

T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİLİM DALI

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KARİYER KAYGISI İLE MÜKEMMELİYETÇİLİK
VE BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İBRAHİM ERDOĞAN YAYLA

DANIŞMAN

DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

AĞUSTOS 2023

T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİLİM DALI

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KARİYER KAYGISI İLE MÜKEMMELİYETÇİLİK
VE BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İBRAHİM ERDOĞAN YAYLA

DANIŞMAN

DOÇ. DR. EYÜP ÇELİK

AĞUSTOS 2023

BİLDİRİM

Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tez-Proje Yazım Kılavuzu'na uygun olarak hazırladığım bu çalışmada:

- Tezde yer verilen tüm bilgi ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi ve sunduğumu,
- Yararlandığım eserlere atıfta bulunduğumu ve kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değiştirmede bulunmadığımı,
- Bu tezin tamamını ya da herhangi bir bölümünü başka bir tez çalışması olarak

sunmadığımı beyan ederim.

İBRAHİM ERDOĞAN YAYLA

ÖN SÖZ

Bu yüksek lisans araştırmamda benden desteklerini hiç esirgemeyen birçok kişiye teşekkürlerimi sunmak isterim. İlk olarak, detaylı açıklamaları ve titiz çalışmasıyla bana örnek olan ve tezimin başından sonuna kadarki her aşamasında desteğini hissettiren çok değerli tez danışmanım sayın Doç. Dr. Eyüp ÇELİK'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca lisans eğitimimden itibaren bilgi ve deneyimlerinden çokça faydalandığım değerli hocam Prof. Dr. Mustafa KOÇ ile eleştiri ve önerileriyle araştırmama katkı sağlayan değerli hocam Araş. Gör. Samet MAKAS' a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yaşamım boyunca her zaman yanımda olan sevgi ve desteklerini hissettiğim, çalışkan ve erdemli bir insan olma konusunda yol gösteren, varlıklarından güç aldığım eşim Rümeysa YAYLA, annem Selma YAYLA, babam Olgun YAYLA ve kardeşim İsmail Emrullah YAYLA' ya çok ama çok teşekkür ederim. Ayrıca, bu zorlu ve uzun süreçte desteğini esirgemeyen kurum müdürüm Ramazan ÇIRAKOĞLU ile mesai arkadaşlarım Kübra AKBULUT ve Tarık Ogün ÜNSER'e içtenlikle teşekkür ederim.

ÖZET

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KARIYER KAYGISI İLE MÜKEMMELİYETÇİLİK VE BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

İbrahim Erdoğan YAYLA, Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Doç. Dr. Eyüp ÇELİK

Sakarya Üniversitesi, 2023

Bu çalışmanın amacı, lise öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolünün incelenmesidir. Ayrıca bu çalışmada öğrencilerin kariyer kaygısının cinsiyet, sınıf düzeyi ve algılanan akademik başarıya göre farklılık gösterip göstermediği de incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Çorum ilinde çeşitli liselerde öğrenim gören yaşları 14-18 arasında değişen 432'si kız ve 129'ü erkek olmak üzere toplam 561 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kariyer Kaygısı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırmadaki değişkenler arasındaki ilişki Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolü AMOS programı kullanılarak yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Kariyer kaygısının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı t testi, sınıf ve algılanan başarı düzeyine göre farklılaşma gösterip göstermediği de tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile tespit edilmiştir. ANOVA sonucu bulunan farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için de Scheffe testi kullanılmıştır. Analiz sonucunda kariyer kaygısı alt boyutları olan mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik arasında pozitif anlamlı bir ilişki görülürken, benlik saygısı değişkeni arasında ise negatif ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Benlik saygısı ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik arasında negatif ve anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Yapılan aracılık analizi sonucunda sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolünün olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı alt boyutlarından aile etkisi arasındaki ilişkide benlik saygısının kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür. Öğrencilerin kariyer kaygısı puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı, sınıf düzeyi ve algılanan akademik başarıya göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Kariyer kaygısı, mükemmeliyetçilik, benlik saygısı

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN CAREER ANXIETY, PERFECTIONİSM, AND SELF-ESTEEM LEVELS İN HIGH SCHOOL STUDENTS

İbrahim Erdoğan YAYLA, Master Thesis

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Eyüp ÇELİK

Sakarya University, 2023

The aim of this study is to examine the mediating role of self-esteem in the relationship between perfectionism and career anxiety among high school students. Additionally, the study investigates whether students' career anxiety varies based on gender, grade level, and perceived academic achievement. The participants consists of 561 students (girls:432, boys:129), aged between 14 and 18, studying in various high schools in Çorum, Turkey. The Career Anxiety Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale, and Child and Adolescent Perfectionism Scale were used as data collection tools.

The relationships between variables were analyzed using the Pearson correlation coefficient. The mediating role of self-esteem in the relationship between perfectionism and career anxiety was tested using structural equation model which AMOS. The t-test was used to determine whether career anxiety differs according to gender. Whether career anxiety differed according to grade level and perceived academic achievement level was determined by ANOVA. Scheffe test was used to determine between which groups the differentiation found as a result of ANOVA was found. The analysis revealed that there was a positive significant relationship between career anxiety's sub-dimensions career-related anxiety and family influence and social-oriented perfectionism's sub-dimensions, while a negative relationship was established with the self-esteem variable. A significant negative relationship was also found between self-esteem and social-oriented perfectionism's sub-dimensions.

The results of the mediation analysis indicated that self-esteem played a mediating role in the relationship between social-oriented perfectionism and the sub-dimensions of career anxiety (namely career-related anxiety and family influence). Furthermore, a partial mediating role of self-esteem was identified in the relationship between social-oriented perfectionism's sub-dimensions and career anxiety's sub-dimension of family influence. While students' career anxiety scores did not differ significantly by gender, they exhibited significant variations according to grade level and perceived academic achievement.

Keywords: Career anxiety, perfectionism, self-esteem

İÇİNDEKİLER

BİLDİRİM.....	i
ÖN SÖZ.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem durumu	1
1.2. Araştırmanın önemi ve amacı	5
1.3. Problem cümlesi.....	6
1.4. Alt problemler	6
1.5. Varsayımlar	7
1.6. Sınırlılıklar	7
1.7. Tanımlar	7
BÖLÜM II.....	8
ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	8
2. Araştırmanın kuramsal çerçevesi	8
2.1.1. Kariyer kavramı.....	8
2.2. Kaygı	9
2.2.1. Kaygı çeşitleri	10
2.2.2. Kaygı ile ilgili kuramlar	12

2.2.2.1. Psikanalitik yaklaşımlar	12
2.2.2.2. Davranışçı yaklaşımlar	12
2.2.2.3. Bilişsel yaklaşımlar	13
2.2.2.4. Varoluşsal yaklaşımlar	13
2.2.2.5. Biyolojik yaklaşımlar	13
2.2.3. Kariyer kaygısı	14
2.3. Benlik saygısı	15
2.4. Mükemmeliyetçilik	17
2.5. İlgili araştırmalar	19
2.5.1. Kariyer kaygısı ile ilgili yapılan çalışmalar	19
2.5.2. Benlik saygısı ile ilgili araştırmalar	21
2.5.3. Mükemmeliyetçilik ile ilgili çalışmalar	22
BÖLÜM III	24
YÖNTEM.....	24
3.1. Araştırma modeli.....	24
3.2. Örneklem.....	24
3.3. Veri toplama araçları.....	24
3.3.1. Kariyer kaygısı ölçeği	24
3.3.2. Çocuk ve ergen mükemmeliyetçilik ölçeği	25
3.3.3. Rosenberg benlik saygısı ölçeği	26
3.4. Verilerin analizi.....	26
BÖLÜM IV	27
BULGULAR	27
4.1. Betimleyici istatistik ve normal dağılıma ilişkin bulgular	27
4.2. Ölçüm modeli	29
4.3. Yapısal eşitlik modeli.....	31

4.4. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular.....	33
4.5. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin sınıf düzeyine ilişkin farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular.....	34
4. 6. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin algılanan akademik başarı düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular	37
BÖLÜM V.....	41
SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER	41
5.1. Tartışma ve sonuç.....	41
5.1.1. Yapısal eşitlik modeline ilişkin bulgulara ait sonuçlar	41
5.1.2. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgulara sonuçlar	43
5.1.3. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin sınıf düzeyine ilişkin farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular ait sonuçlar	44
5.1.4. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin algılanan akademik başarı düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgulara yönelik sonuçlar	44
5.2. Öneriler.....	45
5.2.1. Araştırma sonuçlarına dayalı olarak öneriler	45
5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik öneriler.....	46
KAYNAKÇA	47
EKLER	62

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Betimsel İstatistik Sonuçları	27
Tablo 2. Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular.....	28
Tablo 3. Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyinin Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	33
Tablo 4. Sınıf Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı Ve Aile Etkisi Düzeyine İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları	34
Tablo 5. Sınıf Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı Ve Aile Etkisi Düzeyinin Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	35
Tablo 6. Mesleğe Yönelik Kaygı Ve Aile Etkisi Düzeyinin Hangi Sınıf Düzeyleri Arasında Önemli Bir Biçimde Farklılaştığına İlişkin Scheffe Sonuçları	36
Tablo 7. Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı Ve Aile Etkisi Düzeyine İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları	37
Tablo 8. Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı Ve Aile Etkisi Düzeyinin Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	38
Tablo 9. Mesleğe Yönelik Kaygı Ve Aile Etkisi Düzeyinin Hangi Algılanan Akademik Başarı Düzeyleri Arasında Önemli Bir Biçimde Farklılaştığına İlişkin Bulgular	39

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Ölçüm modeli.....	30
Şekil 2. Yapısal eşitlik modeli.....	32



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem durumu

Bireyin hayatında kariyer planlamanın ve sağlıklı kariyer seçimlerinde bulunmanın önemli bir yer tuttuğu söylenebilir. Son yıllarda teknolojik ilerlemenin de etkisiyle değişen iş imkanları ve ortaya çıkan yeni meslek dalları bireylerin kariyer planlarını etkilemektedir (Niles ve Harris-Bowlsbey, 2013). Meslek kavramı, kişinin geçimini sağlamak için belli kuralları olan eğitim müfredatından geçtiği ve sonunda bilgi ve beceri geliştirerek ortaya bir ürün çıkardığı etkinliklerdir (Kuzgun, 2009). Kariyer kavramı ise çoğunlukla iş hayatına dair gelişme ve gerileme gibi hareketlilikleri içeren, kişinin bütün hayatını etkileyen ve ömür boyu süren olaylar zinciridir (Yeşilyaprak, 2012). Bireylerin doyum alacağı bir kariyere ve bu kariyere onu ulaştıracak mesleğe sahip olması, içsel huzuru ve mutluluğu için çok önemlidir (Özyürek, 2016).

Bireyler kariyerlerini şekillendirmek için sürekli seçimlerde ve denemelerde bulunmak zorundadır. Bu seçimlerin ve denemelerin bolca yapıldığı dönemlerden birinin ergenlik dönemi olduğu belirtilmektedir (Yeşilyaprak, 2012). Bu dönemde ergenler kendi özelliklerini tanımaya ve gelecekte hangi mesleği yapabileceği ile ilgili araştırmalar yapmaktadır (Eryılmaz ve Mutlu, 2017). Ergenlik dönemi, ergenin gerek ruhsal gerekse bedensel değişiklikleri hızlı yaşadığı fırtınalı bir süreçtir. Bu süreçte yaşadığı değişimlere ayak uydurmakta zorlanan ergen aynı zamanda ileride sahip olacağı meslekle ilgili kararlar almak ve seçimler yapmak zorundadır. Bu sancılı süreçte ergenin kaygı yaşaması kaçınılmazdır (Yörükoğlu, 2004).

Kariyer gelişimi açısından kritik öneme sahip olan ergenlik dönemi, kariyerle ilgili yoğun kaygının ve kararsızlığın hissedildiği yıllardır (Coşgun, 2019). Bireylerin kariyer ve mesleki gelişim sürecinde karşılaşmış oldukları her türlü kaygı ve kararsızlık durumlarının bütünü olarak tanımlanan kariyer kaygısı, ergenlik döneminde yoğun bir şekilde hissedilmektedir (Kayadibi ve Kırdök, 2020). Son yıllarda yapılan araştırmalarda ergenlerin kariyerleri ile

ilgili karar alma süreçlerinde kariyer kaygısı yaşadıkları anlaşılmaktadır (Akbaş ve Okutan, 2020; Akıncı, 2022; Çakır, 2020; Küçükkeskin, 2021; Pisarik, Rowell ve Thompson, 2017; Şeker, 2021; Tsai, Hsu ve Hsu, 2017). Yoğun kariyer kaygısı yaşayan ergen, çoğunlukla kariyerini ilgilendiren mesleki seçim kararlarını ertelemekte hatta tesadüflere bırakabilmektedir (Kuzgun, 2011). Özetle kariyer gelişimin ilk basamaklarına denk gelen lise yıllarında ergenin, gerek bir üst öğrenim kademesine yönelik planlamalar gerekse mesleki ilgi ve yeteneklerin keşfedilme süreçleri gibi birçok etmenden dolayı kariyer kaygısı yaşadığı söylenebilir.

Kariyer kaygısını etkileyen hem dışsal (ailenin beklentileri, iş imkanları vb.) hem de içsel (ilgi, özyeterlilik vb.) faktörler bulunmaktadır (Pisarik ve diğerleri, 2017). Benlik saygısı da bireyin kariyeri ile ilgili seçimlerini etkileyebileceğini düşünebileceğimiz içsel dinamiklerden bir tanesi olabilir. Benlik saygısı kavramı Rosenberg (1965) tarafından, kişinin kendi benliğine ilişkin olumlu veya olumsuz yapmış olduğu tüm duygu ve düşünce boyutundaki değerlendirmeler bütünü olarak ifade edilmiştir. Benlik saygısının bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları güçlüklerle ve gelişim görevleriyle mücadele noktasında kendisine olan güveni, değerlilik duygusu, öz saygı düzeyi ve yeterlilik inançlarını kapsadığını varsayan yaklaşımlar, sağlıklı karar alma süreçlerinde benlik saygısının önemli bir yere sahip olduğunu vurgulamaktadır (Duclos, 2016). Bu doğrultuda ergenlik dönemine denk gelen lise yıllarında ergenin, kariyerine yön verecek kararları almakta, bu kararlarda ısrar etmekte ve kariyer karar verme süreçlerinde yaşadığı kaygı ile başa çıkmada benlik saygısının önemli olduğu görülmüştür (Mert, Ekin Duman ve Kahraman, 2019; Yıldırım Kurtuluş, Kurtuluş ve Yaman, 2022). Yapılan çalışmalarda benlik saygısının kariyer kaygısı üzerinde önemli bir etkisinin olduğu görülmektedir (Avşaroğlu, 2007; Creed, Patton ve Bartrum, 2004; Mert, Ekin Duman ve Kahraman, 2019; Munson, 1992; Şekerli, 2016; Tatlıhoğlu, 2014; Trujillo, 2011; Yıldırım Kurtuluş, Kurtuluş ve Yaman, 2022; Yücel, 2019; Zacher, 2014). Bu bilgilerden yola çıkarak kariyer kaygısını yordamada benlik saygısının önemli bir değişken olduğu düşünülebilir.

Araştırmada kariyer kaygısını yordayabileceği düşünülen bir diğer kavram olan mükemmeliyetçilik, bireyin başta kendisine ardından da çevresinde bulunanlara yönelik normal dışı standartlar öngörmesi ve bu öngörülere ulaşmak ve o öngörüü korumak adına yoğun çaba sarf etmek olarak tanımlanabilir (Rice, Ashby ve Slaney, 1998). Mükemmeliyetçiler çevresinde değerli olabilmek adına yaptıkları işleri eksiksiz, hatasız ve tam yapma düşüncesindedirler ve ancak bu şekilde topluma kendilerini önemli ve kabul

görmüş bireyler olarak yansıtabileceklerdir (Asan, 2011). Özellikle de kabul görme, kendini değerli hissetme gibi duygusal ihtiyaçların yoğun olduğu ergenlik döneminde ergen, bu ihtiyaçların ancak mükemmel ve kusursuz olduğunda karşılanabileceğini düşünmektedir (Strip, Swassing ve Kidder, 1991). Ergenler bu dönemde kusursuz olma çabası ve mükemmeli arzulamaları neticesinde kendilerine ulaşmaz ve normal dışı hedefler belirlemektedir. Bu gerçekçi olmayan hedeflere ulaşamadığı takdirde depresyon ve kaygı benzeri çeşitli psikolojik problemler yaşamaktadır (Bayram, 2019). Alanyazın incelendiğinde ergenlik dönemindeki bireylerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin kariyerlerini etkilediğini ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Ataş, 2018; Ataş ve Kumcağız, 2020; Aydın, 2014; Choi ve diğerleri, 2011; Coşkun, 2022; Dönmez, 2020; Ege, 2021; Hajieva, 2022; Kang, Lee ve Lee, 2020; Kaya, 2017; You ve Yoo, 2021). Bu bilgilerden hareketle ergenlik döneminde sergilenen mükemmeliyetçi tutumların kariyer kaygısını etkileyebileceği söylenebilir. Araştırma kapsamında kariyer kaygısını yordayabileceği düşünülen mükemmeliyetçilik ve benlik saygısının kariyer kaygısı ile arasındaki ilişki incelenmiştir.

Bu araştırmada kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin anlaşılmasında yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır. Yapısal eşitlik modeli, araştırma yapılmadan önce araştırmacının değişkenler arasında tahmini ilişkiyi tasarladığı modeli, araştırma sonunda ulaştığı veriler ışığında sınayarak ifade ettiği bir yöntemdir (Aydın, 2010). Bu nedenle araştırmada daha önceden araştırmacı tarafından lise öğrencilerinde kariyer kaygısını yordayabileceği düşünülen mükemmeliyetçilik değişkeni ile diğer bir değişken olan benlik saygısı düzeyleri arasında tasarlanan ilişki yapısal eşitlik modeli kullanılarak değerlendirilmiştir.

Benlik saygısının aracı rolü

Kariyer kaygısı bireyin mesleki karar alma ve kariyerine yön verme süreçlerinde hissettiği genel kaygı hali olarak ifade edilmektedir (Vignoli, 2015). Mükemmeliyetçilik ise bireyin kendini değerli ve kabul gören bir birey olarak hissedebilmek adına mükemmel ve kusursuz olma düşüncesinin davranışlara yansımaları olarak tanımlanmaktadır (Rice ve diğerleri, 1998). Alan yazında mükemmeliyetçiliğin kariyer kaygısını yordadığına ilişkin henüz kesin sonuca ulaşan bir çalışma olmasa da benzer değişkenlerle yapılan çalışmalarda yüksek

mükemmeliyetçilik düzeyindeki birey, kariyerini planlamakta zorlanmakta (Ege, 2021; Kaya, 2017); başarı seviyeleri ve üstünlük çabaları artmakta (Ashby ve diğerleri, 2006); kariyerine dair yoğun kararsızlık ve stres hissetmekte (Aydın, 2014; Choi ve diğerleri, 2011; Hajieva, 2022; Kang ve diğerleri, 2020; You ve Yoo, 2021) ve akademik erteleme davranışı gösterdiği (Ataş, 2018; Coşkun, 2022; Dönmez, 2019; Özer ve Altun, 2011) görülmüştür. Bu bilgilerin aksine az da olsa alanyazında mükemmeliyetçiliği sağlıklılığın bir göstergesi olarak kabul edenler de vardır (Lazarsfeld, 1991). Bu görüşe göre mükemmeli arayan bireyler hedefe ulaşmak için yapmış oldukları çabalardan memnuniyet duyarlar (Greenspon, 1999). Bu bilgilerden hareketle alan yazında mükemmeliyetçiliğin kariyer kaygısını yordadığına ilişkin kesin bir araştırma bulgusu olmaması ve bazı görüşlerde mükemmeliyetçiliğin bireyde olumlu duygulara sebep olmasının aksine çoğunlukla mükemmeliyetçilik kariyer kaygısını artırdığı bir başka ifadeyle mükemmeliyetçi bireylerin kariyerleri ile ilgili kararlar almakta zorlandığı, stres ve baskı hissettiği ve kararsız kaldığı gibi varsayımlar ulaşılabilir. Her ne kadar mükemmeliyetçiliğin kariyer kaygısını yordayabileceği kanısı hâkim olsa da bireylerin kariyerleri ile ilgili kararlar alırken benlik saygısı düzeylerinin mükemmeliyetçiliğe oranla daha etkili olabileceği öne sürülebilir.

Araştırmada aracılık etkisinin incelendiği benlik saygısı; Rosenberg (1965) tarafından, kişinin kendi benlik süreçleriyle ilgili pozitif veya negatif yapmış olduğu tüm duygu ve düşünce boyutundaki çıkarımlarının toplamı olarak ifade edilmektedir. Benlik saygısı yüksek bireyler, benlik saygısı düşük bireylere oranla işlerinde daha kararlı, başarıma isteği yüksek, yanlışlarını kabullenebilme, kendini sevme gibi olumlu özelliklere sahiptir (Palti, 2012). Bu olumlu özellikler de bireyin hayatından daha fazla doyum almasıyla ve gelişim görevlerini yerine getirmesinde daha başarılı olmasıyla sonuçlanmaktadır (Orth, Robins ve Widaman, 2012). Bu bilgilerden hareketle benlik saygısı yüksek bireylerin, kariyer gelişim süreçlerinde yaşanan kaygıyı ifade eden kariyer kaygısını yaşama ihtimalinin benlik saygısı düşük bireylere oranla daha az olacağı söylenebilir. Yıldırım ve diğerleri (2022) tarafından gerçekleştirilmiş bir çalışma sonucunda ulaşılan benlik saygısının kariyer kaygısını yordadığına ilişkin bulgu, bu çıkarımı desteklemektedir. Ayrıca yapılan araştırmalarda benlik saygısı yüksek bireylerin kariyer kararı verme (Trujillo, 2011) konusunda yetkin, kariyer kararı verme öz yeterliliği (Avşaroğlu, 2007; Mert, Ekin Duman ve Kahraman, 2019; Tatlilioğlu, 2014) ve kariyer uyumu (Zacher, 2014) ile kariyer karar yetkinlik beklentisi (Kara ve Altınsoy, 2020) açısından yüksek olduğu görülürken yine benlik saygısı yüksek bireylerin daha az kariyer kararsızlığı (Aydın, 2014; Callahan ve Greenhaus, 1992; Creed,

Patton ve Bartrum, 2004; Emmanuelle, 2009; Germeijs ve De Boeck, 2002) ve kariyer kararı verme güçlükleri (Şekerli, 2016; Yücel, 2019) yaşadığı tespit edilmiştir. Bütün bu bilgiler değerlendirildiğinde kariyer kaygısını yordama noktasında benlik saygısının mükemmeliyetçiliğe oranla daha yakından ilişkili bir kavram olabileceğine dair daha kuvvetli çalışmalar bulunduğu söylenebilir. Ayrıca alanyazın incelendiğinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışma bulunmamakla birlikte kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolünün araştırıldığı bir çalışma da bulunmamaktadır. Bu çalışma ile birlikte kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolünün ortaya konarak kariyer kaygısının daha iyi anlaşılması hedeflenmektedir.

1.2. Araştırmanın önemi ve amacı

Bu çalışmada, lise öğrencilerinin kariyer kaygısı düzeyleri ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı etkisinin varlığını incelemek amaçlanmaktadır. Ayrıca lise öğrencilerinde kariyer kaygısının cinsiyet, algılanan akademik başarı düzeyi ve sınıf düzeylerine göre farklılaşma olup olmadığının da incelenmesi amaçlanmıştır. Alan yazında, kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı değişkenlerinin birlikte araştırıldığı bir çalışma bulunmaması nedeniyle yapılan araştırma alanyazındaki bu boşluğu doldurabileceği düşünülebilir.

Bireylerin kendi hayat akışı içinde kariyerleri ve meslekleri ile ilgili kritik kararlar aldıkları bir dönem olan ergenlik dönemi, lise yıllarına denk gelmektedir (Yeşilyaprak, 2012). Bireylerin kariyer ve meslek seçimi ile ilgili ilk adımların atıldığı ergenlik döneminde kariyer kaygısı yaşadığı çalışmalardan anlaşılmaktadır (Akbaş ve Okutan, 2020; Akıncı, 2022; Aygün, 2020; Ciminli, 2023; Çakır, 2020; Çoğalan ve Yazıcı, 2022; Kayadibi ve Kırdök, 2020; Peng, 2005; Şeker, 2021; Taş ve Tortumlu, 2021; Vignoli, 2015; Yıldırım ve diğerleri, 2022). Liseye devam eden ergenler kariyer hedef ve eğilimlerine göre mesleki eğitim alacakları bir üst öğrenim kurumu olan yükseköğretime geçiş aşamasında mesleki kariyerleri ile ilgili ilk önemli seçimi yapmak zorundadırlar. Ergenin bütün bir yaşamını etkileyeceği düşünülen bu karar kaygı ve endişe oluşturmaktadır (Nalbantoğlu Yılmaz ve Çetin Gündüz, 2018). Bu süreçte alınan yanlış kararların bireyin gelecek kariyerini zorlaştırmaktadır. Hatta ergenlerin karar almaktan olabildiğince kaçındığı durumlarda

mevcuttur (Kuzgun, 2009). Bu bilgilerden hareketle ergenlerin sağlıklı kariyer gelişim süreci için önemli bir kavram olan kariyer kaygısının anlaşılması değerlidir. Bu çalışmada kariyer kaygısını yordayabileceği düşünülen benlik saygısı ve mükemmeliyetçilik değişkenleri ile kariyer kaygısı açıklanmaya çalışılarak literatüre katkı sunmak amaçlanmıştır.

Bu araştırma neticesinde ortaya çıkan bulguların lise öğrencilerinde kariyer kaygısını azaltmaya yönelik psikoeğitsel programların geliştirilme sürecine önemli katkı sunabileceği ve kariyer gelişim aşamalarının lise yıllarına denk gelen zorlu sürecinde öğrencilerin kariyer ile ilgili kaygılarını kontrol edebilmesine katkı sunabilir. Bu çalışmanın ayrıca kariyer psikolojik danışmanlığı alanında hizmet veren profesyonellere ışık tutacağı ve elde edilen bulgulardan hareketle kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolünün keşfedilmesi kariyer kaygısıyla mücadele araştırmalarına önemli ölçüde katkı vereceği düşünülmektedir.

1.3. Problem cümlesi

Lise öğrencilerinin kariyer kaygısı düzeyleri ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolü nedir ve lise öğrencilerinde kariyer kaygısının cinsiyet, sınıf düzeyi ve algılanan akademik başarı düzeylerine göre farklılaşma görülmekte midir?

1.4. Alt problemler

- Lise öğrencilerinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısı aracı rol oynamakta mıdır?
- Lise öğrencilerinde kariyer kaygısı, mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı tarafından istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordanmakta mıdır?
- Lise öğrencilerinin kariyer kaygısı cinsiyet, sınıf düzeyi ve algılanan başarı düzeyi değişkenleri açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.5. Varsayımlar

- Araştırma için seçilen ölçeklere cevap veren tüm öğrenciler, soruları kendi durumlarını yansıtacak şekilde yansız ve samimi bir şekilde yanıtlamışlardır.
- Araştırma kapsamında ölçülmek istenen özellikleri, ölçmek araçları ölçme noktasında yeterlidir.

1.6. Sınırlılıklar

Çalışma, Kariyer Kaygısı Ölçeği, Çocuk ve Ergen Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden elde edilen sonuçlarla sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Kariyer kaygısı: Bireylerin kariyer ve mesleki gelişim sürecinde karşılaşmış oldukları her türlü kaygı ve kararsızlık durumlarının bütünüdür. Bireylerin yalnızca kariyeri ile ilgili seçim yapmak veya kariyerini geliştirmek için çabalama gibi durumları değil, kariyerinde başarısız olma endişesi, işini ve konumunu kaybetme korkusu gibi kaygıları da kapsamaktadır (Daniels, Stewart, Stupnisky, Perry ve LoVerso, 2011; Vignoli, 2015).

Mükemmeliyetçilik: Mükemmeliyetçilik, mükemmel için gayret gösterme (Flett ve Hewitt, 1991) veya anormal düzeyde yüksek hedeflere ulaşma ve bu hedefleri muhafaza etme olarak ifade edilebilen bir karakter özelliği olarak tanımlanabilir. (Hill, Zrull ve Turlington, 1997).

Benlik saygısı: Kişinin kendi inanç sistemi ve değerlerini referans alarak öz değerlendirme yapma, kendini sevme ve onaylama, kendini kabul sonucunda kendine duyduğu değer ve saygı durumlarının bütünüdür (Budak, 2000).

BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2. Araştırmanın kuramsal çerçevesi

Bu bölümde kariyer kaygısı kavramını oluşturan kariyer ve kaygı öğelerinden kısaca bahsedilerek ardından kariyer kaygısına değinilmiştir.

2.1.1. Kariyer kavramı

Meslek, bireylerin belirli eğitim süreçlerinden geçerek kazandığı, karşılığında maddi bir kazanç elde etmek amacıyla yaptığı ve sürecin sonunda bir ürün ortaya koyduğu, sınırları çizilmiş faaliyetler bütünü olarak tanımlanmakta iken kariyer ise bireyin hayat boyu gerçekleştirdiği işleri ve bu süreçlerdeki gelişme, gerileme ve ilerlemeleri kapsayan bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Kuzgun, 2009). Kariyer benzer bir tanımda bireyin iş hayatında üstlenmiş olduğu rollere ilişkin gelişme, gerileme ve duraklama dönemlerini içine alan, yaşam boyu süren, bireyin iş hayatı dışındaki tüm rollerinden hem etkilediği hem de etkilendiği olaylar bütünüdür (Yeşilyaprak, 2012). Buradan hareketle bireyin tüm yaşam boyunca elde etmiş olduğu iş ve meslek pozisyonlarının tamamına kariyer denilebilir.

Kariyer gelişim kuramları incelendiğinde Super (1990) bireylerin kariyer gelişimlerinin yaşam boyu sabit olmadığını, sürekli bir değişim, dönüşüm ve gelişim içinde olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca kariyer gelişim süreçlerini yaş dönemleriyle temellendirerek bir sınıflandırma yapmıştır.

1. Büyüme evresi: Çocukluk yılları olarak ifade edebileceğimiz 4-13 yaş aralığını kapsayan, mesleklere ilişkin ilk izlenimlerin ve bilgilerin elde edildiği, oyun ve fantezilerle meslek rollerinin taklit edilerek deneyimlendiği bir evredir.

2. Keşfetme evresi: Gençlik yılları olarak ifade edebileceğimiz 14-24 yaş aralığını kapsayan, meslek edinmenin yaşamdaki öneminin anlaşıldığı, kariyer ile ilgili gelecek planlamalarında

denemelerin yapıldığı bir evredir. Bu evrede birey çalışma hayatına atıldığı, meslekler ve kariyer seçimlerine dair fikirlerinin belirginleştiği, alternatif seçeneklerin denendiği bir keşif sürecidir.

3. Yerleşme evresi: Meslek seçiminin netleştiği 25-45 yaş aralığını kapsayan mesleki rollerle benliğin uyumlandığı iş yaşamında aktif olunan evredir.

4. Sürdürme evresi: Çoğunlukla seçilen mevcut mesleğin ve elde edilen statünün korunmaya çalışıldığı 45-65 yaş aralığını kapsayan evredir. Bu evrede mevcut durumlarından memnun olmayan bireyler yeniden bir önceki evreleri yeniden deneyimleyebilirler.

5. Geri çekilme evresi: meslek ve kariyer ile ilgili merakın ve ilginin azaldığı 65 yaş ve üzerini kapsayan emekliliği içeren bir evredir.

Her birey için bu evreler ortaktır ve birey gelişim için bu evreleri takip eder. Ancak kariyer gelişim evreleri ortak olmasına rağmen her bireyin kariyeri biricik ve öznedir. Kariyer oluşumunu etkileyen faktörleri ise cinsiyet; psikolojik unsurlar yani yetenek, mesleki ilgiler ve değerler vb.; sosyolojik unsurlar yani aile, çevre, kültür vb.; ekonomik ve politik unsurlar oluşturmaktadır (Yeşilyaprak, 2012). Görüldüğü gibi kariyer kavramı bireyin tüm yaşam sürecini kapsamakla birlikte ergenlik dönemine denk gelen 14-18 yaş aralığının, bireyin kariyer planlarının temellerinin atıldığı, kariyeri ile ilk fikirleri ürettiği ve denediği yıllar olmasından dolayı önemli olduğu söylenebilir.

2.2. Kaygı

Kaygı Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlüğü'nde; çoğunlukla sebebi belli olmayan bir şekilde başına kötü bir olay gelecekmiş hissi; üzüntü, mutsuzluk, endişe gibi betimlemelerle açıklanan duygu türüdür (TDK, 2005). Kaygı hali bireyde olumsuzluk, başarısızlık, yetersizlik, stres gibi duygulanımları kapsamaktadır (Cüceloğlu, 2000). Kaygı kavramı ilk olarak Freud tarafından egoyla ilişkilendirilen bir duygu olarak ifade edilmiştir (Manav, 2011). Genellikle kaygı, başına gelebilecek herhangi bir tehlikenin etkisiyle bireyde oluşan tedirgin edici ya da akılcı olmayan korku olarak tanımlanabilir. Bununla birlikte kaygı ile korku arasında temel farklılık, kaygının nesnesiz olmasıdır. Korku kavramı ise insan ya da herhangi bir durum gibi kaynağı belli olan, nesnesi var olan bir duygudur (Budak, 2000). Yavuzer (2000) ise kaygıyı daha uzun zaman süren bir duygu hali olarak ifade etmiştir. Kaygılı bireylerde baş ağrısı, ağız kuruluğu, çarpıntı, bulantı, baş dönmesi, titreme, iştah ve güç kaybı, terleme, uyku problemleri gibi bedensel belirtiler görülebildiği gibi gerginlik,

endişe, güvensizlik, panik, korku, tedirginlik, şaşkınlık gibi bazı ruhsal belirtiler de görülmektedir (Kaya ve Varol, 2004). Cüceloğlu (2010) kaygının altında yatan nedenlerini dört grupta toplamıştır.

1. Desteğin çekilmesi: Bireye sunulan destek sistemlerinin çekilmesi sonucunda ortaya çıkabilir.
2. Olumsuz bir sonucu beklemek: Bireyin var olan bir olayın neticesinin olumsuz olacağı ihtimali karşısında kaygı duymaya başlar.
3. İç çelişki: Bireyin özümsemiği düşünce kalıplarıyla yaptığı davranışlar arasındaki uyumsuzlukta kaygı ortaya çıkabilir.
4. Belirsizlik: Bireyin sonucunu öngöremediği ve kontrol edemediği durumlarda ortaya çıkan ve bir bakıma gelecek kaygısı olarak da adlandırılan kaygıdır. Aynı zamanda belirli bir düzeyde kaygının birey için yararlı olabileceği kabul edilmiştir. Fakat bireyi güdüleyen durumdan fazla kaygı seviyesi ruh sağlığı açısından sorun oluşturabileceği belirtilmiştir (Cüceloğlu, 2010).

Kaygı kavramı bireyde olumsuz duygulanıma sebep olan, bireyin kaynağını net bir şekilde tanımlayamadığı, bedensel ve ruhsal belirtilerle ortaya çıkan ve altında birçok sebebin yattığı bir duygu durum hali olarak ifade edilebilir. Bir sonraki kısımda ise kaygı çeşitlerine ve kaygının kuramsal alt yapısına değinilecektir.

2.2.1. Kaygı çeşitleri

Kaygı, genellenmiş ve spesifik kaygı olarak iki grupta adlandırılmaktadır. Her ortam veya durumda kaygılanma eğilimine genellenmiş kaygı, belli ortam veya durumlarda kaygılanma eğilimine ise spesifik kaygı denilmektedir (Aydın ve Zengin, 2008). Hayatın normal akış seyrinde karşılaşılan değişiklikler ve belirsizlikler (Ölüm, yalnız kalma korkusu, hastalık vb.) neticesinde ortaya çıkan kaygı normal kaygı olarak adlandırılmıştır. Bu belirsizlikler ve değişiklikler neticesinde ortaya çıkan kaygı; süre, şiddet, sıklık bakımından anormal boyuta ulaştığında patolojik bir kaygı olarak adlandırılmaktadır (Akmaz, 2009). Spielberg (1966)'e göre sürekli ile durumluk kaygı olmak üzere iki çeşit kaygı bulunmaktadır.

Sürekli kaygı: Genel kaygı düzeyi yüksek olan bireylerde görülen sürekli kaygı hali, bireyin sürekli devam ettiğini varsaydığı tehlike durumuna karşı vermiş olduğu bir tepkidir. Bu

kaygı türünde ana etkileyici çevreden ziyade içsel faktörlerdir. Bu çeşit kaygı halini yaşayan bireyler genellikle çokça olumsuz duygu ve düşüncelere sahiptir ve kolayca bu duygu, düşüncelere esir olurlar (Canbaz, 2001).

Spielberger (1966) sürekli kaygı göstergelerini şu şekilde belirtmiştir (Köknel, 2014):

1. Sürekli kaygı, durumluk kaygıya oranla daha uzun süreli ve şiddeti sabittir.
2. Sürekli kaygının varlığı bireylerin doğuştan getirdiği özelliklerle daha ilgilidir.
3. Bireyin kişiliğinde kaygıya meyilli bir zemin olması durumunda sürekli kaygı halinin devamı daha da muhtemeldir.
4. Sürekli kaygı seviyesi bireylerde farklılık göstermekle beraber yaşanan olumsuz olayların algılama biçimlerinin sağlıklı olma durumu ortaktır.

Durumluk kaygı: Bireyde geçici durumlar sonucunda oluşan ve farkında olarak hissettiği normal kaygı hali durumluk kaygı olarak tanımlanmaktadır (Özgüven, 2007). Durumluk kaygı düzeyi bireyin olayları kendi penceresinden yorumlaması ve algılamasıyla değişmektedir. Birey tehdit edici olarak algıladığında kaygı yüksektir, fakat tehdit edici olarak görülmediğinde kaygı düşüktür. Tehdit unsuru tamamen ortadan kalktığında ise bireyin hissetmiş olduğu durumluk kaygı azalacak ve kontrol altına alınabilecektir (Tükel ve Alkın, 2006).

Speilberger (1966), durumluk kaygı göstergelerini şu şekilde belirtmiştir (Köknel, 2014):

1. Bireyin var olan durumunu tehdit edici olarak yorumlamadır.
2. Bu tehdit edici durum bireyde endişe verici duygulanım haline dönüşür.
3. Bireydeki bu duygulanım durumu rahatsız edici ve sıkıntı verici olarak anlamlandırılır.
4. Bu süreçte birey bilinci açık, farkındadır ve aynı zamanda bireyin sinir sistemini de etkilemektedir.

Alanyazın incelendiğinde kaygı çeşitlerinin farklılık göstermesinde bireyin yaşantısının, olayları anlamlandırmasının ve bakış açısının etkili olduğu söylenebilir.

2.2.2. Kaygı ile ilgili kuramlar

Kaygı kavramı literatürde yer almaya başladığı günden itibaren farklı kuramlarda ele alınmıştır. Bu bölümde kuramlarla ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

2.2.2.1. Psikanalitik yaklaşımlar

Kaygıyı ilk kez psikoloji alanında bir kavram olarak ele alan Psikanalitik Kuramdır. Psikanalitik kuramın öncülerinden Freud kaygıyı, bireyi uyaran, çevreye adaptasyonunu sağlayan ve yaşamını muhafaza etmek için dışarıdan gelen tehlikelere karşı tetikleyici işlevleri bulunan bir duygu olarak tanımlanmıştır (Geçtan, 2013). Bu yaklaşımda kaygı üç temel başlık altında işlenmiştir. Birincisi gerçek bir uyarıcı tarafından tehdit edici durumlar sonucunda oluşan gerçeklik kaygısıdır. Korku duygusuyla benzerlik göstermektedir. İkincisi ahlaki kaygı olarak adlandırılan süper ego ile ego arasında çatışmayı temsil etmekte olan kültürel ve toplumsal değerler ile bireyin ilkel istek ve arzularının örtüşmemesi halinde oluşan kaygıdır. Utanç ve suçluluk içeren kaygıdır. Üçüncüsü ise nörotik kaygı olan id ile ego arasında yaşanan, bireyin ilkel istek ve arzularını egonun kontrol edememe endişesi şeklinde tanımlanan nevrotik kaygıdır (Corey, 2015; Geçtan, 2013). Psikanalitik kuram; kaygının kaynağının çocukluk anıları ve bastırılmış istekler, arzular, dürtüler şeklinde açıklamıştır. Ayrıca bu kurama göre birey kaygıyla başa çıkabilmek için savunma mekanizmalarına başvurur (Murdock, 2013).

2.2.2.2. Davranışçı yaklaşımlar

Davranışçı yaklaşımı benimseyen kuramcılar kaygıyı öğrenilmiş davranışların bir sonucu olarak açıklamıştır. Yani çevresel uyaranlara verilen yanıtlara göre şekillenerek öğrenilen bir süreçtir. Davranışçılar kaygı ve korku kavramlarını birbirinden ayırmamış ve her ikisinin de hatalı öğrenmeler sonucunda oluştuğunu ifade etmişlerdir (Murdock, 2013). Bu hatalı öğrenmelerin kaynağı olarak çocukluk yıllarındaki ebeveynlerin tutum ve davranışlarını, çocuk yetiştirme biçimlerini göstermişlerdir (Yerlikaya, 2006).

2.2.2.3. Bilişsel yaklaşımlar

Bilişsel kurama göre kaygı, bilişsel süreçler içerisinde tehdit unsuru olarak algılanan durumlara verilen duygusal tepki olarak ifade edilmiştir. Duygusal tepkiler aynı zamanda donma, kaçma ve kaçınma olarak davranışsal tepkileri neden olmaktadır (Murdock, 2013). Birey yaşadığı olayları algılamasında ve yorumlamasında gerçeklikten uzaklaştıkça psikolojik problemler yaşamaktadır. Bu problemlerin oluşum merkezi olarak da bilişsel kuram bireyin bilişini işaret etmektedir. Ayrıca bireyin yaşamış olduğu bilişsel çarpıtmalar veya algı hataları sadece bireyin psikolojik iyi oluş halini olumsuz etkilememekte aynı zamanda fiziksel halini de olumsuz etkilemektedir (Karakaş, 2009).

2.2.2.4. Varoluşsal yaklaşımlar

Varoluşçu Kuram içerisinde kaygı kavramını geliştiren Kierkegaard, bireyin özgürlüğünün ve ruhsal yapısının bir parçası olarak kaygıyı ele almıştır. Bireyin kaygı seviyesi ile özgürlük potansiyeli arasında doğru orantılı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir (Kierkegaard, 2003). Kaygı bireyin temelde var olup olmama tehdidinde dayanmaktadır. Yani bireyin var olmaya ilişkin kattığı anlamlandırma çabası ile yok olmaya karşı verdiği tepki şeklinde tanımlanmıştır (Murdock, 2013). Varoluşçu kurama göre normal kaygının geliştirici bir yönü olarak varoluş kaygısını ele almışlardır. Varoluşsal kaygı, bireyin gelişimi için uyarıcı bir faktör olabilir ve birey ne kadar özgürlüğünü fark ederse bu kaygıyı daha çok yaşar. Bunun neticesinde kendi özgürlüğünü ya kabul edebilir veya reddedebilir (Corey, 2015).

2.2.2.5. Biyolojik yaklaşımlar

Biyolojik kurama göre kaygıyı oluşturan faktörlerin biyolojik etmenler yani kalıtım ve beyin olduğunu açıklamaktadır. Kalıtım açısından bakıldığında ebeveynlerde var olan kaygının çocuklara da geçebileceğini ifade etmektedir. Beyin açısından Locusceruleus adlı beynin bölümü bireyin kaygı seviyesiyle ilişkili olduğuna işaret edilmektedir (Öztürk,2014).

2.2.3. Kariyer kaygısı

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan kariyer kaygısını oluşturan öğeler incelendikten sonra bu kısımda kariyer kaygısının ne olduğuna ilişkin çeşitli tanımlamalara ve açıklamalara yer verilerek kariyer kaygısının anlaşılması hedeflenmiştir.

Mesleki karar verme ve kariyer planı oluşturma süreçlerinde ebeveynlerin istek ve arzuları, erken yaşlardan itibaren sunulan yetersiz sosyal destek, lise çağlarında kariyer gelişimi açısından karar verme ve seçim yapma sorumluluğunun üstlenme görevi, sürekli değişmekte olan eğitim sistemi ve işsiz bulma noktasındaki problemler kariyer kararı verme aşamasındaki ergenlerde kaygıya sebep olmaktadır (Özyürek, 2016). Stres verici durumlara sonucunda bireylerde ortaya çıkan en genel duygusal tepki kaygıdır (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem ve Nolen-Hoeksema, 2010).

Kariyer kaygısı, bireylerin mesleki ve kariyer kararı verme süreçlerinde yaşamış oldukları zorluklar ve kararsızlıkların uzantısı olarak açıklanmaktadır. Bir başka ifadeyle bireyin geleceğiyle ilgili mesleki seçimlerine ve kariyer planlamalarına ilişkin hissettiği başarısız olma korkusu olarak tanımlanmaktadır. Kariyer kaygısının varlığı, seçim sürecindeki mesleki belirsizlikler ve mesleki kararsızlıklar karşısında hissedilen endişeyle fark edilmektedir (Fouad ve diğerleri, 2010; Vignoli, 2015).

Kariyer kararı verme süreçlerinde kaygı ve kararsızlık kavramlarının yakın ilişkili olduğunu gösteren pek çok araştırma bulunmaktadır (Campagna ve Curtis, 2007; Corkin, Arbona, Coleman ve Ramirez, 2008; Daniels ve diğerleri, 2011; Hawkins, Richard ve Gordon, 1977; Vignoli, 2015). Bu araştırmalar incelendiğinde iki farklı görüşe rastlanmaktadır. Birinci görüş kaygı seviyesinin artması kariyer kararsızlığını yani karar vermekteki güçlüğü artırdığı yönündedir. İkinci görüşe göre ise kariyer ve mesleki gelişim açısından önemli olan karar verme sorumluluğundan kaçınmanın, karar verememenin kaygıyı artırdığı görüşüdür (Aydın, 2014). Yani kariyer kararsızlığı yaşayan birey karar verememe durumunu devam ettirdiği müddetçe kaygı yaşayacaktır. Kaygı seviyesi yükselen birey de kariyer ve mesleki kararlarını verme becerilerini geliştiremeyecek ve kaçınma davranışına devam edecektir. Haliyle bu durumda kaygısını yükseltecektir. Kısaca kaygı ve kariyer kararsızlığı arasında bir dairesel bir döngü mevcuttur (Tümerdem, 2007). Birey karar aşamasında seçim

yapmadığında kaygılanacak, kaygı seviyesi artan bireyin de kariyer gelişimi ve karar verme süreçleri sekteye uğrayacaktır (Tsai ve diğerleri, 2017).

Genel kaygı hali ile ilişkilendirilen bir kavram olan kariyer kaygısı, Bireyin mesleki geleceğiyle ilgili amaçlarına yönelik yapmak zorunda olduğu seçimlerin sorumluluğu kariyer kaygısıyla ilgilidir. Mesleki ve kariyer seçim süreçlerinde bireyde var olan bilgi eksiklikleri de kariyer kaygısını artırmaktadır. Son yıllardaki artan sosyal medya kullanımının yol açtığı sosyal karşılaştırmalar ve kıyaslamalar da bireylerdeki kariyer kaygısını artırmaktadır (Pisarik ve diğerleri, 2017). Bireylerdeki genel kaygı durumu ile kariyer kaygısı düzeyi arasında pozitif anlamlı bir ilişki vardır. Gelecekle ilgili belirsizlik durumları nasıl ki genel kaygı düzeyini artırmaktadır, aynı şekilde kariyer ve mesleğe dair belirsizlik durumları da bireydeki kariyer kaygısı seviyesini artırmaktadır (Pisarik ve diğerleri, 2017).

Pisarik ve diğerleri (2017), bireylerde kariyer kaygısını tetikleyen unsurları şu şekilde ifade etmiştir.

- 1.Kariyer kararı verme sürecinden yaptığı seçimler sonucunda ailesinin ve çevresinin beklentilerini karşılayamama korkusu
- 2.Bireyin kariyer sürecinde yapmış olduğu mesleki ve akademik bir çalışmadan dolayı ailesi ve çevresi tarafından dışlanacağı korkusu
- 3.Bireyin mesleki seçim ve kariyer kararı verme sürecindeki başarısızlık, yanlış tercih yapmak veya herhangi bir sebepten dolayı yaşayabileceği kaygılar olarak ifade etmiştir.

Her ne kadar kariyer kaygısı ile ilgili farklı tanımlamalar olsa da temelde kariyer kaygısı, bireyin tüm hayatını etkileyen kariyer tercihlerinde, planlamalarında ve kariyerini sürdürmede yaşamış olduğu yoğun kaygı hali olarak ifade edilebilir. İlerleyen kısımlarda kariyer kaygısı ile ilişkili olabileceği düşünülen benlik saygısı ve mükemmeliyetçilik kavramlarına değinilerek ardından bu kavramlar ile ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

2.3. Benlik saygısı

Bireyler kariyer seçim süreçlerinde hem çevrelerinden hem de kendi içsel dinamiklerinden etkilenebileceği düşünüldüğünde, benlik saygısı ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin bireylerin karar alma süreçleri açısından önemli olabilir. Rosenberg (1965) tarafından

benlik saygısının tanımı, kişinin kendi benliğine ilişkin olumlu veya olumsuz yapmış olduğu tüm duygu ve düşünce boyutundaki değerlendirmelerinin toplamıdır. Birey dış dünyaya dair nasıl bir tutum ve değerlendirmeye sahipse kendine yönelik tutumlara da sahiptir. Coopersmith (1967) göre benlik saygısı, kişinin nelere değer verdiği, neleri iyi yapabileceği ve kendi yaşamına dair benimsediği ve benimsemediği özellikleri açısından kendine yönelik duyduğu saygı bütünüdür. Benlik saygısı bireyin olumlu kişilik özelliklerinin en önemli boyutlarından (Avşaroğlu, 2007). Ayrıca bireyin gündelik yaşamındaki başarı ve uyum düzeyini etkileyen önemli unsurlardan birisi de benlik saygısıdır (Erşan, Doğan ve Doğan, 2009). Benlik saygısının gelişimi bireyin doğumundan itibaren yaşamış olduğu olaylar, öğrenmeler ve tecrübelerden etkilenecek şekilde ölünceye kadar devam eden dinamik bir yapıdadır (Korkut, 2004). Her ne kadar benlik saygısının çocukluktan itibaren gelişmekte olduğu ortaya atılsa benlik saygısı için en kritik yılların ergenlik yılları olduğu vurgulanmıştır. Çünkü bu dönemde birey o zamana kadar inşa ettiği benliğini yeniden yapılandırabilmekte ve erişkinliğe adım atarken ergenlik yıllarında seçim ve kararlarının üzerine hayatını şekillendirebilmektedir (Uyanık ve Akman, 2004).

Benlik saygısının düşük olduğu bireylerde, bir işe başlamakta isteksiz, kendini yetersiz, karar almaktan kaçan, değersiz ve saygı görmeye layık olmayan gibi olumsuz durumların ağırlıkta olduğu özellikler görülmektedir. Yüksek benlik saygı düzeyine sahip bireylerde ise her ne kadar eksik ve hatalı tarafları da olsa kendiyi barışık, kendinin sevmeye değer olduğuna inanan, başarıma isteği yüksek, kolay pes etmeyen, amaçlarına ulaşmakta kararlı vb. özelliklerin ağır bastığı görülmüştür (Palti, 2012). Bireylerin zorluklarla karşılaştığında ve seçim yapmak durumunda kaldıklarında kaygı yaşadığı bilinmektedir. Artan kaygı düzeyi de kişinin benliğinde endişe, gerginlik ve tedirginlik oluşturur. Bu oluşan olumsuz duyguların üstesinden gelebilmeyi başaran bireyler hayatta daha mutlu ve doğru kararlar alabilmekte ve benliğini koruyabilmektedir (Köknel, 1998).

Bütün bu bilgiler değerlendirildiğinde benlik saygısı yüksek bireylerin daha sağlıklı kararlar aldığı, yapmış olduğu seçimleri sürdürmekte kararlı ve kaygıyla başa çıkmada becerikli olduğu düşünülebilir. Kariyer ile ilgili kritik kararların alındığı ergenlik döneminde kariyer kaygısı yaşayan ergenlerin bu kaygıyla başa çıkmakta benlik saygı düzeylerinin önemli olduğu düşünüldüğünden bu araştırmada bağımsız değişken olarak seçilmiştir.

2.4. Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik ile ilgili tanımlara bakıldığında herkesin üzerinde ortak bir fikir geliştirdiği net bir tanımlama bulunmamaktadır (Hewitt ve Flett, 1991). Alanyazına bakıldığında mükemmeliyetçilik ile ilgili ilk tanımlarından birini yapan Hollender (1965) mükemmeliyetçilik kavramını kusursuz davranışlar örüntüsü ve başarı aracılığıyla ebeveynlerinden kabul ve onay alma ihtiyacı ile ilişkilendirmiştir. Yani çocuk ebeveynlerinin beklentisi doğrultusunda hareket eder ve onları memnun ettiği taktirde ilgi, sevgi ve kabul göreceğini düşünerek davranışta bulunur. İlerleyen yıllarda ise bu durum bireyin kendini beğenmemesi, tatmin olmaması ve iç huzurunu sağlamaması gibi mücadelelerle devam eder (aktaran Vieth ve Trull, 1999). Mükemmeliyetçilik bireyin başta kendisine ardından da çevresinde bulunanlara yönelik normal dışı standartlar öngörmesi ve bu öngörülere ulaşmak ve o öngörüü korumak adına yoğun çaba sarf etmek olarak tanımlanabilir (Rice ve diğerleri, 1998). Başka bir tanım olarak mükemmeliyetçilik, kişinin kendisinden yapabileceğinin çok üzerinde bir performans beklentisi içinde olması ve kişinin bu beklenen performansa ulaşamamaya karşı tahammülsüz olması şeklinde ifade edilmiştir (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990). Mükemmeliyetçilik, kusursuzluk olabilmek adına her türlü davranış ve uğraş için anormal yüksek standartlar oluşturma ile beraber aşırı eleştirel olma eğilimi içeren bir kişilik örüntüsüdür (Flett ve Hewitt, 1991). Mükemmeliyetçiler çevresinde değerli olabilmek adına yaptıkları işleri eksiksiz, hatasız ve tam yapma düşüncesindedirler ve ancak bu şekilde topluma kendilerini önemli ve kabul görmüş bireyler olarak yansıtabileceklerdir (Asan, 2011). Mükemmeliyetçilik Burns'e (1980) göre ise ulaşılmasının çok zor ve neredeyse imkansız, sıra dışı hedeflere ulaşmak gayreti olarak ifade edilmiştir. Mükemmeliyetçi bireylerle ilgili tanımlara bakıldığında mükemmeliyetçiliğin kısaca bireyin kendini değerli hissedebilmek adına mükemmel ve kusursuz olma düşüncesinin davranışlara yansımaları olarak tanımlanabilir. Mükemmeliyetçi kişilerin özellikleri genel olarak onay ve sevilme ihtiyacını karşılamak için kendinin kusursuz olmak zorunda hissetme, değerlendirilme karşı aşırı hassasiyet, yapılan işleri kolay beğenmeme, hataya tahammülsüzlük, eleştirmeye eğilimli olma, olumlu yönleri ve başarıyı hafife alma durumları örnek gösterilebilir (Miquelon, Vallerand, Grouzet ve Cardinal, 2005). Mükemmeliyetçiliği uyumlu ve uyumsuz olarak iki farklı açıdan incelenmiştir. Uyumlu mükemmeliyetçilik; işlerini zamanında ve yerinde yapmayı hedefleyen, kurallar ve düzenden asla taviz vermeyen bireyleri tanımlarken, uyumsuz mükemmeliyetçilik ise hata

ve eksiklerle çok meşgul, ertelemeye meyilli, yoğun stres ve gerginlik hisseden, çevresinden gerçekdışı beklentiler içinde olup sürekli eleştireli bir bakış açısına sahip bireyleri tanımlamaktadır (Rice ve diğerleri, 1998). Hamachek (1978) mükemmeliyetçi bireyi iki farklı açıdan tanımlamıştır. Normal mükemmeliyetçi kişinin kendi düzeyine uygun hedefler belirleyip, bu hedeflere ulaştıklarında memnun olan, bu durumun olumlu benlik değeri geliştirmesine katkı yaptığı ve özgüvenlerinin pekiştiği durumları kapsamaktadır. Nevrotik mükemmeliyetçilik ise kendi amaçlarına ulaşmak için aşırı bir uğraş gösterebilir ve bireysel performansından tatmin olmadıkları ve hedeflerine ulaştıkların da bile olumlu benlik algısı geliştiremeyen durumları tanımlamaktadır (Hamachek, 1978). Yakın dönemdeki en bilinen modelleme Hewitt ve Flett (1991) tarafından yapılmıştır. Bu modelde mükemmeliyetçiliğin 3 yönünden bahsedilmiştir.

1.Kendine yönelik mükemmeliyetçilik: birey öznel olarak yüksek performans hedefleri belirler ve kendini bu hedeflere göre değerlendirir. Birey, kendisinin mükemmel olmak zorunda olduğunu düşünür ve bu şekilde motive eder. Bu durum sonucunda kişi ulaşamaz hedefler koyar ve yoğun başarısızlık hisseder. Ardından bu olumsuz duygu durumuyla beraber kendini cezalandırma eğilimine girebilir.

2.Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik: birey kendi dışındaki insanlar için bir hedef belirler ve bu hedefler üzerinden değerlendirmeler yapar. Diğer insanlar eğer kendi belirlemiş olduğu hedeflere ulaşamadığı takdirde onları başarısız kabul eder ve olumsuz değerlendirir. Sonuçta birey diğer insanlara karşı düşmanca tutumlar içine girebilir ve suçlayıcı davranışlar gösterebilir.

3.Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik: bireyin dışındaki insanların birey için belirlemiş olduğu standartlar ve beklentileri ifade eder. Birey çevresi tarafından belirlendiğini düşündüğü hedeflere kusursuz bir şekilde ulaşmak zorunda olduğunu düşünür ve bu hedefleri gerçekleştiremediği takdirde sosyal çevreden uzaklaşacağını ve kabul göremeyeceğini düşünür (Hewitt ve Flett, 1991).

Bu bilgilerden hareketle aşırı mükemmeliyetçi tutuma sahip bireylerin sağlıklı karar almakta ve aldığı kararlara gerçekleştirmekte güçlük yaşayabileceği ve bunun neticesinde olumsuz duygulara kapılabileceği varsayıldığından, mükemmeliyetçilik tutumu yüksek bireyin kariyer seçim süreci içindeki kesin bir karara varma noktasında yoğun bir kariyer kaygısı yaşayacağı düşünülebilir.

2.5. İlgili araştırmalar

Bu kısımda kariyer kaygısı, benlik saygısı ve mükemmeliyetçilik ile ilgili alanyazındaki araştırmalara yer verilmiştir.

2.5.1. Kariyer kaygısı ile ilgili yapılan çalışmalar

Alan yazın incelendiğinde kariyer kaygısıyla ilgili gençler üzerinde yapılan çalışmaların sınırlı olduğu, çoğunlukla lise öğrencilerinden ziyade üniversite öğrencileri üzerinde yoğunlaştığı ve kaygı ile kariyer kararsızlığı arasındaki ilişkiye ağırlık veren çalışmalar görölmektedir. Bu çalışmaların sonuçlarında özetle kariyer kaygısı üzerinde sürekli kaygının durumluk kaygıdan daha etkili olduğu ve kariyer kararsızlığı ile kaygı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir (Campagna ve Curtis, 2007; Corkin ve diğerleri, 2008; Daniels ve diğerleri, 2011; Hawkins ve diğerleri, 1977; Miller ve Rottinghaus, 2014; Mojgan, Kadir ve Soheil, 2011; Peng, 2005; Vignoli, 2015).

Kariyer kaygısı üzerindeki çalışmaların ağırlıklı olarak üniversite çağındaki gençlerin kariyer kaygılarını belirlemeye yönelik olduğu literatürden anlaşılmaktadır (Daniels, Clifton, Perry, Mandzuk ve Hall, 2006; Daniels ve diğerleri, 2011; Mojgan ve diğerleri, 2011; O'Hare ve Tamburri, 1986; Pisarik ve diğerleri, 2017; Rochlen, Milburn ve Hill, 2004; Tsai ve diğerleri, 2017).

Türkiye’de yapılan çalışmalarda Çetin Gündüz ve Nalbantoğlu Yılmaz (2016) tarafından lise öğrencilerinin kariyer kaygısı düzeylerini ölçmeyi amaçlayan ölçek ilk olma özelliği taşımaktadır. Nevşehir il merkezindeki 11. ve 12. sınıflarda okuyan 6 farklı lisede eğitim gören üç farklı çalışma grubuna uygulanarak geliştirilmiştir. Nalbantoğlu Yılmaz ve Çetin Gündüz (2018a) tarafından 11. ve 12. sınıfa devam eden 444 lise öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada, kariyer kararsızlığı ve kariyer kaygısının alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda kariyer kararsızlığı ile kariyer kaygısının alt boyutları olan aile etkisi ve mesleğe yönelik kaygı arasında pozitif bir ilişkiye rastlanmıştır. Yani kariyer kararsızlık seviyesi yüksek olan öğrencilerin aile etkisi ve mesleğe yönelik kaygı puanları da yüksek çıkmıştır. Yine Nalbantoğlu Yılmaz ve Çetin Gündüz (2018b) tarafından yapılan başka bir çalışmada 415 lise öğrencisi üzerinde kariyer kaygısını çeşitli değişkenler; okul türü, sınıf düzeyi, öğrencilerin seçmek istedikleri mesleklere ilişkin karar durumları,

algılanan başarı düzeyi, okul rehberlik servisinden mesleki geleceğine ilişkin yardım ve bilgi alma durumlarına göre incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre fen lisesinde öğrenim gören öğrencilerin meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilere göre kaygı puanı daha düşük çıkmıştır. Seçmek istedikleri mesleklere ilişkin karar veremeyen öğrencilerin kariyer kaygısı, karar verebilenlerden daha yüksek çıkmıştır. Başarı algısı yüksek öğrencilerin kariyer kaygısı diğer öğrencilere oranla daha düşük çıkmıştır. Okul rehberlik servisinden mesleki geleceğine yönelik destek alma durumuna göre ise kariyer kaygısının alt boyutlarında farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Akbaş ve Okutan (2020) tarafından yapılan Antalya ili örneğinde, lise öğrencilerinde kariyer kaygısının çeşitli demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını amaçlayan çalışma 990 öğrenciyle gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarında kariyer kaygısı alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygı cinsiyete, okul türüne ve anne-babanın çocuğa karşı tutumuna göre anlamlı ilişkiler içinde olduğu tespit edilmiştir. Kariyer kaygısı alt boyutlarından aile etkisine yönelik kaygı ailenin gelir düzeyi, anne-babanın çocuğa karşı tutumuna ve anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Ayrıca Okutan ve Akbaş (2019) tarafından 15-24 yaş aralığındaki bireylerin kariyer kaygılarını araştırmaya yönelik Türkiye ve dünyada yapılan çalışmaları inceleyen literatür taraması yapılmıştır.

Kariyer kaygısı ile ilgili lise öğrencilerinde yapılan farklı çalışmalarda kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine yönelik akılcı olmayan inançlar (Ciminli, 2023); kariyer kararsızlığı (Şeker, 2021) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Kariyer kaygısı ile benlik saygısı (Yıldırım Kurtuluş ve diğerleri, 2022); gelecek beklentisi (Samancı, 2023; Yıldırım, 2022); kötümserlik (Çakır, 2020); umut ve aile etkisi (Şama, 2020); yaşama doyumunu ve umutsuzluk (Küçükkeskin, 2021); özgüvenin alt boyutlarından iç özgüven (Çoğalan, 2022) vb. değişkenlerle de arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca kariyer kaygısının ile yirmi birinci yüzyıl becerileri (Akıncı, 2022); beş faktör kişilik özellikleri (Kayadibi ve Kırdök, 2020); bilinçli farkındalık (Aygün, 2020); sabır eğilimi (Taş ve Tortumlu, 2021) gibi değişkenlerle de anlamlı ilişkileri bulunmuştur.

Türkiye’de kariyer kaygısı ile doğrudan ilişkili olmayan fakat yakın kavramlar olarak gelecek kaygısı (Şanlı Kula ve Saraç, 2016); sınav kaygısı (İngeç, 2022; Karakaş, 2013); işsizlik kaygısı (Ayyıldız, 2015; Yazar Aslan, 2015) üzerine de yapılan çalışmalar mevcuttur.

İlgili araştırmalar değerlendirildiğinde kariyer kaygısının, son yıllarda artan sayıda araştırmacı tarafından yoğun ilgi gördüğü ve araştırmalarına konu olduğu söylenebilir. Fakat alanyazında kariyer kaygısının daha iyi anlaşılması için yapılan çalışmaların sınırlı olduğu ve yetersiz kaldığı ifade edilebilir. Bu sebepten kariyer kaygısının çoklu değişkenlerle ilişkisinin araştırılması ihtiyacı, ilgili araştırmaya konu olarak seçilmiştir.

2.5.2. Benlik saygısı ile ilgili araştırmalar

Alanyazın incelendiğinde benlik saygısı birçok farklı değişkenlerle ilişkilendirilmiştir. Ancak bu araştırma kapsamında yakın değişkenler, ergen ve geçen yetişkinlerde üzerinde yapılan araştırmalar incelenerek ereve oluşturulmuştur. Yapılan araştırmalarda benlik saygısı ile kariyer kararı verme (Trujillo, 2011), kariyer kararı verme öz yeterliliği (Avşaroğlu, 2007; Mert, Ekin Duman ve Kahraman, 2019; Tatlılıoğlu, 2014), kariyer uyumu (Zacher, 2014), mesleki kimlik ve kariyer belirginliği (Munson, 1992), kariyer karar yetkinlik beklentisi (Kara ve Altınsoy, 2020) arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yine benlik saygısı ile kariyer kararsızlığı (Aydın, 2014; Callahan ve Greenhaus, 1992; Creed, Patton ve Bartrum, 2004; Emmanuelle, 2009; Germeijs ve De Boeck, 2002), kariyer kaygısı (Patton, Bartrum ve Creed, 2004; Yıldırım Kurtuluş ve diğerleri, 2022), kariyer kararı verme güçlükleri (şekerli, 2016; Yücel, 2019) arasında negatif ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Özetle yapılan çalışmalarda benlik saygısı yüksek bireylerin düşük benlik saygılı bireylere oranla daha özgüvenli, kendinden emin ve farkındalık düzeyi yüksek olduğu göz önünde bulundurulduğunda benlik saygısı yüksek bireylerin, kariyerleri ile ilgili kritik kararları aldıkları dönemlerde daha az belirsizlik ve kaygı yaşadıkları, karar almaktan çekinmedikleri, yaptıkları seçimlerde yetkin ve ısrarcı oldukları söylenebilir. Bireyin yaşamında kariyeri ile kritik bir kavşak olan lise yıllarında, bireyin gelecek kariyeri için seçimler yapmak zorunda olduğu ve mesleki karar verme durumu göz önüne alındığında benlik saygısının kariyer kaygısını etkileyebileceği söylenebilir.

2.5.3. Mükemmeliyetçilik ile ilgili çalışmalar

Alanyazında mükemmeliyetçiliğin farklı boyutları, bireyler üzerindeki etkileri, demografik değişkenlere göre farklılıkları ortaya koymak amacıyla birçok çalışma mevcuttur. Aşağıda bu araştırmalar arasından ilgili araştırmayla ilişkili olabileceği düşünülen çalışmalara yer verilmiştir.

Yapılan çalışmalara bakıldığında benlik saygısı ile olumlu mükemmeliyetçilik arasında pozitif ve anlamlı, olumsuz mükemmeliyetçilik değişkeniyle ise negatif anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmüştür (Accordino, 2000; Adderhold-Alliot, 1987; Ashby ve Rice, 2002; Hançer, 2016; Preusser ve Asbby 1994; Uzel, Dönmez ve Otrar, 2018). Yani olumlu mükemmeliyetçiliğe sahip, yüksek başarı hedefleri belirleyen öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin de yüksek olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan yani kendine sıra dışı standartlar belirleyerek bunlara ulaşmayan öğrencilerin ise düşük benlik saygısına sahip olduğu ilgili çalışmalardan anlaşılmıştır. Bu bulguları destekler nitelikte başka çalışmalar da mevcuttur (Çelik ve Güzel, 2018; Gerçek, 2020; Mendi, 2015; Sassaroli ve Ruggiero, 2005). Mükemmeliyetçilik ile kariyer planlama (Ege, 2021; Kaya, 2017); başarı seviyeleri ve üstünlük çabaları (Ashby, Kottman ve Stoltz, 2006); kariyer kararsızlığı (Aydın, 2014; Kang ve diğerleri, 2020); kariyer stresi (Choi ve diğerleri, 2011; Hajieva, 2022; You ve Yoo, 2021); sosyal kaygı (Mert, 2019); sosyal görünüş kaygısı (Çelik ve Güzel, 2018; Arslan, Oral ve Karababa, 2018) akademik erteleme (Ataş, 2018; Coşkun, 2022; Dönmez, 2020; Özer ve Altun, 2011) değişkenleriyle pozitif ve anlamlı ilişkileri bulunmuştur. Mükemmeliyetçilik ile duygusal zeka (Gerçek, 2020; Kaya ve Peker, 2016; Saracaloğlu, Saygı, Yenice ve Altın, 2016; Satıcı, 2018), akademik stres (Bayram, 2016), akademik öz yeterlilik inançları (Ataş ve Kumcağız, 2020) arasında negatif anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile akademik başarı arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir (Yusupu, 2015). Mükemmeliyetçilik alt boyutlarından uyumlu mükemmeliyetçilik ile kariyer kararı verme özyeterliliği (Ganske ve Ashby, 2007), akademik doyum düzeyi (Verner-Fillion ve Gaudreau, 2010); uyumsuz mükemmeliyetçilik ile depresyon ve genel erteleme davranışı (Azak, 2019) arasında pozitif anlamlı ilişki belirlenmiştir.

Bu bilgilerde hareketle alanyazında kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi kesin sonuçlarla ortaya koyan bir çalışma olmasa da kariyer kaygısı ile ilişkili olabileceği

düşünülen diğer değişkenlerle mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkilerin, mükemmeliyetçiliğin kariyer kaygısını yordayabileceği sonucunu destekleyebilir. Özetle kariyer kaygısıyla yakından ilişkili olabileceği düşünülen mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı kavramları arasındaki ilişkiyi açıklayan çalışmaların yetersiz olduğu ve bu üç değişkenin birlikte değerlendirilerek araştırılma ihtiyacı dikkate alındığında ilgili araştırmanın alanyazındaki boşluğu doldurabileceği düşünülebilir.



BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırma modeli

Araştırma modeli, ilişkisel tarama modeli üzerinden yürütülmüştür. Karasar (2003) ilişkisel tarama modellerini, ölçülmek istenen değişkenlerin sayısının iki veya daha fazla olduğu durumlarda, değişkenlerin aralarındaki ilişkinin araştırıldığı modeller olarak tanımlamıştır. Bu doğrultuda lise öğrencilerinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir.

3.2. Örneklem

Araştırmanın örneklemini yaşları 14 ile 18 arasında değişen Çorum ilinde öğrenim gören 561 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların 432'si kız 129'ü erkektir. Öğrencilerin 117'i 9. sınıf, 230'ü 10. sınıf, 107'ü 11. sınıf, 107'ü 12. sınıfta öğrenim görmektedir. Araştırmaya katılacak öğrencilerden örneklem seçilirken uygun örnekleme yöntemi uygulanmıştır. Uygun örnekleme yöntemi araştırmacıya kolaylık sağlayan, hız kazandıran ve diğer yöntemlerin kullanımının elverişli olmadığı durumda kullanılır (Büyüköztürk ve diğerleri, 2013).

3.3. Veri toplama araçları

3.3.1. Kariyer kaygısı ölçeği

Çetin Gündüz ve Nalbantoğlu Yılmaz (2016) tarafından lise öğrencilerine uygulanarak geliştirilen kariyer kaygısı ölçeği, ergenlerin kariyer kararı verme ve mesleki seçimler yapma

süreçlerinde hissetmiş oldukları kariyer kaygıları ölçmek için hazırlanmıştır. Bu ölçeğin alt boyutlarından biri olan aile etkisine yönelik kaygı için 5 madde, diğer alt boyut mesleğe yönelik kaygı için 9 madde olmak üzere 14 maddeden oluşmaktadır. Likert tipi olan ölçekte “tamamen katılıyorum (5)” ile “hiç katılmıyorum (1)” arasında değişen 1’den 5’e kadar seçenekler barındırmaktadır. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe kaygının da yüksek olduğu görülmektedir. Ölçeğin geçerliliğini belirlemek için yapılan AFA sonucu ölçeğin iki faktörden oluştuğu, faktör yükleri de .50 ile .82 aralığındadır. Ölçeğin DFA analizi sonucunda iki faktörlü olduğu ve faktör yükleri de .31 ile .88 aralığındadır. Ayrıca model uyum indekslerinin ($\chi^2 /sd=2.518$, RMSEA=0.067, CFI=0.95, NFI=0.92, NNFI=0.94, SRMR=0.055, GFI=0.92 ve AGFI=0.90) kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmüştür. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık değeri meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ait alt boyut için .797, aile etkisine yönelik kariyer kaygısı alt boyut için ise güvenirliği .742 olarak ölçülmüştür.

3.3.2. Çocuk ve ergen mükemmeliyetçilik ölçeği

Uz-Baş ve Siyez (2010) tarafından 459 çocuk ve ergenle Türkçeye uyarlaması yapılan ve 18 maddeden oluşan ölçeğin orijinal formu, Flett ve diğerleri (1991) tarafından İngilizce ve 22 maddeden oluşmaktadır. Likert tipi olan ölçekte “çok doğru (5)” ile “hiç uygun değil (1)” arasında değişen 1’den 5’e kadar seçeneklerden oluşmaktadır. Alt boyutlarından ‘Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik’ boyutu 9 madde içermekte ve Cronbach alfa güvenirlik değeri .85’dir. Diğer alt boyut olan ‘Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik’ boyutu 9 maddeden oluşmakta ve Cronbach alfa güvenirlik değeri .89’dur. Sadece 15. Madde ters madde olarak belirlenmiştir. Ölçekten alınan puanların düzeyi arttıkça mükemmeliyetçilik düzeyi de artmaktadır. Her iki alt boyutun puanları 9 ile 45 arasında değişmektedir. Ölçek toplam puan vermemektedir. Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek için 1. Düzey ($X^2/df = 3.062$; GFI = .953; CFI = .918; AGFI = .927; TLI = .895; RMSEA = .065) ve 2. Düzey ($X^2/df = 2.631$; GFI = .962; CFI = .937; AGFI = .940; TLI = .917; RMSEA = .058) AFA sonucunda modelin uyum indeksleri kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmüştür.

3.3.3. Rosenberg benlik saygısı ölçeği

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) orijinal hali, 1963 yılında Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiş olup psikolojik ve psikiyatrik çalışmalarda benlik saygısı düzeyini ölçmeye yarayan güvenilir bir ölçektir (Baybek ve Yavuz, 2005). Türkçeye uyarlaması Çuhadaroglu (1986) tarafından gerçekleştirilen ölçek, 63 madde ve 12 alt boyuttan oluşmaktadır (Çuhadaroglu, 1986). Bu çalışmada 10 maddelik kısa form kullanılmıştır. 4'lü likert tipindeki ölçek, beş olumlu ve beş olumsuz ifadeden oluşmaktadır. Ölçek toplam puan vermektedir. İfadeler Guttman değerlendirme yöntemiyle puanlanmaktadır. Testten alınabilecek en yüksek puan 6'dır. Alınan puanların yorumu ise; 0-1 puan yüksek benlik saygısı düzeyi, 2-4 puan orta benlik saygısı düzeyi ve 5-6 puan düşük benlik saygısı düzeyi göstermektedir. Güvenirlilik ve geçerlilik çalışması, Çuhadaroglu (1986) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Çalışmanın Cronbach Alpha değeri .82 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık değeri ise .75 olduğu belirtilmiştir (Çeçen, 2008). Ölçeğin geçerliliğini belirlemek için yapılan AFA sonucu ölçeğin 3 faktörden oluştuğu, faktör yükleri de .39 ile .77 aralığındadır. Ölçeğin DFA analizi sonucunda üç faktörlü olduğu ve faktör yükleri de .43 ile .75 aralığındadır. Ayrıca model uyum indekslerinin (χ^2 /sd=3.305, RMSEA= 0.049, CFI= 0.96, NFI=0.95, IFI=0.96, SRMR=0.066, GFI=0.94 ve RFI=0.94) kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmüştür.

3.4. Verilerin analizi

Çalışmada mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolünü incelemek için veriler AMOS programı kullanılarak analiz edilmiştir. Aracı rolü belirlenmek için aracılık analizi yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki SPSS 22.0 programı kullanılarak Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Kariyer kaygısının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı t testi, sınıf ve algılanan başarı düzeyine göre farklılaşma gösterip göstermediği de tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile tespit edilmiştir. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Scheffe testi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde çalışma verileri doğrultusunda yapılan analizler sonuçlarına ilişkin bulgular bulunmaktadır. Her bir araştırma sorusuna ait elde edilen bulgular incelenecektir.

4.1. Betimleyici istatistik ve normal dağılıma ilişkin bulgular

Öncelikle araştırma verilerine ait betimleyici istatistik ile normal dağılıma ait bulgular değerlendirilmiş olup Tablo 1’de sonuçlar verilmiştir.

Tablo 1

Betimsel İstatistik Sonuçları

	N	En Düşük	En Yüksek	$\bar{x}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
Mesleğe Yönelik Kaygı	561	9	45	27.97	8.90	-.138	-.712
Aile Etkisi	561	5	25	9.94	4.24	.833	.349
Benlik Saygısı	561	0	6	1.90	1.46	.650	-.319
Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik	561	9	45	30.09	9.02	-.261	-.790
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	561	8	40	27.57	6.38	-.181	-.236

Tablo 1'e göre çalışma grubunun mesleğe yönelik kaygı türünde aldıkları puanların dağılımı incelendiğinde alınan en düşük puanın 9 olduğu, en yüksek puanın ise 45 olduğu, aritmetik ortalamanın 27.97 ve standart sapmanın da 8.9 olduğu; aile etkisinde aldıkları puanların dağılımına incelendiğinde alınan en düşük puanın 5 olduğu, en yüksek puanın ise 25 olduğu, aritmetik ortalamanın 9.94 ve standart sapmanın da 4.24 olduğu; benlik saygısında aldıkları puanların dağılımına incelendiğinde alınan en düşük puanın 0 olduğu, en yüksek puanın ise 6 olduğu, aritmetik ortalamanın 1.9 ve standart sapmanın da 1.46 olduğu; sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik alt boyutundan aldıkları puanların dağılımına incelendiğinde alınan en düşük puanın 9 olduğu, en yüksek puanın ise 45 olduğu, aritmetik ortalamanın 30.09 ve standart sapmanın da 9.02 olduğu; kendine yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutundan aldıkları puanların dağılımına incelendiğinde alınan en düşük puanın 8 olduğu, en yüksek puanın ise 40 olduğu, aritmetik ortalamanın 27.57 ve standart sapmanın da 6.38 olduğu görülmüştür.

Tablo 1 incelendiğinde, araştırma bulgularının verilerinin çarpıklık değerlerinin -.14 ile .83 arasında, basıklık değerlerinin ise -.8 ile .35 arasında olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ile -1 aralığındaki değerlerden oluşu normallikten aşırı bir düzeyde sapmaya rastlanmadığı anlamına geldiği bulunmuştur (Tabachnick ve Fidell, 2015). Araştırmada mesleğe yönelik kaygı düzeyi ile aile etkisi, benlik saygısı, sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki korelasyon analizi ile belirlenmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2

Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

	1	2	3	4	5
1: Mesleğe Yönelik Kaygı	1				
2: Aile Etkisi	.43**	1			
3: Benlik Saygısı	-.45**	-.31**	1		

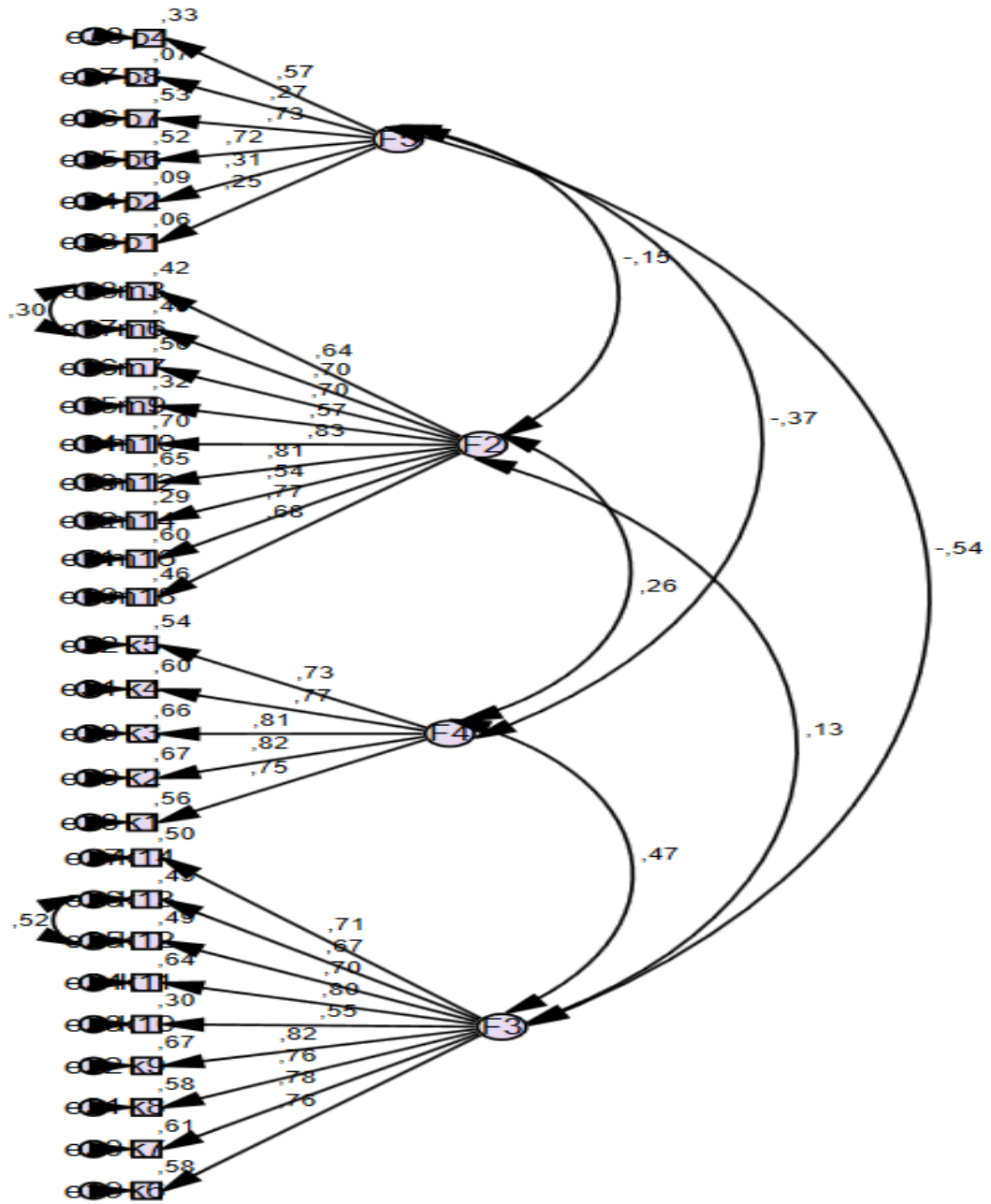
4: Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik	.14**	.23**	-.17**	1	
5: Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	.04	-.02	-.02	.52**	1

**= $p < .01$

Tablo 2 verileri incelendiğinde mesleğe yönelik kaygı ile aile etkisi ($r = .43$) orta düzeyde pozitif anlamlı, benlik saygısı ile ($r = -.45$) arasında orta düzeyde negatif anlamlı ilişki, sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ($r = .14$) ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($r = .04$) arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aile etkisi değişkeni ile benlik saygısı ($r = -.31$) arasında orta düzeyde negatif, sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ($r = .23$) arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($r = -.02$) arasında düşük düzeyde negatif anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Benlik saygısı değişkeni ile sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ($r = -.17$) ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($r = -.02$) arasında düşük düzeyde negatif anlamlı ilişki görülmüştür. Ayrıca sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($r = .52$) arasında orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

4.2. Ölçüm modeli

Araştırmada, benlik saygısının aracı rolüne ilişkin yapısal eşitlik modeli belirlenmeden önce değişkenler arasındaki uyumun var olup olmadığını tespit etmek için ölçüm modeli oluşturulmuştur. Ölçüm modeline ilişkin elde edilen sonuçlar şekil 1’de sunulmuştur. Ayrıca analiz sonucunda elde edilen yapısal eşitlik modeline ilişkin veriler de şekil 2’de yer verilmiştir.



Şekil 1. Ölçüm modeli

F2: Sosyal Kaynaklı Mükemmelliyetçilik, F3: Mesleğe Yönelik kaygı, F4: Aile Etkisi

F5: Benlik Saygısı.

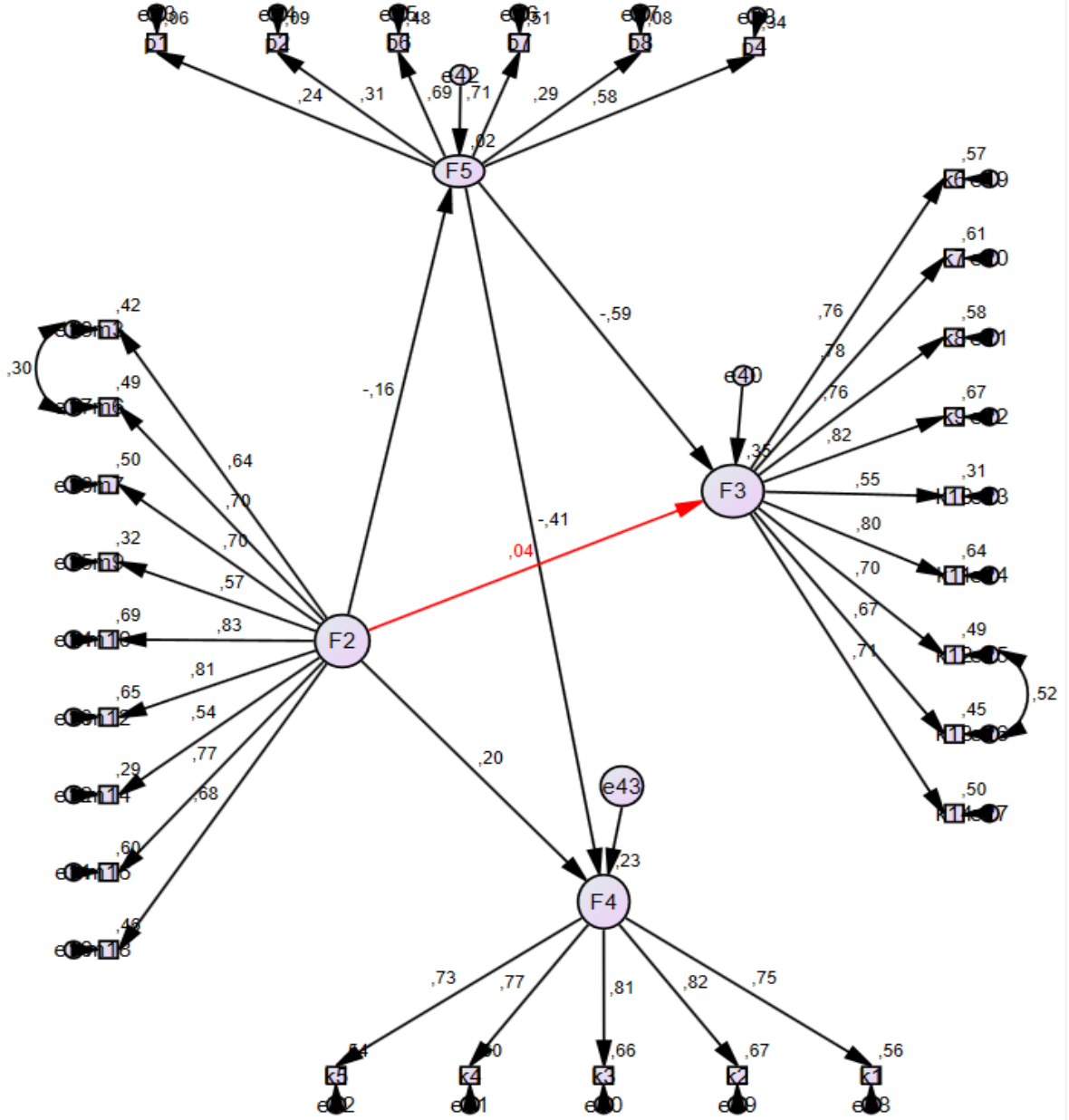
Uyum indeksleri

CMIN/DF= 1.969, p= .000, RMR= .066, GFI= .92, AGFI= .90, CFI= .95, RMSEA= .04

Şekil-1’de yer alan ölçüm modeli incelendiğinde uyum indeksleri (CMIN/DF= 1.969, $p=.000$, RMR= .066, GFI= .92, AGFI= .90, CFI= .95, RMSEA= .04) kabul edilebilir düzeydedir. Değişkenler arasındaki kovaryans sonuçları .13 ile .54 arasında değişmektedir ($p<0.5$). Ölçeklere ilişkin faktör yükleri .25 ile .83 arasında değiştiği görülmektedir. Ayrıca analiz sonucunda mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin diğer değişkenlerle ilişkisi bulunmadığından modele dahil edilmemiştir.

4.3. Yapısal eşitlik modeli

Kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolü Yapısal Eşitlik Modeli ile incelenmiştir. İlgili alanyazın bilgileri ve ölçüm modelinden elde edilen sonuçlara dayanarak oluşturulan Yapısal Eşitlik Modeli Şekil-2’ de sunulmuştur.



Şekil 2. Yapısal eşitlik modeli

F2: Sosyal Kaynaklı Mükemmeliyetçilik, F3: Mesleğe Yönelik kaygı, F4: Aile Etkisi

F5: Benlik Saygısı.

Uyum İndeksleri

CMIN/DF= 1.969, $p = .000$, RMR= .06, GFI= .92, AGFI= .90, CFI= .95, RMSEA= .04

Şekil 1’de yer alan ölçüm modeli ve Şekil 2’deki yapısal eşitlik modeli birlikte incelendiğinde mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygı arasındaki ilişkide benlik saygısının tam aracı rolünün olduğu görülmektedir ($c=.13$, $p < .001$; $c'=.04$, $p > .001$). Ayrıca, mükemmeliyetçilik alt boyutlarından sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı alt boyutlarından aile etkisi arasındaki ilişkide benlik saygısının kısmi aracı rolünün olduğu görülmektedir ($c=.26$, $p < .001$; $c'=.20$, $p < .001$). Mükemmeliyetçilik alt boyutlarından sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik kariyer kaygısı alt boyutlarından aile etkisini ($\beta=.20$) ve benlik saygısını ($\beta=-.16$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı halde kariyer kaygısı alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygıyı ($\beta=.04$) anlamlı düzeyde yordamamaktadır. Ayrıca benlik saygısı kariyer kaygısı alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygısını ($\beta=-.59$) ve kariyer kaygısı alt boyutlarından aile etkisi ($\beta=-.41$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı anlaşılmaktadır.

4.4. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular

Bu araştırmanın alt problemi olan kariyer kaygısının alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmanın olup olmadığını belirlemek için t testi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3

Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyinin Cinsiyete Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

	Levene's Test		Betimsel İstatistik			t-testi			
	F	P	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	SS	T	SD	p
Mesleğe Yönelik Kaygı	1.045	.307	Erkek	129	26.81	9.50	-1.692	559	.091
			Kız	432	28.31	8.69			
Aile Etkisi	2.145	.144	Erkek	129	10.14	4.70	.622	559	.534
			Kız	432	9.87	4.09			

Tablo 3 incelendiğinde mesleğe yönelik kaygıda kızların puan ortalamalarının ($\bar{x}=28.31$), erkeklerinkinden ($\bar{x}=26.81$) fazla olmasına rağmen, aile etkisi alt boyutunda erkeklerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=10.14$), kızlarınkinden ($\bar{x}=9.87$) fazla olduğu görülmüştür. Araştırmada yapılan analizler sonucu mesleğe yönelik kaygı alt boyutunda cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmasına rağmen [$t_{(559)}=-1.692$ $p<.05$], aile etkisine yönelik kariyer kaygısının alt boyutunda cinsiyete göre istatistiksel açıdan anlamlı bir fark görülmemiştir [$t_{(559)}=-1.692$ $p<.05$].

4.5. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin sınıf düzeyine ilişkin farklılaşp farklılaşmadığına yönelik bulgular

Lise öğrencilerinin mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisine yönelik kariyer kaygılarının puan ortalamalarının sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA analizi yapılmıştır. Bu kapsamda ANOVA analizi öncesinde varyansların dağılımının homojen olup olmadığı belirlemek için Levene testi yapılmıştır. Levene testi sonucu varyans dağılımının homojen olduğu görülmüştür (Mesleğe yönelik kaygı için Levene testi: $F_{(3,557)}=.2.334$, $p>.05$; aile etkisi için Levene testi: $F_{(3,557)}=.857$, $p>.05$).

Tablo 4

Sınıf Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyine İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları

	N	$\bar{x}$	SS	En Düşük	En Yüksek
Mesleğe Yönelik Kaygı					
9. Sınıf	117	24.98	8.46	9	44
10. Sınıf	230	29.36	8.25	9	45
11. Sınıf	107	27.57	9.50	9	45
12. Sınıf	107	28.64	9.39	9	45

	Toplam	561	27.97	8.90	9	45
	9. Sınıf	117	9.65	4.36	5	23
	10. Sınıf	230	9.96	4.00	5	22
Aile Etkisi	11. Sınıf	107	9.78	4.29	5	25
	12. Sınıf	107	10.34	4.56	5	23
	Toplam	561	9.94	4.24	5	25

Tablo 4 incelendiğinde mesleğe yönelik kaygıda 9. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 24.98, standart sapmaları 8.46, 10. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 29.36, standart sapmaları 8.25, 11. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 27.57, standart sapmaları 9.50, 12. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 28.64, standart sapmaları 9.39 olduğu görülmüştür. Aile etkisine yönelik kaygı puanları incelendiğinde 9. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 9.65, standart sapmaları 4.36, 10. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 9.96, standart sapmaları 4.00, 11. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 9.78, standart sapmaları 4.29, 12. sınıf öğrencilerinin aritmetik ortalamaları 10.34, standart sapmaları 4.56 olduğu görülmüştür.

Tablo 5

Sınıf Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyinin Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

	Levene's Test		Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	P
	F	P					
Mesleğe Yönelik Kaygı	2.334	.073	Gruplar arası	1553.399	3	517.800	6.737 .000
			Grup içi	42810.023	557	76.858	
			Toplam	44363.422	560		

			Gruplar arası	29.392	3	9.797		
Aile Etkisi	.857	.463	Grup içi	10032.298	557	18.011	.544	.652
			Toplam	10061.690	560			

Tablo 5'e göre lise öğrencilerinde mesleğe yönelik kariyer kaygısı ($F_{(3,5585)} = 6.737, p < .001$) puan ortalamalarının sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılaştığı görülmektedir. Aile etkisi puan ortalamalarının ise ($F_{(3,5585)} = 0.544, p > .05$) sınıf düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılaşmadığı görülmüştür. Mesleğe yönelik farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu Post Hock testlerinden Scheffe testi kullanılarak incelenmiştir.

Tablo 6

Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyinin Hangi Sınıf Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Biçimde Farklılaştığına İlişkin Scheffe Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Sınıf Düzeyi	Sınıf Düzeyi (J) sın	Ortalama Fark (I- J)	SH	P
Mesleğe Yönelik Kaygı	9. sınıf	10. sınıf	-4.37796*	.99553	.000
		11. sınıf	-2.58719	1.17269	.183
		12. sınıf	-3.65261*	1.17269	.022
	10. sınıf	9. sınıf	4.37796*	.99553	.000
		11. sınıf	1.79078	1.02590	.385
		12. sınıf	.72536	1.02590	.919
	11. sınıf	9. sınıf	2.58719	1.17269	.183
		10. sınıf	-1.79078	1.02590	.385

	12. sınıf	-1.06542	1.19858	.852
	9. sınıf	3.65261*	1.17269	.022
12. sınıf	10. sınıf	-.72536	1.02590	.919
	11. sınıf	1.06542	1.19858	.852

* = $p < .05$

Tablo 6 incelendiğinde, lise öğrencilerinde mesleğe yönelik alt boyutun sınıf düzeyine ilişkin istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. 9. sınıf ile 10. sınıfa ($\bar{x} = -4.38$) ve 9. sınıf ile 12. sınıfa ($\bar{x} = -3.65$) devam eden öğrencilerin mesleğe yönelik kaygı düzeyleri arasındaki farkın istatistiksel açıdan değerli olduğu, diğer gruplar arasındaki olası kıyaslamalarda istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşmaya rastlanmadığı görülmüştür ($p > .05$).

4. 6. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin algılanan akademik başarı düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular

Lise öğrencilerinin mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisine yönelik kariyer kaygılarının puan ortalamalarının algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla ANOVA analizi yapılmıştır. Sonuçlar Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7

Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyine İlişkin Betimsel İstatistik Bulguları

N	$\bar{x}$	SS	En Düşük	En Yüksek
---	-----------	----	----------	-----------

Mesleğe Yönelik Kaygı	Düşük	36	32.31	8.39	9	45
	Yüksek	427	27.82	8.50	9	45
	Orta	98	27.01	10.32	9	45
	Toplam	561	27.97	8.90	9	45
Aile Etkisi	Düşük	36	12.31	4.02	5	22
	Yüksek	427	9.99	4.13	5	23
	Orta	98	8.83	4.45	5	25
	Toplam	561	9.94	4.24	5	25

Tablo 7'e göre öğrencilerin akademik başarı durumlarına göre dağılımları incelendiğinde; öğrencilerin 427'sinin (%76,1) kendilerini akademik açıdan yüksek, 98'inin (%17,5) orta düzeyde ve 36'sinin (%6,4) ise düşük olarak algıladıkları görülmektedir. Yine Tablo 7'te görüldüğü gibi, mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisine yönelik kaygı düzeyi açısından en fazla puan ortalaması akademik açıdan düşük olan öğrencilere aittir. Her iki alt boyut için ortak olarak en düşük kaygı düzeyi, orta düzey başarı düzeyi olan öğrencilerin puan ortalamaların anlaşılmaktadır. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin algılanan akademik başarı düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular Levene testi uygulanarak analiz edilmiştir.

Tablo 8

Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyinin Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Levene's		Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	P
Test						
F	P					

Mesleğe Yönelik Kaygı	4.849 .008	Gruplar arası	776.321	2	388.160	4.969 .007
		Grup içi	43587.102	558	78.113	
		Toplam	44363.422	560		
Aile Etkisi	1.194 .304	Gruplar arası	324.037	2	162.019	9.284 .000
		Grup içi	9737.652	558	17.451	
		Toplam	10061.690	560		

Tablo 8 incelendiğinde lise öğrencilerinde mesleğe yönelik kaygı düzeyinin akademik başarı durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($F_{(2,559)} = 4.969, p < .01$). Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı düzeyinin akademik başarı durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($F_{(2,559)} = 9.284, p < .001$).

Tablo 9

Mesleğe Yönelik Kaygı ve Aile Etkisi Düzeyinin Hangi Algılanan Akademik Başarı Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Biçimde Farklılaştığına İlişkin Bulgular

Bağımlı Değişken	(I) Algılanan Akademik Başarı	(J) Algılanan Akademik Başarı	Ortalama Fark (I-J)	SH	P
Mesleğe Yönelik Kaygı	Düşük	Orta	4.48354*	1.53387	.014
		Yüksek	5.29535*	1.72246	.009
	Orta	Düşük	-4.48354*	1.53387	.014
		Yüksek	.81181	.98995	.715
	Yüksek	Düşük	-5.29535*	1.72246	.009
		Yüksek			

		Orta	-.81181	.98995	.715
Aile_Etkisi	Düşük	Orta	2.31492*	.72500	.006
		Yüksek	3.47902*	.81414	.000
	Orta	Düşük	-2.31492*	.72500	.006
		Yüksek	1.16410*	.46791	.046
	Yüksek	Düşük	-3.47902*	.81414	.000
		Orta	-1.16410*	.46791	.046

* = $p < .05$

Tablo 9 incelendiğinde mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi alt boyutlarında algılanan akademik başarı düzeylerine göre farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Mesleğe yönelik kaygıda düşük akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ile orta akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ($\bar{x} = 4.48$) arasında, düşük akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ile yüksek akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ($\bar{x} = 5.29$) arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmüştür. Aile etkisine yönelik kaygı alt boyutunda ise düşük akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ile orta akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ($\bar{x} = 2.31$) arasında, düşük akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ile yüksek akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ($\bar{x} = 3.48$) arasında, orta akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ile yüksek akademik başarı düzeyindeki öğrenciler ($\bar{x} = 1.16$) arasında anlamlı farklılaşmaların olduğu görülmüştür.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu çalışmada lise öğrencilerinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişki yapısal eşitlik modeliyle incelenmiştir. Ayrıca, araştırmada lise öğrencilerinin kariyer kaygısı düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan akademik başarı durumlarına göre önemli bir biçimde farklılık gösterip göstermediği de incelenmiştir. Bu amaçlara ilişkin bulgular şu şekildedir:

5.1. Tartışma ve sonuç

5.1.1. Yapısal eşitlik modeline ilişkin bulgulara ait sonuçlar

Araştırmada kariyer kaygısının alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi ile benlik saygısı ve mükemmeliyetçiliğin alt boyutları olan sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki yapısal eşitlik modeliyle sınanmıştır. Araştırma bulgularında mükemmeliyetçilik alt boyutlarından sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı alt boyutları mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki, benlik saygısı arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki; benlik saygısı ile kariyer kaygısı alt boyutları mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Çalışmada ele alınan değişkenler birbiriyle ilişki içinde olduğu görülmektedir.

Yapılan analizlerde lise öğrencilerinin sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça kariyer kaygısı puanlarının arttığı ve benlik saygısı puanlarının düştüğü görülmektedir. Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik düzeyinin kariyer kaygısına etkisinin, benlik saygısı puanlarının analize girmesiyle ilişki düzeylerinde anlamlı bir düşüş görülmektedir. Başka bir ifadeyle benlik saygısı, sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik ve kariyer kaygısı arasındaki ilişkide aracılık rolü görmüştür. Yani, sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik puanlarının

kariyer kaygısı puanları üzerine etkisi benlik saygısının etkisine bağılı olarak değişim sergilemiştir.

Alanyazında mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı arasındaki ilişkide benlik saygısının aracı rolüne ilişkin ulaşılabilen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Diğer yandan alanyazında bu üç değişkenin birbirleriyle ilişkisini açıklayan başka yapılmış araştırmalar bulunmaktadır. Araştırma bulguları ile benzer sonuçlar gösteren bazı araştırmalarda da (Accordino, 2000; Adderhold-Alliot, 1987; Ashby ve Rice, 2002; Çelik ve Güzel, 2018; Gerçek, 2020; Hançer, 2016; Mendi, 2015; Preusser ve Asbby 1994; Sassaroli ve Ruggiero, 2005; Uzel, Dönmez ve Otrar, 2018) benlik saygısı ile mükemmeliyetçilik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Özetle diğer araştırma sonuçları da dikkate alındığında benlik saygısı arttıkça mükemmeliyetçilik düzeyleri azalmakta olduğu söylenebilir. Hewitt ve Flett (1991) mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek kişilerin, yaşamlarında olumsuz sonuçlarla karşılaştığı ve bunun neticesinde düşük benlik saygısı geliştirdiğini ifade etmiştir. Benlik saygısı düşük bireyler, kendisine ve çevresine kendini ispatlamak, onaylanmak ve özgüvenlerini arttırmak için yüksek standartlar belirler (Gerçek, 2020). Bu doğrultuda benlik saygısı düşük bireyler çevrelerinden bekledikleri kabulü elde edilmek için daha fazla mükemmeliyetçi davranışlar sergilediği ve gerçekleştirilmesi güç kararlar aldığı vb. sonuçlarına ulaşılabilir.

Alanyazına bakıldığında benlik saygısı ile kariyer kaygısı arasındaki ilişkinin incelendiği tek bir çalışmaya rastlanmıştır. Yıldırım Kurtuluş ve diğerleri (2022) tarafından yapılan çalışmada benlik saygısı ile kariyer kaygısı arasında negatif ilişki bulunmuştur. Kariyer gelişim sürecinde düşük benlik saygısı sergileyen lise öğrencilerinin yüksek benlik saygısı gösteren lise öğrencilerine göre ilgi, yetenek ve hedeflerini belirlemede zorlandığını ifade eden çalışmalar mevcuttur (Creed ve Patton, 2003; Migunde, Othuon ve Mbagaya, 2016; Creed ve diğerleri, 2004; Super, 1990). Benlik saygısı yüksek ergenlerin kariyer gelişim sürecindeki kaygı durumunu kontrol etmesi, kendini tanıma, ulaşılabilir hedefler belirleme ve bu hedeflere ulaşırken karşılaşılabileceği zorluklarla başa çıkmadaki özgüveni ile açıklanabilir.

Alanyazın incelendiğinde lise öğrencilerinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin araştırıldığı tek bir çalışma bulunmuştur. Her ne kadar Samancı (2023) tarafından yapılan araştırmada mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı arasındaki ilişki incelenmiş fakat anlamlı bir ilişkiye rastlanmamış olsa da benzer değişkenlerle yapılan başka araştırmalar mevcut bulguları desteklemektedir. Bu çalışmalarda yüksek mükemmeliyetçilik düzeyindeki birey kariyerini

planlamakta zorlanmakta (Ege, 2021; Kaya, 2017); başarı seviyeleri ve üstünlük çabaları artmakta (Ashby ve diğerleri, 2006); kariyerine dair yoğun kararsızlık ve stres hissetmekte (Aydın, 2014; Choi ve diğerleri, 2011; Hajieva, 2022; Kang ve diğerleri, 2020; You ve Yoo, 2021); akademik erteleme davranışı gösterdiği (Ataş, 2018; Coşkun, 2022; Dönmez, 2019; Özer ve Altun, 2011) görülmüştür. Bu bilgiler doğrultusunda öğrencilerin mükemmeliyetçilik puanları arttıkça kariyer kaygılarının da arttığı söylenebilir. Mükemmeliyetçiler çevresinde değerli olabilmek adına yaptıkları işleri eksiksiz, hatasız ve tam yapma düşüncesindedirler (Asan, 2011). Bu bireylerdeki kusursuz olma, hatasız ve tam yapma benzeri mükemmeliyetçi düşünme kalıpları bireyde yoğun kaygı ve stres oluşturmaktadır (Stoeber ve Otto, 2006). Yukarıda ifade edilenlerden yola çıkıldığında mükemmeliyetçiliğin bireylerin kariyeri ile ilgili daha zor karar alabileceği, kariyerle ilgili ulaşılamaz hedefler belirleme ihtimalinin fazla olabileceği, sık sık erteleme davranışı gösterebileceği ve kariyer süreçlerindeki yoğun kararsızlık yaşama olasılığının fazla olabileceği gibi etkiler düşünüldüğünde, kariyer ile ilgili tüm kaygı ve kararsızlıkların bütünü olarak şeklinde tanımlanan kariyer kaygısının da mükemmeliyetçi bireylerde yüksek olabileceği söylenebilir.

5.1.2. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgulara sonuçlar

Araştırma sonuçları incelendiğinde lise öğrencilerinin kariyer kaygısı alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi puanlarında cinsiyet açısından anlamlı farklılaşma olmadığı görülmüştür. Kariyer kaygısı alt boyutlarından mesleğe yönelik kaygı puan ortalamalarında kızların erkeklere göre yüksek olduğu, diğer alt boyut aile etkisi puan ortalamalarında ise erkeklerin kızlara göre yüksek olduğu anlaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde sınırlı araştırmaların olduğu görülmüştür. Küçükkeskin (2021) tarafından regresyon öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada kariyer kaygısının cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu bulguların aksine kızların kariyer kaygısının erkeklerinkinden yüksek olduğu çalışmalar da mevcuttur (Daniels ve diğerleri, 2011; Göncü Akbaş, 2019; Gürkan ve Beler, 2021; Kayadibi, 2020; Şama, 2020). Her ne kadar çalışma da farklılaşma görülmemiş olsa da alanyazında diğer çalışmalar değerlendirildiğinde kız öğrencilerin kariyer kaygısı düzeylerinin fazla olması erkeklere oranla daha duygusal bir

yapıya sahip olmalarıyla ve daha çok kariyer engelleriyle karşılaşma ihtimalleriyle açıklanabilir (Göncü Akbaş, 2019).

5.1.3. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin sınıf düzeyine ilişkin farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular ait sonuçlar

Çalışma bulgularına göre mesleğe yönelik kaygı sınıf düzeyine göre farklılaşma göstermektedir. Diğer alt boyut olan aile etkisi kariyer kaygısı ise sınıf düzeyine göre farklılaşma göstermemektedir. Mesleğe yönelik kariyer kaygısını hangi sınıf düzeyinde farklılaştığı bulgulara baktığımızda 12. sınıf öğrencilerinin puanları 9.sınıf öğrencilerinden, 10. sınıf öğrencilerinin puanları 9. sınıf öğrencilerinin kariyer kaygısı puanlarından daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında benzer bir sonuç Samancı (2023) tarafından araştırmada 12. sınıf öğrencilerinin kariyer kaygısı puanları 9. sınıf öğrencilerinkinden fazla çıkmıştır. Bunun sebebi olarak da öğrencilerin kariyerlerini şekillendirecekleri üniversiteyi seçme kararını 12. sınıfa kadar erteledikleri ve artık bir karara bağlama zorunluluğu yaklaştığı için kaygılarının yükseldiği söylenebilir. Sınıf düzeyi arttıkça kariyer kaygının arttığı başka çalışmalar da mevcuttur (Bozok, 2019; Küçükkeskin, 2021). Bu çalışmalardan farklı olarak kariyer kaygısının sınıf düzeyinde farklılaşmanın görülmediği çalışmalarda mevcuttur (Akbaş, 2020; Nalbantoğlu Yılmaz ve Çetin Gündüz 2018). Bunun farklılığın sebebi olarak bu çalışmaların yaşları birbirine yakın olan 11 ve 12. Sınıflara uygulanması gösterilebilir.

5.1.4. Mesleğe yönelik kaygı ve aile etkisi düzeyinin algılanan akademik başarı düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgulara yönelik sonuçlar

Çalışmada lise öğrencilerinin kariyer kaygısının alt boyutlarının algılanan başarı durumuna göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre mesleğe yönelik kaygı algılanan başarı durumuna göre anlamlı bir düzeyde farklılaşma göstermiştir. Buna göre başarı durumu düşük düzey olan öğrenciler, algılanan başarısı orta ve yüksek düzey olan öğrencilere göre daha fazla kariyer kaygısı puanları almıştır. Ayrıca bulgulara göre orta ve yüksek başarı algısı olan öğrenciler karşılaştırıldığında anlamlı bir

farklılaşmadan söz edilememektedir. Aile etkisine yönelik kariyer kaygısına baktığımızda yine benzer bir sonuç olarak düşük başarı algısı olan öğrenciler orta ve yüksek başarı algısı olan öğrencilere göre daha yüksek kariyer kaygısı yaşamaktadırlar. Ayrıca orta düzey başarı algısı olan öğrenciler yüksek başarı algısına sahip öğrencilerden daha yüksek kaygı yaşamaktadır. Bu sonuçlar irdelendiğinde kişinin başarı düzeyinin artması kaygı seviyesini düşürebileceği kanaati oluşabilir. Alanyazına bakıldığında Nalbantoğlu Yılmaz ve Çetin Gündüz (2018) yaptığı çalışmada benzer bir sonuç ortaya çıkmıştır. Algılanan başarı düzeyi yükseldikçe kariyer kaygısının düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlarla dolaylı yoldan paralellik gösteren araştırmalar mevcuttur (Bedel, 2013; Sekmenli, 2000; Varol, 1990). Alanyazında algılanan başarı düzeyine göre farklılaşmanın olmadığı çalışmalar da vardır (Şama, 2020).

5.2. Öneriler

Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinde kariyer kaygısı ile benlik saygısı ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından araştırılmasıdır. Lise öğrencilerinin geleceği planlamada, sağlıklı kararlar vermeleri ve kariyerleri ile ilgili almış oldukları kararları sürdürmede etkili olan kariyer kaygısının anlaşılması önemlidir. Bu çalışmanın en önemli katkısı kariyer kaygısını yordayabileceği düşünülen benlik saygısı ve mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı arasındaki ilişkiye ilişkin sonuçları ortaya koymasındır. Araştırma sonuçlarına göre lise öğrencileri için önemli bir kavram olan kariyer kaygısını yordadığı ortaya konulan benlik saygısının ve mükemmeliyetçiliğin yeri, oluşumu ve önemine dikkat edilmelidir. Araştırmadan elde edilen verilere ilişkin öneriler şunlardır:

5.2.1. Araştırma sonuçlarına dayalı olarak öneriler

1. Bu çalışmada, lise öğrencilerinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı değişkenleri arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, kariyer kaygısının sınıf düzeyi ve algılanan başarı düzeyi durumuna göre anlamlı farklılaştığı gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulgular eşliğinde özellikle kariyer psikolojik danışmanlığı

alanında çalışan profesyonellerin bu verileri dikkate alarak çalışmalarını revize etmesi önerilebilir.

2. Bu araştırmada, lise öğrencilerinde benlik saygısının kariyer kaygısı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiştir. Bu bilgi doğrultusunda, okullarda çalışan psikolojik danışmanların kariyer kaygısını azaltmada benlik saygısını geliştirici psikoeğitim ve grupla psikolojik danışma uygulamaları yapılabilirler.

3. Bu araştırmada lise öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ile kariyer kaygısı arasında ilişki tespit edilmiştir. Bu bilgi doğrultusunda, okullarda çalışan psikolojik danışmanların kariyer kaygısıyla başa çıkmada mükemmeliyetçilik düzeyini azaltacak psikoeğitim ve grupla psikolojik danışma uygulamaları yapılabilirler.

5.2.2. Gelecek araştırmalara yönelik öneriler

1. Bu çalışma, lise öğrencilerinde kariyer kaygısını belirlemek için ilişkisel tarama yöntemi benimsenerek yapılan nicel bir araştırmadır. Lise öğrencilerinde kariyer kaygısının daha iyi anlaşılması ve keşfedilmesi için bu araştırmada test edilen model deneysel çalışmalarla tekrar sınanabilir.

2. Alan yazında lise öğrencilerinin kariyer kaygılarının araştırılması ile ilgili çalışmalar sınırlı olduğu bilinmektedir. Bundan dolayı kariyer kaygısına yakın kavramlar olan kariyer veya kaygı ile ilgili ilişkili olduğu tespit edilmiş farklı değişkenlerle olan ilişkilerin araştırılması kariyer kaygısının anlaşılmasını kolaylaştıracaktır.

3. Mevcut çalışma Çorum ilinde resmi devlet okullarında öğrenim gören lise öğrencilerine uygulanmıştır. Daha genellenebilir sonuçlara ulaşmak için farklı illerde ve özel okullarda dahil edilerek büyük örneklemeler oluşturularak kapsamı geniş uygulamalar yapılabilir.

4. Alanyazın incelendiğinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasında benlik saygısının aracı rolünü inceleyen başka bir araştırma bulunmamaktadır. Var olan araştırmamızın sonucunda ortaya çıkan ilişkiyi daha iyi açıklayabilmek için farklı örneklemelere de uygulanarak çalışmalar geliştirilebilir.

KAYNAKÇA

- Accordino, M. P. (2000). An investigation of perfectionism, mental health, achievement and achievement motivation in adolescents. *Psychology in Schools*, 37(6), 535-545. doi: 10.1002/1520-6807(200011)37:6<535::AID-PITS6>3.0.CO;2-O
- Adderholdt-Elliott, M. (1987). *Perfectionism: What's bad about being too good*. MN: Free Spirit Publishing, Minneapolis
- Akbaş, M. G., ve Okutan, E. (2020). Lise öğrencilerinin kariyer kaygısına yönelik alan araştırması. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(20), 158-187. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/genclikarastirmalari/issue/55138/644186>
- Akıncı, A. Y. (2022). Anadolu lisesi öğrencilerinin yirmi birinci yüzyıl becerileri ve kariyer kaygısı. *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 8(57), 1338-1345. doi: 10.29228/JO SHAS.64759
- Akmaz, M. G. ve Ceyhan, N. (2009). Fen edebiyat fakültesi Türk dili ve edebiyatı bölümü öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 131-147. doi: 10.19129/sbad.138
- Asan, H. (2011). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 298625).
- Ashby, J. S., Kottman, T., ve Stoltz, K. B. (2006). Multidimensional Perfectionism and Personality Profiles. *Journal of Individual Psychology*, 62(3). Erişim adresi: <https://web.p.ebscohost.com/abstract?direct=true&profile=ehost&scope=site&authype=crawler&jrnl=15222527&AN=23596614&h=0SsPT2RL3D8PQGtiPwl1CLLUYP0O2cHv%2bNQTJfkkm9C6%2bwam4EYpyz07CunW%2bpNf3%2b9VSpfESnW7WZm1agy9Gw%3d%3d&crl=c&resultNs=AdminWebAuth&resultLocal=ErrCrlNotAuth&crlhashurl=login.aspx%3fdirect%3dtrue%26profile%3dehost%26scope%3dsite%26authype%3dcrawler%26jrnl%3d15222527%26AN%3d23596614>
- Ashby, J. ve Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self – esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling and Development*, 80(2), 197-203. doi: 10.1002/j.1556-6678.2002.tb00183.x

- Ataş, N. S. ve Kumcağız, H. (2020). Ergenlerin akademik erteleme davranışları, akademik öz yeterlik inançları ve mükemmeliyetçilik. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(2), 375-386. doi: 10.16986/HUJE.2019050341
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E.E., Bem, D. J. ve Nolen-Hoeksema, S. (2010). *Psikolojiye giriş*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stres başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doktora tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 217448).
- Aydın, Ç. (2014). *Üniversite öğrencilerinde kariyer kararsızlığının özsaygı, denetim odağı ve mükemmeliyetçilik bakımından incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 381793).
- Aydın, B. (2010). *Motivasyonu etkileyen faktörlerin yapısal eşitlik modeli ile belirlenmesi: bir tekstil işletmesi örneği* (Yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 256479).
- Aydın, S. ve Zengin, B. (2008). Yabancı dil öğreniminde kaygı: Bir literatür özeti. *Journal of Language and Linguistic Studies*, 4(1), 81-94. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/jlls/issue/9927/122859>.
- Aygün, M. (2020). Spor lisesi ve düz lise öğrencilerinin kariyer kaygısı ve bilinçli farkındalıklarının incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 90-100. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/ataunibesyo/issue/59137/799834>
- Ayyıldız, Y. (2015). Meslek lisesi son sınıf öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre işsizlik kaygılarının incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 20(3), 175-187. doi: 10.16992/ASOS.927
- Azak, C., (2019). *Genç erişkinlerde mükemmeliyetçilik ile depresyon, anksiyete ve erteleme davranışı ilişkisi* (Yüksek lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 580039).
- Baybek, H., Yavuz, S. (2005). Muğla üniversitesi öğrencilerinin benlik saygılarının incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Dergisi*, 14, 73-95. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/musbed/issue/23490/250165>

- Bayram, S. B. (2019). Ergenlerin mükemmeliyetçilik özellikleri ve akademik alanda arzuların ertelenmesi ile akademik stres arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(35), 41-55. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/zgefd/issue/48487/562711>
- Bedel, A. (2013). Sınıf tekrarı yapan ve yapmayan öğrencilerin akademik güdülenme ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(200), 111-121. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/milliegitim/issue/36551/415143>
- Bencik S. (2006). *Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 192729).
- Bozok, G. (2019). *İzmir ilinde mesleki ve teknik eğitim alan lise öğrencilerinin işsizlik ve kariyer kaygılarının Yapısal Eşitlik Modeliyle incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 588722).
- Budak, S. (2000). *Psikoloji Sözlüğü*. (Birinci basım). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. ve Kılıç, E. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi
- Callahan, G. A. ve Greenhaus, J. H. (1992). The career indecision of managers professionals: An examination of multiple subtypes. *Journal of Vocational Behavior*, 41, 212-231. doi: 10.1016/0001-8791(92)90023-S
- Campagna, C. G. ve Curtis, G. J. (2007). So worried I don't know what to be: Anxiety is associated with increased career indecision and reduced career certainty. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 17(1), 91-96. doi: 10.1375/ajgc.17.1.91
- Canbaz, S. (2001). *Samsun Çıraklık Eğitim Merkezi'ne devam eden çırakların sosyodemografik, çalışma yaşamı özelliklerinin ve durumluk-sürekli kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi* (Tıpta Uzmanlık). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 107873).
- Choi, B. Y., Park, H., Nam, S. K., Lee, J., Cho, D., ve Lee, S. M. (2011). The development and initial psychometric evaluation of the Korean Career Stress Inventory for college students. *The Career Development Quarterly*, 59(6), 559-572. doi: 10.1002/j.2161-0045.2011.tb00976.x

- Ciminli, A. (2023). Ortaöğretim öğrencilerinin kariyer kaygısının yordayıcıları olarak mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(1), 35-43. doi: 10.17556/erziefd.1163647
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freema
- Corey G. (2015). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram Ve Uygulamaları*. Mentis Yayıncılık: Ankara
- Corkin, D., Arbona, C., Coleman, N. ve Ramirez, R. (2008). Dimensions of career indecision among Puerto Rican college students. *Journal of College Students Development*, 49, 81-94. doi: 10.1353/csd.2008.0015
- Coşkun, G., (2022). *Ergenlerde akademik erteleme yordayıcıları: Mükemmeliyetçilik ve gelişmeleri kaçırma korkusu* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 750362).
- Coşgun, H. (2019). *Kariyer karar verme grup rehberliği programının öğrencilerin kariyer karar verme güçlük düzeylerine etkisinin incelenmesine yönelik bir araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 556318).
- 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, 277-294. doi: 10.1177/089484530403000404
- Cüceloğlu, D. (2000). *Savaşçı*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Cüceloğlu, D. (2010). *İnsan ve Davranışı* 15. bs. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Çakır, Ö. (2020). Kariyer kaygısı ve iyimserlik-kötümserlik ilişkisi: Lise öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 13(72), 763-771. doi: 10.17719/jisr.10835
- Çeçen, R. A. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19-23. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/pub/eku/issue/5447/73870>
- Çelik, E. ve Şenay Güzel, H. (2018). Ergenlerde sosyal görünüş kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki: Benlik saygısının aracı rolü. *Journal Of Turkish*

Educational Sciences, 16(2), 235-256. Erişim adresi:
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/tebd/issue/41575/433677>

- Çetin Gündüz, H. ve Nalbantoğlu Yılmaz, F. (2016). Lise öğrencilerinin kariyer kaygılarını belirlemeye yönelik ölçek geliştirme çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(3), 1008-1022. doi: 10.17860/mersinefd.282397
- Çoğalan, Y. ve Yazıcı, H. (2022). Lise öğrencilerinin özgüvenleri, kariyer denetim odakları ve kariyer kaygıları arasındaki ilişki. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(81), 152-165. doi: 10.17755/esosder.941314
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı* (Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi). Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara
- Daniels, L. M., Clifton, R. A., Perry, R. P., Mandzuk, D. ve Hall, N. C. (2006). Student teachers' competence and career certainty: The effects of career anxiety and perceived control. *Social Psychology of education*, 9(4), 405-423. doi: 10.1007/s11218-006-9000-0
- Daniels, L. M., Stewart, T. L., Stupnisky, R. H., Perry, R. P. ve LoVerso, T. (2011). Relieving career anxiety and indecision: The role of undergraduate students' perceived control and faculty affiliations. *Social Psychology of Education*, 14(3), 409-426. doi: 10.1007/s11218-010-9151-x
- Dönmez, S. M. (2020). *Lise öğrencilerinin ana baba tutumları, mükemmeliyetçilik ve akademik erteleme arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 628330).
- Duclos, G. (2016). *Benlik saygısı, yaşam için bir pasaport*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Ege, C. (2021). *Spor örgütlerinde mükemmeliyetçilik algısı ile kariyer planlama tutumları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 684613).
- Emmanuelle, V. (2009). Inter-relationships among attachment to mother and father, self-esteem, and career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 75(2), 91-99. doi: 10.1016/j.jvb.2009.04.007
- Erşan, E. E., Doğan, O. ve Doğan, S. (2009). Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyo-demografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 12, 35-42. Erişim adresi:

<https://klinikpsikiyatri.org/eng/jvi.aspx?pdire=kpd&plng=eng&un=KPD-92147&look4=>

- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2017). Yaşam boyu gelişim perspektifinden kariyer gelişimi ve ruh sağlığı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(2), 227-249. doi: [10.18863/pgy.281802](https://doi.org/10.18863/pgy.281802)
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R. ve Koledin, S. (1991). Dimensions of perfectionism and irrational thinking. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive Therapy*, 9(3), 185-201. doi: 10.1007/BF01061229
- Fouad, N. A., Elizabeth W. C., Mary E. F., Neeta K., Laura C., Steve B. (2010). Development and validation of the family influence scale. *Journal of Career Assessment*, 18(3), 276–291. doi: 10.1177/1069072710364793
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. ve Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. doi: 10.1007/BF01172967
- Ganske, K. H., ve Ashby, J. S. (2007). Perfectionism and career decision-making self-efficacy. *Journal of employment counseling*, 44(1), 17-28. doi: 10.1002/j.2161-1920.2007.tb00021.x
- Geçtan, E. (2013). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. (16. bs.). Ankara: Metis Yayınları.
- Gerçek, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik benlik saygısı ve duygusal zekâ yetenekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 640485).
- Germeijs, V. ve De Boeck, P. (2002). A measurement scale for indecisiveness and its relationship to career indecision and other types of indecision. *European Journal of Psychological Assessment*, 18, 113-122. doi: 10.1027//1015-5759.18.2.113
- Göncü Akbaş, M. (2019). *Lise öğrencilerinin kariyer kaygısı üzerine bir araştırma: Antalya İli örneği* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 569013).
- Greenspon, T. S. (1999). Perfectionism is not healthy. *In The Annual Meeting Of The National Association For Gifted Children*. New Mexico: Albuquerque.

- Gürgen, U., ve Beler, S. N. (2021). Lise düzeyindeki öğrencilerin korona virüs fobisinin okula yönelik tutum ve kariyer kaygılarına etkisi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 8(3), 35-61. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/asead/issue/64362/932812>
- Hajiyeva, E. (2022). *Covid-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeyi ile mükemmeliyetçilik düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 731465).
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15, 27-33. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/1979-08598-001>
- Hançer, A. H. (2016). Ortaokul öğrencilerinin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri ile benlik saygısının incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 53(2), 265-274. doi: 10.9761/JASSS3804
- Hawkins, J. G., Richard W. B. ve Gordon W. W. (1977). Anxiety and the process of deciding about a major and vocation. *Journal of Counseling Psychology*, 24(5), 398-403. doi: 10.1037/0022-0167.24.5.398
- Hill, R. V., Zrull, M. C. ve Turlington, S. (1997). Perfectionism and interpersonal problems. *Personality Assessment*, 69, 81-103. doi: 10.1207/s15327752jpa6901_5
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103. doi: 10.1016/S0010-440X(65)80016-5
- İngeç, D. (2022). *Genç yetişkinlerin belirsizliğe karşı tahammülsüzlük, ileriye yönelik kariyer kaygısı ve sınav kaygısı arasındaki ilişki üzerinde psikolojik direnç ve başa çıkma stratejilerinin aracı rolü* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 746963).
- Kang, M., Lee, J. ve Lee, A. R. (2020). The effects of college students' perfectionism on career stress and indecision: Self-esteem and coping styles as moderating variables. *Asia Pacific Education Review*, 21(2), 227-243. doi: 10.1007/s12564-019-09609-w
- Kara, A. ve Altınsoy, F. (2020). Lise öğrencilerinde kariyer kararı yetkinlik beklentisinin bireysel yönü: Kişilik özellikleri ve benlik saygısı. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi [tr]*, 165-177. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/abuhsbd/issue/54664/746359>

- Karakaş, A. C. (2013). Paylaşma tutumlarının sınav kaygısı-gelecek kaygısı ile ilişkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 135-157. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/itobiad/issue/8757/109261>
- Karakaş, S. (2009). *Çalışan gençlerde depresyon ve anksiyetenin yordayıcısı olarak kişilik özellikleri* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 241432).
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel
- Kaya, F. ve Peker, A. (2016). The relationship between perfectionism and forgiveness of university students: The mediator role of emotional intelligence. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 15(4), 1086-1094. doi: 10.21547/jss.265492
- Kaya, M. ve Varol, K. (2004). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Kaygı Nedenleri (Samsun Örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(17), 31-63. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/omuifd/issue/20300/215487>
- Kaya, O. (2017). *Otomotiv sektöründe mükemmeliyetçilik algısı ile kariyer planlama tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 478835).
- Kayadibi, S. ve Kırdök, O. (2020). Lise öğrencilerinin kariyer kaygıları ile beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, Covid-19 Özel Sayısı 2, 372-388. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/asead/issue/54658/732674>
- Kierkegaard, S. (2003). *Kaygı Kavramı*. (Çev. T. Armaner). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Korkut, F. (2004). *Okul temelli önleyici rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Anı Yayınları
- Köknel, Ö. (1998). *Yaşamın zaferi*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köknel, Ö. (2014). *Kaygıdan korkuya*. (1. Basım). İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Kuzgun, Y. 2009. *Meslek Rehberliği ve Danışmanlığına Giriş*. (4. bs.). Ankara: Nobel Yayınevi.

- Küçükkeskin, F. (2021). *Yaşam doyumu ve umutsuzluk arasındaki ilişkide kariyer kaygısının aracı rolü: Rekreatyon bölümü öğrencileri üzerine bir uygulama* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 691889).
- Lazarsfeld, S. (1991). The courage for imperfection. *Individual Psychology*, 47, 93- 96. Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/1991-24234-001>
- Manav, F. (2011). Kaygı Kavramı. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 5(9), 201-211. Erişim adresi: <http://acikerisim.nevsehir.edu.tr/handle/20.500.11787/1422?show=full>
- Mendi, E. (2015). *Koşullu anne baba tutumunun mükemmeliyetçilik, öznel iyi oluş ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 389531).
- Mert, A. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, mükemmeliyetçilik ve değerler arasındaki ilişkinin açıklanmasına yönelik bir model çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(49), 276-301. doi: 10.21764/maeuefd.428886
- Mert, A., Ekin Duman, A. ve Kahraman, M. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinde kariyer karar verme öz-yeterliğinin yordayıcıları olarak benlik saygısı ve algılanan sosyal destek. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 594-619. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/yyuefd/issue/50700/659686>
- Miller, A. D. ve Rottinghaus, P. J. (2014). Career indecision, meaning in life, and anxiety: An existential framework. *Journal of Career Assessment*, 22(2), 233-247. doi: 10.1177/1069072713493763
- Miquelon, P., Vallerand, R. J., Grouzet, F. M. E. ve Cardinal, G. (2005). Perfectionism, academic motivation and psychological adjustment: An integrative model. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 913-924. doi: 10.1177/0146167204272298
- Mojgan, F. N., Kadir, R. A. ve Soheil, S. (2011). The relationship between state and trait anxiety with career indecision of undergraduate students. *International Education Studies*, 4(3), 31-35. doi: 10.5539/ies.v4n3p31
- Munson, W. W. (1992). Self-esteem, vocational identity, and career salience in high school students. *The Career Development Quarterly*, 40(4), 361-368. doi: 10.1002/j.2161-0045.1992.tb00343.x
- Murdock, Nancy L. (2013). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*. (ed. Füsun Akkoyun). (2. Bs). Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Nalbantoglu Yılmaz, F., ve Cetin Gunduz, H. (2018a). Career indecision and career anxiety in high school students: An investigation through structural equation modelling. *Eurasian Journal of Educational Research*, 78, 23-41. doi: 10.14689/ejer.2018.78.2
- Nalbantoğlu Yılmaz, F. ve Çetin Gündüz, H. (2018b). Lise öğrencilerinin kariyer kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 1585-1602. doi: 10.17240/aibuefd.2018.18.39790-471164
- Niles, S. G. ve Harris-Bowlsbey, J. (2013). 21. Yüzyılda kariyer gelişimi müdahaleleri. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- O'Hare, M. M. ve Tamburri, E. (1986). Coping as moderator of a moderator of the relation between anxiety and career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 255-264. doi: 10.1037/0022-0167.33.3.255
- Okutan, E. ve Akbaş, M. G. (2019). 15-24 Yaş arası öğrencilerin kariyer kaygılarını incelemeye yönelik literatür araştırması. *Siyaset, Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 33-41. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sevad/issue/53343/709106>
- Orth, U., Robins, R. W. ve Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271-1288. doi: [10.1037/a0025558](https://doi.org/10.1037/a0025558)
- Özer, A. ve Altun, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme nedenleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(21), 45-72. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/19394/205980>
- Özgüven, İ. E. (2007). *Psikolojik Testler*. Ankara: PDREM Yayınları
- Öztürk, A. (2014). Sosyal kaygıyı açıklayan yaklaşımlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 15-26. Erişim adresi: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/70521>.
- Özyürek, R. (2016). *Kariyer psikolojik danışmanlığı kuramları: Çocuk ve ergenler için kariyer rehberliği uygulamaları*. İstanbul: Nobel Yayınları
- Palti, C. (2012). *Üniversiteye hazırlanan lise son sınıf öğrencilerinde yükseköğretime geçiş sınavı öncesi ve sonrasında benlik saygısı, sınav kaygısı ve durumluk sürekli kaygı düzeyleri* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 314278).

- Peng, H. (2005). Reduction in state anxiety scores of freshmen through a course in career decision. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 5, 293-302. doi: 10.1007/s10775-005-3603-4
- Pisarik, C. T., Rowell, P. C. ve Thompson, L. K. (2017). A phenomenological study of career anxiety among college students. *National Career Development Association*, 65, 339-362. doi: 10.1002/cdq.12112
- Rice, K. G., Ashby, J. S. ve Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal Of Counseling Psychology*, 45(3), 304-314. doi: 10.1037/0022-0167.45.3.304
- Rochlen, A. B., Milburn, L. ve Hill, C. E. (2004). Examining the process and outcome of career counseling for different types of career counseling clients. *Journal of Career Development*, 30(4), 263-275. doi: 10.1177/089484530403000403
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. *American Journal of Orthopsychiatry*, 36(3), 560-562. doi: 10.1515/9781400876136
- Samancı, F. T. (2023). *Ortaöğretim öğrencilerinin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri ile gelecek beklentisi ve kariyer kaygısı ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 780647).
- Saracaloğlu, A. S., Saygı, C., Yenice, N. ve Altın, M. (2016). Müzik ve sınıf öğretmeni adaylarının mükemmeliyetçilik ve duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38, 70-89. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/24653/260754>
- Sassaroli, S. ve Ruggiero, G. M. (2005). The role of stress in the association between low self-esteem, perfectionism, and worry, and eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 37(2), 135-141. doi: 10.1002/eat.20079
- Satıcı, B. (2018). *Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumu arasında duygusal zeka ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 531414).
- Sekmenli, T. (2000). *Lise 1. sınıf öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeyleri ile sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 98889).
- Spielberger, C. (1966). *Anxiety And Behavior*. New York: Academia Press,

- Stoeber, J., ve Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295-319. doi: 10.1207/s15327957pspr1004_2
- Strip, C., Swassing, R. ve Kidder, R. (1991). Female adolescents counseling female adolescents: A first step in emotional crisis intervention. *Roeper Review: A Journal on Gifted Education*, 13(3), 124–128. doi: [10.1080/02783199109553335](https://doi.org/10.1080/02783199109553335)
- Super, D. E. (1990). Work in a cross-national industrialized perspective. *Psyccritiques*, 35, 13-15. Erişim adresi: <https://access.portico.org/Portico/auView?auId=ark:%2F27927%2Fphzkwxzj>
- şama, H. (2020). *Ergenlerin kariyer kaygısını yordamada aile desteği ve umudun rolü* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 636799).
- şanlı Kula, K. ve Saraç, T. (2016). Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(33), 227-242. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/mkusbed/issue/19579/209022>
- şeker, G. (2021). Kariyer kararsızlığının yordayıcısı olarak iyi oluş ve kariyer kaygısı. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*, (51), 262-275. doi: 10.9779/pauefd.706983
- şekerli, B. (2016). *Ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin kariyer karar verme güçlükleri ile kariyer gelişimleri ve benlik saygıları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 450104).
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* (Çev. M. Baloğlu). Ankara: Nobel
- Taş, M. A. ve Tortumlu, M. (2021). Sabır eğiliminin kariyer kaygısı üzerindeki etkisinde kararlılığın aracılık rolü. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakóltesi Dergisi*, 14(1), 1-17. doi: 10.25287/ohuiibf.601744
- Tatlılıoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı düzeyleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 150-170. doi: 10.16992/ASOS.46
- Trujillo, R. (2011). *Self esteem and career decision making among Latina American female college students*. Alliant International University, Fresno

- Tsai, C. T., Hsu, H. ve Hsu, Y. C. (2017). Tourism and hospitality college students' career anxiety: Scale development and validation. *Journal of Hospitality & Tourism Education*, 29(4), 158-165. doi: 10.1080/10963758.2017.1382365
- Tükel, R. ve Alkın, T. (2006). *Anksiyete Bozuklukları*. (1. Baskı). Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları, Bilimsel Çalışma Birimleri Dizisi No:4
- Tümerdem, R. (2007). Dicle üniversitesi eğitim fakültesi ve fen-edebiyat fakültesi kimya son sınıf öğrencilerinin kaygılarını etkileyen etmenler. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(20), 32-45. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/esosder/issue/6134/82272>
- Türk Dil Kurumu (2005). *Türkçe Sözlük*. (10. Baskı). Ankara.
- Uyanık Balat, G. ve Akman, B. (2004). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(2), 175-184. Erişim adresi: <https://search.trdizin.gov.tr/tr/yayin/detay/3644/>
- Uzel, B., Dönmez, D. ve Otrar, M., (2018). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordama gücü. *Humanitas*, 6(12), 235-254. doi: 10.20304/humanitas.445913
- Uz-Baş, A. U. ve Siyez, D. M. (2010). Adaptation of the child and adolescent perfectionism scale to Turkish: The validity and reliability study. *Elementary Education Online*, 9(3), 898-909. Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/268371623_Adaptation_of_The_Child_and_Adolescent_Perfectionism_Scale_To_Turkish_The_Validity_and_Reliability_Study
- Varol, Ş. (1990). *Lise son sınıf öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen bazı etmenler* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 362036).
- Verner-Fillion, J. ve Gaudreau, P. (2010). From perfectionism to academic adjustment: The mediating role of achievement goals. *Personality and Individual Differences*, 49, 181-186. doi: 10.1016/j.paid.2010.03.029
- Vieth, A. Z. ve Trull, T. J. (1999). Family patterns of perfectionism: An examination of college students and their parents. *Journal of personality assessment*, 72(1), 49-67. doi: 10.1207/s15327752jpa7201_3

- Vignoli, E. (2015). Career indecision and career exploration among older French dolescents: The specific role of general trait anxiety and future school and career anxiety. *Journal of Vocational Behavior*, 182-191. doi: 10.1016/j.jvb.2015.06.005,
- Yavuzer, H. (2000). *Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazar Aslan, B. (2015). Genç işsizliğe yönelik alan araştırması: Üniversite öğrencileri arasında kaygı ve umutsuzluk. *Çalışma İlişkileri Dergisi*, 6(2), 71-86. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/cider/issue/29533/316986>
- Yerlikaya, İ. (2006). *Bilişsel-davranışçı yaklaşıma ve hobi terapiye dayalı “umut eğitimi programları”nın ilköğretim öğrencilerinin umutsuzluk düzeyine etkisi* (Doktora Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 205148).
- Yeşilyaprak, B. (2012). *Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığına Giriş. Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı Kuramdan Uygulamaya*. (ed. Binnur Yeşilyaprak). (3. bs.) Ankara: Pegem Akademi.
- Yıldırım Kurtuluş, H., Kurtuluş, E. ve Yaman, K. G. (2022). Ergenlerin benlik saygısı ile kariyer kaygısı arasındaki ilişki: Gelecek beklentisinin aracı rolü. *EKEV Akademi Dergisi*, 0(90), 283-302. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sosekev/issue/71356/1147042>
- You, S. ve Yoo, J. (2021). Relations among socially prescribed perfectionism, career stress, mental health, and mindfulness in korean college students. *International journal of environmental research and public health*, 18(22), 12248. doi: 10.3390/ijerph182212248
- Yörükoğlu, A. (2004). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar*. (12. Basım). İstanbul: Özgür Yayınları
- Yusupu, R. (2015). *Üniversite öğrencilerinde kariyer kararları ile mükemmeliyetçilik, öğrenme motivasyonu ve akademik başarı arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 395245).
- Yücel, E. Ş. (2019). *Lise öğrencilerinin kariyer karar verme güçlüklerinin otomatik düşünceler ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi (Tez No: 600712).

Zacher, H. (2014). Individual difference predictors of change in career adaptability overtime.
Journal Of Vocational Behaviour, 84, 188-198. doi: 10.1016/j.jvb.2014.01.001



EKLER

EK-1 Etik Kurul Onay Belgesi



T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurulu



Sayı : E-61923333-050.99-244770
Konu : 19/02 İbrahim Erdoğan YAYLA

11.05.2023

Sayın İbrahim Erdoğan YAYLA

İlgi : 18.04.2023 tarihli ve E--000-0 sayılı yazınız.

Üniversitemiz Eğitim Araştırmaları ve Yayın Etik Kurulu'nun 10.05.2023 tarihli ve 19 sayılı toplantısında alınan "02" nolu karar ile İbrahim Erdoğan YAYLA'nın başvurusu **uygun** görülmüş ve karar örneği ekte sunulmuştur.

Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Murat İSKENDER
Eğitim Araştırmaları ve Yayın Etik
Kurulu Başkanı

Ek: Karar Yazısı (1 Sayfa)

Windows
Windows'u e

KARAR

2. İbrahim Erdoğan YAYLA'nın “ Lise Öğrencilerinin Kariyer Kaygısı, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı çalışması görüşmeye açıldı.

Yapılan görüşmeler sonunda İbrahim Erdoğan YAYLA'nın “ Lise Öğrencilerinin Kariyer Kaygısı, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı çalışmasının Etik açıdan **uygun** olduğuna oy birliği ile karar verildi.

Windows'u F

SAÜ Evrak Tarih ve Sayısı: 22.05.2023-247320 Evrak Tarihi ve Sayısı:18.05.2023-E.76512793



T.C.
ÇORUM VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-43436584-605.01-76512793
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı İzin
(İbrahim Erdoğan YAYLA)Hk

18.05.2023

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : a) Sakarya Üniversitesi'nin 16.05.2023 tarihli ve E-67236739-044-245814 sayılı yazısı.
b) Müdürlüğümüzün 18.05.2023 tarihli ve E-43436584-605.01-76454413 sayılı yazısı.

Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü EABD Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Hizmetleri Bilim Dalı yüksek lisans programı Y207046011 numaralı öğrencisi İbrahim Erdoğan YAYLA'nın yüksek lisans tez araştırması kapsamında; "Lise Öğrencilerinin Kariyer Kaygısı, Mükemmeliyetçilik ve Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişki" konulu anket uygulaması yapmak istediğine dair izin talebi ilgi (a) yazıda bildirilmiştir.

Söz konusu çalışma ilgi (b) olur ile uygun görülmüş olup, çalışmanın yapılması uygun görülmüştür.

Yapılacak olan çalışma ile ilgili;

a) Bakanlığımız Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü tarafından yayımlanan 2020/2 Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine istinaden; Araştırmacı İbrahim Erdoğan YAYLA tarafından tamamlanan çalışmanın sonuç raporunun 30 gün içerisinde Hitit Üniversitesi tarafından Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Şube Müdürlüğüne gönderilmesinin sağlanması;

b) Çalışmanın ekte gönderilen ilgi olur ve diğer dokümanların içeriğine göre ilgili okul müdürlüklerince yapılmasının sağlanması hususunda;

Gereğini arz ve rica ederim.

Hüseyin KIR
İl Millî Eğitim Müdür V.

Window:
Windows'u i

EK-3 Kariyer Kaygısı Ölçeği

Kariyer Kaygısı Ölçeği

Bu ölçek, kariyer kaygısının belirlenmesi amacı ile hazırlanmıştır. Vereceğiniz yanıtlarda doğru veya yanlış cevap söz konusu değildir, önemli olan sizin görüşlerinizdir. Ölçek iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, kişisel bilgilere, ikinci bölümde ise kariyer kaygı durumuna ilişkin ifadeler yer verilmektedir. Her bir ifadeyi okuduktan sonra, buna ne derece katıldığınızı ya da katılmadığınızı liste üzerinde ayrılan yere işaretleyiniz. Her bir ifadeye ilişkin görüşünüzü belirtiniz. İşaretsiz ifade bırakmayınız.

Katılımınız için teşekkür ederiz.

BÖLÜM 2: KARİYER KAYGISI		Tamamen Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
Aşağıda kariyer kaygı durumunuza ilişkin ifadeler yer almaktadır. Lütfen bu ifadelere katılma derecenizi ilgili paranteze (x) işareti koyarak belirtiniz.						
1	Ailemin mesleki planlarımı anlamayacağı konusunda endişe duyuyorum.					
2	Ailemin meslek seçimiyle ilgili kararlarımı onaylamayacağı düşüncesi beni huzursuz ediyor.					
3						
4	Mesleki hayallerimle ilgili kendimi aileme yeterince anlatamamaktan kaygılanıyorum.					
5	Üniversitede eğitim almak istediğim alanı aileme söyleme fikri içimde sıkıntıya yol açıyor.					
6						
7	Mesleki geleceğimi düşündüğümde huzursuzlanıyorum.					
8	Mesleki ideallerime ulaşma sürecinde önüme çıkabilecek engelleri düşününce içim sıkılıyor.					
9	Seçeceğim meslekte hayal kırıklığına uğrama düşüncesi beni rahatsız ediyor.					
10	Mesleki hayallerime ulaşmada ders başarısı açısından kendimi yetersiz hissediyorum.					
11						
12	Seçeceğim meslekte mutlu olup olamayacağımı düşündüğümde kendimi gergin hissediyorum.					
13						
14	Gelecekte istediğim mesleği yapamayacağımdan kaygılanıyorum.					

ÇOCUK VE ERGEN MÜKEMMELİYETÇİLİK ÖLÇEĞİ

Sevgili öğrenci, aşağıda bazı cümleler yer almaktadır. Bu cümleleri okuyarak seni en iyi tanımlayan rakamı **yuvarlak içine al**. Doğru yanıtlar vermen, araştırmadan sağlıklı sonuçlar elde etmek için çok önemlidir. **LÜTFEN HİÇBİR SORUYU BOŞ BIRAKMA !**

		Yanlış			Doğru		
1	Yaptığım her şeyin mükemmel olmasına çalışırım.	1	2	3	4	5	
2		1	2	3	4	5	
3	Yaşamımda benden mükemmel olmamı isteyen bekleyen insanlar var.	1	2	3	4	5	
4	Her zaman sınavda en yüksek notu almaya çalışırım.	1	2	3	4	5	
5		1	2	3	4	5	
6	Ailem benden mükemmel olmamı bekler.	1	2	3	4	5	
7	İnsanlar benden yapabileceğimden daha fazlasını bekliyorlar.	1	2	3	4	5	
8		1	2	3	4	5	
9	Eğer her zaman yapabileceğim en iyisini yapmazsam, diğer insanlar başarısız olduğumu düşünür.	1	2	3	4	5	
10	Diğer insanlar daima mükemmel olmamı beklerler.	1	2	3	4	5	
11	Eğer ödevimde bir hata bile varsa moralim bozulur.	1	2	3	4	5	
12		1	2	3	4	5	
13	Yaptığım her şey mükemmel olmalı.	1	2	3	4	5	
14	Öğretmenler ödevimin mükemmel olmasını bekliyorlar.	1	2	3	4	5	
15*		1	2	3	4	5	
16	Her zaman diğerlerinden daha iyi olmam beklenir.	1	2	3	4	5	
17		1	2	3	4	5	
18	İnsanların benden çok şey istediklerini hissediyorum.	1	2	3	4	5	

♦ Kendine yönelik mükemmeliyetçilik

♦ Sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik

* Tersine çevrilen madde

EK-5 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

- 1)
 - a) Çok doğru
 - b) Doğru
 - c) Yanlış *
 - d) Çok yanlış *
- 2) Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
 - a) Çok doğru
 - b) Doğru
 - c) Yanlış *
 - d) Çok yanlış *
- 3) Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
 - a) Çok doğru *
 - b) Doğru *
 - c) Yanlış
 - d) Çok yanlış
- 4)
 - a) Çok doğru
 - b) Doğru
 - c) Yanlış *
 - d) Çok yanlış *
- 5) Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
 - a) Çok doğru *
 - b) Doğru *
 - c) Yanlış
 - d) Çok yanlış
- 6) Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
 - a) Çok doğru
 - b) Doğru
 - c) Yanlış *
 - d) Çok yanlış *
- 7)
 - a) Çok doğru
 - b) Doğru
 - c) Yanlış *
 - d) Çok yanlış *
- 8) Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
 - a) Çok doğru *
 - b) Doğru *
 - c) Yanlış
 - d) Çok yanlış
- 9)
 - a) Çok doğru *
 - b) Doğru *
 - c) Yanlış
 - d) Çok yanlış
- 10) Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.
 - a) Çok doğru *
 - b) Doğru *
 - c) Yanlış
 - d) Çok yanlış