade etmiştir. İçsel ve dışsal kariyer engellerinin başa çıkma öz-yetkinliğine dayanarak sonuç beklentisini dolaylı şekilde etkisi altına aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bireyin kendisinden

veya çevresinden kaynaklı engellerin meslek seçimi üzerinde negatif yönlü manidar bir etkisinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Quimby ve O'Brien (2004) tarafından gerçekleştirilen çalışmada kariyer kararı verme öz-yetkinliği ile kariyer engelleri ve sosyal destek arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini 354 kadın üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma bulgularına göre kariyer karar verme öz-yetkinliklerinin sırasıyla kariyer engelleriyle daha sonra sosyal destekle arasında manidar bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Mori (2004) tarafından yapılan çalışmanın örneklem grubunu Japonya'da okuyan 11 farklı üniversiteden 1089 kız öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada bu öğrencilerin algıladıkları kariyer engelleri üzerinde durulmuştur. Çalışma sonucunda kariyer engeli olarak algıladıkları durum arttıkça öz-yetkinliklerinin düştüğü, algıladıkları engeller azaldıkça öz-yetkinliklerinin arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Kariyer engellerinin meslek ve yaşam hakkındaki iyimserliği negatif yönde manidar biçimde etkilediği sonucuna ulaşılmış. Ayrıca kariyer engellerinin mesleki öz-güvenle de negatif yönde manidar bir ilişki olduğu araştırma sonuçları arasındadır.

Ann-Yi (2010) tarafından yapılan çalışmada Asya kökenli Amerikalı 98 üniversite öğrencisinin algılanan kariyer engelleri, algılanan eğitim engelleri, kariyer engelleriyle başa çıkma öz-yeterliliği, eğitim engelleriyle başa çıkma öz-yeterliliği, çevreye uyum ve küresel sosyal desteğin kariyer kararı verme öz yetkinliği arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre kariyer engelleri kariyer karar verme öz yetkinliğini arasında manidar ilişki bulunmuştur. Bağımlı değişken ve bağımsız değişkene ilişkin varyansın %36'sını açıkladığı araştırma sonuçları arasındadır.

Raque-Bogdan, Klingaman, Martin ve Lucas (2013) tarafından yapılan çalışmada kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek kariyer engelli algıladıkları ortaya çıkmıştır. Örneklemini üniversite birinci sınıf öğrencilerinin oluşturduğu bu çalışmada ayrıca kariyerle ilgili ebeveyn desteğinin, kariyer engellerinin ve bu engellerle başa çıkma stratejilerinin en önemli etkileyicileri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Wright, Perrone-McGovern, Boo, ve White (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmada akademik alanlarda etkili faktörler ve kariyer öz yetkinliği ile bağlanma, destekler ve kariyer arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışmanın örneklemini 486 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucuna göre daha güvenli

bağlananların daha fazla sosyal destek ve daha az kariyer engeli algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Watts, Frame, Moffett ve Hein (2015) tarafından gerçekleştirilen çalışmada kariyer engelleri ve mesleki istekler cinsiyet değişkenine göre incelenmiştir. Örneklemini 314 üniversite öğrencinin oluşturduğu çalışma sonucunda üniversite kadınların üniversiteli erkeklere oranla daha fazla mesleki isteklerinin olduğu, kadınların erkeklerden daha fazla kariyer engelli beklediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca mesleki istekler ve kariyer engellerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Holloway-Friesen (2016) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin algılanan kariyer engelleri üniversite ortamları, etnik köken ve cinsiyet açısından incelenmiştir. Örneklemini 138 üniversite öğrencisinin oluşturduğu çalışma sonucunda cinsiyet ve üniversite ortamı arasındaki etkileşim etkisi algılanan kariyer engellerini öngörmüştür.

Pulliam, Leva ve Burlew (2017) tarafından yapılan çalışmada düşük gelirli olan üniversite birinci sınıf öğrencilerinin ilk kariyer seçimlerinde kariyer engelleri ve kariyer kararı öz yeterliği arasındaki ilişki incelenmiştir. Örneklemini 106 üniversite birinci sınıf öğrencisinin oluşturduğu çalışma sonucunda kariyer engelleri ve kariyer kararı öz yeterliliği arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Veres ve Kotta (2021) tarafından gerçekleştirilen araştırmada kariyer uyumluluğu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide bir aracı olarak algılanan kariyer engelleri incelemiştir. Araştırmaya 562 üniversite öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucunda kariyer uyumluluğunun yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ayrıca kariyer engellerinin bu ilişkiye aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Yukarıda verilen araştırmalara genel olarak bakıldığında ilk olarak cinsiyet farkının yani kadın olmanın (McWhirter, 1997; Luzzo ve WcWhirter, 2001; Raque-Bogdan, Klingaman, Martin ve Lucas, 2013) kariyer engeli olarak görüldüğü ve kariyer engelleriyle ilgili çalışmalarının genel olarak kadınlar üzerinde yapıldığı görülmektedir. Çalışmalarda diğer önemli engelin etnik köken olduğu göze çarpmaktadır. Araştırmalarda dikkat çeken diğer bir noktanın sosyal destek olduğu göze çarpmaktadır. Sosyal destek arttıkça kariyer engellerinin azalması (Quimby ve O'Brien, 2004; Raque-Bogdan, Klingaman, Martin ve Lucas, 2013; Wright, Perrone-McGovern, Boo, ve White, 2014) çalışmaların önemli sonuçları arasındadır.

2.1.5. Kariyer Engelleri ile İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar

Gizir (2005) çalışmasında üniversite öğrencilerinin önemli problem alanları ile üniversite son sınıf öğrencilerinin fakülte ve cinsiyetleri arasındaki ilişki üzerinde çalışılmıştır. Araştırmanın örneklemini 885 üniversite son sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucuna göre üniversiteyi bitirme yılında olan öğrencilerin akademik ve mesleki alanlarda problemleri olduğu bunlarla beraber sosyal boyutta da önemli problemleri olduğu bulunmuştur.

Balın (2008) tarafından yapılan çalışmada cinsiyet ve algılanan kariyer engellerinin, kariyer seçimlerine bağlılıktaki rolü üzerinde çalışılmıştır. Araştırmanın örneklemini 437 (231 kız, 206 erkek) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre meslek bilgilerini, iş bulma olanağını ve kişilik özellikleri gibi farklı yapıları engel olarak algılayan öğrencilerin kariyer seçimlerine bağlılık düzeylerinin düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca işe başlama ihtimalini engel olarak algılayanların erken karar verme eğilimlerinde azalma olduğu görülmekte ve farklı meslek gruplarına yönelik bilgi edinme eğilimleri artmaktadır.

Sürücü (2011) tarafından yapılan çalışmada kariyer engelleri, öz-yetkinlik, sonuç beklentileri ve ilgileri ile mesleki seçim hedefleri arasındaki ilişkiyi bir modele göre incelemek amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini üniversite birinci sınıfa giden 743 (520 kız, 221 erkek) öğrenciden oluşmaktadır. Bu araştırmaya göre algılanan kariyer engellerinin mesleki seçim hedefleriyle doğrudan ilişkili olduğu ve matematik öz-yetkinliğinin bu ilişkide aracı değişken olduğu ifade edilmiştir. Bunun dışında algılanan kariyer engelleri ve bilim ilgisi arasında pozitif yönde manidar bir ilişki olduğu araştırmanın bir diğer sonuçlarındandır.

Kalafat (2014) tarafından yapılan çalışmaya 555 üniversite öğrencisi katılmış ve bu öğrencilerin kariyer gelecekleri, deneyime açıklık ve sorumluluk kişilik özellikleri, başa çıkma ve planlama becerileri, toplumsal cinsiyet rolleri ve algılanan kariyer engelleri arasındaki ilişki üzerinde durulmuştur. Araştırma sonuçlarına göre algılanan kariyer engellerinin kariyer geleceği üzerinde dolaylı etkisinin olduğu ve negatif yönde ilişkilerinin olduğu bulunmuştur. Bu sonuçla bireylerin algıladıkları kariyer engelleri ne kadar az ise kariyer geleceklerini o kadar pozitif gördükleri sonucuna ulaştırmıştır.

Ulaş (2016) tarafından yapılan araştırma üç farklı çalışma grubu üzerinde yürütülmüştür. Çeşitli sınıf düzeyinde birinci grup 523 ikinci grup 424 üniversite öğrencisinden oluşurken, üçüncü grup son sınıf öğrencisi 729 kişiden oluşmaktadır. Araştırma sonucuna göre umutsuzluk ve algılanan kariyer engelleri değişkenlerinin kariyer kararı verme öz-yetkinliğini manidar olarak etkilediği ortaya çıkmıştır. Bununla beraber algılanan kariyer engelleri umutsuzlukla beraber kariyer kararı verme öz-yetkinliğini anlamlı olarak etkilediği diğer bir bulgu olarak ortaya çıkmıştır.

Orhan (2016) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin kariyer engelleri algılarına etkisi incelemiştir. Araştırma grubu Mersin Üniversitesinde okuyan 187 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma sonucuna göre duygusal dengesizlik düzeyinin algılanan kariyer engel düzeyi artırdığı gözlenmiştir. Uyumluluk düzeyinin ise algılanan kariyer engelli düzeyini düşürdüğü çalışmanın sonuçlarındandır.

Güldü ve Kart (2017) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin kariyer planlama sürecinde kariyer geleceği algısı ile algılanan kariyer engelleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın örneklem grubunu 226 (123 kadın, 103 erkek) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Ölçme aracı olarak Kariyer Planlama Ölçeğinin yanında Kariyer Geleceği Ölçeği ve Algılanan Kariyer Engelleri Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma sonucunda birbirlerinden farklı kariyer planlaması olan öğrencilerin algıladıkları kariyer geleceği düzeyinde ve kariyer engeli algılarında farklılıklar olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Ulaş ve Özdemir (2018) tarafından yapılan çalışmada üniversitede son sınıfta bulunan öğrencilerin algıladıkları kariyer engelleri arasında anlamlı ilişki bulunan değişkenler üzerinde durulmuştur. Çalışmanın örneklem grubunu Eğitim Fakültesi son sınıfta bulunan 275 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Yapılan çalışma sonucunda bölüm seçiminde arkadaş etkisi, kariyer kararı verme öz-yeterliliği ve sürekli kaygı değişkenleriyle algıladıkları kariyer engelleri arasında anlamlı ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bunun yanında ailenin, öğretmen etkisinin ve akademik not ortalamasının manidar bir ilişkinin olmadığı sonucu bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet göre manidar bir farklılaşma görülmemiştir.

Eryılmaz ve Kara (2018) tarafından yapılan öğretmen adaylarına yönelik çalışmada kariyer engelleri, kariyer kararı yetkinlikleri ve kariyer uyumluluğu arasındaki ilişki

üzerinde çalışılmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu 220 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda kariyer uyumluluğunun kariyer engelleri arasında manidar bir ilişki olduğu ayrıca kariyer kararı yetkinlik beklentileriyle de manidar bir ilişkinin bulunduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Salman (2018) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin kariyer engellerinin, kariyer karar verme öz yetkinliklerinin ve karar durumlarının kariyer karar verme güçlükleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu 284 kadın ve 142 erkek toplam 426 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmanın sonucuna bakıldığında üniversite öğrencilerin kariyer karar verme güçlüklerinin cinsiyet ve staj/yarı zamanlı iş deneyimi değişkenleri açısından manidar biçimde farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Sarsıkoğlu (2019) tarafından yapılan çalışmada lisans öğrencilerinin kariyer seçiminde aile etkisi, algılanan kariyer engelleri, kariyer umuları ve kariyer uyumlulukları arasındaki ilişki üzerinde durulmuştur. Çalışmanın örneklem grubu üniversitede eğitime devam etmekte olan 252 kadın ve 198 erkek olmak üzere toplam 450 öğrenciden meydana gelmektedir. Gerçekleştirilen çalışmada, kariyer engellerinin ve kariyer seçiminde aile etkisinin kariyer uyumluluğu ile ilişkilerinde eğitim umusunun, liderlik umusunun ve başarı umusunun aracı etkisinin sınındığı üç yapısal eşitlik modeli test edilmiştir. Yapılan test sonucunda üç modelinde kariyer engellerini ve kariyer uyumluluğunu arasında ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Sarsıkoğlu ve Bacanlı (2019) tarafından yapılan çalışmada kariyer engelleri ve cinsiyetin kariyer uyumlulukları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın örneklemi 356 (190 kadın, 166 erkek) üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucuna göre öğrencilerin algıladıkları kariyer engelleri ve cinsiyet değişkenlerinin kariyer uyumluluğunu %12 olarak etkilediği, alt ölçeklerden ilgi faktörünü %19; kontrol faktörünü %5,9; merak faktörünü %11,4 ve güven faktörünü %14,6 olacak şekilde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Duru, Bayraktar ve Gültekin (2020) tarafından yapılan çalışmada öğretmen adaylarının kariyer kararlarının algılanan kariyer engelleri ve kariyer geleceği arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın örneklem grubunu eğitim fakültesinde eğitim gören 499 (383 kadın, 116 erkek) öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmanın analiz sonucu incelendiğinde kariyer kararının alt faktörlerinden olan bilinçsiz kariyer kararı

ve çevresel etmenler alt boyutunun algılanan kariyer engellerinin alt faktörlerinin tamamı arasında erkeklerin lehine manidar düzeyde fark olduğu görülmüştür.

Gündoğdu (2021) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin algılanan kariyer engelleri, kariyer stresleri, kariyer farkındalıklarıyla akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini 533 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda algılanan kariyer engelleri ve kariyer stresinin cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bunun yanında kariyer farkındalığının sınıf düzeyi değişkeni açısından farklılaştığı bulgusuna da ulaşılmıştır. Ayrıca kariyer engelleri ve kariyer farkındalığının akademik başarıyı manidar biçimde etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan çalışmalar ve kuramsal yapı incelendiğinde kariyer engellerinin kariyer gelişim sürecindeki etkisi dikkat çekmektedir. Bu alanda yapılan çalışmaların son yıllarda artış göstermekte olduğu ve ağırlıklı olarak çalışma yaşamına girmiş kadınlar üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Literatürde farklı çalışma gruplarına yönelik çalışmaların da olduğu fakat bu çalışmaların oldukça sınırlı olduğu dikkat çekmektedir. Literatüre kazandırılacak olan yeni çalışmaların literatürün kapsamını genişleterek kariyer engelleri kavramının daha verimli kullanılmasında etkin rol oynayacağı söylenebilir.

2.2. Psikolojik Dayanıklılık

Latince “resiliens” kelimesinden türetilen ve maddenin elastik özelliklerini (esneklik, eski haline tekrar dönme) ifade eden psikolojik dayanıklılığın (Doğan, 2015; Kavi ve Karakale, 2018), İngilizce karşılığı “resilience” olarak ifade edilir (Collins, 2008), bu kullanıma alternatif olarak protective factors ya da hardiness kavramlarının tercih edildiği de olmuştur (Hoge ve ark., 2007). Psikolojik dayanıklılığa yönelik ilk ifadeler Kobasa (1979) tarafından yapılan doktora çalışmasında hardiness olarak ifade edilmiş. Bu çalışmada uluslararası literatürde daha fazla tercih edilen resilience kullanılmıştır.

Yapılan çalışmalarda kavram Türkçeye farklı şekillerde çevrilmiştir. Bu kavram karmaşasını gidermek adına üniversitelerde bulunan alanında profesör ve doçent olan 23 öğretim üyesinin katılımıyla bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Çalışmada kavramın Türkçe karşılığı olduğu düşünülen ‘Kendini toparlama gücü’, ‘Toparlanma’, ‘Güçlülük’, ‘Psikolojik güçlülük’, ‘Direncilik’, ‘Yılmazlık’, ‘Sağlamlık’, ‘Psikolojik

dayanıklılık', 'Dayanıklılık', 'Psikolojik sağlamlık' adlandırmaların belirlenen ölçeğe göre 'resilience' kavramını ne derece ifade ettiğinin değerlendirilmesi istenmiştir. Ölçekte en yüksek puan 161 iken, 'psikolojik dayanıklılık' 121 puan olarak 'resilience' kavramının Türkçe karşılığı olarak kabul edilmiştir (Basım ve Çetin, 2011).

Fiziksel güçlülüğün yeterli olmadığı psikolojik olarak da güçlü olmanın önemli olduğu düşüncesiyle çalışmalar yapılmaya başlanmış ve bu çalışmalarda bireylerin olumsuz özelliklerini inceleyen, güçsüz taraflarını ön plana çıkaran çalışmaların çoğunluğu dikkat çekmiştir. 2000'li yıllardan sonra sosyal ve beşerî bilimlerde zayıflıklardan çok bireylerin olumlu özelliklerini ve güçlü yönleri inceleyen çalışmalara başlanmış ve patolojiden akıl sağlığına geçişin adımları atılmıştır (Kavi ve Karakale, 2018; Kararımak, 2010). Bu gelişmeleri takiben önleyici/koruyucu hizmetlerin önemi artmış ve psikolojik dayanıklılık ilgi çekici bir kavram haline gelmiştir (Gizir, 2007).

İnsanlardan bir kısmı stresli, zorlu ve travmatik durumlar, olumsuz sonuçlanması beklenen olaylar veya zorlu yaşam tecrübeleri karşısında anksiyete, depresyon, olumsuz ruh hali gibi psikopatoloji geliştirmektedir. Diğer bir kısım insanlar ise bu risk içeren durumlar karşısında kendisini toparlayabildiği, olumsuz ruh halinden daha çabuk çıktığı, baş etme becerileri geliştirdiği gözlenmiştir. Bununla beraber bu kişilerin kendilerine olan güvenleri ve başarı isteklerinin arttığı kendilerini geliştirdikleri gözlenmiştir (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015; Doğan, 2015; Kavi ve Karakale, 2018; Polatçı ve ark., 2017). Bu bireyler arasındaki dikkat çekici ve kişinin yaşamını etkileyen fark psikolojik dayanıklılık kavramıyla açıklanmıştır.

Psikolojik dayanıklılık kavramının temelleri 1970'li yıllarda gelişim psikologları ve psikiyatristler tarafından yürütölen çalışmalarda zor yaşam koşullarına rağmen sağlıklı gelişim gösteren çocukların araştırılmasıyla ortaya çıkmıştır (Bonanno ve Mancini, 2008). Başka bir ifadeyle olumsuz koşullara maruz kalan bireylerin bu koşullar altından nasıl zarar görmeden çıktıkları veya nasıl en az zararlı olumsuz durumun üstesinden geldiklerinin merakıyla başlanmıştır (Özbey, 2019). Bu bireylerin benlik bütönlüğü nasıl koruduğu, psikolojik olarak nasıl dayanabildikleri, olası sorunların neler olduğu ve başarılı şekilde uyum sağlamasına etki eden faktörleri bulmaya yönelik çalışmalar giderek artmış ve bu çalışmalarda psikolojik dayanıklılık kavramının önemi arttırmıştır (Arslan, 2015b; Işık, 2016).

Psikolojik dayanıklılık, bireylerin yaşamları boyunca karşısına çıkan sorunlara ve güçlüklerle karşı verdiği yaşantısal tepkiler bütünüdür (Akdoğan ve Yalçın, 2018). Bu bütünün parçaları doğuştan gelen (kişilik özellikleri gibi) ya da çocukluk döneminde ortaya çıkan bir özellik olabileceği gibi çevreden kaynaklanan faktörlerle (aile, iş ve okul gibi) sonradan kazanılabilir ya da zamanla yok olabilir (Buz ve Genç, 2019; Kavi ve Karakale, 2018; Kararımak, 2006). Bu sebeple psikolojik dayanıklılık kalıcı bir özellik değil zamana, çevreye ve kişiye bağlı olarak değişim göstermektedir. Ayrıca psikolojik dayanıklılığa yönelik araştırmalarda giderek çevre faktörünün önemi ön plana çıkmaktadır. Bu da zamanla değişime uğrayan psikolojik dayanıklılığın karmaşık bir yapı olduğunu ve birey-çevre arasındaki etkileşimden etkilendiğini göstermektedir (Basım ve Çetin, 2011; Gizir, 2007).

2.2.1. Psikolojik Dayanıklılık

“Resilience” kavramı yurtiçinde yapılan çalışmalarda farklı şekillerde ifade edilmiştir. Yılmazlık (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014; Gürkan, 2006; Kaner ve Bayraklı, 2010a; Kurtoğlu ve Doğan, 2016; Pekdemir ve ark., 2019), psikolojik sağlamlık (Akar ve Aktan, 2020; Arslan, 2015a; Arslan, 2015b; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018; Doğan, 2015; Gizir ve Aydın, 2006), kendini toparlama gücü (Işık, 2016; Terzi, 2006; Terzi, 2008), ve psikolojik dayanıklılık (Atan ve Ünver, 2019; Basım ve Çetin, 2011; Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015; Kaba ve Keklik, 2016; Polatçı ve ark., 2017; Terzi, 2016; Ülker Tümlü ve Receptoğlu, 2013) gibi kavramlar kullanılmıştır. Bu çalışmada karşılayan kavramı bulmak üzerine Basım ve Çetin (2011) aracılığıyla literatüre kazandırılan çalışma referans alınarak psikolojik dayanıklılık kavramının kullanımı tercih edilmiştir.

Psikolojik dayanıklılığın herkes tarafından kabul gören, üzerinde uzlaşılmış bir tanımı bulunmamaktadır (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015; Terzi, 2006). Bu kavrama yönelik birçok tanımlama yapılmıştır. Her tanım psikolojik dayanıklılığın farklı boyutlarına ve farklı özelliklerine işaret etmektedir (Ülker Tümlü ve Receptoğlu, 2013).

İnsanın yaradılışında olan yaratıcılık veya inanç içgüdüsüne benzer nitelikte bilinmezlik veya cevap aranan sorulara benzeyen psikolojik dayanıklılık (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015), birey ve bireyin sahip olduğu kişisel özellikler ile çeşitli boyutlarıyla çevresi arasındaki etkileşimi kapsayan çok faktörlü ve dinamik bir kavramdır (Basım ve Çetin, 2011; Kavi ve Karakale, 2018).

Psikolojik dayanıklılık stresli yaşam olaylarına karşı bireyi koruyan (Karacaoğlu ve Köktaş, 2016) ve en az şekilde etkilenmesini sağlayan bir beceri (Sezgin, 2012), direnç kaynağı olarak çalışan kişilik özelliği (Connor ve Davidson, 2003; Terzi, 2008) veya stresten toparlanma ve eski haline dönme yeteneğidir (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014; Kaplan, Turner, Norman ve Stillson, 1996).

Bireyin karşılaştığı olumsuz yaşantılara başarılı şekilde karşı koyması, olumsuzlukların üstesinden gelmesi ve yeni duruma beklenmedik ve olumlu uyum sağlayarak gelişim sürecini devam ettirebilme yeteneği olduğu söylenebilir (Arslan, 2015a; Doğan, 2015; Fraser, Richman ve Galinsky, 1999).

Psikolojik dayanıklılıktan bahsedilebilmesi için kesinlikle bir tehdit, güçlük, risk durumu veya olumsuzluk olması ve karşılaşılan zorluğun (Jew, Green ve Kroger, 1999) devamında bireyin bu zorluğu aşması, baş edebilmesi ve sağlıklı şekilde yaşamına devam ederek uyum sağlaması gerekmektedir (Buz ve Genç, 2019; Garmezy, 1993; Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009).

Literatürde geçen tanımlar toparlandığında psikolojik dayanıklılığın risk faktörü ve koruyucu faktörün etkileşimi sonucu ortaya çıkan (Rutter, 1999) dinamik bir süreç (Işık, 2016); başarılı baş edebilme ve uyum sağlayabilme özelliği (Atan ve Ünver, 2019; Bonanno, 2004); kendini toparlaya bilme ve yaşamına devam edebilme gücü (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015; Kavi ve Karakale, 2018); esnek uyum kapasitesi (Tugade ve Fredrickson, 2004); ve geliştirilebilir özellikleri içermesi ön plana çıkmaktadır (Işık, 2016). Ayrıca mücadelecilik (Kaner ve Bayraklı, 2010a), deneyimler, kararlılık ve uyum sağlama gibi pek çok kavramı bünyesinde barındıran karmaşık bir yapı olduğu ifade edilebilir (Ağırkan ve Kağan, 2017).

Çok çeşitli tanımları bulunmakla birlikte psikolojik olarak dayanıklı bireylerin risk durumu karşısında gösterdiği benzer sonuçlar vardır (Jew, Green ve Kroger, 1999). Tanımlara bakıldığında üç değişkenle açıklanabilir: Risk durumuna rağmen sağlıklı gelişim gösterme, stres durumunda yeterliliğini koruyabilme, travmadan çıkabilme ve iyileşebilme olarak ifade edilebilir (Werner, 1995).

Psikolojik dayanıklılık risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin birbiri etkilemesiyle ortaya çıkan başarılı uyum sağlamayla (Windle, 1999), devam eden dinamik süreçtir (Kararmak, 2006). Masten, Best ve Garmezy (1990) psikolojik sağlamlıkla ilgili tanımlamaları; a) Yüksek riske rağmen olumlu sonuç, b) devamlı olarak kendini

koruyabilme yeterliliği, c) travma sonrası eskiye dönme olarak üç parça şeklinde ifade etmiştir (s. 426). Farklı bir bölme biçimi olarak da üç ana bölüm üzerinde yoğunlaşmıştır. Bu bölümlerden birincisi olumsuz durumları ifade eden risk; ikincisi hayatına kaldığı yerden devam etmeyi ifade eden uyum gösterme; üçüncüsü olumsuz durumların ortadan kaldırılmasına yardımcı olan koruyucu faktörler olarak bölümlendirilmiştir (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014; Gizir ve Aydın, 2006; Işık, 2016). Psikolojik dayanıklılık kavramını daha anlaşılır hale getirmek için aşağıda bu üç temel noktanın üzerinde durulmuştur.

2.2.1.1. Risk Faktörü

Psikolojik dayanıklılık kavramının ortaya çıkabilmesi için risk faktörünü araştırmacılar bir gereklilik, ön koşul, anahtar faktör olarak görmektedirler (Gizir, 2007; Masten, 2001; Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009). Risk faktörünün olmadığı ya da gözlenemediği durumlarda bireyler yeterli, iyi uyumlu veya normal olarak ifade edilebilir. Bu durumda psikolojik dayanıklılık kavramının ortaya çıkmasından ve gelişmesinden söz edilemez (Işık, 2016). Çünkü psikolojik dayanıklılık bireyin hayatındaki risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin birbirlerini etkilemesi ve bunun sonucunda başarılı şekilde uyum sağlamayı ifade etmektedir (Windle, 1999). Başka bir ifadeyle risk faktörü, koruyucu faktör ve olumlu sonuç bir bütündür (Stewart, 1997) ve bütün psikolojik dayanıklılık kavramını oluşturmaktadır. Bu bütünün temel parçalarından olan risk faktörünü çıkardığımızda psikolojik dayanıklılıktan bahsedilemez (Garnezy, 1993).

Risk, olumsuz hayat şartlarını ifade etmek için kullanılan güçlük, sıkıntı ya da felaket anlamlarına gelen ve gerçekleşme ihtimali olan olumsuz sonuçları tahmin eden istatistiksel bir kavramdır (Gizir, 2007; Terzi, 2006). Bireyler kendisiyle, ailesiyle ve çevresiyle uyumlu ve sağlıklı olarak yaşamaktadır. Bazı dönemlerde bu sağlığı ve uyumu bozan güçlükler, sıkıntılar meydana gelmektedir (Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013). Psikolojik dayanıklılığı etkileyen bu gibi sıkıntı veren durumlar ya da olası güçlükleri tetikleyen etkenler risk faktörü kavramı ile açıklanmaktadır. Diğer bir ifadeyle bir kısım risk faktörleri olumsuz sonucu direkt etkilerken, bir kısım risk faktörleri olumsuz sonuca zemin hazırlamakta ya da gerçekleşmiş olan olumsuz sonuca destek vererek güçlenmesini sağlamaktadır (Gizir, 2007).

Psikolojik dayanıklılıktan ya da psikolojik dayanıklılık kavramının tanımından bahsedilebilmesi için kişinin olumsuz hayat koşullarından geçmesini, zorluk yaşamasını ya da bir risk durumuyla karşı karşıya kalmasını ifade eden risk faktörü bir gerekliliktir (Gizir, 2007; Işık, 2016; Kararımak, 2006). Buna bağlı olarak risk faktörünün olmadığı psikolojik dayanıklılık araştırmaları kavramın kuramsal yapısıyla ters düşecektir (Işık, 2016).

Risk faktörleri genetik (genetik bozukluklar, kronik hastalıklar), biyolojik (erken doğum), sosyokültürel (boşanma, terör) ve demografik (yoksulluk, ebeveynlerdeki psikopatolojik durumlar) olarak karşımıza çıkabilir (Gizir, 2007; Kararımak, 2006). Gerçekleştirilen çalışmalarda risk faktörü tek başına olabileceği gibi birkaç risk faktörünün de birbirini etkilediği gözlemlenmiştir (Masten ve Coatsworth, 1998). Bunun sonucunda çoklu risk faktörleri ve bu faktörler arasındaki ilişki anlamaya yönelik çalışmalar yapılmaya başlanmıştır (Kararımak, 2006).

Kişinin yaşamını olumsuz olarak etkileyen birçok durum meydana gelmektedir. Bu olumsuzluklarda kişinin psikolojik dayanıklılığını etkilemektedir. Psikolojik dayanıklılığı etkileyen ve olumsuz sonuçları tahmin eden değişkenin risk faktörü olduğu ifade edilmişti (Kararımak, 2006; Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013). Risk faktörünün anlaşılmasını kolaylaştırmak ve sebebini ortaya çıkarmak için literatürde bireysel risk faktörleri, ailesel risk faktörleri ve çevresel risk faktörleri olarak üç başlık altında toplanmaktadır (Kavi ve Karakale, 2018; Terzi, 2006):

Bireysel risk faktörleri; olumsuz kişilik özellikleri, ruhsal bozukluklar, yetersiz iletişim becerileri, madde kullanımı gibi faktörler bu grubu oluşturmaktadır. Ailesel risk faktörleri; aile içi ihmal, istismar ve şiddet, boşanma, aileden birinin kaybı, ailevi hastalık gibi faktörlerde bu grubu oluşturmaktadır. Çevresel risk faktörleri; yoksulluk, göç, işsizlik, ekonomik yetersizlikler, yetersiz beslenme ve toplumsal olaylar gibi faktörlerde bu grubu oluşturmaktadır (Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009; Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013).

Gizir (2007) çalışmalarda ele alınan risk faktörlerini aşağıdaki gibi tablo haline getirmiştir (s. 116) :

Tablo 1 Psikolojik Dayanıklılık Araştırmalarında Ele Alınan Risk Faktörleri

Bireysel Risk Faktörleri
• Erken doğum • Olumsuz yaşam olayları • Kronik hastalıklar
Ailesel Risk Faktörleri
• Ebeveynlerin hastalığı ya da psikopatolojisi • Ebeveynlerin boşanması, ölümü ya da tek ebeveyn ile yaşamak • Ergenlik döneminde anne olma
Çevresel Risk Faktörleri
• Ekonomik zorluklar ve yoksulluk • Çocuk ihmali ve istismarı • Savaş ve doğal afetler gibi toplumsal travmalar • Toplumsal şiddet ve ailevi felaketler • Evsizlik

Özet olarak psikolojik dayanıklılığın anahtar kavramlarından olan risk faktörü, bireyin yaşamını olumsuz yönde etkileyen durumlar bütünüdür. Bu kavram genişliğinden kurtarmak için araştırmacılar risk faktörlerini 3 grup altında kategorize etmiştir: Bunlar bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri olarak karşımıza çıkmaktadır.

2.2.1.2. Koruyucu Faktör

Psikolojik dayanıklılığın temelinde risk faktörleri, koruyucu faktörler ve sonuç arasında önemli bir ilişki vardır (Murray, 2003). Risk faktörleri olarak adlandırılan sıkıntılar, güçlükler veya olumsuz yaşam koşullarını önlemek güçtür. Risk faktörlerinin etkisini azaltmak veya tamamen ortadan kaldırmak koruyucu faktörlerle sağlanabilir (Garmezy, 1993). Koruyucu faktörlerle gerekli önlem alınmazsa kendimizi koruma gücümüz azalır. Bu durumda koruyucu faktörlerin önemi daha da ön plana çıkmaktadır (Jew, Green ve Kroger, 1999). Koruyucu faktörlerin etkinliğinin artırılması risk faktörlerinin karşına daha sağlam ve donanımlı çıkılmasını sağlar. Bu şekilde sağlam ve donanımlı çıkmak ise psikolojik dayanıklılık özelliklerinin geliştirilmesiyle doğru orantılıdır (Kavi ve Karakale, 2018; Terzi, 2006).

Risk faktörüne bağlı olarak veya risk faktöründen bağımsız olarak ortaya çıkabilen koruyucu faktörün (Stewart, 1997), literatürde tanımı yapılırken farklı bakış açılarıyla aynı sonuca ulaşıldığı görülmüştür. Bu tanımlara baktığımız zaman güçlüklerle karşı ayakta kalabilme ve zorlukların üstesinden gelebilme gücünün artırılması (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015), olumsuz deneyimlere yapıcı tepkiler verme özelliğinin geliştirilmesi (Kararımak, 2006), risk faktörünün etkisini azaltan ya da ortadan kaldırılmasına yardımcı olan faktörlerin farkına varılması (Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009), bireyin çevresinde bulunan risk faktörlerini uzaklaştıran ve bireyi gelişmesine katkı sağlayan durumlar (Kavi ve Karakale, 2018) ve kişide ve çevresinde stres yaratan durumların etkisini azaltan veya yok eden özellikler (Gürgen, 2006) olarak ifade edilmiştir.

Psikolojik dayanıklılık kavramının önemli bileşenlerinden birisi olan koruyucu faktörler, bireyin ve bireyin çevresindeki olumsuz durumun oluşmasını önleyen, problem oluşumunu azaltan veya var olan sorunun etkisini azaltarak (Murray, 2003) bireyin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal gelişimine katkı sağlayarak, bireyin yaşamında karşısına çıkan risk faktörlerinin üstesinden gelmesini sağlar (Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013).

Yapılan çalışmalar incelendiğinde koruyucu faktörlerin “içsel” ve “dışsal” olarak ele alındığı görülmektedir (Kararımak, 2006; Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013). İçsel faktörlere örnek olarak bireyin kendini geliştirme kapasitesi ve kişilik özellikleri gibi bireyin kendisiyle alakalı faktörler söylenebilir. Dışsal faktörlere örnek olarak aile, okul ve toplum gibi bireyin çevresini oluşturan faktörler söylenebilir. Bu içsel ve dışsal faktörlerin olumsuz etkileri azalttığı ve bireyin psikolojik dayanıklılığını geliştirdiği düşünüldüğünde koruyucu faktörlerin önemi ön plana çıkmaktadır (Işık, 2016; Kararımak, 2006).

Koruyucu faktörler, bireyin karşılaştığı olumsuzluklarla baş edebilmesini sağlayan destek sistemlerinden oluştuğu düşünüldüğünde psikolojik dayanıklılık kavramını anlamada kritik noktalardan birisidir (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014; Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Araştırmacılar çalışmalarını engellenmesi zor olan risk faktörlerinden çok insanı koruyan, sağlıklı olarak yaşamına devam etmesine katkı sağlayan koruyucu faktörlere kaydırmıştır (Kararımak, 2006; Kurtoglu ve Doğan, 2016). Koruyucu faktörlerin araştırılmasını kolaylaştırmak için bireysel koruyucu

faktörler, ailesel koruyucu faktörler ve çevresel koruyucu faktörler olarak 3 başlık altında toplanmıştır. Bu koruyucu faktörler tek başlarına etkili olabildiği gibi birbiri arasında etkileşimle de koruma sağlayabilir (Gizir, 2007). Bireysel koruyucu faktörlere örnek olarak bilişsel yeteneklerini keşfedebilme, iletişim becerilerine sahip olma, güçlüklerle başa çıkabilme, empati kurabilme ve sorumluluk sahibi olma gibi özellikler söylenebilir. Ailesel koruyucu faktörlere örnek olarak etkili aile içi iletişim, karşılıklı saygı, aile olma bilinci ve aile ile yaşama gibi özellikler söylenebilir. Çevresel koruyucu faktörlere örnek olarak akran desteği, güvenilir çevre ve olumlu toplumsal destek gibi özellikler söylenebilir (Çakar, Karataş ve Çakır, 2014; Kavi ve Karakale, 2018; Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009).

Gizir (2007) çalışmalarda ele alınan koruyucu faktörlerini aşağıdaki gibi tablo haline getirmiştir (s. 120):

Tablo 2 Psikolojik Sağlamlık Araştırmalarında Ele Alınan Koruyucu Faktörler

Bireysel Koruyucu Faktörler
• Zekâ • Akademik başarı • Olumlu veya kolay mizaç • İç kontrol odağı • Benlik saygısı ve özyeterlik • Kişisel farkındalık ve kendini kabul • Özerklik • Yaşam hedeflerinin olması ve gelecek için olumlu beklentiler • Etkili problem çözme becerileri • İyimserlik ve umut • Sosyal yetkinlik • Mizah duygusuna sahip olma • Sağlık • Cinsiyet • Yaş
Ailesel Koruyucu Faktörler
• Destekleyici anne-baba ya da bir aile üyesiyle olumlu ilişkiler • Etkili ebeveynlik / Ev yapısı ve kuralları

-
- Çocuğa yönelik yüksek ve gerçekçi beklentiler
-

Çevresel Koruyucu Faktörler

- Sosyal çevredeki destekleyici bir yetişkinle olumlu ilişkiler
 - Akran / Arkadaş desteği
 - Etkili toplumsal kaynaklar (kaliteli okullar, gençlik merkezleri, gençlik organizasyonları vb.)
-

Sadece risk faktörüne bakarak çalışmak doğru sonuca götürmeyebilir çünkü diğer faktörler riski engelliyor ve risk durumu ortadan kaldırıyor olabilir (Murray, 2003). Bu nedenle bireyin çevresinde gördüğü olumlu destek, ailesi tarafından verilen ilgi, sevgi ve saygı aynı zamanda kendisiyle alakalı olan zekâ seviyesi, iletişim gücü, başarılı akademik yaşam ve iş hayatı gibi koruyucu faktörlere sahip olması bireyin yaşantısını etkilemektedir (Kavi ve Karakale, 2018). Başka bir ifadeyle koruyucu faktörler işlevini yerine getiriyorsa bireyin kendisini geliştirmeye açık, sağlıklı ve psikolojik olarak dayanıklı olduğu görülmektedir. Koruyucu faktörler işlevini yerine getirmezse bireyin olumsuz etkilendiği ve psikolojik dayanıklılığının düştüğü ya da yok olduğu görülmektedir (Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009).

2.2.1.3. Olumlu Sonuçlar

Psikolojik dayanıklılık olumsuz yaşantılara, tehdide ya da zorluğa maruz kalması sonucunda bireyin bireysel, ailesel ve çevresel kaynakları kullanarak güçlü kalma, etkisinden kurtulma veya uyum sağlayarak yaşantısına kaldığı yerden devam etmesi olarak tanımlanabilir (Arslan, 2015b; Işık, 2016; Kararımak, 2006). Başka bir tanımda psikolojik dayanıklılıktan bahsedilebilmesi için bir zorluğun olması ve bu zorluğun aşılarda pozitif sonuca ulaşılması gerekliliği ifade edilir (Basım ve Çetin, 2011; Özbey, 2019). Bu tanımlara bakıldığında psikolojik dayanıklılık araştırmalarında risk faktörü ve koruyucu faktörün yeterli olmadığı olumlu sonuçlarında olması gerektiği görülmektedir (Gizir, 2007; Masten, 2001).

Psikolojik olarak dayanıklı olmak bireyin kendi içinde veya çevresiyle mükemmel olduğu anlamına gelmemektedir. Psikolojik dayanıklılık zorlukların üstesinden gelme, uyum sağlama ve olumlu sonuca ulaşma sürecidir (Buz ve Genç, 2019). Olumlu sonuç bireyin koruyucu faktörlerle risk faktörlerinin üstesinden gelerek yaşanan duruma adapte olma veya yaşanan zorluğun üstesinden gelinmesi sonucu kazanılan bir

yeterlilik olarak ifade edilmiştir (Masten ve Coatsworth, 1998; Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013). Burada önemli olan risk faktörleriyle karşı karşıya kalmak değil, risk faktörleriyle baş edebilme ve yaşamına kaldığı yerden devam edebilme becerisidir (Buz ve Genç, 2019). Başka bir ifadeyle süreç olumsuz sonuçlara gitmeden zorlukların üstesinden gelme ve uyum sağlayarak olumlu sonuca ulaşma olarak ifade edilebilir (Hunter, 2001).

Riskleri, stres durumunu azaltmak ve koruyucu müdahaleleri geliştirmek uyum sürecini kolaylaştırmakta ve bireyin gelişimine sağlıklı şekilde devam etmesine yardımcı olmaktadır (Masten, 2001). Başka bir ifadeyle olumsuzluklara rağmen olumlu sonuçlara ulaşmak önemli bir özelliktir (Gürkan, 2006; Polatçı ve ark., 2017).

2.2.2. Psikolojik Dayanıklı Birey Özellikleri

Psikolojik dayanıklılığa yönelik çalışmalarda birçok tanım yapılmış ve bireylerde psikolojik dayanıklılığı etkileyen kişilik özellikleri araştırılmıştır (Kararımak, 2006). Yapılan çalışmalar incelediğinde psikolojik olarak dayanıklı bireylerin olumlu psikolojik belirtiler gösterdiği gözlenmiştir (Kaba ve Keklik, 2016). Psikolojik olarak dayanıklı bireyler olumsuz olaylardan daha az etkilenir ve bu durumu kendileri için gelişim fırsatı olarak görürler (Terzi, 2016) ve ruh sağlıklarını etkileyecek olaylarda hasarı en aza indirmek için çaba gösterirler (Kavi ve Karakale, 2018).

Psikolojik olarak dayanıklı bireyler genel anlamda bazı özellikleri kendilerinde barındırmaktadırlar: Değişen düzene kolay uyum sağlar (Luthar ve Cicchetti, 2000), zorluklara karşı yılmadan mücadele eder (Kavi ve Karakale, 2018), kendisini toparlayabilme gücü yüksektir (Doğan, 2015), pozitif duygulara sahiptir (Polatçı ve ark., 2017), sosyal becerileri yüksektir (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015), iletişim becerisi yüksektir, kendine güvenir (Kavi ve Karakale, 2018), işbirliğini sever, empati becerisi yüksektir (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015), kendisini kontrol becerisi yüksektir (Terzi, 2016), ruhsal yönden sağlıklıdır (Kaba ve Keklik, 2016), olumsuzluklar karşısında sakin kalır (Kavi ve Karakale, 2018) gibi çok geniş özellikleri bünyesinde barındırır. Kobasa (1979) bu özellikleri genel hatlarıyla üç başlık altında toplamıştır. Bunlar 1) deneyimlerinin farkında olma ve onları kontrol edebilme, 2) yaşanan süreçte kararlı durma ve 3) hayatlarındaki değişimi kendileri için bir gelişim fırsatı olarak görmedir.

Psikolojik olarak dayanıklı bireyler yukarıda da ifadede edildiği gibi birçok özelliği bünyesinde barındırır. Bu özellikler doğuştan gelenler olmakla birlikte daha çok öğrenmeyle kazanılan süreçleri kapsamaktadır (Taşgın, Bozgeyikli ve Boğazlıyan, 2017). Yani psikolojik olarak dayanıklı bireyler sadece değişime uymakla yetinmez. Riskli durumların üstüne gider, riskli durumlardan ders çıkarır, bu durumları kendisine tecrübe olarak görür ve bir gelişim basamağı olarak görürler (Hanton, Evans ve Neil, 2003). Başka bir deyişle krizi fırsata çevirme potansiyeline sahiptirler.

2.2.3. Psikolojik Dayanıklılıkla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Kobasa (1979)'nın doktora çalışmasında psikolojik dayanıklılık kavramı ortaya atılmıştır. Örneklemi belediyede çalışan ve 40-49 yaşları arasında olan orta ve üst düzey 837 erkek yöneticiyle başlayan çalışmanın anketine 670 kişi dönüş yapmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin son üç yılda karşılaştıkları stresli durumlar ve geçirdikleri hastalıklar belirlenerek analiz edilmiştir. Stres durumuna maruz kalıp bu stres durumundan etkilenmeyen veya çok az düzeyde etkilenen bireyler olduğu görülmüştür. Bu bireylerdeki farklı kişilik özelliği çalışmada hardiness olarak ifade edilmiştir.

Lopez, Haigh ve Burney (2004)'in gerçekleştirmiş oldukları çalışmada psikolojik dayanıklılık ve stres arasındaki ilişki üzerine durulmuştur. Araştırmanın örneklemi Avustralya'da yaşayan 41 erkek 47 kadın olmak üzere toplam 88 kişi oluşturmaktadır. Araştırmaya göre psikolojik dayanıklılığın ve algılanan stresin birbirini etkilediği ve psikolojik olarak dayanıklı bireylerin daha düşük stres seviyesinde oldukları bulunmuştur.

Magno, Parinas ve Mamaug (2008) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada üniversitede eğitimine devam etmekte olan 379 öğrencinin psikolojik dayanıklılık düzeylerine etki eden kişisel ve sosyal etkenlerin ortaya çıkartılması amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda psikolojik dayanıklılığı anlamlı düzeyde açıklayan kişisel faktörler; öz yeterlilik, maneviyat ve öz saygı, sosyal faktörlerse; sosyal destek ve güvenli bağlanma olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Souri ve Hasanirad (2011) tarafından yapılan çalışmada psikolojik dayanıklılık, iyimserlik ve psikolojik iyi oluş arasında olan ilişki incelenmiştir. Çalışmaya tıp fakültesinde eğitim gören 213 erkek 191 kız olmak üzere 414 üniversite öğrencisi katılmıştır. Sonuç olarak psikolojik dayanıklılığın psikolojik iyi oluşu tahmin

edebildiği bulgusuna ulaşılmıştır. Psikolojik dayanıklılık ve iyimserliğinde içerisinde yer alan kişisel özelliklerin psikolojik iyi oluşu etkilediği bulunmuştur. Ayrıca psikolojik dayanıklılığın etkileme düzeyine bakılmadan iyimserliğin belli bir noktaya kadar psikolojik iyi oluş sağlayabileceği bulgular arasındadır.

Bimrose ve Hearne (2012) tarafından yapılan çalışmada psikolojik dayanıklılık ve kariyer uyumu incelenmiştir. Çalışma sonucunda psikolojik dayanıklılık ve kariyer uyumunun birbirini etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Kotzé ve Kleynhans (2013) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin akademik performansının belirleyicisi olarak psikolojik iyi olma ve psikolojik dayanıklılık özellikleri incelemiştir. Araştırmanın örneklemini üniversite birinci sınıfa giden 789 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre tükenmişlik ve psikolojik dayanıklılık akademik performansı anlamlı olarak etkilediği bulgusuna ulaşılmıştır.

Pidgeon ve Keye (2014) tarafından literatüre kazandırılan araştırmada farkındalık, psikolojik iyi oluş ve psikolojik dayanıklılık arasında bulunan ilişki incelenmiştir. Çalışmaya üniversite okuyan 141 öğrenci katılmıştır. Çalışmanın bulguları arasında psikolojik dayanıklılık ve farkındalık arasında pozitif yönlü manidar olarak birbirlerini etkiledikleri bulgusuna ulaşılmıştır.

Shin ve Kelly (2015) tarafından yapılan çalışmada kariyer kararı verme zorluklarını psikolojik dayanıklılık ve karar verme stratejileri açısından incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini 364 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda karar verme sürecinde farklı karar verme stratejilerinin kullanıldığı, kariyer kararında ertelemeyi azaltmanın önemi ve karar verme zorluklarını aşmak için psikolojik dayanıklılığın önemli olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Haar ve Staniland (2016) tarafından yapılan çalışmanın örneklem grubunu Yeni Zelanda'nın yerli çalışanlarının oluşturduğu toplam 191 kişi oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda psikolojik dayanıklılık düzeyinin kariyer memnuniyetini önemli ölçüde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Srivastava ve Madan (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada psikolojik dayanıklılık ve kariyer memnuniyeti arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Hindistan'daki 10 özel bankada çalışan 272 orta düzey yönetici

oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda çalışanların psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve kariyer memnuniyeti arasında pozitif yönlü manidar bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan literatür çalışmaları incelendiğinde psikolojik dayanıklılık ve kariyer engelleri arasında ilişkiyi direkt inceleyen araştırmalara rastlanmamıştır. Fakat kariyer gelişim sürecini dolayısıyla kariyer engellerini dolaylı yoldan etkileyen olumlu kişilik özellikleri (Magno, Parinas ve Mamaug, 2008; Sourı ve Hasanirad, 2011; Pidgeon ve Keye, 2014), kariyer uyumu (Bimrose ve Hearne, 2012), stres (Kobasa, 1979; Lopez, Haigh ve Burney, 2004), akademik performans (Kotzé ve Kleynhans, 2013), kariyer kararı verme (Shin ve Kelly, 2015) ve kariyer memnuniyeti (Haar ve Staniland, 2016; Srivastava ve Madan, 2020) gibi konularda sınırlı olsa çalışmalar olduğu dikkat çekmektedir.

2.2.4. Psikolojik Dayanıklılıkla İle İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar

Terzi (2008) tarafından gerçekleştirilen çalışmada psikolojik dayanıklılıkla algılanan sosyal desteğin birbirlerini etkileme düzeyleri incelenmiştir. Çalışmada kullanılan psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek ölçekleri 140 üniversite öğrencisi tarafından doldurulmuştur. Yapılan çalışma sonunda üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve algıladıkları sosyal destekleri arasında manidar bir ilişki görülmüştür.

Bitmiş, Sökmen ve Turgut (2013) tarafından psikolojik dayanıklılığın tükenmişlik üzerine etkisi araştırılmıştır. Örneklem grubunu 430 kamu çalışanının oluşturduğu çalışma sonucunda psikolojik dayanıklılığın tükenmişlik seviyelerine direkt etki ettiği gözlenmiştir.

Ülker Tümlü ve Recepoğlu (2013)’nın gerçekleştirmiş olduğu çalışmada akademik personellerin psikolojik dayanıklılık düzeyleriyle yaşam doyumları arasındaki ilişki üzerine çalışılmıştır. Çalışmanın örneklem grubu Kastamonu Üniversitesi’nden 94 öğretim elemanından oluşmaktadır. Yapılan çalışma sonunda yaşam doyumu ve psikolojik dayanıklılık arasında orta düzeyde pozitif yönde manidar bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Çetin, Yeloğlu ve Basım (2015) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıklarını açıklamada hangi kişilik özelliklerinin etkisinin olduğuna

yönelik çalışılmıştır. 286 üniversite öğrencisi üzerinden gerçekleştirilen çalışma sonucunda psikolojik dayanıklılık düzeyinin belirlenmesinde kişilik faktörünün önemli bir rol oynadığı gözlenmiştir.

Güngörmüş ve ark. (2015) tarafından yapılan hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler çalışmasında 437 hemşirelik bölümü öğrencisi çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır. Sonuç olarak hemşirelik bölümü öğrencilerinin dayanıklılık seviyelerinin orta düzeyde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin sosyal destekten, biyolojik cinsiyetten, ebeveynlerinin eğitim seviyesinden, sosyo-ekonomik faktörlerden ve coğrafi bölge özelliklerinden etkilendiği bulgusuna ulaşılmıştır.

Kaba ve Keklik (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmada üniversiteye devam etmekte olan birinci sınıf ve hazırlık sınıfı öğrencilerinin üniversite yaşamına uyumlarında psikolojik dayanıklılığın etkisi ve durumun psikolojik yansımaları üzerinde durulmuştur. Çalışmaya katılan 478 öğrenciden elde edilen bulgulara göre psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve üniversite yaşamına uyumluluk arasında manidar bir farklılaşma görülmemiştir. Ayrıca üniversite yaşamına uyumlarıyla psikolojik belirtileri arasında da manidar bir farklılaşma meydana gelmemiştir. Dayanıklılığı yüksek, belirtileri düşük öğrencilerin yaşam uyumlarının yüksek olduğu görülmüştür.

Işık (2016) Türkiye’de psikolojik dayanıklılık konusunda yapılmış araştırmalar üzerinde çalışmıştır. Psikolojik dayanıklılıkla ilgili araştırmaların en çok 2010-2014 yıllarında yapıldığını, “Resilience” kavramının Türkçeye çevrilmesi konusunda farklılıklar olduğu, bazı çalışmalarda psikolojik sağlamlıkla veya dayanıklılıkla ifade edildiği bazı çalışmalarda yılmazlık olarak çevrildiği bazı çalışmalarda da kendini toplama şeklinde ifade edildiği sonucuna ulaşılmıştır.

Keleş ve Özkan (2016) tarafından yapılan araştırmada kariyer gelecek algısı farklı üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini Bahçeşehir Üniversitesinde eğitimine devam 330 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda psikolojik dayanıklılığın kariyer iyimserliğini ve uyumluluğunu manidar şekilde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca psikolojik dayanıklılığın cinsiyet açısından değerlendirilmesi sonucunda kız öğrencilerin dayanıklılıklarının daha fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Taşğın, Bozgeyikli ve Boğazlıyan (2017)'in gerçekleştirmiş olduğu araştırmada üniversiteye devam etmekte olan öğrencilerinin işsizlik kaygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasında ilişki incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 131 erkek 262 kadın olmak üzere toplam 393 üniversite öğrencisinden meydana gelmektedir. Araştırma sonuçlarına göre erkeklerin psikolojik dayanıklılığı kadınların psikolojik dayanıklılığından anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Ayrıca kadın öğrencilerin işsizlik kaygı düzeyleri erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Sosyo-ekonomik düzeyin psikolojik dayanıklılığı etkilemediği sonuçlar arasındadır.

Ağırkan ve Kağan (2017) tarafından yapılan çalışmada üniversiteye devam etmekte olan öğrencilerin değer yönelimlerinin psikolojik dayanıklılıkları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışmanın örneklem grubunu Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesinde eğitimine devam 551 öğrenciden meydana gelmektedir. Çalışma sonucunda değer yönelimlerinin psikolojik dayanıklılığı manidar şekilde etkilediği bulgusuna ulaşılmıştır.

Çelik, Sanberk ve Deveci (2017)'nin gerçekleştirmiş olduğu çalışmada öğretmen adaylarının yaşam doyumunda umutsuzluğun ve psikolojik dayanıklılığın etkisi üzerinde durulmuştur. Çalışmanın örneklem grubunu Çukurova Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümünden 140 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Yapılan çalışmanın sonunda yaşam doyumuyla psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde manidar bir ilişkinin olduğu, umutsuzluklarıyla arasındaysa negatif yönlü manidar bir ilişkinin bulunduğu saptanmıştır. Diğer yandan öğretmen adaylarının yaşam doyumlarının, psikolojik dayanıklılık ve umutsuzlukları tarafından etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır.

Özkan (2017) gerçekleştirmiş olduğu çalışmada öğretmen adayı olan üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri, duygusal zeka özellikleri ve kariyer gelecek algıları arasındaki ilişki üzerinde durulmuştur. Araştırmanın örneklemini Uludağ Üniversitesinde öğrenim gören 644 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda öğrencilerin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve kariyer geleceği algılarının birbirlerini pozitif yönlü anlamlı şekilde etkilediği bulgusuna ulaşılmıştır.

Aydın ve Egemberdiyeva (2018) tarafından 209 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen çalışmanın sonuçlarına göre cinsiyete göre psikolojik dayanıklılık farklılaşmamaktadır. Fakat okuduğu bölüme göre farklılaşmaların olduğu bulgusuna

ulaşılmıştır. Yaş ve kardeş sayısının psikolojik dayanıklılığı manidar şekilde etkilediği görülmüştür. Mutluluk ve arkadaş desteğiyle ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Çınar ve Eminoğlu (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada PDR bölümünde okuyan 11 tanesi deney ve 11 tanesi de kontrol grubunda toplam 22 öğrenciye psikolojik dayanıklılıklarını ve duygu düzenleme becerilerini geliştirmek için psiko-eğitim programı uygulanmıştır. Uygulama sonucunda öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarında ve duygu düzenleme becerilerinde bir artış olduğu gözlenmiştir.

Duman ve Ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada üniversiteye devam etmekte olan 57 üniversite öğrencisinin mental iyi oluşlarıyla psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki üzerinde durulmuştur. Yapılan çalışma sonunda mental iyi oluş ve psikolojik dayanıklılığın alt faktörlerinden olan sosyal kaynaklarla arasında negatif yönde manidar bir ilişkinin olduğu psikolojik dayanıklılığın geri kalan alt faktörleriyle anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Psikolojik dayanıklılığa yönelik çalışmaların dört aşamadan geçtiği söylenebilir. İlk araştırmalar bireysel olarak araştırılmış ve psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin özelliklerinin incelenmesidir. İkinci aşama olarak bireysel ve çevre özelliklerinin birlikte incelenmesidir. Üçüncü olarak dayanıklılığı geliştirmeye yönelik programlar üzerinde durulmuştur. Son olarak da genetik açıdan incelemeler yapılmıştır (Işık, 2016).

Yapılan literatür taraması sonucunda psikolojik dayanıklılık ve kariyer engellerinin birlikte ele alındığı çalışmaya rastlanılmamıştır. Psikolojik dayanıklılık ve kariyer engelleri arasındaki ilişkiye benzeyen ve psikolojik dayanıklılık ve kariyer süreciyle alakalı olarak tükenmişlik (Bitmiş, Sökmen ve Turgut, 2013), yaşam doyumu (Ülker Tümlü ve Recepoğlu, 2013; Çelik, Sanberk ve Deveci, 2017), kariyer gelecek algısı (Keleş ve Özkan, 2016; Özkan, 2017), işsizlik kaygıları (Taşgın, Bozgeyikli ve Boğazlıyan, 2017), üniversite yaşamına uyum (Kaba ve Keklik, 2016) ve kariyer sürecinde de önemli yeri olan sosyal destek (Güngörmüş ve ark., 2015; Terzi, 2008; Duman ve Ark., 2020; Aydın ve Egemberdiyeva, 2018) gibi konularda çalışmaların olduğu görülmektedir.

3. YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde; araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama sürecinin işleyişi ve verilerin analiziyle ilgili bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada betimsel araştırma yöntemi kullanılmıştır. 2020-2021 öğretim yılında üniversite eğitimine devam eden öğrencilerin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki ve bu ilişki cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre incelenmiştir.

Araştırmada var olan durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu model genellikle değişkenler arası ilişki durumunu belirlemek için kullanılmaktadır (Şimşek, 2012). Başka bir ifadeyle araştırmada bulunan değişkenler arasındaki ilişkinin varlığı ve/veya ilişki durumunun düzeyini belirlemek amacıyla kullanılmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2019; Karasar, 2005).

3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Bu araştırmada örneklem grubu üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Üniversite öğrencilerinin seçilme işleminde Covid-19 salgın sürecinde ortaya çıkan ölümcül hastalık tehlikesinden dolayı kolay ulaşılabilirlik ve pratik sebepler göz önünde bulundurulmuştur. Bu sebeple araştırmada 2020-2021 öğretim yılında Covid-19 salgın sürecinde üniversite eğitimine uzaktan (online) devam etmekte olan 288 kadın ve 173 erkek olmak üzere toplam 461 katılımcıya Google Form yardımıyla oluşturulan online anketler ulaştırılarak veriler elde edilmiştir. Çalışma grubunun özellikleri ve dağılımları ile ilgili bilgiler aşağıda açıklanmıştır.

Çalışma grubunun cinsiyet ve sınıf düzeyine ilişkin bilgiler:

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve sınıf düzeyine göre dağılımı Tablo 3' de gösterilmiştir.

Tablo 3 Çalışma Grubunun Cinsiyet ve Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı

Değişken	Grup	N	%
Cinsiyet	Kadın	288	62.5
	Erkek	173	37.5
	Toplam	461	100
Sınıf Düzeyi	1. Sınıf	110	23.9
	2. Sınıf	107	23.2
	3. Sınıf	76	16.5
	4. Sınıf	168	36.4
	Toplam	461	461

Tablo 3 incelendiğinde araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin 288'i (%62,5) kadın ve 173'ü (%37,5) erkek olarak dağılım göstermektedir.

Çalışma grubunun 110'u (%23,9) 1. sınıfta üniversite eğitimine devam etmekte, 107'si (%23,2) 2. sınıfta üniversite eğitimine devam etmekte, 76'sı (%16,5) 3. sınıfta üniversite eğitimine devam etmekte ve 168'i (%36,4) 4. sınıfta üniversite eğitimine devam etmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Veriler literatür taramasıyla araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu (EK-1), Ulaş ve Kızıldağ (2018) tarafından geliştirilen Kariyer Engelleri Ölçeği (KEÖ) (EK-2) ve Friborg ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilen ve Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YPDÖ) (EK-3) uygulanarak toplanmıştır. Aşağıda araştırmada kullanılan veri toplama araçları hakkında bilgilere verilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu (EK-1)

Aydınlatılmış onamın içerisinde, toplanan verilerin bilimsel bir çalışmaya katkı sağlayacağı ifade edilmiştir. Ayrıca uygulanan ölçekleri tamamlamak için gereken tahmini süre, çalışmanın içeriği hakkında genel bilgiler ve çalışma hakkında bilgi almak ve olası soruları cevaplayabilmek için araştırmacının iletişim bilgisi paylaşılmıştır.

Kişisel bilgi formunun içerisinde, araştırmaya katılan öğrencilerin demografik bilgilerini öğrenmek için katılımcıların cinsiyetini, bulunduğu üniversite ve sınıf düzeyiyle ilgili araştırmacının hazırlamış olduğu sorulara yer verilmiştir.

3.3.2. Kariyer Engelleri Ölçeği (KEÖ) (EK-2)

Kariyer engelleri ölçeği üniversite öğrencilerinin kariyer engellerini ölçmek amacıyla Ulaş ve Kızıldağ (2018) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçeğin yazılı kullanım izni 27 Mayıs 2019 tarihinde e-posta ile alınmıştır ve bir kopyası ek-2’de verilmiştir. KEÖ 18 madde ve tutumsal engeller, etkileşimsel engeller, sosyal engeller ve eğitsel engeller olmak üzere dört faktörlü bir yapıya sahiptir. Tutumsal engellerde yedi madde, etkileşimsel engellerde beş madde, sosyal engellerde dört madde ve eğitsel engellerde iki madde yer almaktadır.

KEÖ beşli likert tipi bir ölçektir. Maddelere verilen tepkiler, 1= Hiç Katılmıyorum, 2= Nadiren Katılıyorum, 3= Ara Sıra Katılıyorum, 4= Genellikle Katılıyorum, 5= Tamamen Katılıyorum şeklinde derecelendirilmiştir. Tüm maddeler toplanarak toplam puan elde edilebilir. Alt ölçeklerdeki toplam puan ne kadar yüksek olursa bireyin kendini o alt ölçekte o kadar yetkin gördüğü söylenebilir.

KEÖ geçerlilik çalışmasında açımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. KEÖ dört faktörüne ait iç tutarlılık katsayıları sırasıyla 0,79; 0,71; 0,71 ve 0,52 olarak bulunmuştur. Bu çalışmadan ayrı olarak, sırasıyla 0,96; 0,88; 0,94 ve 0,79 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenirlikleri sırasıyla 0,93; 0,81; 0,89 ve 0,65 olarak bulunmuştur (Ulaş ve Kızıldağ, 2018: 11).

Bu çalışma kapsamında ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı ,867 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa katsayı sonuçları tutumsal engellerin ,781; etkileşimsel engellerin ,747; sosyal engellerin ,693; eğitsel engellerin ,544 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (YPDÖ) (EK-3)

Friborg ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (Resilience Scale for Adults (RSA)) ilk çalışmada 37 madde ve 5 boyuttan oluştuğu görülmektedir. Daha sonra Friborg ve arkadaşları (2005) tarafından güncellenmiş ve Basım ve Çetin (2011) tarafından Türkçeye uyarlanarak geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Bu ölçeğin yazılı kullanım izni 27 Temmuz 2019 tarihinde e-

posta ile alınmıştır ve bir kopyası ek-3'te verilmiştir. Son haliyle YPDÖ 33 madde ve yapısal stil, gelecek algısı, kendilik algısı, aile uyumu, sosyal yeterlilik ve sosyal kaynaklar olmak üzere 6 faktörlü bir yapıya sahiptir. Yapısal stilde dört madde, gelecek algısında dört madde, kendilik algısında altı madde, aile uyumunda altı madde, sosyal yeterlilikte altı madde ve sosyal kaynaklarda yedi madde yer almaktadır.

Ölçeğin geçerliliğinin test edilmesi için yapı geçerliliği ve ölçüt bağımlı geçerliliğine bakılmıştır. Ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı 0,86 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları 0,66 ile 0,81 arasında değişiklik gösterdiği görülmüştür.

Bu çalışma kapsamında ölçeğin toplam Cronbach Alfa katsayısı ,885 olarak bulunmuştur. Alt boyutların iç tutarlılığı yapısal stil ,540; gelecek algısı ,709; aile uyumu ,796; kendilik algısı ,733; sosyal yeterlilik ,667; sosyal kaynaklar ,249 olarak hesaplanmıştır.

YPDÖ hazırlanışı itibariyle alışık olduğumuz ölçek düzeninin etkisini azaltmak amacıyla birbirinin tersi olan iki ifade arasına yerleştirilmiş 5'li likert düzeninde hazırlanmıştır. Cevapların arasında bulunan 5'li dereceleme sistemi araştırmacının seçimine bağlı olarak düzenlene bilmektedir.

3.3.4. Veri Toplama Araçlarının Güvenirlik Çalışması

Bu bölümde çalışmada kullanılan kariyer engelleri ölçeği ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin Cronbach α güvenirlik katsayısı ve ölçeklerin alt faktörlerinin iç tutarlılık katsayıları araştırmacı tarafından hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo-4'te gösterilmektedir.

Tablo 4 Kariyer Engelleri Ölçeği'nin Güvenirlik Analizi

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Kariyer Engelleri	,867	18
Tutumsal engeller	,781	7
Etkileşimsel engeller	,747	5
Sosyal Engeller	,693	4
Eğitsel Engeller	,544	2

Tablo-4 incelendiğinde Kariyer Engelleri Ölçeği'nin toplam Cronbach Alfa katsayısı 0,867 olarak hesaplanmıştır. Alt faktörlerinden tutumsal engellerin Cronbach α değeri

,781; etkileşimsel engellerin Cronbach α değeri ,747; sosyal engellerin Cronbach α değeri ,693; eğitsel engellerin Cronbach α değeri ,544 olarak hesaplanmıştır. Kariyer Engelleri Ölçeğinin geliştiricisi tarafından iç tutarlılık katsayıları sırasıyla 0,79; 0,71; 0,71 ve 0,52 olarak bulunmuştur. Çalışma kapsamında yapılan sonuçlar ise sırasıyla 0,78; 0,74; 0,69; 0,54 olarak hesaplanmıştır. Ölçek geliştiricisi ve araştırmacı tarafından bulunan sonuçların benzerlik gösterdiği görülmektedir.

Tablo 5 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenirlik Analizi

	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Psikolojik Dayanıklılık	,885	33
Yapısal stil	,540	4
Gelecek algısı	,709	4
Aile uyumu	,796	6
Kendilik algısı	,733	6
Sosyal yeterlilik	,667	6
Sosyal kaynaklar	,249	7

Tablo-5 incelendiğinde Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin toplam Cronbach Alfa katsayısı 0,885 olarak hesaplanmıştır. Alt faktörlerinden yapısal stil Cronbach α değeri ,540; gelecek algısı Cronbach α değeri ,709; aile uyumu Cronbach α değeri ,796; kendilik algısı Cronbach α değeri ,733; sosyal yeterlilik Cronbach α değeri ,667; sosyal kaynaklar Cronbach α değeri ,249 olarak hesaplanmıştır.

3.4. İşlem

Verileri toplamak için kullanılacak olan Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Kariyer Engelleri Ölçeğini kullanabilmek için öncelikle ölçekleri geliştiren kişilerden gerekli izinler e-posta ile alınmıştır (EK-4). Daha sonra uygulamak için Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırma Etik Kurulu'ndan etik onay izni alınmıştır (EK-5).

Ölçek verileri 2020-2021 akademik yılında toplanmıştır. Covid-19 küresel salgını nedeniyle verilerin toplanmasında çevrimiçi platformlardan olan Google Form kullanılmıştır. Google formda hazırlanan anket linki Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde bulunan üniversite öğrencilerine WhatsApp uygulamasıyla aktarılmıştır. Ölçekler doldurulurken online olması sebebiyle tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır.

Katılımcılardan ilk olarak kişisel bilgi formunu daha sonra gerekli açıklamaları verilen 18 maddelik kariyer engelleri ölçeğini ve 33 maddeden oluşan psikolojik dayanıklılık ölçeğini doldurmaları istenmiştir. Gerekli cevaplamaları yapmak ortalama 10-15 dakika sürmektedir. Ölçek sonunda katılımcılara katkılarından dolayı teşekkür edilmiş ve olası soruları için iletişim bilgisi paylaşılmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen verileri analiz etmek amacıyla SPSS 26.0 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Toplanan verilerin dağılımının normal olduğunu belirlemeye yönelik olarak varyanslarının homojen olup olmadığını belirlemek amacıyla normallik testi yapılmıştır. Çalışmalarda farklı yöntemler kullanılmakla birlikte bu çalışmada faktörlerin ortalamaları alınarak skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerlerine bakılmıştır. Normal dağılım testine ilişkin veriler aşağıdaki Tablo-6 da sunulmuştur:

Tablo 6 Ölçeklerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçekler	Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
Tutumsal engeller	,745	,283
Etkileşimsel engeller	,749	-,257
Sosyal engeller	,659	-,427
Eğitsel engeller	-,054	-,772
Yapısal stil	,286	,609
Gelecek algısı	-,132	1,177
Kendilik algısı	,161	1,081
Aile uyumu	-,426	,745
Sosyal yeterlilik	,017	,313
Sosyal kaynaklar	,145	1,283

Çarpıklık ve basıklık değerleri $-1 \leq X \leq 1$ değerleri arasında mükemmel kabul edilir, ancak çoğu durumda $-2 \leq X \leq 2$ arası bir değerde kabul edilebilir (George ve Mallery, 2020: 115). Bu durumda normal dağılıma uygun değişkenler için parametrik, normal dağılıma uygun olmayan değişkenler için parametrik olmayan yöntemler kullanılmıştır. Bu çalışmada bulunan tüm faktörlerin istenen sınırlar arasında olduğunu görülmektedir.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmada toplanan verilerin istatistiksel analizleriyle elde edilen korelasyon analizlerine, bağımsız gruplar t testi sonuçlarına, Kruskal Wallis ve ANOVA sonuçlarına ilişkin bulgulara, tablolara ve açıklamalara yer verilmiştir.

4.1. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden ve Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalamaları, standart sapmaları ve korelasyon katsayıları Tablo-7 de sunulmuştur.

Tablo 7 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Kariyer Engelleri Ölçeği arasındaki korelasyonları, ortalamaları ve standart sapmaları

	1	2	$\bar{X}$	Ss
1. KEÖ	-	,171**	2,1076	,67444
2. YPDÖ	,171**	-		

Tablo-7 incelendiğinde KEÖ'nin toplam puanı ile YPDÖ'den alınan toplam puanlar ($r = .171$, $p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

4.2. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engellerinin Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin kariyer engellerinin cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini test etmek için bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Kadın ve erkeklerin KEÖ'den aldıkları puan ortalamaları, standart sapmaları ve t testi sonuçları Tablo-8 de sunulmuştur.

Tablo 8 Cinsiyete Göre KEÖ Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Testi Sonucu

Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	Levene's Test	t	p
Kız	288	2,0972	,71	,019	-,444	,657
Erkek	173	2,1249	,60			

Tablo-8 incelendiğinde kızların KEÖ puan ortalamalarının $\bar{x} = 2,0972$; erkeklerin puan ortalamaları $\bar{x} = 2,1249$ olarak hesaplanmıştır. Kızlar ve erkekler arasındaki farkı ortaya çıkartmak için yapılan t testi sonucu $t = -,444$ 'tür. Bu sonuç $p < .05$ olduğundan anlamlılık ifade etmemektedir.

4.3. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediğini test etmek için bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Kadın ve erkeklerin YPDÖ'den aldıkları puan ortalamaları, standart sapmaları ve t testi sonuçları Tablo-9 da sunulmuştur.

Tablo 9 Cinsiyete Göre YPDÖ Puanlarının Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Testi Sonucu

Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	Levene's Test	t	p
Kız	288	3,0753	,21	,025	-,116	,908
Erkek	173	3,0781	,26			

Tablo-9 incelendiğinde kızların YPDÖ puan ortalamalarının $\bar{x} = 3,0753$; erkeklerin puan ortalamaları $\bar{x} = 3,0781$ olarak hesaplanmıştır. Kızlar ve erkekler arasındaki farkı ortaya çıkartmak için yapılan t testi sonucu $t = -,116$ 'dır. Bu sonuç $p < .05$ olduğundan anlamlılık ifade etmemektedir.

4.4. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Sınıf Düzeyine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Veriler normal dağılım olmadığını gösteren varyans homojenliği desteklenmediğinden ($p=,012$) sınıf düzeyleri için parametrik olmayan Kruskal-Wallis H testi yapılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıklarının sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği bulgusuna ulaşmak için yapılan Kruskal Wallis sonuçları Tablo-10 da sunulmuştur.

Tablo 10 Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarının Sınıf Düzeyine Göre Kişi Sayıları, Ortalama ve Standart Sapma Puanları ve Kruskal Wallis Testi Sonucu

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SS	Ortalama	p
1. sınıf	110	3,0306	,193	211,05	,229
2. sınıf	107	3,0980	,222	235,54	
3. sınıf	76	3,0582	,256	225,02	
4. sınıf	168	3,1008	,251	243,88	
Toplam	461	3,0764	,234		

Tablo-10 incelendiğinde sırasıyla sınıf düzeylerinin YPDÖ'den aldıkları toplam puan ortalamaları $\bar{x} = 3,0306$; $\bar{x} = 3,0980$; $\bar{x} = 3,0582$; $\bar{x} = 3,1008$ 'dir. Psikolojik dayanıklılık ve sınıf düzeyine ilişkin bulgular arasında manidar bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p=,229$, $p>,05$).

4.5. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engellerinin Sınıf Düzeyine Göre Anlamlı Bir Fark Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyi sayıları, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo-11 de kariyer engellerinin sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA analizi sonuçları Tablo-12 de yer almaktadır.

Tablo 11 Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engellerinin Sınıf Düzeyine Göre Kişi Sayıları, Ortalama ve Standart Sapma Puanları

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	SS
1. sınıf	110	2,0354	,644
2. sınıf	107	2,1282	,689
3. sınıf	76	2,1689	,693
4. sınıf	168	2,1141	,677
Toplam	461	2,1076	,674

Tablo-11 incelendiğinde sırasıyla sınıf düzeylerinin KEÖ'den aldıkları toplam puan ortalamaları $\bar{x} = 2,0354$; $\bar{x} = 2,1282$; $\bar{x} = 2,1689$; $\bar{x} = 2,1141$ 'dir. Tüm sınıf düzeyinin KEÖ'den aldıkları toplam puan ortalamasının $\bar{x} = 2,1076$ olduğu görülmektedir.

Tablo 12 Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Kariyer Engelleri Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	,912	3	,304	,667	,573
Gruplar içi	208,326	457	,456		
Toplam	209,238	460			

Tablo-12 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyine göre kariyer engellerine ilişkin bulgular arasında manidar bir farklılaşmanın olmadığı bulgusu elde edilmiştir [$F=,667$, $P=,573$, $p>,05$]. Bu bulgular doğrultusunda kariyer engellerinin üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyine göre farklılık göstermediği söylenebilir.

4.6. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılığın alt boyutları arasındaki korelasyonlar Tablo-13 de sunulmuştur.

Tablo 13 Kariyer Engelleri Ölçeği ile Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Korelasyonları

	1	2	3	4	5	6	7	8
1.KEÖ	-							
2.YPDÖ	,171**	-						
3.P-KEN	,148**	,590**	-					
4.P-GEL	,279**	,502**	,207**	-				
5.P-YAP	,121**	,439**	,136**	,179**	-			
6.P-SY	,015	,537**	,159**	,179**	,117*	-		
7.P-AİL	-,190**	,506**	,144**	,083	,020	,167**	-	
8.P-SK	,222**	,474**	,156**	,086	,046	,072	-,044	-
$\bar{X}$	2,1076	3,0764	3,1359	3,1269	3,2153	3,1562	3,0756	2,8494
Ss	,67444	,23457	,42714	,50638	,55280	,40042	,51065	,42188

Tablo-13 incelendiğinde KEÖ'nin toplam puanı ile YPDÖ'den alınan toplam puanlar ($r = .171$, $p < .001$) arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki bulunmaktadır.

KEÖ'nin toplam puanı ve YPDÖ'nin Kendilik Algısı alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = .148$, $p < .001$); YPDÖ'nin Gelecek Algısı alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = .279$, $p < .001$); YPDÖ'nin Yapısal Stil alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = .121$, $p < .001$); YPDÖ'nin Sosyal Kaynaklar alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = .222$, $p < .001$) arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu ve YPDÖ'nin Aile Uyum Algısı alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = -.190$, $p < .001$) arasında negatif yönlü manidar bir ilişki olduğu görülmektedir.

4.7. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ile Kariyer Engellerinin Alt Boyutları Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve kariyer engelleri alt boyutları arasındaki korelasyon, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo-14 de sunulmuştur.

Tablo 14 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile Kariyer Engelleri Ölçeği ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Korelasyonları

	1	2	3	4	5	6
1.KEÖ	-					
2.YPDÖ	,171**	-				
3.K-TUT	,873**	,203**	-			
4.K-ETK	,790**	,138**	,549**	-		
5.K-SOS	,747**	,040	,519**	,427**	-	
6.K-EĞT	,633**	,123**	,513**	,326**	,380**	-
$\bar{X}$	2,1076	3,0764	1,9349	2,0252	2,1063	2,9208
Ss	,67444	,23457	,72893	,90066	,91475	1,10223

Tablo-14 incelendiğinde YPDÖ'nin toplam puanı ile KEÖ'nin toplam puanı ($r = .171$, $p < .001$) arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki bulunmaktadır.

YPDÖ'nin toplam puanı ve KEÖ'nin Tutumsal Engeller alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = .203$, $p < .001$) arasında pozitif yönlü, Etkileşimsel Engeller alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = .138$, $p < .001$) arasında pozitif yönlü ve Eğitsel Engeller alt boyutundan alınan toplam puanlar ($r = .123$, $p < .001$) arasında da pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu görülmektedir.

5. TARTIŞMA

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki, kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılığın alt faktörleri arasındaki ilişki ve psikolojik dayanıklılık ve kariyer engellerinin alt faktörleri arasındaki ilişki ile psikolojik dayanıklılığın ve kariyer engellerinin sınıf düzeyi ve cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular literatürdeki araştırma sonuçları ışığında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanlara Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ölçeğinden aldıkları toplam puan ve yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinden aldıkları toplam puan arasında pozitif yönde manidar bir ilişki olduğu bulunmuştur. Kariyer engelleri arttıkça bireyin psikolojik dayanıklılığı artmakta, kariyer engelleri düştükçe bireyin psikolojik dayanıklılık düzeyi düşmektedir. Psikolojik dayanıklılıktan bahsedilebilmesi için risk durumu, problem veya bir stres durumunun olması bir ön koşul niteliğindedir (Masten, 2001). Ortaya çıkması gereken risk faktörü ön koşulunu çalışmada kariyer engelleri kavramının karşıladığı düşünülmektedir. Başka bir ifadeyle birey kariyer engelleriyle karşılaşp engellerin üstesinden geldikçe psikolojik dayanıklılık düzeyi arttığı ve kariyer engelleri olmadığı zamanlarda risk faktörü ortadan kalktığı için psikolojik dayanıklılığın kuramsal alt yapısının eksik kaldığı ifade edilebilir.

Kariyer engellerine kavramına yönelik literatürde sınırlı sayıda çalışma olması ve daha önce psikolojik dayanıklılık ve kariyer engelleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar olmadığından bu kavramlarla benzer olduğu düşünülen ilgili araştırmaların sonuçları doğrudan olmasa da dolaylı şekilde ipucu verebilir. Bu çalışmayı dolaylı olarak destekleyen kariyer memnuniyeti ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada psikolojik dayanıklılık ve kariyer memnuniyeti arasında pozitif yönlü manidar bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Haar ve Staniland, 2016;

Srivastava ve Madan, 2020). Başka bir çalışmada psikolojik dayanıklılığın kariyer gelecek algısını doğrudan pozitif yönde etkilediği bulgusuna ulaşılmıştır (Alniaçık ve ark., 2021; Bimrose ve Hearne, 2012). Diğer bir çalışmada kariyer uyumluluğunu arttırmak ve daha sorunsuz bir kariyer gelişim süreci geçirmek için algılanan kariyer engellerini belirlemek gerektiği sonucuna ulaşılmıştır (Veres ve Kotta, 2021). Başka bir çalışmada kariyer kararı verme zorluklarını aşmak için psikolojik dayanıklılığın önemli olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Shin ve Kelly, 2015).

Lamba (2003) tarafından yapılan çalışmada kariyer engelleri ve sonuç beklentileri arasında pozitif yönlü manidar bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Perrone, Civileto, Webb ve Fitch (2004)'in yapmış oldukları çalışmada da kariyer engelleri ve sonuç beklentisi arasındaki ilişki incelenmiştir. Psikolojik dayanıklılığın kuramsal yapısında risk durumu, riskin üstesinden gelmek için koruyucu faktör ve bunun sonucunda olumlu sonuca ulaşma bulunmaktadır. Bu noktadan hareketle çalışma sonucunda ortaya çıkan kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık arasındaki pozitif yönlü anlamlı ilişkiyi desteklediği söylenebilir.

Kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık kavramı arasındaki ilişkiyle benzer şekilde ilişki olan kavramlardan bir diğeri de kariyer uyumluluğunun olduğu söylenebilir. Kariyer uyumluluğu kavramı bireyin iş yaşamı için şu an veya gelecekte karşısına çıkabilecek olası engellerin üstesinden gelme kapasitesini ifade etmektedir (Savickas, 2012). Yapılan çalışmalar incelendiğinde kariyer engelleri ve kariyer uyumluluğu arasında ilişkiyi inceleyen çalışmalar olduğu görülmüştür (Eryılmaz ve Kara, 2018; Urbanaviciute, Pociute, Kairys ve Liniauskaite, 2016). Psikolojik dayanıklılığın kariyer uyumluluğunu da içine alan daha geniş bir kavram olduğu ifade edilebilir. İki kavramında kuramsal alt yapısında karşılaşılan bir zorluğun üstesinden gelme ve yaşamına kaldığı yerden devam etme yatmaktadır. Bu açıdan bakıldığında kariyer uyumluluğunun çalışmanın bulgularını yorumlamada destek olabileceği söylenebilir.

Literatür incelendiğinde kariyer engellerinin bireyin kariyer gelişiminde motive edici bir güç olacağı bulgusuna ulaşan çalışmaların olduğu görülmüştür (Swanson ve Tokar, 1991a; Luzzo, 1995). Bu bulguların yapılan çalışmada çıkan sonucu destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Kariyer engelleri çoğaldıkça bireyin engellerin üstesinde gelme isteği, motivasyonu ve kararlılık gibi pozitif özelliklerini ortaya çıkarması bunun

sonucunda da psikolojik dayanıklılığının yükselmesi beklenen bir durum haline geldiği söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları problemleri ortaya çıkarmak için yapılan çalışmada çok çeşitli sorun alanlarının olduğu ortaya çıkmıştır (Gizir, 2005). Öğrencilerin yaşadığı stresin yoğunluğu ve problemin çeşitliliği öğrencileri risk grubunda değerlendirilmesine yol açmakta bunun sonucunda psikolojik dayanıklılık kavramı ön plana çıkmaktadır (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Çünkü öğrencilerin engelleri aşması, bunu gelişim için bir fırsat görmesi ve etkili başa çıkma yöntemleri geliştirmesi gibi değişkenler psikolojik dayanıklılığın kapsamındadır (Terzi, 2016). Başka bir ifadeyle bireylerin karşılaşacağı zorlukları gelişim için bir gereklilik, yükselme için bir basamak ve başarıya ulaşmada bir motivasyon kaynağı olarak görmesi psikolojik dayanıklılık için gerekli olan özelliklerdir. Bu özelliklerin ortaya çıkması için engelin çok olması ve bu engellerin aşılması gerekmektedir. Çalışma sonucunda ortaya çıkan kariyer engelleri arttıkça psikolojik dayanıklılığında artması bulgusunun yorumu bu şekilde yapılabilir.

5.2. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Alt Boyutlarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ölçeğinden aldıkları toplam puan ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan kendilik algısı arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Kariyer engelleri arttıkça bireyin kendilik algısı yükselmekte, kariyer engelleri düştükçe bireyin kendilik algısı düşmektedir. Psikolojik dayanıklılıktan bahsedilebilmesi için kesinlikle bir tehdit veya risk durumu olması gerekmektedir (Jew, Green ve Kroger, 1999). Ulaş ve Özdemir (2018) tarafından yapılan çalışmada cinsiyet, yaş, ilgi ve kendine güven gibi faktörlerin bireyin kariyer gelişim sürecinde engel olarak karşısına çıkabileceği ifade edilmiştir. Santos ve Soares (2018) yapmış oldukları çalışmada üniversiteye devam etmekte olan öğrencilerin kendilik algıları arttıkça problemleri çözme becerilerinin de arttığını tespit edilmiştir. Chuang (2010) tarafından yapılan çalışmada yetenek düzeyinin kariyer engelleri arasında yer aldığı ifade edilmiştir.

Thompson (2013) tarafından yapılan bir diğer araştırmada kişinin kendisinden kaynaklanan uyum sağlama ve zaman yönetimi gibi zorlukların ve bireyin yetenek düzeyine dikkat etmemesinin kariyer engelleri arasında olduğunu ifade etmiştir. Yapılan çalışma ve literatür birlikte değerlendirildiğinde kariyer engelleri arttıkça bireyin yaşadığı zorluklar artmakta ve bu zorluklar psikolojik dayanıklılığın alt boyundan olan kendilik algısının gelişmesine katkı sağlamaktadır. Başka bir ifadeyle bireyin karşılaştığı ve üstesinden geldiği her zorluk kendisini daha fazla tanımasına neden olur. Kendisini daha fazla tanıyan bireyin olumsuz durumlar karşısında gösterdiği psikolojik dayanıklılık düzeyinin daha yüksek olacağı ifade edilebilir. Tam tersi durumda birey kariyer engelliyle karşılaşmazsa yani bir zorluk yaşamazsa kendilik algısında da bir değişimin meydana gelmesinin beklenemeyeceği ifade edilebilir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ölçeğinden aldıkları toplam puan ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan gelecek algısı boyutu arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kariyer engelleri arttıkça bireyin gelecek algısı yükselmekte, kariyer engelleri düştükçe bireyin gelecek algısı düşmektedir. Çetin, Yeloğlu ve Basım (2015) tarafından yapılan çalışmada geleceği planlayabilen ve organize edebilme becerileri fazla olan bireylerin başarıya ulaşmada psikolojik olarak dayanıklı olduklarını belirtmiştir. Başka bir çalışmadaysa kariyer geleceği algısı ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Almıaçık ve ark., 2021; Özkan, 2017). Diğer bir çalışmada algılanan kariyer engellerinin kariyer kararlarını önemli ölçüde etkilediği bulunmuştur (Duru, Bayraktar ve Gültekin, 2019). Çalışmanın bulguları ve literatürde bulunan benzer çalışmalar değerlendirildiğinde, kariyer engelleri bireyin geleceğini planlama, bir düzene sokma ve gelecekte beklentilerini etkilediği söylenebilir. Kariyer engelleriyle ortaya çıkan zorlukları aşmak ve kariyer gelişimine sağlıklı şekilde devam etmek için engellerin çokluğu karşısında psikolojik dayanıklılığında yüksek olmasının gerektiği ifade edilebilir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ölçeğinden aldıkları toplam puan ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin faktörlerinden olan yapısal stil arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu bulunmuştur. Psikolojik dayanıklılığın yapısal stil boyutu bireyin somut hedefler belirleyerek hayatlarını bir plan dahilinde ilerletmesini ifade etmektedir (Çavuşoğlu ve Yalçın, 2018). Yapılan çalışmalar

incelendiğinde kariyer sürecinde bireylere yeterli yönlendirme yapılmadığı ve geleneksel kalıplara göre karar verdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Akoğlan-Kozak ve Dalkıranoğlu, 2013). Başka bir çalışmada algılanan engellerin ve kararsızlığın kariyer gelişim sürecini doğrudan etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Duru ve ark., 2020). Ulaş ve Kızıldağ (2019) tarafından yapılan çalışmada üniversiteye devam eden öğrencilerin algıladıkları kariyer engellerinin ortaya çıkış sebebine bakılmaksızın uygun kararlar vermesi önünde önemli bir etken olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Çalışma sonucu ve literatürde bulunan bu çalışmaya yakın çalışmalar değerlendirildiğinde, kariyer engellerinin arttıkça yapısal stil boyutunda da artış gözükmektedir. Öğrencinin karşılaşacağı kariyer engeli bireyin yapısal stili üzerinde düşünmesine neden olacağından dolayı planlama ve sağlıklı karar verme süreçlerinin de gelişmesine katkı sağlayacağı ifade edilebilir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ölçeğinden aldıkları toplam puan ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden birisi olan sosyal kaynaklar arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde sosyal çevrenin olumsuz etkilerinin kariyer engelleri arasında olduğu (Chuang, 2010), psikolojik dayanıklılık düzeyine etki eden önemli göstergelerden birisinin de sosyal destek olduğu (Terzi, 2008), sosyal destekteki yetersizliğin bir problem durumunu ifade ettiği (Sakarya ve Güneş, 2013) ve kariyer sürecinin faktöründen bazılarının da kültürel kimlik, küreselleşme ve sosyalleşme olduğu önemli bulgular arasındadır (Akoğlan-Kozak ve Dalkıranoğlu, 2013). Ayrıca Kalafat (2019) tarafından yapılan çalışmada kariyer gelişim sürecinde birey kendisini yalnız ve desteksiz hissederse kariyer sürecinin olumsuz yönde etkileneceği ifade edilmiştir. Başka bir çalışmada psikolojik dayanıklılığın problem durumunda ortaya çıktığı göz önüne alınınca, sosyal desteğin psikolojik dayanıklılığı etkileyebileceği ifade edilmiştir (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Yapılan çalışma ve bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde yaşanan çevre ve bu çevreyi oluşturan bireyler, bireyin yaşamında önemli yere sahiptir. Kariyer engelleri arttıkça bireyin sosyal desteğe olan ihtiyacı artmakta bu iki alanda olan artışta bireyin psikolojik dayanıklılığını geliştirmektedir. Kariyer engelinin azlığı bireyin sosyal kaynaklara olan ihtiyacının azalmasına sebep olup, birey için herhangi bir tehdit durumu olmayacağından psikolojik dayanıklılığında da bir gelişmenin görülmemesi kavramın kuramsal yapısıyla denk düşerek yapılan çalışmayı desteklediği ifade edilebilir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ölçeğinden aldıkları toplam puan ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan aile uyumu arasında negatif yönlü manidar bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Kariyer engelleri arttıkça bireyin aile uyumu düşmekte, kariyer engelleri düştükçe bireyin aile uyumu artmaktadır. Raque-Bogdan ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan çalışmada üniversiteye yeni başlayan birçok öğrencinin ilk kez ailelerinden uzaklaşmasından dolayı bireye sağlanan aile desteği ile engeller arasında önemli bir ilişki olabileceği ifade edilmiştir. Chuang (2010) tarafından yapılan çalışmada aile ve sosyal çevrenin olumsuz etkilerinin kariyer engelleri arasında yer aldığı ifade edilmiştir. Güldü ve Kart (2017) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin kariyer sürecinde ailesiyle uyum sağlayamamasını engel olarak değerlendirdikleri ifade edilmiştir. Başka bir çalışmada aile etkisinin kariyer engeli olduğu ve kariyer sürecini etkilediği bulgusuna ulaşılmıştır (Duru, Bayraktar ve Gültekin, 2019). Kızıldağ, Aydoğan ve Özer (2014) tarafından yapılan çalışmada kız öğrencilerin aileleri tarafından aldıkları destek çoğaldıkça kariyer engellerinde düşüş olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Çalışmanın bulgularını destekleyen bir diğer çalışmaysa Hill, Ramirez ve Dumka (2003) tarafından yapılan çalışma sonucunda aile desteği ve kariyer engelleri arasında negatif anlamlı ilişki olduğu bulgusudur. Araştırma sonucu ve yapılan çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde öğrencilerin aile uyumunu kariyer engeli olarak görmesinden kaynaklı uyumsuzluk arttıkça bireyin psikolojik dayanıklılığı azalmaktadır. Bunun sebebi toplum olarak kültürel, sosyal ve ailesel değerlerimize önem veren duygusal bir toplum yapısına sahip olmamızdan kaynaklı olabilir. Bunun sonucunda aile uyumunun karşımıza engel olarak çıkması kariyer engelleri boyutunda bizi en çok zorlayan konuların başında geldiği söylenebilir. Bu problem durumunun üstesinden gelmenin zorluğu bireyin psikolojik dayanıklılığını önemli derecede etkilediği ifade edilebilir.

5.3. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Kariyer Engelleri Ölçeği'nin Alt Boyutlarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinden aldıkları toplam puan ve kariyer engelleri ölçeğinin alt boyutlarından olan

tutumsal engeller arasında pozitif yönlü manidar bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Psikolojik dayanıklılık arttıkça bireyin tutumsal engelleri artmakta, psikolojik dayanıklılık düzeyi düştükçe bireyin tutumsal engelleri azalmaktadır. Ulaş ve Kızıldağ (2019) tarafından yapılan çalışmada tutumsal engellerin, beceri eksikliği ve kendine güven gibi yapılardan meydana geldiği ifade edilmiştir. Başka bir ifadeyle tutumsal engeller bireyin kendisine yönelik algısını içeren kavramları ifade etmektedir. Psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin özellikleri arasında güçlü öz yeterlilik, yüksek derecede kendine güven, öz-saygı ve kendi kabul, yeni durumlara çabuk adapte olma gibi özellikler yer almaktadır (Haynes, 2005). Psikolojik dayanıklılık ve tutumsal engel faktörünün kavramsal olarak yakınlığı iki kavram arasında ortaya çıkan anlamlı ilişkiyi destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Bu bağlamda yapılan çalışmaya yakın çalışmalar incelendiğinde; düşük benlik algısının kariyer engeli olarak ortaya çıktığı (Creed, Patton ve Bartrum, 2004), başka bir çalışmada psikolojik dayanıklılık arttıkça bireyin kendisine olan güvenin artacağı bunun sonucunda da benlik saygısının yükseldiği sonucu elde edilmiştir (Söğütü ve ark., 2021). Psikolojik dayanıklılığın ortaya çıkması için risk durumunun olması bir ön koşulu ifade etmektedir. Bu noktada tutumsal engeller risk durumunu ifade ederek gerekli ön koşulu sağlamaktadır. Çalışma bulgusundan yararlanılarak tutumsal engelin büyüklüğü psikolojik dayanıklılığın gelişmesini olumlu etkilediği ifade edilebilir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinden aldıkları toplam puan ve kariyer engelleri ölçeğinin alt boyutlarından olan etkileşimsel engeller arasında pozitif yönlü manidar bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Psikolojik dayanıklılık arttıkça bireyin etkileşimsel engelleri artmakta, psikolojik dayanıklılık düzeyi düştükçe bireyin etkileşimsel engelleri azalmaktadır. Ulaş ve Kızıldağ (2019) etkileşimsel engellerin, etnik köken ve cinsiyet gibi yapıları kapsadığını ifade etmiştir. Bu açıklama ve Kurtoğlu ve Doğan (2016) tarafından yapılan çalışmada psikolojik dayanıklılığın bireyin içinde bulunduğu kültürel sistemden ayrı düşünülemeyeceği bulgusu çalışmamızda anlamlı çıkan ilişkiyi desteklemektedir. Bu çalışmaya ek olarak sosyal çevre unsurlarına dikkat çeken geçmişte yapılan çalışmalarda bulunmaktadır (Garmezy, 1993; Werner ve Smith, 2001). Bunun dışında Kaba ve Keklik (2016) tarafından yapılan çalışma bulgusunda psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin çevresiyle etkileşimlerinde daha az sorun yaşadıkları ve kolay çözüm yoluna gittikleri ifade edilmiştir. Literatürdeki bulgular ve

yapılan çalışma birlikte değerlendirildiğinde bireyin içinde bulunduğu yapı ve yapının unsurları (Etnik köken, cinsiyet gibi) bireyin gelişimi için göz ardı edilemez. Bu unsurlar kimi zaman bireyin karşısına kariyer engeli olarak çıkabilir. Bu durumda psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin özelliklerinden olan olumsuz durumu kendi gelişimi için bir fırsat olarak görmesi ve bunu değerlendirmesi boyutunda düşünüldüğünde çalışmada ortaya çıkan pozitif yönlü anlamlı ilişkinin çıkmasının beklenen bir durum olduğu ifade edilebilir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinden aldıkları toplam puan ve kariyer engelleri ölçeğinin alt boyutlarından olan eğitsel engeller arasında pozitif yönlü manidar bir ilişkinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Psikolojik dayanıklılık arttıkça bireyin eğitsel engelleri artmakta, psikolojik dayanıklılık düzeyi düştükçe bireyin eğitsel engelleri azalmaktadır. Yapılan literatür çalışması sonucunda psikolojik dayanıklılık ve eğitsel engeller arasında ilişkiye dair bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu durum bu iki kavram arasındaki yorumu zorlaştırmaktadır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde olumsuz okul deneyiminin (Chuang, 2010) ve aşırı eğitsel gerekliliklerin (Thompson, 2013) kariyer engelleri arasında olduğu ifade edilmiştir. Kariyer engelleri ölçeğinin geliştirilmesi sürecinde Ulaş ve Kızıldağ (2019) tarafından ortaya atılan eğitsel engeller boyutunu Türkiye'nin değişen ve gelişen süreciyle alakalı olarak, eğitim ve sınav sistemleri göz önüne alındığında gerekliliğinin kaçınılmaz olduğu ifade edilerek açıklamıştır. Gizir (2005)'in yapmış olduğu çalışma sonucunda üniversite son sınıf öğrencilerinin dersleri, sınavları ve değerlendirme sistemlerini problem alanı olarak nitelendirdikleri sonucu elde edilmiştir. Bu bağlamda bireyin karşına çıkan eğitim engelleri ve bu engellere yönelik bireyin geliştireceği koruyucu faktörler düşünüldüğünde psikolojik dayanıklılığı yüksek bireylerin okula başlama, okul deneyimi, sınav ve değerlendirme sistemi gibi problem durumunun fazla olduğu süreçlerde sorun odaklı olmaktan çok bu sorunları kendini geliştirme fırsatı olarak görmesi ve bu sebeple sorunların üstüne gitmenin bir sonucu olduğu söylenebilir.

5.4. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

İlgili literatür incelendiğinde kariyer engelleri konusunda yapılan yurt dışı kaynaklı çalışmaların cinsiyet ve etnik köken üzerinden yoğunlaştığı (Lamba, 2003; Mori, 2004; Quimby ve O'Brien, 2004), yurt içinde yapılan çalışmalarda cinsiyet üzerine yoğunlaştığı görülmektedir (İnandı ve Tunç, 2012). Bunun sebebi olarak cinsiyet ve etnik kökenin bireyin tercihinden bağımsız olması ve bunlara bağlı oluşan sorunların çokluğu olarak ifade edilebilir (İnandı ve Gılıç, 2020). Başka bir ifadeyle bireyler cinsiyet ve etnik köken gibi değişkenlerini seçemezler bunun sonucunda da biyolojik cinsiyeti veya toplumsal cinsiyet rolünden kaynaklanan sorunların ortaya çıkması ve etnik kökeninden kaynaklanan ırkçılık ve ten rengi gibi sebeplerin kariyer sürecinde bireyin karşına engel olarak çok fazla çıktığı söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ölçeğine verdiği cevapların istatistiksel analizi sonucunda cinsiyet değişkeninin kariyer engelleri üzerinde anlamlı bir farklılaşma oluşturmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. İlgili literatür incelendiğinde kariyer engellerinin cinsiyet değişkenine göre değerlendirilmesinde manidar bir farklılaşma olmadığı bulgusuna ulaşan araştırmalar bulunmaktadır (Creed ve ark., 2007; Ulaş ve Özdemir, 2018). Bu bulgular yapılan çalışmayla paralellik göstermektedir.

Bu bulgular dışında farklı sonuçlara ulaşan çalışmalarda bulunmaktadır. Kadınların erkeklerden daha fazla kariyer engeline sahip olduğu bulgusuna ulaşan çalışmalar olmakla birlikte (Amil, 2015; Bacanlı ve Sarkıoğlu, 2019; Doğan ve Bozgeyikli, 2014; Gündoğdu, 2021; Luzzo ve WcWhirter, 2001; McWhirter 1997; Raque-Bogdan, Klingaman, Martin ve Lucas, 2013); meslek geleceği, çalışma koşulları, aile ve çevre gibi farklı koşullardan dolayı erkeklerin kadınlardan daha fazla kariyer engeli ile karşılaştığı belirtilmiştir (Güldü ve Kart, 2017). Başka bir çalışmada kadınların evlilik ve çocuk sahibi olma gibi konulardan dolayı erkeklerden daha çok kariyer engelliyle karşılaştığı; erkeklerinse aile ve eşinin beklentileri noktasında daha fazla kariyer engeli ile karşılaştığı sonucu bulunmuştur (Doğan ve Bozgeyikli, 2014: 135).

Literatür taramasında cinsiyete göre bulunan farklı sonuçları Ulaş ve Özdemir (2018) biyolojik cinsiyet ve toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklanabileceğini ifade

etmiştir. Biyolojik farklılıklar daha belirgin bir süreci kapsarken, toplumsal cinsiyet rolleri toplum yapısı, inancı, değerleri, yaşanan zaman ve eğitim düzeyi gibi birbirinden farklı faktörleri içerisinde barındırabilir. Bu farklı sonuçların bulunmasının nedeni olarak yukarıda belirtilen farklılıklar gösterilebilir.

5.5. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığı belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda, psikolojik dayanıklılık ve cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Literatür incelendiğinde yapılan çalışmayla paralellik gösteren cinsiyete göre psikolojik dayanıklılığın farklılaşmadığını destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018; Aydoğdu, 2013; Maddi ve ark., 2006; Sivaz, 2021; Sezgin, 2012). Bunun yanında kadınların psikolojik dayanıklılık düzeylerinin erkeklerin psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre yüksek olduğu bulgusuna ulaşılan çalışmalarda bulunmaktadır (Atan ve Ünver, 2019; Cole ve ark., 2004; Fishman, 2012; Güngörmüş ve ark., 2015; Kılıç, 2014; Sancar, 2021; Tümlü ve Recepoğlu, 2013; Yıldırım ve ark., 2015). Bu sonuçlardan farklı olarak ortaya çıkan bir başka bulguda erkeklerin psikolojik dayanıklılıklarının kadınların psikolojik dayanıklılığından anlamlı düzeyde yüksek çıktığı araştırmalardır (Açıkgöz, 2016; Bahadır, 2009; Erdoğan, 2015; Sezgin, 2016; Taşgın, Bozgeyikli ve Boğazlıyan, 2017). Bu araştırmalar değerlendirildiğinde yapılan çalışmayı destekleyen yani cinsiyetin psikolojik dayanıklılık konusunda bir etmen olmadığını bulgusuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Bununla birlikte bu bulgunun tam tersi sonuca ulaşılan yani cinsiyetin psikolojik dayanıklılık konusunda bir etmen olduğunu saptayan çalışmalarda bulunmaktadır. Bu çalışmalarda kendi içerisinde kadınların psikolojik dayanıklılık yönünden erkeklerden yüksek olduğu bulgusuna ulaşan ve erkeklerin psikolojik dayanıklılık yönünden kadınlardan yüksek olduğu bulgusuna ulaşan çalışmalar olarak farklılık göstermektedir.

Araştırmada psikolojik dayanıklılığın cinsiyet açısından farklılık göstermemesi bireylerin ilgi, değer, yetenek, zekâ, olumsuz yaşam koşulları ve travmatik yaşantıları gibi çok fazla kontrol edilemeyen değişkenin bulunmasıyla açıklanabilir (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Başka bir ifadeyle farklı sonuçların sebebi olarak psikolojik dayanıklılığın sadece cinsiyet faktörünün etkisinde olmaması ve bireyden bağımlı veya bağımsız olarak çok fazla faktörü bünyesinde barındırmasıyla ilgili olabilir.

5.6. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırma bulgularına göre üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık seviyesinin sınıf düzeyi değişkeniyle arasında manidar bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir. Literatürde psikolojik dayanıklılığın sınıf düzeyine göre farklılaşmadığı bulgusunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Harvatin, 2009; Tonga, 2014; Yağbasanlar, 2018).

Harvatin (2009) tarafından yapılan “Psikolojik dayanıklılık ve başa çıkma” isimli çalışma ve Tonga (2014) tarafından yapılan karar ve kaygı değişkenlerinin psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkisinin incelendiği araştırma çalışmanın bulgularını desteklemektedir. Bunlarla birlikte Yağbasanlar (2018) tarafından yapılan şefkat ve dini yönelimlerin psikolojik dayanıklılık üzerine etkisinin incelendiği çalışma da psikolojik dayanıklılık ve sınıf düzeyi arasında anlamlı bir fark olmadığını destekleyen çalışmalardandır. Ancak Sancar (2021) yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin sınıf düzeyi yükseldikçe psikolojik dayanıklılıklarının düştüğü bulgusuna ulaşmıştır. Eker (2019) tarafından yapılan çalışmada 4. sınıf öğrencilerin psikolojik dayanıklılıklarının diğer sınıf düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıktığı bulgusuna ulaşmıştır.

Araştırmanın bulguları ve literatür incelendiğinde araştırmayı destekleyen çalışmalar olduğu gibi farklı sonuçlara ulaşan çalışmalarda bulunmaktadır. Bu farklılıkların olması psikolojik dayanıklılığın tek başına sınıf düzeyinde değerlendirilebilecek bir kavram olmayıp çok boyutlu bir yapıya olmasıyla ilgili olabilir. Öğrencilerin farklı şehirlerden gelmiş olması, fakülte farklılıkları, aile eğitim düzeyleri ve kişisel gelişimleri gibi birbirinden farklı faktörler bu sonuçları etkilemiş olabilir.

5.7. Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri Ölçeği'nden Aldıkları Toplam Puanların Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Üniversite eğitime devam eden öğrencilerin kariyer engellerinin sınıf düzeyi değişkenine göre incelenmesinde anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu bulguyu Gündoğdu (2021) tarafından kariyer sürecinde karşılaşılan engeller, stres ve kariyer farkındalığının akademik başarı üzerindeki etkisi ölçmek amacıyla çalışma desteklemektedir.

Literatür incelendiğinde kariyer engelleri ve sınıf düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalarda sınıf düzeyleri arasındaki ilişkiden çok tek bir düzeye ilişkin yapılan çalışmalardır. Bu çalışmalara örnek olarak Ulaş ve Özdemir (2018) tarafından yapılan çalışma ve Ulaş-Kılıç (2021) tarafın yapılan çalışmalar son sınıf öğrencilerine yönelik, Sürücü (2011) tarafından, Lee (2018) tarafından ve Kim (2008) tarafından yapılan çalışmalarsa 1. sınıf düzeyine yönelik olarak yapılmış çalışmalardır.

Çalışmanın sonunda ortaya çıkan bulgu ve literatürdeki çalışmalar değerlendirildiğinde farklı bulguların ortaya çıktığı görülmüştür. 1. sınıflara yönelik çalışmalarda ilk defa ailesinden uzaklaşıp farklı bir yaşama geçmeleri onlar için kariyer engelli olarak ortaya çıkarken (Raque-Bogdan ve ark., 2013), son sınıf öğrencilerine yönelik çalışmalarda akademik, mesleki ve sosyal alanlar gibi problemlerin daha fazla ön plana çıktığı söylenebilir (Gizir, 2005; Ulaş ve Özdemir, 2018). Yapılan çalışma sonucunun ve literatürde incelenen çalışmalarda farklı durumların ortaya çıkması Covid-19 salgınında eğitimin uzaktan gerçekleşmesi, sosyallikten uzaklaşma, tek tip yaşam biçimine geçilmesiyle ve öğrencilerin bu durumu tam olarak benimseyememesiyle alakalı bir durum olabilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin sonuçlarına, ulaşılan sonuçlara yönelik önerilere ve yeni araştırma yapacaklar için çalışma önerilerine yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

1. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Kariyer engelleri arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyi de yükselmektedir.
2. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan kendilik algısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri arttıkça kendilik algısı artmaktadır.
3. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan gelecek algısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri arttıkça gelecek algısı artmaktadır.
4. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan yapısal stil arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri arttıkça yapısal stili artmaktadır.
5. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan sosyal kaynaklar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri arttıkça sosyal kaynakları artmaktadır.
6. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan aile uyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri arttıkça aile uyumu azalmaktadır.
7. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin alt faktörlerinden olan sosyal yeterlilik arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır.

8. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve kariyer engelleri ölçeğinin alt faktörlerinden olan tutumsal engeller arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arttıkça tutumsal engelleri artmaktadır.
9. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve kariyer engelleri ölçeğinin alt faktörlerinden olan etkileşimsel engeller arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arttıkça etkileşimsel engelleri artmaktadır.
10. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve kariyer engelleri ölçeğinin alt faktörlerinden olan eğitsel engeller arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri arttıkça eğitsel engelleri artmaktadır.
11. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeyleri ve kariyer engelleri ölçeğinin alt faktörlerinden olan sosyal engeller arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır.
12. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenleriyle arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır.

6.2. Öneriler

Bu bölümde araştırma sonucunda ulaşılan bulgulardan hareketle sonuçlara yönelik önerilere ve yeni araştırma yapacak olan araştırmacılara yönelik öneriler yer almaktadır.

6.2.1. Sonuçlara İlişkin Öneriler

1. Kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişkiden yola çıkılarak üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini arttırmaya yönelik destekleyici programlar uygulanabilir. Psikolojik dayanıklılık düzeyinin artmasıyla kariyer engellerinin üstesinden daha kolay gelmesi sağlanabilir.
2. Üniversite öğrencilerinin kariyer engellerinin üstesinden gelebilmesi için kendisini tanıması, geleceğe yönelik olumlu algılarını arttırması ve geleceğini doğru şekilde planlaması için bulunduğu çevrenin ve çevreden daha kritik bir

öneme sahip ailesine yönelik bilinçlendirme çalışmaları yapılarak çevreden ve aileden gelecek olan sosyal desteğin artırılması sağlanabilir.

3. Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık düzeylerini daha üst seviyeye çıkarmak için tutumsal, etkileşimsel ve eğitsel engellerini önceden ortaya çıkaracak önleyici programlar geliştirilebilir.
4. Farklı türde kariyer engelleri ve problemlerle karşılaşan üniversite öğrencilerinin engelleri fark etmesi ve bu engellere yönelik baş etme becerileri kazanmaları için üniversitelerde öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal gelişimleri sağlayacak birimlerin artırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir.
5. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleriyle sınıf düzeyi ve cinsiyet değişkenleriyle arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yeni yapılacak çalışmalarda farklı yaş grupları, öğrenim durumu, ebeveyn eğitim durumu ve sosyo-ekonomik koşullar gibi yeni demografik değişkenlerle araştırmanın sınırlarını daraltarak çalışmak kavramın daha iyi anlaşılmasını ve daha net sonuçlara ulaşılmasına katkı sağlayabilir.
6. Bu çalışma tüm Dünya'yı etkileyen Covid-19 salgın sürecinde gerçekleştiği için araştırmaya katılan bireylerin psikolojik dayanıklılıkları ve kariyer engellerine bakışları bu olumsuz süreçten etkilenmiş olacağından dolayı olağanüstü hâl ortadan kalkınca daha yüksek ilişkiye sahip çalışmalar ortaya çıkarılabilir.

6.2.2. Araştırma Önerileri

1. Literatür incelendiğinde kariyer engellerine yönelik çalışmaların daha çok cinsiyet ve etnik köken değişkenlerine göre incelendiği görülmektedir. Cinsiyet değişkenindeyse daha çok kadınların karşılaştığı kariyer engelleri konusunda yapılan çalışmaların çokluğu dikkat çekmektedir. Sadece kadınlara yönelik değil cinsiyet ayrımı gözetmeksizin farklı bölgelerde farklı eğitim kurumlarında ve iş alanlarında yeni çalışmaların yapılması sağlanabilir.
2. Psikolojik dayanıklılığın, kişiliğin geliştirilebilir bir özellik olduğu dikkate alındığında bireylerin yaşadığı çevre ve bulunduğu toplumda farkındalığı arttıracak çalışmaların artırılması sağlanabilir.

3. Öğrencilerin sadece yaşadığı ve farkına vardığı engelleri değil gelecekte karşısına çıkabilecek olası engelleri de aşmasına yardımcı olacak ve gelişimini destekleyecek önleyici programların sayısı arttırılabilir.
4. Literatürde yapılan çalışmalardaki iddialara bakıldığında engelleri kontrol altına almak ve bireylere gerekli desteği sağlamak için kariyer engelleri konusunda üzerinde en fazla durulan değişkenler olan cinsiyet ve etnik kökenden kaynaklı sorunlara çözüm bulunmasına olanak sağlayacak çalışmaların sayısı arttırılabilir.
5. Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri de psikolojik dayanıklılıkları da içsel (kişisel), dışsal (çevresel) ve ailesel faktörlerden etkilenebilmektedir. Bu etkilerin arasındaki ilişkiye bakılarak bireylerin hem kariyer engellerini en aza indirilerek kariyer gelişimlerini desteklemek hem de psikolojik dayanıklılıklarının arttırılmasına yardımcı olmak için bu alanlarda yapılacak çalışmaların arttırılması sağlanabilir.
6. Yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılıkları sınıf düzeyine ve cinsiyete göre incelenmiştir. Medeni durumu, öğrenim durumu ve yaş gibi farklı demografik değişkenlerde kullanılarak yeni çalışmalar yapılabilir.
7. Kariyer gelişim sürecinde önemli bir alana sahip olan kariyer engellerine yönelik sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Farklı değişkenler kullanılarak kariyer engellerine yönelik çalışmaların arttırılması sağlanabilir.
8. Kariyer yaşamımızın büyük bölümünde etkili olan bir kavramdır ve kariyer gelişiminin sağlıklı olabilmesi için kariyer engellerine yönelik çalışmaların arttırılması gerekmektedir. Kariyer sürecinin daha sağlıklı geçmesi için kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılık kavramlarının kariyerle ilgili süreçlerini içeren farklı çalışmalar yapılabilir.
9. Psikolojik dayanıklılık çalışmaları nispeten yeni olmasına rağmen teorik olarak güçlendirilmeli ve yapılacak olan çalışmalarla kavramın öneminin farkına varılması sağlanabilir.
10. Kariyer ve kariyer engelleri çok kapsamlı kavramlardır. Belli boyutlar altında toplamak ve bu konularda yapılan çalışmaları arttırmak kariyer engellerinin aşılmasında büyük öneme sahiptir. Bu nedenle kariyer ve kariyer engelleri yönelik yapılacak çalışmalarla literatüre yapılan katkıların arttırılması sağlanabilir.

11. Literatürde kariyer engelleri yönelik sınırlı çalışma olduğu görülmektedir. Çeşitli engeller nedeniyle iş sahibi olamamış bireylerin kariyer engelleri üzerinde durulup bu konuda ölçek geliştirme çalışması yapılabilir.



KAYNAKLAR

Açıkgöz, M. (2016). Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin*.

Ağırkan, M. ve Kağan, M. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Değer Yönelimleri ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(3), 225-245.

Ak, A. H. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılığının Kişilik Özellikleri ve Farklı Bağlanma Türleri ile İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep*.

Akar, A. ve Aktan, T. (2020). Psikolojik Sağlamlık Tutum Beceri Ölçeğinin (Pstbö) Uyarlaması: Geçerlik Güvenirlik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(74), 665-679.

Akdoğan, B. ve Yalçın, S. B. (2018). Lise Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık ve Çatışma Çözme Davranışlarının Öznel İyi Oluşlarını Yordaması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46, 174-197.

Akoğlu-Kozak, M. ve Dalkıranoglu, T. (2013). Mezun Öğrencilerin Kariyer Algılamaları: Anadolu Üniversitesi Örneği. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(13), 41-52.

Alaçam, B. ve Altuntaş, S. (2015). Kadın Akademisyenlerin Kariyer Engelleri Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi*, 2(1), 1-11.

Albert, A. K. ve Luzzo, A. D. (1999). The Role of Perceived Barriers in Career Development: A Social Cognitive Perspective. *Journal Of Counseling & Development*, 77, 431-436.

Alınışık, E., Of, M., Balkaş, J., ve Tülemmez, S. (2021). Pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve umutsuzluklarının kariyer geleceği algısı üzerindeki etkileri. *Business And Management Studies An International Journal*, Sayı 9(1), 248-266.

- Amil, O. (2015). Çalışanların Algılanan Kariyer Engelleri ile Agılanan Performansları Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 5(9), 7-26.
- Anafarta, N., Sarvan, F. ve Yapıcı, N. (2008). Konaklama İşletmelerinde Kadın Yöneticilerin Cam Tavan Algısı: Antalya İlinde Bir Araştırma. *Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi*, 15, 111-137.
- Ann-Yi, S. (2010). Predictors Of Career Decision-Making Self-Efficacy İn Asian American College Students. Doctoral Thesis. *University of Houston, Texas*.
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ-12) Psikometrik Özellikleri: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12.
- Arslan, G. (2015b). Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (YPSÖ) Psikometrik Özellikleri: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 344-357.
- Aşçıoğlu-Önal, A. ve Yeşilyaprak, B. (2020). Pozitif Psikolojiye Dayalı Kariyer Danışmanlığı Grup Uygulamasının Etkililiğinin İncelenmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 28(16), 879-908.
- Atan, T. ve Ünver, Ş. (2019). Spor Bilimleri Fakültesi ve İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 207-222.
- Aydın, M. ve Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi*, 3(1), 37-53.
- Aydoğdu, T. (2013). Bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- Aytaç, S. (1997). *Çalışma Yaşamında Kariyer Yönetimi, Planlaması, Geliştirilmesi, Sorunları*. İstanbul: Epsilon Yayınları.
- Bacanlı, F. (2013). Özellik-Faktör Uyumlu Kuramlar. İçinde B. Yeşilyaprak (Edt.), *Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı Kuramdan Uygulamaya* (s. 90-127). Ankara: Pegem Akademi.

Bahadır, E. (2009). Sağlıkla ilgili fakültelerde eğitime başlayan öğrencilerin psikolojik sağlamlık düzeyleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*

Bakioğlu, A. ve İnandı, Y. (2001). Öğretmenin Kariyer Gelişiminde Müdürün Görevleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 28, 513-529.

Bakioğlu, A. ve Yaman, E. (2004). Araştırma Görevlilerinin Kariyer Gelişimleri: Engeller ve Çözümler. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 20, 1-20.

Balın, E. (2008). The role of perceived career barriers and gender in commitment to career choices of university students. Yüksek Lisans Tezi. *Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.*

Basım, H. N. ve Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2(22), 104-114.

Betz, N. E. (2000). Self-efficacy theory as a basis for career assessment. *Journal of Career Assessment*, 8(3), 205-222.

Bimrose, J., & Hearne, L. (2012). Resilience and career adaptability: Qualitative studies of adult career counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 81(3), 338-344.

Bingöl, H. (2017). Yükseköğretim Kurumlarında Spor Eğitimi Veren Kadın Akademisyenlerin Kariyer Engellerinin İncelenmesi. Doktora Tezi. *İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.*

Bingöl, H. ve Gündoğdu, C. (2020). Spor Eğitimi Veren Kadın Akademisyenlerin Kariyer Engellerinde Demografik ve Mesleki Özelliklerin Etkisi. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(7), 1-11.

Bitmiş, M. G., Sökmen, A. ve Turgut, H. (2013). Psikolojik Dayanıklılığın Tükenmişlik Üzerine Etkisi: Örgütsel Özdeşleşmenin Aracılık Rolü. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(15), 27-40.

Bonanno, A. G. (2004). Loss, Trauma, and Human Resilience Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events?. *American Psychologist*, 59, 20-28.

Bonanno, A. G. ve Mancini, D. A. (2008). The Human Capacity to Thrive in the Face of Potential Trauma. *Pediatrics*, 121(2), 369-375.

Bordin, S. E. (1946). Diagnosis İn Counseling And Psychotherapy. *Educational and Psychological Measurement*, 6, 169-184.

Buz, S. ve Genç, B. (2019). Sosyal Hizmet Uzmanları İçin Psikolojik Dayanıklılığın Önemi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(2), 623-642.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2019). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Chuang, N.K. (2010). The Impact of Gender on Hospitality Undergraduates Perceived Career Barriers. *Journal of Hospitality & Tourism Education*, 52, 323-339.

Cole, M., Feild, H. and Harris, S. (2004). Student learning motivation and psychological hardiness: Interactive effects on students' reaction to a management class. *Amle*, Sayı 3, 64-85.

Collins, S. (2008). Statutory Social Workers: Stress, Job Satisfaction, Coping, Social Support and Individual Differences. *British Journal of Social Work*, 38, 1173-1193.

Connor, M. K. ve Davidson, R. T. J. (2003). Development Of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.

Creed, P. A., Conlon, E. G., ve Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). Career barrier sandreading ability as correlates of career aspirations and expectations of parents and their children. *Journal of Vocational Behavior*, Sayı 70(2), 242- 258.

Creed, P. A., Patton, W., ve Bartrum, D. (2004). Internal and external barriers, cognitive style, and the career development variables of focus and indecision. *Journal of Career Development*, 30 (4), 277-294.

Crites, O. J. (1969). *Vocational Psychology*, New York: McGraw-Hill.

Çakır, M. A. (2012). Mesleki Rehberlik. İçinde A. Kaya (Edt.), *Psikolojik Danışma ve Rehberlik* (s. 125-154). Ankara: Anı Yayıncılık.

Çavuşoğlu, S. & Yalçın, M. (2017). Banka Çalışanlarının Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi (IBAD)*, BİLDİRİLER IBAD-2017, 404-415.

Çelik, M. Sanberk, İ. ve Deveci, F. (2017). Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Dayanıklılık ve Umutsuzluk. *İlköğretim Online*, 16 (2), 654-662.

Çetin, F. ve Basım, H. N. (2011). Psikolojik Dayanıklılığın İş Tatmini ve Örgütsel Bağlılık Tutumlarındaki Rolü. *"İş, Güç" Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 13(3), 79-94.

Çetin, F., Yeloğlu, H. O. ve Basım, H. N. (2015). Psikolojik Dayanıklılığın Açıklanmasında Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Rolü: Bir Kanonik İlişki Analizi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 81-92.

Çınar, S. E. ve Eminoğlu, Z. (2020). Bilişsel Davranışçı Temelli Psiko-Eğitim Programının Psikolojik Dayanıklılık ve Duygu Düzenleme Üzerindeki Etkisi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(21), 555-582.

Çoban, A. E. (2012). Mesleki Rehberlik. İçinde M. Güven (Edt.), *Psikolojik Danışma ve Rehberlik* (s. 132-159). Ankara: Anı Yayıncılık.

Del Corso, J. J., Rehfuss, M. C. ve Galvin, K. (2011). Striving to adapt: Addressing Adler's work task in the 21st century. *The Journal of Individual Psychology*, 67(2), 88–106.

Doğan, H. (2015). Mesleki-(Kariyer) Psikolojik Danışma ve Rehberlik. İçinde C. Şahin (Edt.), *Psikolojik Danışma ve Rehberlik* (s. 135-175). Ankara: Pegem Akademi.

Doğan, H. ve Bozgeyikli, H. (2014). İşsizlik Sorununa Farklı Bir Bakış Açısı: Kariyer Engelleri. II. *Uluslararası İş ve Meslek Danışmanlığı Kongresi*. Antalya, The Proceedings Book, s. 125-137.

Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.

Duman, N., Göksu, P., Köroğlu, C. Ve Talay, A. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Mental İyi Oluş ile Psikolojik Dayanıklılık İlişkisi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4 (7), 9-17.

Durmuş, A., Otlu, F. ve Özkan, Ö. (2019). Sosyal Bilişsel Kariyer Teorisi Ve Öğrencilerin Serbest Muhasebeci Mali Müşavir Olma Hedefleri: İnönü Üniversitesi Uygulaması. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 18 (4), 1381-1398.

Duru, H., Bayraktar, M. ve Gültekin, F. (2020). Öğretmen Adaylarının Kariyer Kararlarının Algılanan Kariyer Engelleri ve Kariyer Geleceği Açısından İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(2), 613-629.

Eker, S. N. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Dayanıklılık ile Kronotipleri Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörler. Yüksek Lisans Tezi. *Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir*.

Erdoğan, E. (2015). Tanrı algısı, dini yönelim biçimleri ve dindarlığın psikolojik dayanıklılıkla ilişkisi. Doktora Tezi. *Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara*.

Erdoğan, N. (2003). *Kariyer Geliştirme Kuram ve Uygulama*. Ankara: Nobel Basımevi.

Erhan, T., Karagöz, Ş. ve Uzunbacak, H. H. (2021). Kariyer Kararlılığın Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisinde Psikolojik Sağlamlığın Aracılık Rolü. *Journal of Management and Economics Research*, 19 (4), 171-198.

Eryılmaz, A. ve Kara, A. (2018). Öğretmen Adaylarının Kariyer Uyumlulukları: Kariyer Kararı Yetkinlik Beklentisi ve Kariyer Engelleri Açısından İncelenmesi. *International Online Journal of Educational Sciences*, 2(10), 235-244.

Fishman, J. (2012). Psikolojik Dayanıklılık, Algılanan Stres ve Stres Reaksiyon. Doktora tezi. *Walden Üniversitesi, Minneapolis*.

Fraser, M. W., Richman, J.M. ve Galinsky, M. J. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework for social practice. *Social Work Research*, 23(1), 129-208.

Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., ve Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29–42.

Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., ve Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65–76.

Garnezy, N. (1993). Children in Poverty: Resilience Despite Risk. *Psychiatry*, 56, 127-136.

George, D. ve Mallery, P. (2020). *IBM SPSS Statistics 26 Step by Step: A Simple Guide and Reference*. New York: Taylor ve Francis Group.

Gizir, C. A. (2005). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Problemleri Üzerine Bir Çalışma. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 196-213.

Gizir, C. A. (2007). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler Üzerine Bir Derleme Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.

Gizir, C. A. ve Aydın, G. (2006). Psikolojik Sağlamlık ve Ergen Gelişim Ölçeği'nin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 87-99.

Güldü, Ö. ve Kart, M. E. (2017). Kariyer Planlama Sürecinde Kariyer Engelleri ve Kariyer Geleceği Algılarının Rolü. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 72(2), 377-400.

Gün, S. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılık, Yaşam Becerileri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya*.

Gündoğdu, Y. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Kariyer Engelleri, Kariyer Stresi ve Kariyer Farkındalığı ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi. *Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara*.

- Gündüz, Y. (2010). Öğretmen Algılarına Göre Kadın Öğretmenlerin Kariyer Engellerinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Dergisi*, 10(1), 133-149.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A. ve Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Etkileyen Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.
- Gürkan, U. (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek Geliştirme, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(2), 45-74.
- Haar, J. and Staniland, N., (2016). The influence of psychological resilience on the career satisfaction of Maori employees: Exploring the moderating effects of collectivism. *New Zealand Journal of Human Resources Management*, 16(1), 58-72.
- Haase, J.E. (2004). The Adolescent Resilience Model as a Guide to Interventions. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 21(1), 289-299.
- Hanton, S., Evans, L. ve Neil, R. (2003). Hardiness And The Competitive Trait Anxiety Response. *Anxiety, Stress, & Coping: An International Journal*, 16(2), 167-184.
- Harvatin, H. C. (2009). Hardiness and coping strategies. Master's Thesis, *Kean University*, New Jersey, USA.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is Resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258–265.
- Hill, N. E., Ramirez, C., & Dumka, L. E. (2003). Early adolescents' career aspirations: A qualitative study of perceived barriers and family support among low-income, ethnically diverse adolescents. *Journal of Family Issues*, 24(7), 934-959.
- Hoge, A. E., Austin, D. E. ve Pollack, H. M. (2007). Resilience: Research Evidence And Conceptual Considerations For Posttraumatic Stress Disorder. *Depression And Anxiety*, 24, 139–152.

Holloway-Friesen, H. (2016). Acculturation, enculturation, gender, and college environment on perceived career barriers among Latino/a college students. *Journal of Career Development*, 5(2), 1-15.

Hunter, J. A. (2001). A Cross-Cultural Comparison of Resilience in Adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 16(3), 172-179.

Işık, Ş. (2016). Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(2), 165-182.

Işık, Ş. (2016). Türkiye'de Kendini Toparlama Gücü Konusunda Yapılmış Araştırmaların İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6 (45), 65-76.

İnandı, Y., Özkan, S., Peker, S. ve Atik, Ü. (2009). Kadın Öğretmenlerin Kariyer Geliştirme Engelleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 77-96.

İnandı, Y., Tunç, B. ve Uslu, F. (2013). Eğitim Fakültesi Öğretim Elemanlarının Kariyer Engelleri ile İş Doyumları Arasındaki İlişki. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 219-238.

İnandı, Y., ve Gılıç, F. (2020). Öğretmenlerin Kariyer Engelleri Ölçeğinin geliştirilmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 15-31.

İnandı, Y., ve Tunç, B. (2012). Kadın öğretmenlerin kariyer engelleri ile iş doyum düzeyleri arasındaki ilişki. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 203-222.

Jew, L. C., Green, E. K. ve Kroger, J. (1999). Development and Validation of a Measure of Resiliency. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 32, 75-89.

Kaba, İ. Ve Keklik, İ. (2016). Öğrencilerin Üniversite Yaşamına Uyumlarında Psikolojik Dayanıklılık ve Psikolojik Belirtiler. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 98-113.

Kahraman, F. ve Kahraman, G. (2020). Hastanede Çalışan Hemşirelerin Algılanan Kariyer Engellerinin Belirlenmesi. *Türk Fen ve Sağlık Dergisi (TFSD)*, 1(1), 1-13.

- Kalafat, T. (2014). Kariyer Geleceği Algısını Etkileyen Kişisel Faktörlerin Belirlenmesine Yönelik Bir Model Çalışması. Yayınlanmış Doktora Tezi. *Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.
- Kalafat, T. (2019). Algılanan Kariyer Engelleri (AKE) Ölçeği'nin Türk Kültürüne Uyarlama Çalışması. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 103-124.
- Kaner, S. ve Bayraklı, H. (2010a). Aile Yılmazlık Ölçeği: Geliştirilmesi, geçerliği ve güvenirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 11(2), 47-62.
- Kaner, S. ve Bayraklı, H. (2010b). Anne Yılmazlık Ölçeği'nin psikometrik özellikleri. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 9(17), 77-94.
- Kaplan, C. P., Turner, S., Norman, E., & Stillson, K. (1996). Promoting Resilience Strategies: A Modified Consultation Model. *Children & Schools*, 18(3), 158–168.
- Karacaoğlu, K. ve Köktaş, G. (2016). Psikolojik Dayanıklılık ve Psikolojik İyi Olma İlişkisinde İyimserliğin Aracı Rolü: Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri Ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Sayı 3(26), 129-142.
- Kararımak, Ö. (2010). Establishing the psychometric qualities of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) using exploratory and confirmatory factor analysis in a trauma survivor sample. *Psychiatry Research*, 179, 350-356.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Kitabevi.
- Karcıoğlu, F. ve Leblebici, Y. (2014). Kadın Yöneticilerde Kariyer Engelleri: “Cam Tavan Sendromu” Üzerine Bir Uygulama. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 28(4), 1-20.
- Kavi, E. ve Karakale, B. (2018). Çalışan Psikolojisi Açısından Psikolojik Dayanıklılık. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 7(17), 55-77.
- Keleş, H.N. ve Özkan, T.K. (2016). Kariyer gelecek algısının psikolojik dayanıklılık değişkenine göre incelenmesi. *IV. Örgütsel Davranış Kongresi Bildiriler Kitapçığı*. Adana, 180-186.

Kılıç, Ş. D. (2014). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.*

Kır, A. ve Salkım-Er, A. (2017). Organizasyonlarda Kariyer Planlaması ve Kariyer Engelleri. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 7(2),14-23.

Kızıldağ, S., Aydoğan, D. ve Özer, A. (2014). Psikolojik Danışma ve Rehberlik Lisans Öğrencilerinin Kariyer Engellerinin İncelenmesi. *II.Uluslararası İş ve Meslek Danışmanlığı Kongresi*. Antalya, Türkiye, 26-27 Kasım.

Kim, Y.K. (2008). The Effect of University Freshmen's Career Barriers on Career Decision Making Levels and Career Decision Making Self-Efficacy. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, Sayı 20(4), 1191-1210.

Kinman, G. ve Grant, L. (2011). Exploring Stress Resilience in Trainee Social Workers: The Role of Emotional and Social Competencies. *British Journal of Social Work*, 41, 261-275.

Kirazcı, F. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Karar Verme Belirsizliklerinin Çeşitli Değişkenlerle İlişkilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*

Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.

Kotzé, M., & Kleynhans, R. (2013). Psychological Well-Being and Resilience as Predictors of First-Year Students' Academic Performance. *Journal of Psychology in Africa*, 23(1), 51–59.

Kurtoğlu, G. ve Doğan, S. (2016). Duygusal Yılmazlık Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 8, 223-239.

Kuzgun, Y. (1986). Meslek seçiminde kararsızlık. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 19(1), 217-223.

Kuzgun, Y. (2000). *Meslek Danışmanlığı: Kuramlar ve uygulamalar*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Kuzgun, Y. (2008). *Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kuzgun, Y. (2009). *Meslek Gelişimi ve Danışmanlığı (3. baskı)*. İstanbul: Nobel Yayınevi.
- Kuzgun, Y. (2011). *Meslek rehberliği ve danışmanlığına giriş*. Ankara: Nobel.
- Lee, M. Y. (2018). The Effect of a Group Program Designed to Resolve the Psychological Career Barriers of University Freshmen on Their Psychological Career Barriers, Self-Efficacy in Career Decision-Making, and Self-Determination. *Journal of Digital Convergence*, Sayı 10(16), 485-496.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (2000). Contextual supports and barriers to career choice: A social cognitive analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 36-49.
- Lent, W. R., Brown, D. S. ve Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45, 79-122.
- Lopez, O., Haigh, C., & Burney, S. (2004). Relationship between hardiness and perceived stress in two generations of Latin American migrants. *Australian Psychologist*, 39(3), 238-243.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12(4), 857-885.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Luzzo, A. D. ve McWhirter H. E. (2001). Sex and Ethnic Differences in the Perception of Educational and Career-Related Barriers and Levels of Coping Efficacy. *Journal Of Counseling & Development*, 79, 61-67.
- Luzzo, D. A. (1995). Gender Differences in College Students' Career Maturity and Perceived Barriers in Career Development. *Journal of Counseling & Development*, Sayı 73(3), 319-322.

- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of Personality*, 74(2), 575-598.
- Magno, C., Parinas, N. ve Mamauag, M. (2008). The İnfluence Of Self-Mastery On Building A Model Of Resiliency. *Philippine Journal of Counseling Psychology*, 10(1), 1-22.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205–220.
- Masten, A. S., Best, M. K. ve Garnezy, N. (1990). Resilience and Development: Contributions From The Study Of Children Who Overcome Adversity. *Development and Psychopatholog*, 2, 425-444.
- Mcwhirter, E. H. (1997). Perceived Barriers To Education And Career: Ethnic And Gender Differences. *Journal Of Vocational Behavior*, 50, 124-140.
- Mori, S. (2004). Anticipated Career Barrier Of Female Japanese College Students İn Japan. Doctoral Thesis. *University of California*, Santa Barbara.
- Murray, C. (2003). Risk Factors, Protective Factors, Vulnerability, and Resilience. *Remedial and Special Education*, 24, 16-26.
- Nazlı, S. (2014). *Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik Programı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Niles, S.G. ve Harris – Bowlsbey, J. (2013). *21. Yüzyılda kariyer gelişimi müdahaleleri* (Çev: F. Korkut Owen). Ankara: Nobel.
- Orhan, U. (2016). Kişilik Özellikleri ile Kariyer Engelleri Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. *Örgütsel Davranış Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 76-89.

Öz, F. ve Bahadır-Yılmaz, E. (2009). Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 16(3), 82-89.

Özbey, S. (2019). Okul Öncesi Çocuklar İçin Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin (PERİK) Geçerlik Güvenirlik Çalışması. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17), 756-786.

Özden, K. ve Sertel-Berk, Ö. (2017). Kariyer Stresi Ölçeği'nin (KSÖ) Türkçe'ye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin Sınanması. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 37(1), 35-51.

Özkan, A. (2019). Kariyer Gelişimi Psikoeğitim Programının 5. Sınıf Öğrencilerinin Kariyer Gelişimi ve Karar Vermelerine Etkisi. Doktora Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.

Özkan, M. (2017). Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık, duygusal zeka özellikleri ve kariyer geleceği algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, *Uludağ Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Bursa.

Özyürek, R. (2013). *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Kuramları*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Pekdemir, Ü., Yazıcı, H., Altun, F. ve Tosun, C. (2019). Matematikte Akademik Yılmazlık Ölçeği'nin Türk Kültürüne Uyarlanması. *Türk Bilgisayar ve Matematik Eğitimi Dergisi*, 10(1), 217-231.

Perrone, K. M., Civiletto, C. L., Webb, L. K., & Fitch, J. C. (2004). Perceived barriers to and supports of the attainment of career and family goals among academically talented individuals. *International Journal of Stress Management*, 11, 114-131.

Pidgeon, M. A. ve Keye, M. (2014). Relationship between Resilience, Mindfulness, and Psychological Well-Being in University Students. *International Journal of Liberal Arts and Social Science*, 2(5), 27-32.

Polatcı, S., Irk, E., Gültekin, Z. ve Sobacı, F. (2017). Psikolojik Dayanıklılık Ve Kişilik Özellikleri Tatmin Düzeyini Etkiler Mi?. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 29, 553-578.

Pulliam, N., Ieava, K.P. & Burlew, L. (2017). The relationship between perceived career barriers and career decision self-efficacy on initial career choice among lowincome, first generation, pre- freshman, college- bound students. *Journal of Collage Access*, 3(2), 78-97

Quimby, L. J. ve O'Brien, M. K. (2004). Predictors of Student and Career Decision-Making Self-Efficacy Among Nontraditional College Women. *The Career Development Quarterly*, 52, 323-339.

Ramirez-Earvolino, M. (2007). Resilience: A Concept Analysis. *Nursing Forum*, 42(2), 73-82.

Raque-Bogdan, L. T., Klingaman, A. E., Martin, M. H. ve Lucas, S. M. (2013). Career-Related Parent Support and Career Barriers: An Investigation of Contextual Variables. *The Career Development Quarterly*, 61, 339-353.

Richardson, G.E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321.

Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21(2), 119–144.

Sakarya, D. ve Güneş, C. (2013). Van Depremi Sonrasında Travma Sonrası Stres Bozukluğu Belirtilerinin Psikolojik Dayanıklılık ile İlişkisi. *Kriz Dergisi*, 21(1), 25-32.

Salman, N. (2018). Kariyer Karar Verme Güçlüklerinin Kariyer Engelleri, Kariyer Karar Verme Öz Yetkinliği ve Karar Durumu ile İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.

Sancar, H. T. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Dayanıklılık ve Öz Yeterliğin Başarı Odaklı Motivasyon ile İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *İstanbul Kent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul*.

Santos, Z., & Soares, A. (2018). Habilidades sociales, coping, resiliencia y resolución de problemas en estudiantes de psicología. *Liberabit*, 24(2), 265–276.

Sarsıkoğlu, A. F. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Uyumluluğunu Açıklayan Faktörler: Model Önerisi. Doktora Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.

Sarsıkoğlu, A. F. ve Bacanlı, F. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri İle Kariyer Uyumlulukları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(13), 95-113.

Savickas, M. L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of Counseling and Development*, 90, 13-19.

Savi-Çakar, F., Karataş, Z. ve Çakır, M.A. (2014). Yetişkin Yılmazlık Ölçeği: Türk kültürüne uyarlanması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 22-39.

Schoenfeld, J., Segal, G. ve Borgia, D. (2017). Social Cognitive Career Theory And The Goal Of Becoming A Certified Public Accountant. *Accounting Education: An International Journal*, 26(2), 109-126.

Segal, G., Borgia, D. ve Schoenfeld, J. (2002), Using social cognitive career theory to predict self-employment goals. *New England Journal of Entrepreneurship*, 5(2), 8.

Sezgin, F. (2012). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 2(20), 489-502.

Sezgin, K. (2016). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık ve dindarlık düzeylerinin incelenmesi (Dicle Üniversitesi örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. *Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Diyarbakır.

Shin, Y. J. ve Kelly, K. R. (2015) “Resilience and Decision-Making Strategies as Predictors of Career Decision Difficulties”, *The Career Development Quarterly*, 63(4), 291-305.

Sivaz, S. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Olumsuz Çocukluk Yaşantıları, Psikolojik Dayanıklılık ve Romantik İlişki Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*, Trabzon.

Souri, H. ve Hasanirad, T. (2011). Relationship between Resilience, Optimism and Psychological Well-Being in Students of Medicine. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1541 – 1544.

Söğütlü, L., İmamoğlu, A. H., Çelik, A. R. & Karabulut, Y. (2021). Çalışan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Uluslararası Hukuk ve Sosyal Bilim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 36-46.

Spokane, R. A., Luchetta, J. E. ve Richwine, H. M. (2002). Holland's Theory of Personalities in Work Environments. *Career Choice And Development*, 4, 373-426.

Srivastava, S. ve Madan, P., (2020). 'The relationship between resilience and career satisfaction: Trust, political skills and organizational identification as moderators. *Australian Journal of Career Development*, 29(1), 44–53.

Stewart, M., Redi, G. ve Mangham, C. (1997). Fostering Children's Resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12, 21-31.

Sürücü, M. (2011). Mesleki Seçim Hedeflerinin Kariyer Engelleri ve Sosyal Bilişsel Değişkenler Tarafından Yordanmasına İlişkin Bir Model Sınaması. Doktora Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.

Swanson, L. J. ve Tokar M. D. (1991a). College Students' Perceptions of Barriers to Career Development. *Journal Of Vocational Behavior*, 38, 92-106.

Swanson, L. J. ve Tokar M. D. (1991b). Development And Initial Validation Of The Career Barriers Inventory. *Journal Of Vocational Behavior*, 39, 344-361.

Swanson, L. J. ve Woitke, B. M. (1997). Theory Into Practice in Career Assessment for Women: Assessment and Interventions Regarding Perceived Career Barriers. *Journal of Career Assessment*, 4(5), 443-462.

Swanson, L.J., Daniels K. K. ve Tokar, M. D. (1996). Assessing Perceptions of Career-Related Barriers: The Career Barriers Inventory. *Journal of Career Assessment*, 2(4), 219-244.

Şimşek, A. (2012). Araştırma Modelleri, İçinde A. Şimşek (Ed.), *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri* (ss. 80-106). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları.

Taşgım, Ö., Bozgeyikli, H. ve Boğazlıyan, E. E. (2017). Üniversiteli Gençlerin İşsizlik Kaygıları İle Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişki. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 16 (6), 551-567.

Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeği'nin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26(3), 77-86.

Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 29(3), 1-11.

Thompson, M. N. (2013). Career barriers and coping efficacy among Native American studies. *Journal of Career Assessment*, 21 (2), 311-325.

Tonga, Z. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıklarının Karar Stratejileri ve Durumluk Sürekli Kaygı Düzeylerine Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.

Tugade, M. M. ve Fredrickson, L. B. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back From Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320-333.

Tunçer, P. (2012). Değişen İnsan Kaynakları Yönetimi Anlayışında Kariyer Yönetimi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(31), 203-233.

Tüz, M. (2003). Kariyer Planlamasında Yeni Yaklaşımlar. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(4), 169-176.

Tüzel, E. (2014). Eğitim Örgütlerinde Kadın Yöneticilerin Kariyer Engellerinin İncelenmesi (Ankara İli Örneği). Doktora Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.

Ulaş, Ö. (2016). Kariyer Kararı Verme Öz-Yetkinliği: Bir Model Testi. Doktora Tezi. *Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.

- Ulaş, Ö. ve Kızıldağ, S. (2019). Kariyer Engelleri Ölçeği'nin (KEÖ) Geliştirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(1), 182-196.
- Ulaş, Ö. ve Özdemir, S. (2018). Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinde Algılanan Kariyer Engellerinin Yordayıcıları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(3), 672-688.
- Ulaş-Kılıç, Ö. (2021). Duygulanım Düzeyinin ve Algılanan Sosyal Desteğin Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinin Kariyer Engellerine Etkisi. *Başkent University Journal Of Education*, Sayı 8(1), 207-219.
- Urbanaviciute L, Pociute B, Kairys A, & Liniauskaite, A. (2016). Perceived career barriers and vocational outcomes among university undergraduates: Exploring mediation and moderation effects. *Journal of Vocational Behavior*, 92, 12–21.
- Uysal, G. (2008). Kariyer Planlama ve Yönetimi, İçinde B. Z. Erdoğan (Edt.), *Bireyden Profesyonele Kariyere İlk Adım* (s. 159-178). Bursa: Ekin Yayınevi.
- Ülkü, S. (1974). Meslek seçimi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 8(1), 197-208.
- Ülkür-Tümlü, G. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 205-213.
- Ünsal, P. (2014). *Kariyer Gelişim Kuramları ve Kariyer Danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Veres, A. ve Kotta, I. (2021). Perceived career barriers as a mediator between career adaptability and life satisfaction. *12. International Conference on Humanities, Psychology & Social Sciences*. Paris, France, 14-16 Mayıs.
- Watts, L.L., Frame, M.C., Maffett, R.G., Hein, J.L.V. & Hein M. (2015). The relationship between gender, perceived career barriers and occupational aspirations. *Journal of Applied Social Psychology*, 45(11), 10-22.
- Werner, E. E. (1995). Resilience in Development. *Current Directions in Psychological Science*, 4(3), 81–84.
- Windle, M. (1999). Critical Conceptual And Measurement Issues In The Study Of Resilience. İçinde Glantz, M. D. ve Johnson, J. L. (Edt.), *Resilience and*

development: Positive life adaptations (s. 161-176). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

Wright, L. S., Perrone-McGovern, M. K., Boo, N. J. ve White, A. V. (2014). Influential Factors in Academic and Career Self-Efficacy: Attachment, Supports, and Career Barriers. *Journal of Counseling & Development*, 92, 36-46.

Yağbasanlar, O. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ile dini yönelimleri ve öz-şefkatleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. *Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Ankara.

Yeşilyaprak, B. (1995). Mesleki Gelişim Kuramları Üzerine Bir Eleştirel Değerlendirme. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(2), 43-49.

Yeşilyaprak, B. (2013). Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığına Giriş, İçinde B. Yeşilyaprak (Edt.), *Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı Kuramdan Uygulamaya* (s. 2-39). Ankara: Pegem Akademi.

Yeşilyaprak, B. (2019). Türkiye’de Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı Hizmetleri: Güncel Durum ve Öngörüler. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 73-102.

Yıldırım, K. P., Yıldırım, E., Otrar, M. ve Şirin, A. (2015). Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık ile Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 42, 277-297.

EKLER

EK-1 Kişisel Bilgi Formu

Yüksek lisans tezi için kullanılacak bu çalışmada "Üniversite öğrencilerinin kariyer engelleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi" amaçlanmaktadır. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılıp bilgiler gizli tutulacaktır. Katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Sizden beklenen üniversite öğrencisi olmanız ve maddelere samimi cevaplar vermenizdir. Soruları cevaplamak yaklaşık 10-15 dakikanıza alacaktır. Çalışmada cevaplamanız gereken 2 adet ölçek bulunmaktadır. Katılım sağlayarak değerli zamanınızı ayırdığınız için teşekkür ederim. Kırıkkale Üniversite Yüksek Lisans Öğrencisi: Psikolojik danışman Yasin TİMUR
Bu araştırma konusundan bilgilendirildim ve katılmayı kabul ediyorum ☐
Öğrenim görmekte olduğunuz üniversite:
Cinsiyetiniz: Kadın ☐ Erkek ☐
Sınıf düzeyiniz: 1. Sınıf ☐ 2. Sınıf ☐ 3. Sınıf ☐ 4. Sınıf ☐

EK-2 Kariyer Engelleri Ölçeği

Yönerge: Sizden beklenen aşağıda yer alan ifadelerde yer alan durumun sizin kariyer gelişiminizde ne derece ENGEL oluşturduğunu, ifadenin sağ tarafında yer alan sayılardan uygun olanı işaretleyerek belirtmenizdir.		Hiç Katılmıyorum	Nadiren Katılıyorum	Orta Katılıyorum	Genellikle	Tamamen Katılıyorum
1	Fiziksel özelliklerimin kariyer seçeneklerimi sınırladığını düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2	Etnik kökenimin kariyer planlarıma engel oluşturmasından endişelenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3	Dini yaşantımın/inançlarımın kariyer planlarımda engel oluşturmasından kaygılanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16	Arkadaşlarımla beklentileri kariyer planlarımı sınırlandırır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17	Gelecekte mesleğimi icra etmede kendimi akademik olarak donanımlı hissetmiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18	İleride yaşamak zorunda olduğum şehir nedeniyle kariyerimde istediğim işlere yönelemeyeceğimi düşünüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

EK-3 Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

1. Beklenmedik bir olay olduğunda...
Her zaman bir çözüm bulurum Çoğu kez ne yapacağımı kestiremem
2. Gelecek için yaptığım planların...
Başarılması zordur Başarılması mümkündür
3. En iyi olduğum durumlar şu durumlardır...
Ulaşmak istediğim açık bir hedefim olduğunda Tam bir günlük boş bir vaktim
30. İhtiyacım olduğunda ...
Bana yardım edebilecek kimse yoktu Her zaman bana yardım edebilen birisi
31. Hayatımdaki kontrol edemediğim olaylar (ile) ...
Başa çıkmaya çalışırım Sürekli bir endişe/kaygı kaynağıdır
32. Ailemde şunu severiz ...
İşleri bağımsız olarak yapmayı İşleri hep beraber yapmayı
33. Yakın arkadaşlarım/aile üyeleri ...
Yeteneklerimi beğenirler Yeteneklerimi beğenmezler

EK-4 Ölçek Çalışma İzinleri

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği



Nejat Basim

Alıcı: ben

>

27 Temmuz Cmt 01:43 (11 gün önce)



Merhaba. Mesajınızı bu adresimden yanıtlıyorum. Ölçeğin yer aldığı makaleyi, makalenin sonunda yer alan ölçeğin word ortamındaki halini ve değerlendirme esaslarını içeren bilgi notunu ekte gönderiyorum. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.
Nejat

Kariyer Engelleri Ölçeği



Dr. Öğr. Üy. Seval KIZILDAĞ

Alıcı: ben

27 Mayıs Pzt 16:35



Yasin Bey merhaba,
Ekte ölçek makalemizi ve ölçeğimizi gönderiyorum. Süreçte sorunuz olursa sormaktan çekinmeyiniz.
Selamlar,

EK-5 Etik Kurul İzni



ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı: Yasin Timur

Doğum Tarihi:

Yabancı Dil: İngilizce

Lisans: Kırıkkale Üniversitesi- 2016

Yüksek Lisans: Kırıkkale Üniversitesi-

Çalıştığı Kurum/Kurumlar ve Yıl/Yıllar: Sultanbeyli Cumhuriyet İlkokulu- 2019/....

Yayınları (SCI): Timur, Y. ve Balcı, S. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Engelleri ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri. *Ege 4. Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi*. Muğla, Türkiye, 12-13 Şubat.

ORCID: 0000-0003-1197-1729