

Ortaöğretim Öğrencilerinin Kariyer Kaygısının Yordayıcıları Olarak Mükemmeliyetçilik ve Meslek Seçimine İlişkin Akılcı Olmayan İnançlar

Thoughts on Perfectionism and Career Choice as Predictors of Secondary School Students' Career Anxiety

Alaattin Ciminli¹ 

¹ Dr, Erzincan 15 Temmuz Şehitleri Anadolu İmam Hatip Lisesi, Erzincan, Türkiye

Makale Bilgileri

Geliş Tarihi (Received Date)

18.08.2022

Kabul Tarihi (Accepted Date)

20.12.2022

Sorumlu Yazar

Alaattin Ciminli

Adres: Yunus Emre

Mah. Dede Korkut

Cad. No:21

Üzümlü/Erzincan

alaattinciminli24@gmail.com

Öz: Bu araştırmanın amacı ortaöğretim öğrencilerinin mükemmeliyetçilik algılarının ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlarının kariyer kaygısını yordama durumunu belirlemektir. Araştırmaya 2021-2022 eğitim-öğretim yılının bahar döneminde Erzincan ilinde öğrenim gören 279 (%54) kadın, 240 (%46) erkek olmak üzere toplam 519 öğrenci dahil edilmiştir. Araştırma korelasyonel modele göre tasarlanmıştır. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Kariyer Kaygısı Ölçeği, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Lise Öğrencileri İçin Meslek Seçimine İlişkin Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada ortaöğretim öğrencilerinin mükemmeliyetçilik algılarının ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlarının kariyer kaygısını yordamasını belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre mükemmeliyetçilik algıları, meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar ve kariyer kaygısı arasında ilişki bulunmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre mükemmeliyetçilik algıları ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar kariyer kaygısının %19'unu açıklamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kariyer Kaygısı, mükemmeliyetçilik, meslek seçimi, ortaöğretim

Abstract: The aim of this study is to reveal the predictive power of secondary school students' perceptions of perfectionism and career choice-related irrational thoughts on career anxiety. The study consisted of a total of 519 students, including 279 (54%) females and 240 (46%) males, from Erzincan province in the 2021-2022 academic year. The correlational survey model was used. Data collection tools included a Personal Information Form, the Frost Multidimensional Perfectionism Scale, the Career Anxiety Scale, and the Irrational Beliefs Relating to Career Choice Scale for High School Students. In the study, multiple linear regression analysis was used to determine the predictive power of secondary school students' perceptions of perfectionism and career choice-related irrational thoughts on career anxiety. According to the results of the study, there was a positive relationship between perceptions of perfectionism, career choice-related irrational thoughts, and career anxiety. Accordingly, learners' perceptions of perfectionism and career choice-related irrational thoughts explained 19% of career anxiety.

Keywords: Career Anxiety, perfectionism, career choice, secondary school

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. <https://doi.org/10.17556/erziefd.1163647>

Giriş

Günümüzde iş ve meslek alanları geçmişe nazaran daha karmaşık bir hal almakta ve uzmanlaşmaları gerekli kılmaktadır. Teknolojinin çalışma hayatına girmesiyle birlikte sürekli kendini yenileyen ve değişime açık bir nitelik kazanan iş yaşamı, bu sürece uyum sağlayabilen kişilere ihtiyaç duymaktadır. Gelişen ve değişen dünyada beklentileri karşılayabilecek nitelikte bireyler yetiştirmek ancak sağlıklı bir kariyer planlaması ile mümkün olabilmektedir. Yeşilyaprak'a (2012) göre kariyer; yaşam boyu devam eden, kişinin diğer yaşam alanlarını da etkileyen çalışma hayatında ilerleme, duraklama ve gerileme durumlarının söz konusu olduğu bir örüntüyü ifade etmektedir. Werther ve Davis'e (1989) göre ise kariyer, bireyin çalışma yaşamı sürecinde gerçekleştirmiş olduğu tüm aktivitelerdir. Kariyer, sadece meslek ile sınırlanamaz ve kişisel mutluluğun oluşmasında (Sharf, 2017) ve kişilik gelişiminde (Aytaç, 2005) oldukça önemli bir yere sahiptir. Ancak bu gelişim sürecini sağlıklı bir şekilde sürdüremeyen bireyler meslek seçimi karar aşamasında şaşkınlık yaşamakta ve seçimlerini tesadüflere bırakmaktadırlar (Kuzgun, 2011). Literatür incelendiğinde bireylerin kariyer gelişimi sürecinde sıklıkla yaşadıkları duyguların başında kaygının geldiği görülmektedir (Campagna ve Curtis, 2007; Hawkins vd., 1977; Peng, 2005; Vignoli, 2015; Vignoli vd., 2005).

Alinyazında bilim insanları kaygının farklı yanlarına vurgu yaparak çeşitli tanımlamalarda bulunmuşlardır. Kaygı, kişinin gerçekleşme ihtimali olan tehlikelerin

beklenmesinden kaynaklı bir duygu durumunu ifade etmektedir (Le Gall, 2016). Beck'e (1991) göre ise kaygı, kişinin tehdit unsuruna yönelik geliştirdiği düşüncelerden oluşmaktadır. Kaygı evrensel bir nitelik taşımaktadır ve her birey bu tür durumlarla karşılaşmaya adaydır (Beck, 1979). Kaygılı birey olumsuz bir durumun gerçekleşeceğini ve bu duruma kendisinin engel olamayacağını düşünmektedir (Anthony ve Swinson, 2000). Kaygı bireyin çevresini algılayış biçimi ile yakından ilişkilidir. Örneğin iki farklı kişiden biri bulunduğu ortamı güvenli olarak tanımlarken bir diğeri aynı ortamı güvenilmez ve tehlikeli bir ortam olarak tanımlayabilir (Cüceloğlu, 2006). Alanyazın incelendiğinde kariyer gelişimi sürecindeki kaygının genel kaygı ölçekleriyle belirlenmeye çalışıldığı (Campagna ve Curtis, 2007; Peng, 2005) kariyer kaygısına yönelik öznel çalışmaların sınırlı olduğu göze çarpmaktadır (Hawkins, vd., 1977; Vignoli, 2015). Kariyer kaygısı kişinin kariyer yaşamıyla ilgili kaygılarının bütünü olarak tanımlanmaktadır (Vignoli, 2015). Kariyer kaygısı yalnızca kariyeri belirlemeye yönelik seçimlerle sınırlı kalmamaktadır. İstihdam edilememe endişesi ve kariyer sürecinde yaşanan başarısızlıklar da kariyer kaygısının tetikleyicileri arasındadır (Daniels vd., 2011). Nitekim Yılmaz (2019) ülkemizde yaptığı çalışmada kariyer kaygısının oluşmasının en belirgin sebebinin atanamama ve iş sahibi olamama korkusu olduğunu tespit etmiştir. Kariyer gelişimi sürecinde bireyin yaşamış olduğu kaygı, kariyeri üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir (Çetin Gündüz ve Nalbantoğlu Yılmaz, 2016; Gallagher vd., 2020).

Vignoli'e (2015) göre kariyer kaygısı arttıkça kariyerde başarısız olma ihtimali de artmaktadır.

Kariyer gelişim sürecinin en önemli basamaklarından biri olan lise dönemi öğrencilerin kariyer kaygısını sıklıkla yaşadığı bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır (Nalbantoğlu-Yılmaz ve Çetin-Gündüz, 2018). Kaygı yaşayan öğrenciler ilk etapta olumlu davranışlar sergileme eğilimindedirler. Bu nedenle fark edilmeleri güçtür. Bu öğrencilerin mükemmel olma arzuları ve sorumluluk bilinçleri gelişmiştir (Güngör, 2009). Foxman'a (2004) göre kaygı yaşayan çocuklarda sıklıkla mükemmeliyetçi ebeveyn tutumları sergilenmektedir. Alanyazın incelendiğinde genel kaygı ve sınav kaygısı ile ilişkilendirilen kavramlardan birinin de mükemmeliyetçi tutumlar olduğu göze çarpmaktadır (Güngör, 2009; Hewitt vd., 2002; Taşdemir, 2003).

Alanyazında mükemmeliyetçiliğin farklı yanlarına vurgu yapılarak tanımlanmaya çalışıldığı görülmektedir. Mükemmeliyetçilik; Freud'a (1959) göre abartılmış süper egonun bir fonksiyonu, Adderholdt-Alliot'e (1987) göre öğrenilebilen bir güdü, Hollander'e (1965) göre ise bir onay alma girişimidir. Ellis'e (2002) göre mükemmeliyetçi kişilerin kendilerini değerli hissetmesi için hiç hata yapmamaları, yeterli ve yetenekli olmaları oldukça önemlidir. Bu tür mantıksız yaklaşımların yoğunluk kazanması bireyin yaşamına tahammül edilemez bir boyut kazandırmaktadır. Mükemmeliyetçi bireyler için başarılı olmak en arzu edilen duygudur (Asan, 2011). Mükemmeliyetçi bireylerin yaşamlarında hataya yer yoktur. Çünkü hatalı olmak başarısız olmak anlamına gelmektedir. Başarısız insanlar da çevreleri tarafından kabul edilmemektedir (Tuncer ve Voltan-Acar, 2006).

Hamachek (1978) normal ve nörotik mükemmeliyetçilik olmak üzere iki tür mükemmeliyetçiliğin olduğunu ifade etmektedir. Normal mükemmeliyetçilik kişinin belirlemiş olduğu amaçlara ulaştığında elde ettiği doyumunu ifade etmektedir. Nörotik mükemmeliyetçilik ise belirlenmiş amaçlara tam anlamıyla ulaşamamaktan elde edilen doyumunu tanımlamaktadır. Nörotik mükemmeliyetçiler yaptıkları işin hiçbir zaman iyi olduğunu düşünmezler ve odak noktaları her zaman hatalardır. Bu kişiler gerçekleştirdikleri görevlerde yaptıklarından ziyade yapamadıkları üzerinde dururlar. Çünkü eksik yaptıkları veya yapamadıkları görevlerden ötürü çevreleri tarafından sürekli eleştirileceklerini düşünürler. Bu tür düşünce yapılarının oluşumunun çocukluk yaşantıları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Frost vd., 1990). Çocukluğunda ebeveynleri tarafından sürekli eleştirilen, yapabileceğinden daha fazlası talep edilen ve onaylanmayan bireyler yetişkinlik döneminde de bir işi hiçbir zaman tam yapmadığını ve sürekli eleştirileceğini düşünmektedir (Güngör, 2009).

İnsanlar yaşamları boyunca birçok fırsatla karşılaşmaktadırlar. Ancak akılcı olmayan inançlara sahip kişiler kendilerine sunulan seçeneklerin oldukça kısıtlı olduğunu düşünür ve fırsatları görmezden gelebilirler. Buna karşın akılcı inançlara sahip kişiler var olan durumu daha nesnel değerlendirme eğilimindedirler. Akılcı inançlar; gerçeğe uygun, tutarlı ve işlevsel düşünce yapılarıdır. Bunun aksine akılcı olmayan inançlar ise gerçeklikten uzak, tutarsız ve kişinin hedeflerine ulaşmasında engelleyici bir niteliğe sahiptir. Akılcı olmayan inançlar girişilen işlerin sağlıklı bir

şekilde sonuçlanmasını engellemektedir. Bu tür düşünce yapılarında gerçekler aşırı genelleştirilir ve abartılabilir. Bu durum kariyer rehberliği bağlamında değerlendirildiğinde meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlara sahip kişiler, tercih edebilecekleri çok az mesleğin olduğunu düşünerek kendilerini çaresiz hissedebilirler. Akılcı olmayan düşünce yapıları "meli-malı" kalıpları ile doludur. "Ben bu görevi kesinlikle başarmıştım" gibi cümleler ilk etapta bireyi davranışa yönlendirmede motive edici gibi görüne de kişide yüksek düzeyde kaygı oluşturabilmektedir (Ağır, 2007). Bu kişiler mesleklerinin gerektirdiği görevleri yerine getirmede ciddi zorluklarla karşılaşmaktadırlar (Corbishley ve Yost, 1989). Akılcı olmayan inançlar, kişinin gerçeğe uygun kararlar almasının ve bu kararların sorumluluğunu üstlenmesinin önündeki en büyük engel olarak değerlendirilmektedir. Nitekim bu tür düşünce yapıları; öğrencilerin meslek seçimi sürecini zamana bırakmalarına, mesleki tercihlerde cinsiyetçi bir yaklaşım benimsemelerine ve daha az sorumluluk hissetmelerine neden olmaktadır (Betz, 1994). Etkili meslek seçimi kararı vermeyi zorlaştıran bu inançlar (Stead ve Watson, 1993) fark edilmediğinde kişi ilgi ve yeteneklerine uygun bir mesleğe yönelememekte (Lewis ve Gilhausen, 1981) ve kendilerine ulaşamaz hedefler koyarak hayal kırıklığı yaşamaktadırlar (Lent vd., 2000).

Bu çalışma kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçi tutumlar ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların birlikte incelendiği ilk çalışma olması açısından önemlidir. Ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan bu çalışma ile kariyer kaygısının sıklıkla yaşandığı (Nalbantoğlu Yılmaz ve Çetin Gündüz, 2018) lise döneminde öğrencilerin kariyer kaygılarının yordayıcılarını belirleyerek kaygıyı azaltmaya yönelik çalışmalara ışık tutma adına önemlidir. Bu çalışmanın amacı ortaöğretim öğrencilerinin mükemmeliyetçilik algılarının ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların kariyer kaygısını yordama gücünü ortaya koymaktır. Bu kapsamda aşağıdaki sorular cevaplanmaya çalışılmıştır.

1. Öğrencilerinin mükemmeliyetçilik algıları ile kariyer kaygısı arasında bir ilişki var mıdır?
2. Meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar ile kariyer kaygısı arasında bir ilişki var mıdır?
3. Öğrencilerinin mükemmeliyetçilik algıları ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançları kariyer kaygısını ne düzeyde yordamaktadır?

Yöntem

Bu kısımda; çalışmanın modeli, veri toplama araçları ve analiz teknikleri yer almaktadır.

Araştırmanın Modeli

Çalışma korelasyonel modele göre tasarlanmıştır. Bu model, ikiden fazla değişkenin birlikte değişiminin nasıl oluştuğunu tespit etmeyi hedefleyen araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2011).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu ortaöğretimde eğitim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Erzincan ilinde öğrenim gören 279 (%54) kadın, 240 (%46) erkek olmak üzere toplam 519 öğrenci

dahil edilmiştir. Araştırmada tabakalı örnekleme modeli kullanılmıştır.

Tablo 1. Ölçek takımının uygulandığı öğrencilerin okul türlerine göre dağılımı

Okul Adı	n	%
Fen Lisesi	38	7,0
Anadolu İmam Hatip Lisesi	137	26,9
Sosyal Bilimler Lisesi	133	25,7
Mesleki Teknik Anadolu Lisesi	108	20,8
Anadolu Lisesi	103	19,9
Toplam	519	100

Tablo 2. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine ilişkin istatistikler

Cinsiyet	n	%
Kadın	279	54
Erkek	240	46
Toplam	519	100

Tablo 3. Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf seviyelerine ilişkin istatistikler

Sınıf	n	%
9. Sınıf	140	27
10. Sınıf	155	30
11. Sınıf	110	21
12. Sınıf	114	22
Toplam	519	100

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada kullanılan kişisel bilgi formunda cinsiyet, okul türü, sınıf seviyesi gibi değişkenlere ilişkin maddeler yer almaktadır.

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ)

Frost vd.,'nin (1991) geliştirdiği Kağan (2011) tarafından Türkçe uyarlama çalışması yapılan Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği 6 alt boyuta sahip, 35 maddeden meydana gelen ve beşli likert tipi ölçektir. Dereceleme ölçeği "kesinlikle katılmıyorum =1" ve "tamamen katılıyorum =5" şeklinde oluşturulmuştur. Ölçekten en düşük 35, en yüksek 175 puan alınabilmektedir. Ölçeğin alt boyutları incelendiğinde hata yapma endişesi alt boyutu için ,85, aileden eleştiri için ,72, kişisel standartlar için ,79, düzen için ,94, ailesel beklentiler için ,84, yaptığından emin olamama için ,64 ve olarak belirlenmiştir. Ölçeğin toplam puanına ilişkin iç tutarlılık katsayısı ,90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında Sınırlılık Şemaları Ölçeği, Penn State Endişe Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri 53 (KSE-53) kullanılmıştır. Ölçme aracının Türkçe formu için elde edilen altı faktörün puanları, patolojik endişe düzeyleri ve rahatsızlık ciddiyeti endeksi arasında hesaplanan ölçüt bağıntı katsayıları orta düzeyde ve anlamlıdır. Bu sonuçlara göre FÇBMÖ güvenilir ve geçerli bir yapıya sahiptir. Yapılan bu çalışma için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ,83 olarak tespit edilmiştir.

Kariyer Kaygısı Ölçeği

Çetin-Gündüz ve Nalbantoğlu-Yılmaz'ın (2016) geliştirdiği Kariyer Kaygısı Ölçeği iki boyutlu 14 maddeden meydana gelen beşli likert tipi ölçektir. Dereceleme ölçeği "hiç katılmıyorum =1" ve "tamamen katılıyorum =5" şeklinde oluşturulmuştur. Ölçekten en düşük 14, en yüksek 70 puan alınabilmektedir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı aile etkisine yönelik kaygıları için ,74, meslek seçimine yönelik kaygıları için ,79 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin madde-toplam korelasyonu hesaplanmış ve anlamlı bulunmuştur ($p < .001$). Ölçeğin iyilik uyum indeksleri; ($\chi^2 /sd=2.518$, RMSEA=0.067, CFI=0.95, NFI=0.92, NNFI=0.94, SRMR=0.055, GFI=0.92 ve AGFI=0.90) olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre Kariyer Kaygısı Ölçeği güvenilir ve geçerli bir yapıya sahiptir. Yapılan bu çalışma için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ,85 olarak tespit edilmiştir.

Lise Öğrencileri İçin Meslek Seçimine İlişkin Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği (LÖMSİAOİÖ)

Yılmaz-Erdem ve Bilge (2008) tarafından geliştirilen LÖMSİAOİÖ 5 boyutlu 33 maddeden meydana gelen beşli likert tipi ölçektir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları mükemmeliyetçilik ,67, dışsal kontrol ,62, yanlış çıkarımlar ,60, genellemeler ,61, özsayı ,50 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin uyum indeksleri incelendiğinde (χ^2 : 2640.97; sd: 485; χ^2 : sd= 5.44; GFI: 0.95; AGFI: 0.94; CFI: 0.92; S-RMR: 0.05; RMSEA: 0.05) sonuçları ortaya çıkmıştır. KMO değeri ,897 bulunmuş ve Bartlett testi sonucu da (χ^2 : 16370.199; $p < 0.00$) anlamlı çıkmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği-Ergen Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Nowicki-Strickland Denetim Odağı Ölçeği kullanılmıştır. Sonuçta mükemmeliyetçilik ile akılcı olmayan inançlar (,259, $p < .01$); dışsal kontrol ile denetim odağı (,26, $p < .01$), benlik saygısı (,202, $p < .01$), akılcı olmayan inançlar (,325, $p < .01$); yanlış çıkarımlar ile denetim odağı (,25, $p < .01$), akılcı olmayan inançlar (,154, $p < .01$); genellemeler ile denetim odağı (,297, $p < .01$), akılcı olmayan inançlar (,203, $p < .01$); özsayı ile denetim odağı (,216, $p < .01$), benlik saygısı (,142, $p < .05$), akılcı olmayan inançlar (,276, $p < .01$) arasında olumlu ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin alt boyutlarına ilişkin cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları mükemmeliyetçilik için ,72, dışsal kontrol için ,68, yanlış çıkarımlar için ,75, genellemeler için ,81 ve özsayı için ,66 olarak bulunmuştur. Yapılan bu çalışma için ölçeğin geneline ait Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ,88 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre MSİAOİÖ güvenilir ve geçerli bir yapıya sahiptir.

Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama sürecine başlayabilmek için 05.11.2021 tarihli ve 2021-11/1.2 sayılı Trabzon Üniversitesi Etik Kurul Onayı ve 08.02.2022 tarihli ve E-45468433-605.01-42937202 sayılı Erzincan Millî Eğitim Müdürlüğünden uygulama izinleri alınmıştır. Araştırmaya ilişkin veriler 2021-2022 Eğitim Öğretim yılı içerisinde Erzincan İlinde bulunan ortaöğretime devam eden öğrencilere Kişisel Bilgi Formu, Kariyer Kaygısı Ölçeği, FÇBMÖ ve MSİAOİÖ çevrim içi uygulanarak elde edilmiştir.

Tablo 4. Tanımlayıcı istatistikler

Ölçekler	n	\bar{x}	Ss.	Min.	Max.	Çarpıklık	Basıklık
Kariyer Kaygısı	519	38,8	13,18	15,0	70,0	-,19	,12
Mükemmeliyetçilik	519	108,2	21,47	39,0	175,0	,02	,09
MSİAOİÖ	519	87,4	16,22	37,0	160,0	,27	,84

Verilerin Analizi

Araştırma sürecinde analizlerde SPSS 22.0 kullanılmıştır. Araştırmada Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ve Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Çalışmada anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir. Sayısal değerlere sahip birden çok değişkenden yararlanarak bir değişkeni tahmin etmeyi amaçlayan modelleme yaklaşımı “çoklu doğrusal regresyon” (multiple linear regression) olarak tanımlanmaktadır. Analizlerde bu yaklaşımın kullanılması için bazı varsayımların karşılanması gerekmektedir. Buna göre bağımlı ve bağımsız değişkenler içerisinde kategorik değişken bulunmamalıdır. Ayrıca elde edilen verilerin normal dağılıma sahip olması gerekmektedir (Alpar, 2010). Araştırmanın verilerinin normallik varsayımını belirlemek için çarpıklık- basıklık değerleri incelenmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Veri setinde yer alan uç değerler analiz dışında tutulmuştur. Bu çalışmada bağımlı değişken kariyer kaygısı, bağımsız değişkenler ise mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar olarak belirlenmiştir. Değişkenlere ilişkin veriler ölçeklerden elde edilen puanlara göre belirlenmiştir. Bu nedenle değişkenler içerisinde kategorik değişken bulunmamaktadır. Verilerin regresyon analizi için uygunluğu VIF ve CI değerine bakılarak belirlenmeye çalışılmıştır. Regresyon analizi yapılabilmesi için VIF değerinin 10'un altında olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2004). Bu çalışmada VIF değeri 1,27 olarak bulunmuştur. Bu sonuca göre VIF değerleri regresyon analizi için uygun olarak kabul edilmiştir. CI'nin ise 10'dan küçük olması çoklu doğrusal bağıntı olmadığı gösterirken, 10 ile 30 arasında ise orta derecede; 30'un üzerinde ise aşırı derecede çoklu doğrusal bağıntı söz konusudur (Paulson, 2007). Bu çalışmada CI değeri 12,23 olarak bulunmuştur. Bu sonuca göre CI değeri regresyon analizi için uygun olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde ortaöğretim öğrencilerine uygulanan Kariyer Kaygısı Ölçeği, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Meslek Seçimine İlişkin Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nden edinilen bulgular yer almaktadır. Araştırmanın değişkenlerine ait istatistik değerleri Tablo 4'te verilmektedir.

Tablo incelendiğinde öğrencilerin kariyer kaygısı puanlarının 15-70, mükemmeliyetçilik algısı puanlarının 39-175, meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlara ait puanlarının ise 37-160 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeklerin puan ortalamaları incelendiğinde kariyer kaygısının 38,8, mükemmeliyetçiliğin 108,2, meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların ise 87,4 olduğu tespit edilmiştir. Verilerdeki dağılımın normal olarak kabul edilebilmesi için -3 ile +3 değerleri arasında çarpıklık-basıklık değerlerinin olması gereklidir (Jondeau ve Rockinger, 2003). Tablo incelendiğinde dağılımın belirtilen aralıkta olduğu görülmektedir. Bu bağlamda araştırmada elde edilen değerler normallik şartını sağlamaktadır. Kariyer kaygısı,

mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlara ait korelasyon değerleri Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Değişkenler arası korelasyon değerleri

Değişkenler	1	2	3
Kariyer Kaygısı	1,00		
Mükemmeliyetçilik	,308*	1,00	
MSİAOİÖ	,414*	,466*	1,00

Tablo 5 incelendiğinde kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki ,308, kariyer kaygısı ile meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişki ise ,414, olarak bulunmuştur. Regresyon analizlerinde bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin yüksek olması aslında bu değişkenlerin aynı şeyi ölçtüğü sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu nedenle bağımsız değişkenler arasında ,80 ve üzeri bir ilişki görülmesi istenmeyen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Tablo incelendiğinde bağımsız değişkenler arasında böyle bir durumun oluşmadığı görülmektedir.

Tablo 6. Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları

Değişkenler	B	Sh	β	t	p
Kariyer Kaygısı					
Mükemmeliyetçilik	,09	,02	,147	3,28	,001
MSİAOİÖ	,28	,03	,346	7,72	,000

R = ,434 R² = ,189 F = 59,99 p < ,05

Araştırmada mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inanç değişkenlerinin kariyer kaygısını yordama gücünün belirlenmesi için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların kariyer kaygısının toplam varyansının % 19'unu (R = ,434, R² = ,189 F₍₂₋₅₁₆₎ = 59,99 p < ,01) açıklamaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre mükemmeliyetçilik algıları ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar kariyer kaygısının %19'unu yordamaktadır.

Tartışma

Araştırmada mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar ile kariyer kaygısı arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Buna göre ortaöğretim öğrencilerinin mükemmeliyetçi tutumları ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançları arttıkça kariyer kaygılarının da arttığı söylenebilir. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar mükemmeliyetçilik ile kaygı arasında pozitif ilişkinin bulunduğu alan yazın çalışmalarını destekler niteliktedir (Chang, 2001; Cox ve Chen, 2015; Eroğlu, 2018; Flett vd., 2004; Güngör, 2009; Hamarata, 2009; Karakaş, 2008; Mackinnon vd., 2014; Pirinççi, 2009).

Bireyde kaygının oluşumunun çocukluk yaşantıları ile başladığı bilinen bir gerçektir. Aşırı düzeyde kontrol edildiğini fark eden çocuklar belirlenen hedeflere ulaşmak

için yüksek düzeyde performans gösterme eğilimindedirler. Bu durum onlarda mükemmel davranmaları gerektiği düşüncesini oluşturmaktadır. Çünkü ebeveynleri tarafından mükemmeliyetçi şekilde yetiştirilmeye çalışılan çocuklar yaptıkları hataların affedilemez olduğunu düşünürler. Çocukluk döneminde gelişen bu düşünce yapıları onların ileriki yaşlarda kaygı yaşamalarına zemin hazırlamaktadır (Gwen ve Eva, 2005). Nitekim Affrunti ve Woodruff-Borden (2014) ebeveyn tutumları ile çocuklarda kaygı arasındaki ilişkiyi mükemmeliyetçi tutumların aracı rolü bağlamında ele almış ve mükemmeliyetçi tutuma sahip olan ebeveynlerin çocuklarında yüksek kaygı oluştuğunu belirlemiştir. Benzer bir çalışmada ebeveyn mükemmeliyetçiliği ve çocuk kaygısı arasındaki ilişki kullanılan sözcükler bağlamında değerlendirilmiş, mükemmeliyetçi ve öfke ifadelerinin çocuklarda kaygıyı arttırdığı sonucuna varılmıştır (Affrunti vd., 2015). Yapılan bu çalışmada Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin kullanılmasıyla ebeveynlerden kaynaklı mükemmeliyetçilik durumlarının da ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Alan yazın incelendiğinde kariyer kaygısına yönelik çalışmaların genellikle 11. ve 12. sınıf (Göncü-Akbaş, 2019; Göncü-Akbaş ve Okutan, 2020; Nalbantoğlu-Yılmaz ve Çetin-Gündüz, 2018) ve önlisans ve lisans öğrencilerine (Mutlu ve Esen, 2022; Özkan-Bardakçı, 2021; Tatlı vd., 2021) yönelik olduğu görülmektedir. Bu durumun meslek seçimi öncesinde öğrencilerde kariyer kaygısının artacağına ilişkin öngörüden kaynaklandığı düşünülmektedir. Buna karşın yapılan bu çalışmada ortaöğretim düzeyinin tüm kademeleri çalışmaya dâhil edilmiş ve 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin de kariyer kaygıları ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır.

Kariyer kaygısının oluşmasında bireyin kariyer kararını verip vermemesi büyük önem taşımaktadır. Yapılan araştırmalarda kariyer kararı veren öğrencilerin vermeyenlere göre daha az kariyer kaygısı yaşadığı görülmektedir (Nalbantoğlu-Yılmaz ve Çetin-Gündüz 2018). Bunun nedeninin henüz kariyer araştırması yapmamış bireylerin geleceğe yönelik daha fazla belirsizlik yaşaması ve bu durumun da kaygıya yol açması gösterilmektedir (Campagna ve Curtis, 2007). Ortaöğretim düzeyinde henüz alan ve dal seçimi yapmamış 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin kaygılarının yüksek çıkmasının nedeni yaşamış oldukları belirsizlikler olarak değerlendirilebilir. Çalışmaya her lise türünden en az bir okul dâhil edilmiştir. Bu yönüyle araştırma akademik başarısı yüksek öğrenciler kadar düşük akademik başarıya sahip öğrencilerin de katıldığı bir araştırma niteliği taşımaktadır. Ayrıca bu çalışmada kariyer kaygısının okul türüne göre farklılık göstermediğine ilişkin bulgular tüm lise türlerinde kariyer kaygısıyla karşılaşılabileceğini göstermektedir.

Bu çalışmadan elde edilen diğer bir sonuç ise meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların kariyer kaygısını arttırdığı yönündedir. Bu sonuç meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların kaygıyı arttırdığına ilişkin alan yazın bulgularını destekler niteliktedir (Boyacıoğlu ve Küçük, 2011; Güler ve Çakır, 2013; Lee, 2006). Meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar, otomatik düşünceler ve bilişsel çarpıtmalar ile benzer içeriğe sahiptir (Çivitci, 2009). Bu inançlar mantık dışı, tutarsız ve gerçeklikten uzak bir nitelik taşımaktadır (Ağır, 2007). Buna karşın akılcı inançlar mantıklı ve gerçeğe uygundur. Ortaöğretim düzeyinde eğitim

gören öğrencilerin yaşları itibarıyla akılcı olmayan inançlara sahip olmaları muhtemeldir. Nitekim ergenlik döneminin düşünce yapılarının gelişimi bağlamında çocukluktan yetişkinliğe evrildiği dönem olduğu bilinmektedir. Bu dönemde birey mantıklı düşünce yapılarına sahip olduğu kadar akılcı olmayan düşünce yapılarına da sahip olabilir. Bunun en belirgin örneği ergenlik döneminde hayali seyrenciler ve kişisel efsane düşünce yapılarının sıkça görülmesidir. Yapılan bu çalışmada öğrencilerin meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlara sahip olması ergenlik dönemiyle açıklanabilir. Buna ek olarak salgın sürecinde öğrencilerin hayatta karşılaşılması pek mümkün olmayan durumlara şahit olmaları ve dünyada ve ülkemizde yaşanan istihdam sorunları da meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların gelişmesinde etkili olabilmektedir. Bu bağlamda öğrenciler kariyer sürecinde seçeneksiz kaldıklarını ve önlerine yeni fırsatlar çıkmayacağını düşünebilmektedirler. Değişen ve gelişen dünyada belirli mesleklerin işsiz hale gelmesi, bazı meslek alanlarının ise tahmin edilenden öte önem kazanması öğrencilerin kariyer belirleme sürecinde kararsızlık yaşamalarına neden olmaktadır. Kariyer alanındaki bu hızlı değişim öğrencilerin önündeki birkaç yıla ilişkin öngörüde bulunmasını dahi zorlaştırmaktadır. Ortaöğretim öğrencilerinin geçirdiği bu tür olumsuz deneyimler meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar geliştirmesine zemin hazırlayabilmektedir. Nitekim "Yapmak istediğim meslekte iş bulamayacağım." "Belki de mezun olduğumda yapmak istediğim iş koluna ihtiyaç duyulmayacak." vb. düşünceler öğrenciler tarafından sıklıkla ifade edilmektedir. Buna ek olarak ailenin çocuğunu geleceğe hazırlama sürecinde mükemmeliyetçi tavırlar sergilemesi ve hataya müsamaha gösterme noktasında yaşanan yetersizlikler öğrencilerde "kesinlikle hata yapmamalıyım." "Toplum tarafından en değer verilen mesleği icra etmeliyim." vb. düşünceler kariyer kaygısını arttıran faktörler olabilmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Araştırmada mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar ile kariyer kaygısı arasında pozitif anlamda bir ilişki bulunmuştur. Buna göre ortaöğretim öğrencilerinin mükemmeliyetçi tutumları ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançları arttıkça kariyer kaygıları da artmaktadır. Ayrıca mükemmeliyetçilik algıları ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar kariyer kaygısının %19'unu yordamaktadır. Mükemmeliyetçi tutumların kaygı üzerinde etkili olması araştırmacıları mükemmeliyetçi tutumları azaltmaya yönelik müdahale programları geliştirmeye yöneltmiştir (Kağan, 2006; Mitchell vd., 2013; Uzun, 2018). Ancak bu tür programların nispeten küçük gruplar üzerinde gerçekleştirilmesi her öğrencide var olması muhtemel mükemmeliyetçi tutumların azaltılmasında geniş kitlelere ulaşılmasını güçleştirmektedir. Bu nedenle mükemmeliyetçilik ve kaygı olgusuna yönelik seminerler aracılığıyla farkındalık kazandırılması önemli görülmektedir.

Sağlıklı kariyer gelişim süreci geçiren bireylerin kariyer kaygısını en az seviyede hissedeceği düşünülmektedir. Bu nedenle eğitim sürecinin başından itibaren kariyer gelişim etkinliklerinin okullarda uygulanması ve öğrencilerin tercih edecekleri lise türünün kariyerini nasıl şekillendireceğine yönelik bilgilendirici faaliyetler gerçekleştirilebilir. Bu çalışma ortaöğretim düzeyinde eğitim gören öğrenciler

üzerinde gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin kariyer sürecinin daha erken başladığı bilinen bir durumdur. Bu nedenle ortaokul düzeyinde de kariyer kaygılarının belirlenmesine yönelik araştırmalar gerçekleştirilebilir. Araştırmada kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişki ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır. Yapılacak olan benzer çalışmalarda kariyer kaygısı ile benlik saygısı ve umut gibi farklı değişkenler çalışılabilir. Yapılan bu araştırmada kariyer kaygısının yordayıcısı olarak ele alınan mükemmeliyetçilik boyutuna ilişkin alt boyutlarının hata yapma endişesi, aileden eleştiri, kişisel standartlar, düzen, ailesel beklentiler ve yaptığından emin olamama olduğu görülmektedir. Meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar boyutunda ise mükemmeliyetçilik, dışsal kontrol, yanlış çıkarımlar, genellemeler ve özsaygı alt boyutları bulunmaktadır. Elde edilen sonuçlar ışığında mükemmeliyetçiliğin ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançların kariyer kaygısını yordadığı sonucuna varılmıştır. Gelecekte yapılan çalışmalarda kariyer kaygısı ile mükemmeliyetçilik ve meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişki ve yordayıcılık farklı ölçekler kullanılarak farklı alt boyutlar bağlamında ele alınabilir.

Yapılan bu çalışmada çeşitli sınırlılıklar bulunmaktadır. Öncelikli olarak çalışma Erzincan ilinde gerçekleştirilmiş diğer iller örnekleme dahil edilememiştir. Buna ek olarak uygulama google formlar aracılığı ile gerçekleştirilmiş, öğrencilerle etkileşim kurma imkânı bulunamamış ve elde edilen nicel veriler nitel verilerle desteklenememiştir. Uygulamanın yapıldığı dönemin hemen öncesinde bazı okulların kariyer rehberliği alanında çalışmalar yapmış olması da sonuçlar üzerinde kısmi etki oluşturacağından bir sınırlılık olarak görülmektedir.

Yazar Katkı Oranı

Yazar çalışmada başka bir yazarın katkısı olmadığını ve çalışmanın son halini okuduğunu ve onayladığını beyan etmektedir.

Etik Kurul Beyanı

Bu çalışma Trabzon Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan (Protokol No. 42808895) 07.02.2022 tarihli 2022/02 toplantısında alınan onay kararı ile yürütülmüştür.

Çatışma Beyanı

Yazar çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmektedir.

Kaynaklar

- Adderhold-Alliot, M. (1987). *Perfectionism: What's Bad About Being too Good?* Minneapolis: Free Spirit Publishing.
- Affrunti, N. W., ve Woodruff-Borden, J. (2014). Parental Perfectionism and Overcontrol: Examining Mechanisms in the Development of Child Anxiety. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(3), 517-529. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9914-5>.
- Affrunti, N. W., Geronimi, E. M. C., ve Woodruff-Borden, J. (2015). Language of perfectionistic parents predicting child anxiety diagnostic status. *Journal of Anxiety*

- Disorders*, 30, 94-102. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.01.001>.
- Ağır, M. (2007). *Üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış doktora tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alisınanoğlu, F. ve Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28 (128), 65-71.
- Alpar R. (2010). *Basit doğrusal regresyon çözümlemesi. spor, sağlık ve eğitim bilimlerinden örneklerle uygulamalı istatistik ve geçerlik güvenirlik*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Antony, M. ve Swinson, R. P. (2000). *Mükemmeliyetçilik dost sandığımız düşman* (A. Açıkgoz, Çev.). İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Asan, H. (2011). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Aytaç, S. (2005). *Çalışma yaşamında kariyer yönetimi planlaması gelişimi ve sorunları* (2. Bs.). Bursa: Ezgi Kitapevi.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: A Meridian Book.
- Beck, A. T. (1991). Cognitive therapy: a 30 year retrospective. *American Psychologist*, 46(4), 368-375. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.46.4.368>.
- Betz, N. E. (1994). Basic issues and concepts in career counseling for women. In W. B. Walsh ve S. H. Osipow (Eds), *Career counseling for women*. New Jersey: Erlbaum, 1-41.
- Boyacıoğlu N. ve Küçük L. (2011). Irrational beliefs and test anxiety in Turkish school adolescents. *Journal of School Nursing*, 27(6), 447-454. <https://doi.org/10.1177/1059840511417631>.
- Campagna, C., 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. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 17(1), 91-96. <https://doi.org/10.1375/ajgc.17.1.91>.
- Chang, E. C. (2001). Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: examining a mediation model in younger and older adults, *Journal of Counseling Psychology*, 47, 18-26. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.1.18>.
- Corbishley, M. A. ve Yost, E. B. (1989). Assessment and treatment of dysfunctional cognitions in career counseling. *Career Planning and Adult Development Journal*, 5, 20-26.
- Cox, S. L. ve Chen, J. (2015). Perfectionism: A contributor to social anxiety and its cognitive processes. *Australian Journal of Psychology* 67(4), 231-240. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12079>.
- Cüceloğlu, D. (2006). *İnsan ve davranışı* (15 bs.). İstanbul: Remzi Kitapevi.
- 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. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.282397>.
- Çivıtcı, A. (2009). İlk ergenlikte mantık dışı inançlar ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiler. *Eurasian Journal of Educational Research*, 37, 91-109.
- 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. *Soc Psychol Educ.*, 14, 409–426. <https://doi.org/10.1007/s11218-010-9151-x>.
- Ellis, A. (2002). The Role of Irrational Beliefs in Perfectionism. G. Flett ve P. L. Hewitt (Ed.). *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* içinde. Washington: American Psychological Association.
- Eroğlu, K. (2018). *Ortaokul 7. Ve 8. Sınıf öğrencilerinin sosyal kaygıları ile benlik saygısı, anne-baba tutumları, mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişki*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Flett, G. L., Greene, A. ve Hewitt, P. L. (2004). Dimensions of perfectionism and anxiety sensitivity. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 22(1), 39-57. <https://doi.org/10.1023/B:JORE.0000011576.18538.8e>.
- Foxman, P. (2004). *The worried child: recognizing anxiety in children and helping them heal*. Alameda, CA: Hunter House.
- Freud, S. (1959). *Inhibitions, Symptoms and Anxiety. The Standart Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*. London: Hogarth.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., ve Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>.
- Gallagher, Mathew W., Laura J. Long, Angela Richardson, Johann D'Souza, James F. Boswell, Todd J. Farchione, David H. ve Barlow, D. (2020). Science direct examining hope as a transdiagnostic mechanism of change across anxiety 58 disorders and cbt treatment protocols. *Behavior Therapy*, 51(1), 190–202. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2019.06.001>.
- Göncü Akbaş, M. ve Okutan, E. (2020). Lise öğrencilerinin kariyer kaygısına yönelik alan araştırması: Antalya ili örneği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8 (20), 158-187. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/genclikarastirmalari/issue/55138/644186>.
- Göncü-Akbaş, M. (2019). *Lise öğrencilerinin kariyer kaygısı üzerine bir araştırma*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Güler, D. ve Çakır, G. (2013). Examining predictors of test anxiety levels among 12th grade high school students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4 (39), 82-94. http://www.trdizin.gov.tr/publication/paper/detail/TVRZ_M01UZ3INZz09
- Güngör, H. (2009). *Ebeveyn ve öğretmen mükemmeliyetçiliğinin 5-6 yaş okul öncesi dönem çocuklarının algılanan kaygı düzeyini öngörmedeki rolü*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Gwen, A. K. B. ve Pomerantz, E. M. (2005). The role of mothers' use of control in children's perfectionism: implications for the development of children's depressive symptoms, *Journal of Personality*, 73(1), 23-46. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00303.x>.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology (Savannah, Ga)*, 15(1), 27-33.
- Hamarta, E. (2009). Ergenlerin sosyal kaygılarının kişilerarası problem çözme ve mükemmeliyetçilik açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 730-741. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ilkonline/issue/8597/106992>.
- Hawkins, J.G., Bradley, R.W., ve White, G.W. (1977). Anxiety and the process of deciding about a major and a vocation. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 398-403. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.24.5.398>.
- Hewitt, P. L., Caelian, C. F., Flett, G. L., Sherry, S. B., Collins, L., ve Flynn, C. A. (2002). Perfectionism in children: Associations with depression, anxiety, and anger. *Personality and Individual Differences*, 32(6), 1049-1061. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00109-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00109-X).
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5).
- Kağan, M. (2006). *Bilişsel davranışçı terapiye dayalı mükemmeliyetçilik eğitiminin sporcuların mükemmeliyetçilik, başarı güdüsü ve başarısızlık korkusuna etkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kağan, M. (2011). Frost çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği'nin türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(3), 192-197.
- Karakaş, Y. (2008). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi*. (17.bs.). Ankara: Nobel.
- Kuzgun, Y. (2011). *Rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Nobel.
- Le Gall, A. (2016). *Anksiyete ve kaygı* (İ. Yerguz, Çev.), Ankara: Dost Kitapevi Yayınları.
- Lee, D. (2006). Maladaptive cognitive schemas as mediators between perfectionism and psychological distress. Unpublished doctoral dissertation. The Florida State University, ABD.
- Lent, R. W., Hackett, G. ve Brown, S. D. (2000). Contextual supports and barriers to career choice: A social cognitive analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 36-49. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.1.36>.
- Lewis, R. A. ve Gilhausen, M. R. (1981). Myths of career development: A cognitive approach to career counseling. *Personnel and Guidance Journal*, 59, 296-299. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1981.tb00553.x>.
- Mackinnon, S. P., Battista, S. R., Sherry, S. B., ve Stewart, S. H. (2014). Perfectionistic self-presentation predicts social anxiety using daily diary methods. *Personality and*

- Individual Differences*, 56, 143-148. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.08.038>.
- Mitchell, J. H., Newall, C., Broeren, S., ve Hudson, J. L. (2013). The role of perfectionism in cognitive behaviour therapy outcomes for clinically anxious children. *Behaviour Research and Therapy*, 51(9), 547-554. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.05.015>.
- Mutlu, Ç. ve Esen, D. (2022). Turizm eğitimi alan öğrencilerin kariyer kaygıları: Projektif tekniklerle bir analiz. *International Journal of Contemporary Tourism Research*, 6 (1), 1-19. <https://doi.org/10.30625/ijctr.1123672>.
- Nalbantoğlu-Yılmaz, F., ve Çetin-Gündüz H. (2018). Lise öğrencilerinin kariyer kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 1585-1602. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2018.18.39790-471164>.
- Özkan Bardakçı, M. (2021). Kariyer kaygısının aile kurumuna ve evlilik kararına etkisi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 18 (42), 5610-5630. <https://doi.org/10.26466/opus.920663>.
- Paulson, D. S. (2007). *Handbook of regression and modeling*. Florida: Chapman ve Hall/CRC.
- 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. <https://doi.org/10.1007/s10775-005-3603-4>.
- Pirinççi, L. N. (2009). *Lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sharf, R. S. (2017). *Kariyer gelişim kuramlarının kariyer danışmasına uygulanması* (3 bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Stead, G. B. ve Watson, M. B. (1993). The Career Myths Scale: Its validity and applicability. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 16, 89-97.
- Taşdemir, Ö. (2003). *Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik, sınav kaygısı, benlik saygısı, kontrol odağı, öz-yeterlilik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Tatlı, H. S., Kazan, H. ve Öngel, V. (2021). Kariyer planlama; ülkenin ekonomik itibarı ve kariyer kaygısı açısından bir inceleme. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 22 (1), 167-185. <https://doi.org/10.31671/dogus.2021.468>.
- Tuncer, B. ve Voltan-Acar, N. (2006). Kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin incelenmesi. *Kriz Dergisi*, 14(2), 1-15. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000247.
- Uzun, M. (2018). *Mükemmeliyetçilik psikoeğitim programının annelerin mükemmeliyetçilik ve çocukların kaygı düzeylerine etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.06.005>.
- Vignoli, E., Croity-Belz, S., Chapeland, V., Fillipis, A. ve Garcia, M. (2005). Career exploration in adolescents: the role of anxiety, attachment, and parenting style. *Journal of Vocational Behavior*, (67) 2, 153-168. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2004.08.006>.
- Werther, W. B., ve Davis, K. (1989). *Human resources and personnel management* (3 bs.). Caledonia: Waldman Graphics.
- Yeşilyaprak, B. (2012). *Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığına giriş* (3 bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Yılmaz, A. (2019). Öğretmen adaylarının kariyer streslerinin karma araştırma yaklaşımı ile incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 93-105. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tsbd/issue/44025/543152>.
- Yılmaz, A. E., ve Bilge, F. (2008). Lise öğrencileri için meslek seçimine ilişkin akılcı olmayan inançlar ölçeği'nin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 95- 114.

Extended Summary

Introduction

Today, business and professional fields have become more complex than in the past and require specialization. With the introduction of technology into working life, business life, which constantly renews itself and has become open to change, needs people who can adapt to this process. Educating individuals who can keep up with the expectations in the developing and changing world is only possible with healthy career planning. The high school period, which is one of the most important stages of the career development process, emerges as a period when students often experience career anxiety (Nalbantoğlu Yılmaz & Çetin Gündüz, 2018). Students experiencing anxiety tend to exhibit positive behaviors at first. Therefore, they are difficult to detect. These students have a developed desire to be perfect and a sense of responsibility (Güngör, 2009). According to Foxman (2004), children with anxiety often exhibit perfectionist parental attitudes. According to the literature, one of the concepts associated with general anxiety and test anxiety is perfectionist attitudes (Güngör, 2009; Hewitt, et al., 2002; Taşdemir, 2003). The aim of this study is to reveal the predictive power of secondary school students' perceptions of perfectionism and career choice-related irrational thoughts on career anxiety.

In the literature in the field, scientists have made various definitions by emphasizing different aspects of anxiety. Worry refers to a state of feeling caused by the expectation of dangers that are likely to occur in the person (Le Gall, 2016). According to Beck (1991), anxiety consists of thoughts that the person develops towards the threatening element. Anxiety is of a universal nature and every individual is a candidate to encounter such situations (Beck, 1979). The anxious individual thinks that a negative situation will occur and that he cannot prevent this situation himself (Anthony & Swinson, 2000). Anxiety is closely related to the way an individual perceives his environment. For example, one of the two different people may define the environment as safe, while another may define the same environment as an unreliable and dangerous environment (Cüceloğlu, 2006). When the literature is examined, it is tried to determine the anxiety in the career development process with general anxiety scales (Campagna & Curtis, 2007; Peng, 2005) is noted to be limited in subjective studies of career anxiety (Hawkins, et al., 1977; Vignoli, 2015). Career anxiety is defined as the whole of a person's anxiety about career life (Vignoli, 2015). Career anxiety is not limited to choices to determine a career. Anxiety about not being able to be employed and failures in the career process are also among the triggers of career anxiety (Daniels et al., 2011). As a matter of fact, Yılmaz (2019) has determined in his study in our country that the most obvious reason for the formation of career anxiety is the fear of not being appointed and not being able to have a job. The anxiety experienced by the individual during the career development process has a negative effect on his / her career (Çetin Gündüz & Nalbantoğlu Yılmaz, 2016; Gallagher et al., 2020). According to Vignoli (2015), as career anxiety increases, so does the likelihood of career failure.

Methods

The correlational survey model was used in the study. This model is a research approach that aims to identify how the covariance of more than two variables occurs (Karasar, 2011). The study group consisted of 9th, 10th, 11th, and 12th-grade students. A total of 519 students, including 279 (54%) females and 240 (46%) males, studying in Erzincan province in the 2021-2022 academic year participated in the research. The skewness and kurtosis values were examined to test the normality of the study data, and it was determined that the data showed a normal distribution. SPSS 22.0 software package was used in the analysis of data during the research process. Outliers in the data set were excluded from the analysis. Multiple linear regression analysis and correlation analysis were used in the study. The significance level was accepted as .05 in the study.

Findings, Discussion, and Results

In the study, a significant positive relationship was found between perfectionism and career choice-related irrational beliefs and career anxiety. Accordingly, as secondary school students' perfectionist attitudes and negative thoughts about choosing a profession increased, their career anxiety increased, as well. The results obtained from this study showed similarities with findings in the literature. Flett et al. (2004) examined the relationship between perfectionism and anxiety sensitivity and determined that perfectionism was associated with anxiety sensitivity. Mackinnon et al. (2014), on the other hand, examined the relationship between social anxiety and perfectionist attitudes and found that perfectionist attitudes were an important predictor of social anxiety. The effect of perfectionist attitudes on anxiety and life satisfaction led researchers to develop intervention programs to reduce perfectionist attitudes. As a matter of fact, Kağan (2006) conducted research to determine the effect of a perfectionism psychoeducation program on the perfectionism levels of athletes and determined that athletes' perfectionism scores and fear of failure decreased significantly at the end of the program compared to the control group. In light of the results obtained from this study, student-parent seminars can be organized at schools and students can be supported to develop more rational thoughts about their career choices. This study was conducted on secondary school students. In future studies, the career anxiety of higher education students can be studied.

Author Contributions

The author declares that no other author has contributed to the study and that he has read and approved the final version of the study.

Ethical Declaration

The purposes and procedure of the current study were granted approval from the Educational Sciences Scientific Research and Publication Ethics Committee of the Trabzon University (Ethics Committee's Decision Date: 07.02.2022, Ethics Committee Approval Issue Numbers: 42808895).

Conflict of Interest

The author declares that there is no conflict of interest with any institution or person within the scope of the study.