

## Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Sıkıntılarının Belirlenmesi Üzerine Nitel Bir Araştırma <sup>1 2</sup>

Oylum ÖZGÜL<sup>3</sup>

**Başvuru Tarihi:** 04.11.2022

**Kabul Tarihi:** 31.08.2023

**Makale Türü:** Araştırma Makalesi

### Öz

Bu araştırmanın amacı üniversite 3. ve 4. sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları kariyer sıkıntılarına yönelik deneyimlerini incelemektir. Çalışma nitel araştırma desenlerinden fenomenolojik desende tasarlanmıştır. Araştırma verileri yapılandırılmış görüşme formu aracılığı ile toplanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu üniversite 3. ve 4. sınıfta ve çeşitli bölümlerde öğrenim gören (19 kadın, 18 erkek) 37 öğrenciden oluşmuştur. Çalışmanın verileri odak grup görüşmesi yapılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin kariyer sıkıntıları 3 tema altında toplanmıştır. Bu temalar, sektörel/meslekietmenler, gelecek kaygısı ve kariyerde engelleri keşfetme olarak belirlenmiştir. Bu çalışmanın üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimi ile ilgili çalışmalara ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Kariyer Sıkıntısı, Kariyer Stresi, Üniversite Öğrencileri, Tematik Analiz

**Atıf:** Özgül, O. (2023). Üniversite öğrencilerinin kariyer sıkıntılarının belirlenmesi üzerine nitel bir araştırma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(3), 1049-1070.

<sup>1</sup> Bu çalışma kapsamında Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan 12 Ağustos 2022 tarihinde 35853172-399-00002334473 nolu belge numarası ile etik kurul izni alınmıştır.

<sup>2</sup> Bu çalışma yazarın Doç. Dr. Nurten Karacan Özdemir danışmanlığında yürütülen 'Kabul ve Kararlılık Terapisine Dayalı Kariyer Programının Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Kararlılığı ve Sıkıntısı Düzeylerine Etkisi' başlıklı doktora tezinin bir bölümünün özeti niteliğinde olup danışman hocası yazarlık haklarından feragat etmiştir.

<sup>3</sup> Milli Eğitim Bakanlığı, oylumozgul@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4857-9974

# Determining University Students' Career Distress: A Qualitative Study

Oylum ÖZGÜL<sup>4</sup>

Submitted by: 04.11.2022

Accepted by: 31.08.2023

Article Type: Research Article

## Abstract

*The purpose of this study is to examine the experiences of university juniors and seniors on the career distress they experience in their career development. The study design is the phenomenological design, one of the qualitative research designs. The study data were collected using a structured interview form. The study group was made up of 37 university juniors and seniors (19 females, 18 males) majoring in various fields. The data of the study were collected by means of focus group interviews. The thematic analysis method was utilized in data analysis. University students' career distress was grouped under three themes, namely sectoral/professional factors, future anxiety and discovering carrier barriers. It is presumed that this study will contribute to the career development of university students and the literature.*

**Keywords:** Career Distress, Career Stress, University Students, Thematic Analysis

<sup>4</sup>The Ministry of National Education, [oylumozgul@gmail.com](mailto:oylumozgul@gmail.com), ORCID: 0000-0003-4857-9974

## Giriş

Kariyer kavramı, Super (1980) tarafından bireyin yaşamı süresince yer aldığı rollerin toplamı ve bu rollerin sıralaması olarak tanımlanmaktadır. Diğer taraftan kariyer, bireyin toplumdaki konumunun, elde ettiği gelirin, zenginlik ve hayat şeklinin kuvvetli bir göstergesidir (Johnson ve Mortimer, 2002). Hall (2002) ise kariyeri gelişimsel açıdan, bireyin hayatı boyunca çeşitli zamanlarda, farklı görevleri içeren ve gelişime paralel olarak giderek artan sorumlulukları açıklayan; ortaya çıkarma, inşa etme, devam ettirme ve eylemlerde durağanlık şeklinde tanımlamaktadır. Bununla birlikte kariyer gelişiminin; kişinin eğitim hayatından çalışma hayatına intikalini, iki iş arasındaki değişikliği ve etrafıyla ahengini de içine aldığı belirtilmektedir (Savickas, 1997).

Belirli bir kariyer yolunu seçmek ve bu yol için gerekli olan ilgili eğitim ve öğretimi seçmek, ergenlikten yetişkinliğe geçişle ilgili önemli kariyer gelişim görevleridir (Super vd., 1996). Toparlayıcı bir tanım sunan Herr ve diğerleri ise (2004) kariyer gelişimini; kariyer örüntüsünü oluşturma, kariyere karar verme, kariyer ile ilgili yaşam rollerini bütünleştirme, ilgi, yetenek, değer gibi bireysel farklılıkları ortaya çıkarma gibi süreçleri kapsayan yaşam boyu devam eden bir süreç olarak tanımlamaktadır. Diğer taraftan kariyer hedeflerinde planlamalar yapmak ve bunlardan taviz vermek, kariyer gelişiminin vazgeçilmez bir parçası olarak devam etmektedir (Gottfredson, 1981).

Bununla birlikte kariyer gelişimindeki en dikkate değer zorluk, tutarlı bir bütün oluşturmak için birçok parçayı bir araya getirmektir. Bireylerin mevcut bilgileri biraraya getirebilmeleri ve iş yaşamlarının nasıl olacağına dair orijinal bilgiler ortaya çıkarabilmeleri gerekmektedir (Lent, 2004; Brown ve Lent, 2013).

Kariyer sıkıntısı, kariyer alanına özgü sıkıntıdır. Çeşitli kariyer alanlarındaki yapılar arasında örtüşme olsa da, diğer belirli alanlara (örneğin iş, aile) ve genel veya küresel sıkıntıya ilişkin sıkıntılardan ayırt edilebilir (Magee ve St Arnaud, 2012). Diğer taraftan kariyer sıkıntısı çaresizlik, depresyon, stres, amaçsızlık, kaygı, suçlama ve umutsuzluk gibi bir dizi olumsuz duyguyu içerir ve psikolojik açıdan çok zayıflatıcı olabilir (Creed vd., 2016; Larson vd., 1994). Kariyer alanında önemli bir kavram olan kariyer sıkıntısı, bireylerin kariyer kararları vermede, kariyer düşüncelerinden kaçınmada veya hedef belirlemede yaşadıkları zorluk olarak tanımlanmaktadır (Creed ve Gagliardi, 2015). Aynı zamanda kariyer sıkıntısı, kariyer kararsızlığı, kariyere taviz verme ve kariyer engellerini keşfetme şeklinde ortaya çıkan yıkıcı kariyer yaşantısının ortak ve zarar verici bir sonucudur (Creed vd., 2016). Kuramsal bir bakış açısıyla incelendiğinde kariyer sıkıntısı, normatif olarak, kariyer gelişim görevlerinin müzakere edilmesinde bir başarısızlık olduğunda ortaya çıkar (Erikson, 1968; Havighurst, 1972; Kerpelman vd., 1997). Çalışmalar, kariyer sıkıntısını zayıf kariyer kimlikleriyle ilişkilendirmiştir. Başarısız kariyer girişimleri ve buna bağlı olarak kariyer kimliğinin kaybı da çalışanlarda artan kariyer sıkıntısı ile ilişkilendirilmiştir (Burke, 1991; Holroyd ve Lazarus, 1982).

Kariyer sıkıntısı genç yetişkinler arasında oldukça yaygındır (Schwatken, 2014). Öğrenciler üniversite yaşamları süresince çoğunlukla ekonomik kaygılar, akademik konular, sosyal ilişkiler, kariyer sorunları, iş yaşamına ilişkin pek çok strese sebebiyet veren durum ile biraraya gelmektedir. Diğer taraftan birçok görevle karşılaştıkları için streslidirler ve büyük bir bölümü de kariyerlerinde problem yaşamaktadırlar (Fouad vd, 2006). Saunders ve diğerlerine (2000) göre olumsuz duyguları yüksek düzeyde olan üniversite öğrencileri kendini etkili bir şekilde değerlendirme, iş alanları ile ilgili bilgi toplama ve kariyerlerinde alternatifler elde etme şeklinde kariyer kararı verme aşamasında gerçekleştirilmesi beklenen görevlerde problem yaşamaktadır. Kariyer planlama sürecinde öğrencilerin yaşadıkları en belirgin problemler, karar verme sırasında kendilerini yeterli görmemeleri, bireysel özelliklerini, yeteneklerinin farkında olmamaları ve hayatlarındaki hedeflerini belirleme aşamasında problemlerle karşılaşmalarıdır (Rottinghaus vd., 2009). Gençler kariyer planı yaptıkları bu aşamada yaşadıkları sıkıntılar sonucunda yetkin hâle gelememekte, yeni hedefler belirleyememekte ve daha olumlu beklentiler geliştirememektedirler. Bununla birlikte bireyler kariyer gelişimleri aşamasında bireysel

özellikleri, toplumsal değerleri ve kariyer tercihleri sebebiyle birçok problemle karşı karşıya kalırlar (Vondracek, 1998). Bu problemlerle karşılaşırken bir taraftan da devamlı stresli ve zorlayıcı etmenle baş etmeye ve karşı karşıya kaldıkları değişimlere uyum sağlamaya çalışırlar (Gati vd., 1996). Üniversite öğrencilerinin birçoğu kariyer planlamasından dolayı çeşitli problemlerle uğraşmakta ve bu problemlerin sonucu olarak da büyük oranda psikolojik sıkıntı (kaygı, depresyon) yaşamaktadır (Fouad vd., 2006).

Araştırmacılar, kariyer gelişimi ve kariyer danışmanlığı sürecinde sıkıntı ve kaygı gibi kişisel psikolojik değişkenlerin öneminin üzerinde durmuşlardır (ör., Multon vd., 2001; Rochlen vd., 2004). Kariyer sıkıntısının ruh sağlığı açısından önemine vurgu yapılırsa da bugüne kadar yurtdışı literatürde kariyer sıkıntısıyla ilgili sıklıkla korelasyonel çalışmaların (Creed vd., 2016; Creed ve Gagliardi, 2015; Ma vd., 2020; Praskova ve McPeake, 2022) gerçekleştirildiği görülmektedir. Türk kültüründe ise araştırmacıların son yıllarda kariyer sıkıntısı üzerinde yoğunlaşmıştır (Arslan ve Bayraktar-Uyar, 2020; Gürpınar vd., 2021; Korkmaz ve Doğanülkü, 2022; Şensoy ve Siyez, 2019). Şensoy ve Siyez (2019) üniversite öğrencilerinin oluşturduğu örnekleme kariyer sıkıntısı ölçeğini Türk kültürüne uyarlamışlardır. Arslan ve Bayraktar-Uyar (2020) üniversite öğrencilerinin kariyer sıkıntısının iyi oluş düzeyinin negatif yönlü bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Gürpınar ve diğerleri (2021) öğretmen adaylarıyla yaptıkları çalışmada kariyer stresinin mesleki sonuç beklentisiyle negatif yönlü bir ilişkisinin olduğunu belirlemişlerdir. Korkmaz ve Doğanülkü (2022) gelecek vizyonunun kariyer kaygısının negatif olumlu yönlü bir yordayıcısı olduğunu bulmuştur. Yukarıdaki çalışmalardan da özetlendiği üzere, Türk kültüründe de araştırmacıların korelasyonel çalışmalara ağırlık verdiği görülmektedir.

Korelasyonel çalışmaların değişkenler arasında ilişkileri ortaya koyduğu bilinmektedir (Neuman, 2006). Oysaki kariyer sıkıntısının daha iyi anlaşılabilmesi için ayrıntılı ve derinlemesine incelemelere ihtiyaç duyulduğu ifade edilebilir. Bu nedenle nicel çalışmaların aksine nitel araştırma yöntemi kullanılarak öğrencilerin kariyer sıkıntılarına ilişkin algılarının ortaya konulması bunun yanı sıra kariyer sıkıntısını oluşturan ve etkileyen etmenlerin belirlenmesinin değerli olduğuna inanılmaktadır.

Üniversite eğitiminin son dönemlerinde eğitim hayatından mesleğe geçiş zamanlarında, bireylerin tercih edebilecekleri iş alanlarına dair planlar yapmaları, bireysel olarak hayatlarının her alanında meslek hayatına hazırlanmaları ve ihtimalde olan kariyer alternatiflerini ve gerekli planlamaları yapmaları önemlidir (Ulaş ve Özdemir, 2018). Bu doğrultuda araştırma kapsamında, üniversite 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları sıkıntılara yönelik deneyimlerinin derinlemesine araştırılması amaçlanmaktadır. Bu sayede literatürde önemli bir boşluğun doldurulacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmada şu aşağıdaki soruya cevap aranmıştır. Üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları kariyer sıkıntılarına dair görüş, düşünce ve deneyimleri nelerdir?

## Yöntem

Üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları sıkıntıları ve stres yaratan etmenleri bunlara yönelik deneyimlerini ortaya çıkarmayı amaçlayan bu araştırma nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik desende tasarlanmıştır. Bir sorunun çözümüne dair gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerini içeren nitel araştırma, önceden bilinen veya farkına varılmamış problemlerin algılanmasına, probleme dair olağan durumların gerçekçi bir şekilde ele alınmasına yönelik öznel-yorumlayıcı bir süreci ifade etmektedir (Seale, 1999). Diğer taraftan yaşamın akışındaki olgulara odaklanan ve bu olgularda herhangi bir değişiklik yaratmadan inceleyen ve ele alan (Maxwell, 2008) nitel araştırma, çağdaş sosyal hayatın çok yönlü ve karmaşık doğasını belirlemek için kullanılan birçok bakış açısını da ele almaktadır (Kitzinger, 1995).

**Katılımcılar**

Araştırmanın çalışma grubu uygun örnekleme yoluyla seçilen, üniversite 3. ve 4. sınıfta ve çeşitli bölümlerde öğrenim gören katılımcılardan oluşmuştur. Uygun örnekleme yönteminde araştırmacı gerekli olan oranda katılımcıyı tamamlayana kadar, en ulaşılabilir ve en fazla tasarruf edecek bir örneklem ile çalışmayı yürütür. (Berg, 2001; Büyüköztürk, vd., 2010; Gürbüz ve Şahin, 2015). Bu çalışmada uygun örnekleme yönteminin tercih edilmesinin sebebi, bu yöntemle zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar sebebiyle örneklemin kolay ulaşılabilir ve uygulanabilir birimlerden seçilmesidir. Mujis' e (2004) göre maliyet ve kolay ulaşılabilirlik yönüyle eğitim araştırmalarında en sık kullanılan ve tercih edilen örnekleme tekniklerinin ilk sıralarında uygun örnekleme gelmektedir.

Katılımcıların kimlik bilgilerini gizli tutmak amacıyla gerçek isimler yerine kodlar kullanılmıştır. Her bir katılımcı numaralandırılarak isimleri 'K' olarak ifade edilmiştir.

Çalışmadaki katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1'de gösterilmiştir.

**Etik Bildirim**

Bu çalışmada verilerin elde edilmesi, verilerin analizi, katılımcıların belirlenmesi ve elde edilen verilerin saklanması noktasında etik ilkelere uygun davranılmıştır. Bu doğrultuda Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan etik kurul izni alınmıştır (12/08/2022 Tarih ve 35853172-399-00002334473 sayılı izin). Bununla birlikte katılımcıların izinleri doğrultusunda görüntü ve ses kaydı alınmıştır.

**Veri Toplama Aracı**

Araştırmanın verileri araştırmacı tarafından hazırlanmış yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak elde edilmiştir. Bu form iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde üniversite öğrencilerinin cinsiyet, sınıf düzeyi ve bölüm gibi demografik değişkenlerin yer aldığı sorular bulunmaktadır. İkinci bölümde ise üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları sıkıntı ve stres yaratan etmenler ve bunlara ilişkin deneyimlerini belirlemek için açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Formun ikinci bölümünde yer alan sorular aşağıdaki gibidir:

*Kariyer gelişiminizde deneyimlediğiniz stres ve sıkıntı yaratan durumlar nelerdir?  
Kariyer gelişiminizde deneyimlediğiniz bu stres ve sıkıntı yaratan güçlüklerle ilgili  
neler düşünüyorsunuz?*

Tablo 1.  
Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Kod	Cinsiyet	Sınıf	Bölüm
K1	Erkek	3	İnşaat Müh.
K2	Erkek	4	Uçak Bakım ve Onarım
K3	Erkek	4	Hemşirelik
K4	Erkek	4	İşletme
K5	Erkek	3	Yazılım Müh.
K6	Erkek	4	Engellilerde Beden Eğt. ve Spor Öğr.
K7	Erkek	4	Sınıf Öğrt.
K8	Kadın	4	Sınıf Öğrt.
K9	Kadın	4	Türkçe Öğrt.
K10	Kadın	3	Türkçe Öğrt.
K11	Kadın	3	Sosyal Bil.
K12	Kadın	4	Sosyal Bil.
K13	Kadın	4	Görsel Sanatlar
K14	Kadın	4	Hukuk Fak.
K15	Kadın	4	Hukuk Fak.
K16	Kadın	3	Hukuk Fak.
K17	Erkek	4	Hukuk Fak.
K18	Erkek	3	Hukuk Fak.
K19	Kadın	4	Hukuk Fak.
K20	Erkek	3	İşletme
K21	Erkek	3	İşletme
K22	Erkek	4	İşletme
K23	Kadın	4	İşletme
K24	Kadın	3	İşletme
K25	Erkek	4	İşletme
K26	Erkek	4	PDR
K27	Kadın	4	PDR
K28	Kadın	4	PDR
K29	Kadın	4	PDR
K30	Kadın	3	BESYO
K31	Kadın	3	İngiliz Dili ve Ed.
K32	Erkek	3	Engellilerde Beden Eğt. ve Spor Öğr.
K33	Erkek	3	Hukuk Fak.
K34	Kadın	4	Engellilerde Beden Eğt. ve Spor Öğr.
K35	Erkek	3	Makine Müh.
K36	Erkek	4	Tıp Fak.
K37	Kadın	4	Engellilerde Beden Eğt. ve Spor Öğr.

Araştırmacı tarafından veri toplama aracı geliştirilirken kariyer sıkıntısı ve kariyer stresi ile ilgili alanyazın taraması yapılmıştır. Daha sonra taslak form hazırlanarak psikolojik danışma ve rehberlik bölümünden 3 akademisyenden uzman görüşü alınmıştır. Uzman görüşünün ardından formun üzerinde düzenleme yapıldıktan sonra 7 üniversite öğrencisi ile ön görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu ön görüşmede öğrencilere soruların açık ve anlaşılır olup olmadığı sorulmuş bazı düzenlemelere gidilmiştir. Düzenlemelerin ardından forma son hâli verilmiştir.

### Verilerin Toplanması ve Analizi

Bu çalışmanın verileri 2022 yılında yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak ve odak grup görüşmesiyle elde edilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formunda katılımcıların kariyer gelişimlerinde yaşadıkları sıkıntılara yönelik deneyimlerini ve görüşlerini belirlemeye dönük sorular yer almaktadır. Odak grup görüşmelerinin temel hedefi, daha önceden belirlenen bir konuda katılımcıların bakış açılarına, hayat biçimi, ilgilerine, deneyimlerine, düşüncelerine, algılarına, duygularına, tutum ve alışkanlıklarına yönelik derinlemesine, teferruatlı ve çok yönlü nitel veriye ulaşmaktır (Stewart ve Shamdasani, 1990; Kitzinger, 1994, 1995; Krueger, 1994; Gibbs, 1997; Bowling, 2002). Odak grup görüşmelerinde en mühim şey katılımcıların kişisel düşüncelerini olduğu gibi ve rahatça açığa çıkarmalarını sağlayacak ortam oluşturmaktır. Bu nedenle odak grup görüşmelerinin en büyük yararı, grup içi etkileşimin ve grup dinamiğinin bir neticesi olarak orijinal ve farklı düşüncelerin açığa çıkmasıdır (Kitzinger, 1994, 1995). Bu bağlamda katılımcılarla görüşme planlanırken birbirleri ile etkileşimlerinin, yaşadıkları kariyer sıkıntılarına dair deneyim ve görüşlerini açıklamalarına olanak sağlaması açısından odak grup görüşmesi tercih edilmiştir. Görüşme, katılımcılarla çevrimiçi ve görüntülü olarak gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler yaklaşık 60-90 dk. sürmüştür. Görüşme kayıtlarının alınacağı konusunda katılımcıların izinlerine başvurulmuştur. Görüşme öncesi herhangi bir problem olup olmadığını tespit etmek amacıyla bir deneme gerçekleştirilmiş ve herhangi bir problemle karşılaşmamıştır. Daha sonra veri toplama sürecine geçilmiştir. Veri toplama sürecinin ardından görüşme kayıtları deşifre edilmiştir.

Görüşmeden elde edilen verilerde tematik analiz yöntemi kullanılmıştır. Tematik analiz, verilerdeki örüntüleri (temaları) ortaya koyma, analiz etme ve raporlama için tercih edilen bir yöntemdir. Tematik analiz, veri setini en küçük boyutlarda düzenlemeyi ve derinlemesine (zengin) betimlemeyi sağlar. Ne var ki tematik analiz sadece betimlemekle kalmaz araştırma konusunun birçok boyutunu da anlamlandırır (Boyatzis, 1998). Bu bağlamda odak grup görüşmesi sonucu elde edilen deşifreler araştırmacı tarafından detaylı ve derinlemesine okunup analiz edilerek alt tema oluşturulmuş ve ardından ilişkili olan alt temalar ise aynı tema altında toplanmıştır.

### Araştırmanın Geçerliliği ve Güvenilirliği

Guba ve Lincoln (1982) nitel araştırmalarda geçerlik güvenilirlikten ziyade inandırıcılık faktörünün üzerinde durmuş ve bazı önemli noktalar belirlemiştir (Houser, 2015; Merriam, 2013; Whittemore, Chase ve Mandle, 2001). Lincoln (1982) inandırıcılık için kriterleri inanılabilirlik, güvenilirlik, onaylanabilirlik ve aktarılabilirlik şeklinde dört temel başlıkta biraraya getirmiştir. Bu araştırmada da bu kriterler göz önünde bulundurulmuştur. Bu doğrultuda verilerin ilişkili olduğu bağlam dikkate alınarak inanılabilirlik kriteri bağlamında yorumlama ve analiz süreci gerçekleştirilmiştir. Diğer taraftan aktarılabilirlik kriteri doğrultusunda yöntem bölümünde araştırmanın modeli, katılımcılar ve özellikleri, veri toplama ve analiz süreci ve veri toplama aracı detaylı olarak aktarılmıştır. Araştırmada görüşmelerden elde edilen veriler olduğu gibi kayıt altına alınmıştır. Bununla birlikte araştırmacı ilk olarak verileri bireysel olarak analiz etmiştir. Daha sonra güvenilirlik ilkesi doğrultusunda başka bir araştırmacının da tema ve alt temalara yönelik görüşlerinin alınmasının ardından son veriler konusunda fikir birliğine varılmıştır. Yine inanılabilirlik ilkesi bağlamında araştırmacı veri toplama aracının bireysel olarak uygulayıcısıdır ve katılımcılara araştırma hakkında detaylı bilgilendirme yapılmıştır. Onaylanabilirlik ilkesi doğrultusunda ise araştırmadan elde edilen tema ve alt temalar detaylı ve derinlemesine tanımlanmıştır.

### Bulgular

Odak grup görüşmesi kapsamında katılımcıların kariyer gelişimlerinde yaşadıkları kariyer sıkıntıları 3 temadan oluşmaktadır. Bu bağlamda kariyer sıkıntısına dair temalar, 'sektörel /mesleki faktörler, gelecek kaygısı ve kariyerde engelleri keşfetme' olarak belirlenmiştir.

## Sektörel /Mesleki Etmenler

Sektörel/mesleki tema ve alt temalara ait bulgular Tablo 2’de gösterilmiştir. Kariyer sıkıntısında önemli bir belirleyicinin sektörel/mesleki etmenler olduğu bulgularla ortaya koyulmuştur. Sektörel/mesleki tema, ‘mesleki yeterlilik ve sektörel/mesleki kararsızlık’ olmak üzere iki alt temadan oluşmuştur.

Tablo 2

Sektörel/Mesleki Tema ve Alt Temalar

Tema	Alt Tema
Sektörel/Mesleki Etmenler	Mesleki Yeterlilik
	Sektörel/Mesleki Kararsızlık

Mesleki yeterlilik alt temasına ilişkin katılımcılar, mesleğin gerektirdiklerini gerçekleştirme konusunda endişe, mesleği icra etme noktasında yeterli donanıma ve tecrübeye sahip olma konusunda kararsızlık ve yetersizlik hissi, mesleğe özgü çeşitli becerilere sahip olup olmama durumu ve bu noktada bireysel olarak kendini ve yeteneklerini sorgulama gibi çeşitli sıkıntıları ifade etmişlerdir. ‘Mesleki Yeterlilik’ alt temasına ilişkin K8 kodlu öğrenci şu ifadelerde bulunmuştur;

“Kariyer anlamında mesleki açıdan zorlandığım şey diğer öğretmenliklerde de evet bu zordur ama bizim bölümümüzde şu var, çocukların yaş düzeyi çok küçük olduğu için onların seviyelerine inme konusunda zorlandığımı hissettim. Çünkü hani şey gibi bakıyorlar sınıfta hata yapmayan tek kişi sensin gibi ve hani bakışları sürekli üstünüzde ne yapsanız hareketleriniz hem örnek olup hem de onlara bunu geçirmeniz lazım küçük bir hareketiniz bir de onlar tarafından farklı farklı anlamlar çıkarılabiliyor yani çok dikkatli olmanız gerekiyor”

K28 kodlu öğrenci ise şu ifadelerde bulunmuştur;

“...özel olarak nasıl desem çalışma teklifi falan oluyor gel burada çalışabilirsin falan... Bir yandan onu da düşünüyorum hocam bir arkadaşımın dershanesi vardı öneri sundu ama şu aşamada kendimi yeterli görmüyorum, yapabilir miyim....”

K29 kodlu öğrenci ise şu ifadelerde bulunmuştur;

“...Biz pandemiden dolayı uzaktan eğitim gördük .Böyle son sınıfta hani doğru düzgün ders dinleyemedim. Ben o sıra köydeydim. Hiçbir derse katılamadım. Atandıktan sonra işimi yapabilir miyim düşüncesi de var. Kendimi şu an mesleğime yeterli bile hissetmiyorum...”

K5 kodlu öğrenci ise şu ifadelerde bulunmuştur;

“...Atamazsak ne yaparız diye de bir düşünce var. Ne yaparız nerede çalışırız ne olur gibi bir düşünce oluşuyor. Düşününce de bu noktaya geliyorum hani özel olursa orada yapabilir miyim özel okulda o becerilerimi yeteneklerimi geliştirebilirmiyim diye bir düşüncede oluyor...”

Sektörel/Mesleki Kararsızlık alt temasına ilişkin ise katılımcılar, mezun olduktan sonra özel ya da kamu sektörü, akademik kariyer yapmak ile çeşitli sınavlara hazırlanarak ve kurslar alarak farklı alanlara yönelme noktasında kararsızlık yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bazı katılımcılar ise mevcut durumda eğitim aldıkları bölüme devam edip etmeme ve yeniden hazırlanarak başka bir bölüm tercih etme noktasında kararsızlık ve buna bağlı olarak deneyimlenen stresten bahsetmişlerdir. ‘Sektörel/Mesleki Kararsızlık alt temasına ilişkin K34 kodlu öğrenci ise şu ifadelerde bulunmuştur;

“...Benim hedefim aslında belli sadece gelecekte hangi iş alanı ile ilgili çalışabilirim nerede çalışabilirim kendi bölümündeki iş alanlarına yönelik bu noktada biraz üzerimde bir stres hissediyorum. Hem okulu götürüp akademik



*bir şeyler başarmak hem de aynı zamanda spor yapıp belirli bir dereceye ve şampiyonluğa ulaşmak çok zor oluyor yani akademik hayatımı seçeyim sporu mu seçmeliyim hep bu ikilemde kalıyorum”*

K16 kodlu öğrenci ise şu ifadelerde bulunmuştur;

*“.....Benim için de tercih sürecinde aynı kararsızlıklar yaşanmıştı hatta ben de bu sene hazırlandım aslında Pilotaj istediğime karar verdim ama buna birazcık geç karar verdim. Sınav senesinin yarattığı o baskıyla insan tam olarak ne istediğini kavrayamıyor. Bence ben sayısalcıyım mesela sonra sınav sonucuma göre bir anda Hukuk tercih ettim sonrasında alışmakta çok zorlandım....”*

K4 kodlu öğrenci ise şu ifadelerde bulunmuştur;

*“.....Aslında ben çok kararsızlık yaşadım o dönemde ve o dönem tam olarak ne istediğimi ben de bilmiyordum keşfedememiştim yani. Bu bölüme başladıktan sonra birazcık keşfettim gibi oldu ama o dönemde bu bölümde yapabilir miyim bilmiyordum. Beni de kararsız görünce başka bir şey de aklında yoksa buradan devam et diyerek beni daha çok bu bölüme yönlendirdiler diyebilirim...”*

K12 kodlu öğrenci ise şu ifadelerde bulunmuştur;

*“.....Ben açıktan çocuk gelişimi okuyorum şu an ve örgün işletme okuyorum. Öyle bir yöntem buldum kendimce ha beraber gidiyor mu diye sorarsanız gitmiyor zorlanıyorum ama deniyorum en azından, sınav zamanları zorlaşıyor yani ona mı çalışacağım ona mı çalışacağım çözemiyorum o beni biraz şu an strese sokuyor. Ama şu anlık gidiyor...”*

### **Gelecek Kaygısı**

Gelecek Kaygısı tema ve alt temalara ait bulgular Tablo 3’te gösterilmiştir.

Tablo 3  
Gelecek Kaygısı Tema ve Alt Temalar

<b>Tema</b>	<b>Alt Tema</b>
Gelecek Kaygısı	Sisteme Yönelik Kaygılar

Kariyer sıkıntısına dair diğer bir tema ‘gelecek kaygısı’ olarak belirlenmiştir. Gelecek kaygısına ait alt tema ise ‘sisteme yönelik kaygılar’ olarak ortaya çıkmıştır. Görüşmelerin analizi sonucunda sisteme yönelik olarak öğrenciler çeşitli kaygılarını dile getirmişlerdir. Katılımcılar sisteme yönelik, sınav sistemindeki değişiklikler, baraj puanı ve buna bağlı olarak kendi eğitim aldıkları bölüm için ayrılan kontenjan sayısının yetersizliği, yine eğitim aldıkları bölümün konu alanının çok geniş olması ile birlikte KPSS sınavında yaşanan zorluklar gibi çeşitli sıkıntıları dile getirmişlerdir. Bu noktada K11 kodlu öğrenci:

*“...Öğretmen olarak evet bu bölümü istiyorum ama üniversitede şu an zorlanıyorum diyorum başka bir bölümü seçseydim diye sadece zaten bir senem kaldı son senem. Seneye bitireceğim inşallah şu an derslerimin çoğunu bıraktım. Bitirsem de tek sorun KPSS ile atanmak üniversitede kalmayı düşünmüyorum KPSS beni korkutuyor. Ama şehir olarak değil ülkenin her yerinde çalışabilirim yeter ki yeni bir meslek sahibi olayım başka hiçbir düşüncem yok şu anda”... şeklinde açıklamalarda bulunurken K28 kodlu öğrenci ise:*

*“...Ben bölüm üzerinden bir görüş belirteceğim bölümümüzün gelecekte alımlarının bu şekilde gidip gitmeyeceği yani binin altında çok düşük kontenjanlarla alımların olup olmayacağı açıkçası o belirsizlik beni kaygılandırıyor ve endişelendiriyor...”* şeklinde görüşlerini dile getirmiştir.

K9 kodlu öğrenci ise;

“...’Ülkemizin zaten birçok genci umutsuz geleceğe dair hiçbir planları yok hani ne yapacaksın bilmiyorum okuyorum ne olacak KPSS’de. Derece ile bitiriyorsun kasiyer oluyorsun kasada duruyorsun satış danışmanı oluyorsun.Bu işleri yapan herkes 4 yıllık üniversite mezunu mesela lisans mezunu ama orada satış danışmanlığı yapıyor. Evet okuyoruz belli bir emek veriyoruz ailemizden uzakta kalıyoruz çeşitli zorluklar içindeyiz fakat okulumuz bittiğinde karşımıza kocaman bir duvar çıkıyor. Bir sürü olumsuzluklar atanmayı bekliyoruz...”

K11 kodlu öğrenci ise;

“...Aslında benim de benzer kaygılarım oluyor. Daha çok evet şu an belki hani işe başlayınca da acaba ne tür zorluklarla karşılaşırım bilmiyorum. Çünkü günümüzde her meslek grubunun yaşadığı sorunlar var biraz daha ileriye yönelik aslında...”

K 3 kodlu öğrenci ise;

“...Bizim bölümde öncelikle kariyerinizi belirlerken bizim sevdiğimiz hedeflediğimiz işi yapmamız gerekiyor. Ben bundan dolayı bu bölümü seçmiştim fakat yani bu konu üzerinde zorluk çektiğim bazı problemler bazı zorluklar var bunlardan bir tanesi de atama sıkıntısı...”

## Kariyerde Engelleri Keşfetme

Tablo 4

Kariyerde Engelleri Keşfetme Tema ve Alt Temalar

Tema	Alt Tema
Kariyerde Engelleri Keşfetme	Ailevi Engeller
	Çevresel Engeller
	Ekonomik Engeller
	Kişisel Engeller
	Bölüm/Alana Yönelik Engeller

Kariyerde engelleri keşfetme tema ve alt temalara ait bulgular Tablo 4’te gösterilmiştir.

Görüşme yapılan öğrencilerin belirttikleri kariyer sıkıntılarında dair diğer bir önemli tema ise ‘kariyerde engelleri keşfetme’ olarak belirlenmiştir. Bu tema ise ‘ailevi, çevresel, ekonomik, kişisel ve bölüm/alana’ yönelik engeller olmak üzere beş alt temadan oluşmuştur. Katılımcılar kariyer gelişimlerinde deneyimledikleri engeller için, ailenin beklentileri ile bireysel beklentiler arasındaki uyumsuzluk, yönlendirme baskı ve bireysel istek, ilgi ve yeteneklerin görmezden gelinmesi, arkadaş faktörünün olumsuz etkisi ile sahada çalışanların mesleğe yönelik olumsuz görüş ve deneyimleri, sosyal medyanın çeşitli meslek gruplarına yönelik olumsuz algısı, kişilik özelliklerinin getirdiği zorluklar ve güncel yaşantıların olumsuz etkisi, mezun olduktan sonra yaşanabilecek ekonomik zorluklar ile meslekte belli bir aşamaya gelebilmek için gerekli olan kurs ve eğitimlerin getirdiği finansal zorluğu, öğrenim gördükleri bölüme yönelik (sınavların zorluğu, yoğun staj dönemleri, derslerin içeriği ile mesleğin uygulama aşaması arasındaki tutarsızlık ve uyumsuzluklar) çeşitli sıkıntılardan bahsetmişlerdir. Öğrencilerden K25 ailevi engellere yönelik olarak ilişkin şunları ifade etmiştir;

“...Ben Meslek Lisesi mezunuyum çocuk gelişimi yazdım ama aslında okul öncesi istiyordum. İşyeri açma belgesi veriyorlar meslek lisesi mezun olunca benim ailem de etüt müdürüm de mesela işletme oku yarın bir gün bir yer açarsan muhasebeni kendin bakarsın diyerek bana işletme yazdırdılar ama tercihim bir sene daha hazırlanıp tekrar okul öncesine gitmekti...”

Başka bir öğrenci ise;

“...Ben ilk önce makine mühendisliği yazmıştım ama bir süre sonra hatta bir hafta sonra bana uygun olmadığını anladığım için bırakmıştım. Ama öncesinde de sağlık meslek çıkışlı olduğum için ailemden sürekli şu tepkiyi alıyordum sağlık meslek okudun hemşirelik yaptın hemşireliği beğenmedin mühendislik yazdın mühendisliği beğenmedin sürekli hani yeni bir üniversite yazmak istiyorum dediğimde kesinlikle hayır cevabını alıyordum ailemden her zaman bir tepki vardı...” (K3)

Bir diğer öğrenci ise;

“...Ben de mühendislik düşünüyordum ancak ailem işletmeye ya da iktisat okumamın daha uygun olduğunu söyledi. Bu yüzden acaba yapabilir miyim diye o dönem yoğun stres yaşadım...” (K20)

“...Benim için ağabeyim ne derse o gibi bir durum var ben de tercih döneminde ailemle konuşmuştum ama çok da etkisi olmuyor sonuçta yine son kararı biraz aileniz veriyor gibi hatta benim için ağabeyim mesela...” (K22).

Çevresel engeller alt temasına dair K19 kodlu öğrenci;

“...Çok fazla stres faktörü vardı ya sadece ailede değil yani böyle arkadaşların da ya işte kaç yaşına geldik gerçekten hâlâ okuyacak mısın işte şu an bitirenler var hâlâ mezun olanlar var çalışanlar var gibi...”

Başka bir öğrenci ise;

“...Üniversite sınavına hazırlanırken bir sene mezuna kaldım ve bir sene sayısaldan girip 2 sene eşit ağırlıktan hazırlandım açıkçası bir sene girdikten sonra puanım geldi ve matematik öğretmenliği bölümü tutuyordu sayısaldan birkaç sayısal bölüm daha tutuyordu. Dershane öğretmeni aile dostumuz aynı zamanda çok yakın biriydi liseye hazırlık döneminde de hocam olduğu için işte onun isteğiyle yazmıştım matematik öğretmenliğine son gün çok iyi hatırlıyorum oturdum koltuğa ve hep hepsini tekrardan sildim sadece birkaç bölüm bıraktım ve tercihler gelmedi. Tekrardan hazırlandım 2 sene ve sınıf öğretmenliğini kazandım...” (K13)

Ekonomik engeller alt temasına ilişkin K28 kodlu öğrenci;

“...Mesela atanana kadarki süreçte de öncelikli olarak işim olmazsa yaşayacağım ekonomik sıkıntılar beni kaygılandırıyor. Bir de meslek hayatına geçtikten sonra öğretmen maaşı ile geçinip geçinemeyeceğime yönelik kaygılar...”

Bir diğer öğrenci ise;

“...Bizden beklenen şey üniversiteyi bitirdiğimizde bir farklılık yaratmak. Ama bu farklılıkları alacağınız belgelerle gideceğiniz kurslarla elde edebilirsiniz ama öğrenciler elbette kurslara gidebilir belgeler alabilir ancak bu bizde finansal bir zorluk yaratıyor. Atıyorum mesela düşünüyorum, ben İngilizce kursuna gidiyorum almam gereken belgeler var, ya kurslara ücret ödeyeceğim ya belge için ücret ödeyeceğim kursa gidiyorsan belgeleri geride bırakabiliyorsun ama kursu kazanmanın ya da sınavları kazanmanın da belli bir süreci var ya da bu süreci kaçırabiliyorsun bu defa biraz finansal anlamda zorluk çekiyoruz ücretleri öderken...” (K14)

Kişisel engeller alt temasına ilişkin K4 kodlu bir öğrenci şunları dile getirmiştir;

“...Beklentiler beni strese soktuğu için stres altında panik olma durumu olabiliyor sınav anında ve bende panik atak da var. Aynı şekilde bir sınavda mesela elim ayağım kilitlenmişti yani bir anda durduk yere onun stresi ile sınavlarım olumsuz etkilenmişti...”

K23 koldu bir diğer öğrenci ise;

“...Kafası çok karışık bir insanımdır. Arkadaşlar bir şekilde İktisat istediğini söyleyebiliyor ya da diğer arkadaş pilot olmak istediğini söylüyor ama benim kafamda hiçbir şey yok hani olduğu gibi yaşıyorum biraz ama ileride hangi okuldan mezun olursam olayım nedense bir iş bulamama kaygısı var...”

Başka bir öğrenci ise şunları dile getirmiştir;

“...Ben hem okuyorum hem çalışıyorum ailemin yanında. Şu an çalışırken yaşadığım en büyük problem uykusuzluk. Sabah erkenden işe kalkıp gitmek bayağı zor geliyordu....”(K7)

Bölüm/Alana Yönelik engeller alt temasına ilişkin K17 kodlu öğrenci şunları ifade etmiştir;

“...Ben Türkçe öğretmenliği okuyorum zaten bu bölümü ben isteyerek ve severek kendini tercih ettim ama okurken şunu fark ettim yani üniversitede okurken zorlanıyorum. Yani farklı bir bölüm istiyordum ama bu bölümü seçtiğim için de gayet memnunum.....”

Başka bir öğrenci ise şunları ifade etmiştir;

“...Şu şekilde söyleyebilirim yazılım mühendisliği okuyorum ben ve bizde birden fazla çözüm yolları olabiliyor başka birisi benim koduma benzer bir kod yazmış olduğu zaman bunu kopya olarak hoca kendi inisiyatifine göre yorumlayabilir...”(K5)

Bir diğer K2 kodlu öğrenci ise şunları ifade etmiştir;

“...Benim bu dönem 5 tane dersim vardı. Bunun bir tanesi ana dersimdi bizde hocalardan kaynaklı sınıfta çok fazla düştü. Şöyle ki biz diğer 4 dersi bırakıp 1-2 hafta öncesinden tek bir ana derse çalışmaya başlıyoruz ve sınava girdiğimizde daha önce hiç görmediğimiz Latince kelimelerle karşılaştık ve iyi kötü düşük notlarla da olsa o dersi geçtik. Ama şöyle bir stres vardı üstümüzde biz bu dersi geçemezsek tekrar ya yaz okulundan alacaktık, yaz okulu da açılmıyor bazen o dersten veya alttan alacaktık. Alttan alsak bu sefer de tekrar üstteki dersi alamayıp dönem uzatacaktık...”(K2)

## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları sıkıntılar ve stres yaratan etmenlerin alanyazın doğrultusunda nitel yöntem kullanılarak derinlemesine incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin kariyer sıkıntılarının sektörel/mesleki etmenler, gelecek kaygısı ve kariyer engellerini keşfetme olmak üzere üç temadan oluştuğu belirlenmiştir. Sektörel/mesleki temada yer alan alt temalar; mesleki yeterlilik ve sektörel/mesleki kararsızlık, gelecek kaygısı temasında yer alan alt tema sisteme yönelik kaygılar ve kariyerde engelleri keşfetme temasında yer alan alt temalar ise ailevi, ekonomik, kişisel ve bölüm/alana yönelik engeller olarak karşımıza çıkmaktadır.

Alanyazın incelendiğinde kariyer stresi, birey ile çevre ilişkisinde hareketli ve sürekli yenilenen bir süreç olarak görülmektedir (Choi vd., 2011). Bununla birlikte yirminci yüzyılın çoğunluğunda üniversite öğrencilerinin büyük oranda stres deneyimledikleri görülse de üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerindeki sıkıntının git gide çoğaldığına yönelik bulgulardan bahsedilmektedir (Fouad vd., 2006).

Yapılan çalışmalarda öğrencilerin üniversiteye uyum aşamasında ve mezun durumundaki öğrencilerin kariyer planlamalarını yapma aşamasında belirli oranda stres yaşadıkları belirtilmektedir (Doğan ve Eser, 2013). Multon vd., (2001), %13'ü psikolojik sıkıntı (örn., kaygı, stres, depresyon) deneyimleyen ve diğer popülasyona göre, kariyer danışmanlığına başvuran öğrencilerin %60'ının büyük oranda sıkıntı yaşadığını belirtmiştir. Kariyer gelişimine dair problemler sebebiyle üniversitelerin kariyer danışma merkezine müracat eden bireylerin oranının %25'leri bulunduğu belirtilmektedir (Benton vd., 2003). Essel ve Owusu (2017) ise öğrencilerde strese neden olan faktörlerin etmenlerin ilişki, çevre, akademik ve kişisel faktörler etmenler olduğu sonucuna ulaşmıştır. Buradan hareketle kariyer stresi bu alandaki yetersiz bilgi, meslek edinme baskısı, kariyer belirsizliği, çevre ile çatışma, olumsuz duygular, birey tarafından algılanan olumsuz etmenler gibi birbirinden çeşitli etmenlerin ortaklaşa gerçekleştirildiği araştırmaları da (Choi vd., 2011; Creed vd., 2016) desteklemektedir.

Ülkemizde konu ile ilgili çalışmalar incelendiğinde, Günay ve Çelik (2019) kariyer stresinin kaynaklarını aile, iş bulma konusunda baskı hissetmesi, kariyer sürecine ve fırsatlara dair bilgi eksikliğinin olması, kararsızlık yaşamaları şeklinde sıralamışlardır. Bununla birlikte, hedeflerine ulaşabilmek için mesleki eğitimlerini sürdüren öğrenciler, maddi olanaksızlıklar (Akpınar, 2013; Durna, 2006), arkadaş eksikliği (Durna, 2006), kamu personeli seçme sınavı, derslere dair problemler, ailevi nedenler, öğretim elemanlarının tutumları (Akpınar, 2013), derslerin yoğunluğu, mezuniyet sonrası belirsizlik (Aşçı vd., 2015) gibi konularda stres deneyimlemektedirler. Özden ve Sertel-Berk (2017) ise yaptıkları çalışmada, eğitim yılları boyunca üniversite öğrencilerinin akademik, sosyal ilişkiler, finansal ve kariyer süreciyle ilgili stres kaynaklarıyla karşılaştıklarını belirtmişlerdir. Güldü ve Kart'ın (2017) çalışmasında ise öğrencilerin kendi kariyer planlamalarında kariyer geleceği ile algılanan kariyer engellerinin belirleyici rolü olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Diğer taraftan Sürücü'nün (2011) çalışmasında üniversite öğrencilerinde mesleki seçim hedeflerini, algılanan kariyer engellerinin düşük düzeyde fakat olumsuz yönde yordadığı görülmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmadan elde edilen bulgular alanyazını ve daha önce yapılmış çalışmaları destekler niteliktedir. Öyle ki katılımcıların ifadelerinden elde edilen tema ve alt temalara bakıldığında alanyazın ile ortak noktaların olduğu göze çarpmaktadır. Bireylerin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları engellenmeler de kariyer stresinde ciddi derecede etkileri olan değişkenler arasındadır. Birçok engel olmakla birlikte kısaca; seçim yapma sırasında deneyimlenen kararsızlıklar, alınan karara yönelik şüphe ve kaygı, profesyonel iş hayatı ve bireysel etmenler konusundaki bilgi eksikliği, yetenek, ilgi gibi bireysel özelliklerle, birey için ön plana çıkan işin getirileri arasındaki farklılık, ilgi ve yeteneklerin çokluğu, insanların düşüncelerine çokca gereksinim duyulması ve kariyer tercihinde işlevsel olanı tercih etme ile ilgili olarak bireyin kendisini güvende hissetmesi şeklinde belirtilebilir (Bordin, 1946; Williamson, 1939). Bununla birlikte kariyer stresini oluşturan boyutlar; kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği, meslek edinme baskısı ve dışsal çatışmadır (Özden ve Berk, 2017). Diğer taraftan kariyer sıkıntısını ve stres yaratan etmenleri oluşturan boyutlardan olan dışsal çatışma boyutu bu çalışmada karşımıza üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimindeki engeller olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu araştırma sonucu da bu bulguları destekler niteliktedir. Nitekim katılımcıların ifadelerinden elde edilen sonuçlara bakıldığında üniversite öğrencilerinin deneyimledikleri kariyer sıkıntısına dair kariyerde engelleri keşfetme temasına ait alt temalarda, ailevi engeller, ekonomik/finansal engeller, çevrenin etkisi (arkadaşlarla ilişkiler), kişisel özellikler ve bölüm/alana yönelik (akademik) etmenlerin yer aldığı görülmüştür.

Bununla birlikte, meslek tercihi yapılırken aile unsuru dikkat edilmesi gereken önemli etmenlerden biri olarak görülmektedir (Özen, 2011). Algılanan ebeveyn tutumu, ebeveynlerin sosyoekonomik durumu ve eğitim düzeyi gibi özellikler karar verme sürecinde etkili olabilmektedir. Aile ile ilgili faktörler bireyin kalıtımla getirdiği fiziksel ve psikolojik özelliklerle beraber kariyer kararına etki eden önemli bir yapıyı eğitim düzeyi, ekonomik durum ve kaynaklar, bilgi verme gibi değişkenler oluşturmaktadır (Osipow, 1968). Hamamcı vd. (2013) tarafından yapılan çalışmada aile, ailenin ekonomik durumunun ve eğitim düzeyinin meslek tercihinin etkilediği bulunmuştur. Bu çalışmada ise katılımcılar ailenin ve çevrenin kariyer gelişimindeki olumsuz etkisi (yönlendirme, baskı kurma, arkadaşların ve sosyal medyanın olumsuz etkisi vb.), kaynaklı stres yaratan durumlardan bahsetmişlerdir. Ailenin eğitim gödükleri bölüme yönelik bakış açısı, bireysel tercihlerin ikinci plana atılarak sadece ailenin istediği mesleğe sahip olma ve bu yönde kurulan baskının öğrenciler üzerindeki etkisinin de kariyer sıkıntısının önemli nedenleri arasında olduğu göze çarpmaktadır.

Ülkemizde ise üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde deneyimledikleri en ciddi problemler, belli kararlar vermede kendilerini yeterli görememeleri, kendilerini yeterince tanıyamamaları ve kendilerine göre hedefler belirlemedeki zorluklar olarak görülmektedir (Işık, 2010). Bu çalışmada ise kariyerde engelleri keşfetme teması altında yer alan kişisel engeller alt temasının bu bulguyu destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Bunun dışında diğer çalışmalardan farklı olarak bu çalışmadan elde edilen bulgulara bakıldığında katılımcılar yaşam biçimi, kişilik özellikleri ve günlük yaşantılarındaki çeşitli alışkanlıkların da kariyer gelişimlerinde sıkıntı yaratan etmen olarak belirtmişlerdir.

Yu ve Yang (2013) üniversite öğrencilerinin bölüm memnuniyeti ve kariyer olgunlukları daha düşük olduğu zaman kariyer streslerinin daha yüksek olduğunu gözlemlemiştir. Ülkemizde ise Özkan (2020) kariyer stresi ile eğitime devam edilen bölüm arasında anlamlı bir fark görüldüğünü ortaya koymuştur. Tokol ve diğerlerinin (2019) Tıp Fakültesi öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada da akademik stresörlerin öğrenciler üzerinde önemli bir stres kaynağı olduğu bulunmuştur. Bu çalışmadan elde edilen bulgular ve katılımcıların ifadeleri de bu sonucu destekler niteliktedir. Öyle ki katılımcılar bölüm/alan seçiminde deneyimlemiş oldukları olumsuz yaşantıların kariyer gelişimlerine olan etkisinden bahsederken, bu durumu da sıkıntı yaratan bir etmen olarak ele almışlardır. Öğrenim gördükleri bölüme ait derslerin zorluğu, almış oldukları eğitimlerin içeriğiyle mezuniyet sonrası iş hayatı arasındaki tutarsızlık ve özellikle bazı bölümlerde görülen yoğun staj faktörlerinin ön plana çıktığı görülmüştür.

Tokol ve diğerlerinin (2019) yaptığı çalışmada, mezuniyet aşamasına gelindikçe sorumluluk ve gelecek kaygısının artabileceği belirtilmektedir. Araştırmada katılımcıların ifadeleri de bu sonuçları yine destekler niteliktedir. Öyle ki katılımcılardan elde edilen bulgularda gelecek kaygısı kariyer sıkıntısını oluşturan bir tema olarak karşımıza çıkmaktadır. Birçok bölümde görülmekle birlikte özellikle öğretmen adaylarında bu durumun yoğun olarak gözlemlendiği görüşmeler ışığında saptanmıştır. Üniversite öğrencileri geleceğe yönelik kaygılarını, iş bulamama, sisteme yönelik faktörler etmenler (atama puanları, kontenjan, sistemsel değişiklikler vs.) ve mezun olduktan sonraki sürece dair endişelerini dile getirmişlerdir. Araştırmada katılımcıların ifadeleri de bu sonuçları yine destekler niteliktedir. Mezun olduktan sonra çeşitli sınavların mevcut baraj puanı ve o bölüme ayrılan kontenjan sayısı arasındaki tutarsızlığın yoğun olarak kariyer sıkıntısının nedenleri arasında olduğu karşımıza çıkmaktadır. Türkiye’de öğretmen adaylarının Milli Eğitim Bakanlığı’nda çalışabilmeleri Kamu Personeli Seçme Sınavı (KPSS) ile birlikte eğitim aldıkları bölüme yönelik sınav (alan sınavı) ve mülakat ile birlikte gerçekleşebilmektedir (Yılmaz, 2019). Bireylerin KPSS’den beklenen oranda puan alamamaları meslek hayatlarının zarar görmesine ve daha başka sektörlerde çalışmak durumunda kalmalarına neden olmaktadır (Ceyhan, 2004; Şahin, 2011). Bu bulgular da araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Yapılan bir çalışmada bireylerin iş bulmaya dair karamsar olmalarının sebeplerinden birinin Kamu Personeli Seçme Sınavından beklenen düzeyde puan alamamaları olarak görülmüştür (Doğan ve Çoban, 2009). Diğer taraftan Kurt’un (2008) bir çalışmasında ise üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı yaşadıkları belirlenmiştir.

İş bulma baskısı, bireylerin meslek edinme ve meslek hayatına hazırlanmaları ile alakalı endişeleri ve yaşadıkları baskılardır (Yemenici vd., 2020). Bu olguyu destekler nitelikte bu çalışma kapsamında ise kariyer sıkıntısını oluşturan önemli bir etmen sektörel/mesleki etmenler olarak belirlenmiştir. Öğrenciler istihdam olanakları ve, mesleki yeterliliklerine yönelik çeşitli endişe ve kaygılarını dile getirmişlerdir. Sektörel/mesleki etmenlerin etmenlerin alt temalarını oluşturan etmenler ise, mesleki yeterlilik ve alanyazına paralel olarak öğrencilerin mezun olduktan sonra hangi sektörde (özel, devlet vs.) çalışacaklarına dair kararsızlık durumları olarak tespit edilmiştir. Bu noktada katılımcılar mezun olduktan sonra hangi sektörde ve iş alanında çalışacaklarına yönelik kararsızlıkların getirdiği sıkıntıdan bahsederken diğer taraftan da mesleği icra etme noktasında bireysel olarak yetenek ve yeterliliklerine dair sıkıntı yaşadıklarını belirtmişlerdir.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinde kariyer sıkıntısının araştırıldığı nicel çalışmalardan elde edilen bulgulara bakıldığında kariyer sıkıntısının nedenleri arasında çoğunlukla dışsal engellere vurgu yapılırken bu çalışmada ise farklı olarak kişisel özellikler, yaşam biçimi ve günlük hayat akışında çeşitli alışkanlıkların da kariyer sıkıntısında önemli bir konumda olduğu karşımıza çıkmaktadır. Bu noktada bu faktörlerin nitel yöntem kullanılarak derinelemlenmesine analiz edilmesinin oldukça anlamlı olduğu ve araştırmanın bu yönüyle alan yazına katkı sunacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma nitel araştırma yöntemiyle tasarlanması yönüyle sınırlılık göstermektedir. Özellikle, üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde sıkıntı yaratan durumlar için elde edilen temaların daha geniş örneklemelere genellenebilirliğinin araştırılması amacıyla karma yöntemli çalışmaların gerçekleştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu çalışmanın bir diğer sınırlılığı ise katılımcılarını üniversite 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin oluşturmasıdır. Kariyer gelişiminin hayat boyu süren bir olgu olduğu göz önünde bulundurulduğunda farklı yaş gruplarında ve eğitim kademelerinde kariyer sıkıntılarının incelenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın sonuçlarına dayalı olarak araştırmacılara bundan sonraki çalışmalar için bazı öneriler sunulabilir. Üniversite öğrencilerinin kariyer gelişimlerinde yaşadıkları sıkıntıların azaltılmasına yönelik üniversitelerin ilgili birimlerince kariyer gelişim günleri düzenlenerek, alandan uzman kişilerin katılımıyla birlikte, bu noktada farkındalık kazandırmak anlamlı olacaktır. Bununla birlikte üniversite öğrencilerine, ruh sağlığı alanında uzman kişilerce çeşitli seminerler, eğitimler ve konferanslar gerçekleştirilerek sıkıntı yaratan etmenlerle nasıl daha etkin başa çıkılacağı noktasında destek sunulabilir.

### Kaynakça

- Akpınar, B. (2013). Öğretmen adaylarının stres nedenleri. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(2), 147-174. Erişim adresi: <http://kalemacademy.com/>
- Arslan, Ü. ve Bayraktar-Uyar, B. (2020). Do career decidedness and career distress influence psychological and subjective wellbeing? The mediating role of mindfulness. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 7(2), 271-280. doi:10.33200/ijcer.783328
- Aşçı, Ö., Hazar, G., Kılıç, E. ve Korkmaz, A. (2015). Üniversite öğrencilerinde stress nedenlerinin ve stresle başa çıkma biçimlerinin belirlenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(4), 213-232. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/pub/usaksosbil/issue/21661/504040>
- Benton, S. A., Robertson, J. M., Tseng, W. C., Newton, F. B. ve Benton, S. L. (2003). Changes in counseling center client problems across 13 years. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34(1), 66. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.34.1.66>
- Berg, B. L. (2001). *Qualitative research methods for the social sciences*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Bordin, E. S. (1946). Diagnosis in counseling and psychotherapy. *Educational and Psychological Measurement*, 6(2), 169-184. <https://doi.org/10.1037/10841-010>
- Bowling, A. (2002). *Research methods in health: Investigating health and health services*. Philadelphia, PA: McGraw-Hill House.
- Boyatzis, R.E. (1998). *Transforming qualitative information: thematic analysis and code development*. London: Sage.
- Burke, P. J. (1991). Identity processes and social stress. *American Sociological Review*, 56, 836-849. <https://doi.org/10.2307/2096259>.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, K. E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi.

- Ceyhan, A. A. (2004). Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 91-101. Erişim adresi: <https://earsiv.anadolu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/11421/481/196722.pdf?sequence=1>.
- 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. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2011.tb00976.x>
- Creed, P. A. ve Gagliardi, R. E. (2015). Career compromise, career distress, and perceptions of employability: The moderating roles of social capital and core self-evaluations. *Journal of Career Assessment*, 23, 20-34. <https://doi.org/10.1177/1069072714523082>
- Creed, P. A., Hood, M., Praskova, A. ve Makransky, G. (2016). The career distress scale: using Rasch's measurement theory to evaluate a brief measure of career distress. *Journal of Career Assessment*, 24, 732-746. <https://doi.org/10.1177/1069072715616126>
- Doğan, B. ve Eser, M. (2013). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO örneği. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 3(4), 29-39. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ejovoc/issue/5389/73083>.
- Doğan, T. ve Çoban, A.E. (2009). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 34(153), 157-168. Erişim adresi: <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/581/68> adresinden elde edilmiştir.
- Durna, U. (2006). Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 319-343. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/atauniibd/issue/2689/35361> adresinden elde edilmiştir.
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton.
- Essel, G. ve Owusu, P. (2017). *Causes of students' stress, its effects on their academic success and stress management by students* (Master's Thesis). Seinäjoki University, Finland.
- Fouad, N. A., Guillen, A., Harris-Hodge, E., Henry, C., Novakovic, A., Terry, S., ve Kantamneni, N. (2006). Need, awareness, and use of career services for college students. *Journal of Career Assessment*, 14(4), 407-420. <https://doi.org/10.1177/1069072706288928>
- Gati, I., Krausz, M. ve Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 510-526. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.4.510>
- Gibbs, A. (1997). Focus groups. *Social research update*, 19(8), 1-8. Erişim adresi: <http://sru.soc.surrey.ac.uk/SRU19.html>
- Gottfredson, L. S. (1981). Circumscription and compromise: A developmental theory of occupational aspirations. *Journal of Counseling Psychology Monograph*, 28(6), 545-579. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.28.6.545>
- Guba, E. G. ve Lincoln, Y. S. (1982). Epistemological and methodological bases of naturalistic inquiry. *Educational Communication and Technology Journal*, 30(4), 233-252. <https://doi.org/10.1007/BF02765185>.
- Güldü, Ö. ve Kart, M. E. (2017). Kariyer planlaması sürecinde kariyer engelleri ve kariyer geleceği algılarının rolü. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 72(2), 377-400. [https://doi.org/10.1501/SBFder\\_0000002450](https://doi.org/10.1501/SBFder_0000002450).



- Günay, A. ve Çelik, R. (2019). Kariyer stresinin psikolojik iyi oluş ve iyimserlik değişkenleriyle yordanması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (33), 205-218. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/sbe/issue/41368/558568>
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2014). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gürpınar, A. C., Emül, B. ve Siyez, D. (2021). Öğretmen adaylarında kariyer yetkinlik beklentisi ve mesleki sonuç beklentisi: Kariyer stresinin aracı rolü. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 220-237. <https://doi.org/10.21733/ibad.852211>
- Hall, D. T. (2002). *Careers in and out of organizations*. London: SAGE.
- Hamamcı, Z., Bacanlı, F. ve Doğan, H. (2013). İlköğretim ortaöğretim ve üniversite öğrencilerinin mesleki ve eğitsel kararlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(44), 284-299. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/esosder/issue/6158/82774>
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. Chicago: David McKay.
- Herr, E.L., Cramer, S. H. ve Niles, S. G. (2004). *Career guidance and counseling through the life span* (6th ed.). Boston: Pearson Education.
- Houser, J. (2015). *Nursing research: Reading, using, and creating evidence* (3rd ed.). Burlington: Jones ve Bartlett Learning.
- Holroyd, K. A., ve Lazarus, R. S. (1982). Stress, coping and somatic adaptation. S. Leab Goldberger, *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (s. 21-35) içinde. New York: Free Press.
- Işık, E. (2010). *Sosyal Bilişsel Kariyer Teorisi temelli bir grup müdahalesinin üniversite öğrencilerinin kariyer kararı yetkinlik ve mesleki sonuç beklenti düzeylerine etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- İpçi, T. (2020). *Kariyer koçluğu uygulamalarının üniversite öğrencilerinin kariyer kararı yetkinliği ve kariyer stresi düzeylerine etkisinin incelenmesi: İzmir Katip Çelebi Üniversitesi örneği* (Yüksek Lisans Tezi). İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, İzmir.
- Johnson, M. K. ve Mortimer, J. T. (2002). *Career choice and development. Introduction to theories of career development and choice*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Kara, F. M., Gürbüz, B., Küçük-Kılıç, S., ve Öncü, E. (2018). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının serbest zaman sıkılma algısı, yaşam doyumu ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 6(12), 342-357. <https://doi.org/10.18009/jcer.466740>.
- Kerpelman, J. L., Pittman, J. F. ve Lamke, L. K. (1997). Toward a microprocess perspective on adolescent identity development: An identity control theory approach. *Journal of Adolescent Research*, 12, 325-346. <https://doi:10.1177/0743554897123002>
- Kitzinger, J. (1994). The methodology of focus groups: the importance of interaction between research participants. *Sociology of Health and Illness*, 16(1), 103-121. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.ep11347023>
- Kitzinger, J. (1995). Qualitative research: introducing focus groups. *British Medical Journal*, 311, 299-302. <https://doi.org/10.1136/bmj.311.7000.299>

- Korkmaz, O. ve Doğanülkü, H. A. (2021). Fear of COVID-19 and career distress: Mediating role of visions about the future. *İş ve İnsan Dergisi*, 9(1), 31-44. <https://doi.org/10.18394/iid.984101>
- Krueger, R. A. (2014). *Focus groups: A practical guide for applied research*. London: Sage Publications.
- Kurt, G. (2008). Gri ilişki çözümlemesi ve ridit çözümlemesi kullanılarak üniversite öğrencilerinin çeşitli kaygılarının değerlendirilmesi. *Akademik Bakış*, 14, 1-10. <https://doi.org/10.30798/makuiibf.978524>
- Larson, L. M., Toulouse, A. L., Ngumba, W. E., Fitzpatrick, L. A. ve Heppner, P. P. (1994). The development and validation of coping with career indecision. *Journal of Career Assessment*, 2, 91-110. <https://doi.org/10.1177/106907279400200201>
- Lent, R. W. ve Brown, S. D. (2013). Social cognitive model of career self-management: Toward a unifying view of adaptive career behavior across the life span. *Journal of Counseling Psychology*, 60(4), 557-568. <https://doi.org/10.1037/a0033446>
- Lent, R. W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychological adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 482-509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.51.4.482>
- Ma, C., Ganegoda, D. B., Chen, Z. X., Jiang, X. ve Dong, C. (2020). Effects of perceived overqualification on career distress and career planning: Mediating role of career identity and moderating role of leader humility. *Human Resource Management*, 59(6)521-536. <https://doi.org/10.1002/hrm.22009>
- Magee, W. ve St-Arnaud, S. (2012). Models of the joint structure of domain-related and global distress: Implications for the reconciliation of quality of life and mental health perspectives. *Social Indicators Research*, 105, 161-185. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9771-8>
- Maxwell, J. A. (2008). Designing a qualitative study. *The SAGE handbook of applied social research methods*, 2, 214-253. <https://dx.doi.org/10.4135/9781483348858>
- Merriam, S. B. (2013). Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber (Çev. S. Turan). Ankara: Nobel Yayıncılık (Özgün çalışma, 2009).
- Miller, M. J. ve Steven S.D. (2004). Counseling for career choice implications for improving interventions and working with diverse populations. S. D. Brown ve R. W. Lent (Eds), *Career development and counseling: Putting theory and research to work. Career Development and Counseling: Putting Theory* içinde (441-466). New York: Wiley.
- Muijs, D. (2004). *Doing quantitative research in education with SPSS*. London: SAGE.
- Multon, K. D., Heppner, M. J., Gysbers, N. C., Zook, C. ve Ellis-Kalton, C. A. (2001). Client psychological distress: An important factor in career counseling. *Career Development Quarterly*, 49, 324-335. <https://doi.org/10.1002/j.21610045.2001.tb00960.x>
- Neuman, W. L. (2006). *Toplumsal araştırma yöntemleri, nitel ve nicel yaklaşımlar* (Çev. Ö. Sedef) (2. bs.). İstanbul: Yayın Odası.
- Osipow, S. H. (1968). *Theories of career development. A comparison of the theories*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Özden, K., ve Berk, Ö. S. (2017). Kariyer stresi ölçeği'nin (KSÖ) Türkçe'ye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin sınanması. *Psikoloji Çalışmaları*, 37(1), 35-51. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/iupcd/issue/32435/29768> adresinden elde edilmiştir.

- Özen, Y. (2011). Kişisel sorumluluk bağlamında kariyer seçimini etkileyen sosyal psikolojik faktörler. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, (3), 81-96. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/eibd/issue/22683/242221> adresinden elde edilmiştir.
- Özkan, A. (2020). *Üniversite öğrencilerinin yılmazlık ve genel öz yeterlilik düzeylerinin kariyer stresini yordayıcılığı incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur.
- Petroff, L. L. (2008). *Stress, adult attachment, and academic success among community college students*. Lincoln: The University of Nebraska.
- Praskova, A. ve McPeake, L. (2022). Career goal discrepancy, career distress, and goal adjustment: Testing a dual moderated process model in young adults. *Journal of Career Assessment*, 30(4), 615-634. <https://doi.org/10.1177/10690727211063372>.
- 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. <https://doi.org/10.1023/B:J OCD.0000025115.25272.66>
- Rottinghaus, P. J., Jenkins, N. ve Jantzer, A. M. (2009). Relation of depression and affectivity to career counseling to career decision status and self-efficacy in college students. *Journal of Career Assessment*, 17, 271-285. <https://doi.org/10.1177/10690727083304>
- Saunders, D. E., Peterson, G. W., Sampson, J. P. ve Reardon, R. C. (2000). Relation of depression and dysfunctional career thinking to career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 288-298. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1999.171>.
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: an integrative construct for life-span, life-space theory. *The Career Development Quarterly*, 45, 247-259. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.1997.tb00469.x>
- Schneider, B. ve Stevenson, D. (1999). *The ambitious generation: America's teenagers, motivated but directionless*. New Haven: Yale University Press.
- Schwatken, S. (2014). *Incongruence and attitudes toward career counseling* (Unpublished PhD thesis). Iowa State University, Iowa. <https://dr.lib.iastate.edu/entities/publication/c719ba58-c63e-4830-9b48-726650799c09> adresinden elde edilmiştir. <https://doi.org/10.31274/etd-180810-390>.
- Seale, C. (1999). *Quality in qualitative research*. *Qualitative Inquiry*, 5(4), 465-478. <https://doi.org/10.1177/107780049900500402>
- Skorikov, V. B. (2007). *Adolescent career development and adjustment*. V. B. Skorikov ve W. Patton (Ed.), Career development in childhood and adolescence (s. 237-254) içinde. The Netherlands: Sense Publishers.
- Stewart, D. W. ve Shamdasani, P. N. (1990). *Focus Groups: Theory and Practice*. Newbury Park, CA: SAGE.
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282-298. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(80\)90056-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(80)90056-1).
- Super, D. E., Savickas, M. L. ve Super, C. M. (1996). The life-span, life-space approach to careers. *Career Choice and Development*, 3, 121-178. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(80\)90056-1](https://doi.org/10.1016/0001-8791(80)90056-1)
- Sürücü, M. (2011). *Mesleki seçim hedeflerinin kariyer engelleri ve sosyal bilişsel değişkenler tarafından yordanmasına ilişkin bir model sınaması* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Şahin, İ. (2011). Öğretmen adaylarının öğretmen istihdamı ve mesleki geleceklerine ilişkin görüşleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(3), 1167-1184. Erişim adresi: <https://search.trdizin.gov.tr/yayin/detay/118762/> adresinden elde edilmiştir.
- Şensoy, G. ve Siyez, D. M. (2019). The career distress scale: structure, concurrent and discriminant validity, and internal reliability in a Turkish sample. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 19(2), 203-216. doi:10.1007/s10775-018-9376-3.
- Tokol, H., Yılmaz, M. G., Nalbantoğlu, B., Bolatbaş, B. K., Melek, E., Özel, F. ve Topuzoğlu, A. (2019). Marmara üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinde stres ve kişilik özelliklerinin incelenmesi üzerine kesitsel bir çalışma. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*, 4(3), 322-330. <https://doi.org/10.35232/estudamhsd.561156>.
- Ulaş, Ö. ve Özdemir, S. (2018). Üniversite son sınıf öğrencilerinde algılanan kariyer engellerinin yordayıcıları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(3), 672-688. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2017033806>.
- Vondracek, F. W. (1998). Career development: A lifespan perspective (Introduction to the special section). *International Journal of Behavioral Development*, 22(1), 1-6. <https://doi.org/10.1080/016502598384487>
- Whittemore, R., Chase, S. K. ve Mandle, C. L. (2001). Validity in qualitative research. *Qualitative Health Research*, 11(4), 522-537. <https://doi.org/10.1177/104973201129119299>.
- Williamson, E. G. (1939). Training and Selection of School Counselors. *Journal of Counseling and Development*, 18(1), 7-12. <https://doi.org/10.1002/j.2164-5892.1939.tb02568.x>
- Yemenici, A. D., Bozkurt, Ö. ve Özkara, M. (2020). Genç nesilde başarı odaklı motivasyon ve öz saygının kariyer stresi ile ilişkisi. *Uluslararası Turizm, Ekonomi ve İşletme Bilimleri Dergisi*, 4(1), 56-66. Erişim adresi: <https://ijtebs.org/index.php/ijtebs/article/view/480> adresinden elde edilmiştir.
- Yılmaz, A. (2019). Öğretmen adaylarının kariyer streslerinin karma araştırma yaklaşımı ile incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 93-105. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/tsbd/issue/44025/543152> adresinden elde edilmiştir.
- Yu, Y.E. ve Yong, Y.A. (2013). A study on the difference among college students' department satisfaction and career maturity and influence on career stress. *Journal of Dijital Convergence*, 11(12), 557-568. <https://doi.org/10.14400/JDPM.2013.11.12.557>

## Extended Abstract

### Purpose

This study aimed to determine the distresses university 3<sup>rd</sup> year and 4<sup>th</sup> year students who face during their career development and the stress-inducing factors and students' experiences about these.

### Design and Methodology

In order to examine in-depth the career distresses of university 3<sup>rd</sup> and 4<sup>th</sup> year students and the stress-inducing factors and to determine the experiences of the participants regarding these, the study employed the phenomenological design, one of the qualitative research methods. Selected using the convenience sampling method, the study participants consisted of 37 3<sup>rd</sup> year and 4<sup>th</sup> year students majoring in various fields, 19 females and 18 males. The reason why the convenience sampling method was used in the study was to determine easily accessible and applicable participants. The participants were contacted through various social networks and informed about the study details, and the study group was formed from volunteer participants in this direction. In the study, developed by the researcher, a semi-structured interview form consisting of questions to determine university students' career distresses experienced in their career development was used as the data collection tool. To ensure the reliability of the questions in the semi-structured interview form and whether they were clear and understandable, the opinions of three experts from the field of Psychological Counseling and Guidance were asked and the interview form was finalized accordingly. The study data were collected through focus group interview. At this point, a pilot interview was conducted with three participants in order to determine whether the questions were clear and understandable and whether there were any audio or visual problems. Then, necessary permissions were obtained from the participants for the video and audio recording, and the purpose and how the obtained recordings would be used and how they would be saved and stored by the researcher were explained to the participants. Interviews were held online and took approximately 60-90 minutes. After the interviews, the data from the video recordings were deciphered and saved by the researcher. Then, the data were analyzed using thematic analysis and the findings were reported.

### Findings

The career problems were gathered under three themes in the present study conducted to determine the distresses experienced by university students in their career development and the stress-inducing factors. These themes were determined as sectoral/professional factors, anxiety about the future, and discovering barriers in career. The theme of sectoral/professional factors consisted of these sub-themes, namely the professional returns, professional competence and sectoral/professional indecision. The theme of anxiety about the future, on the other hand, included the sub-theme of anxieties about the system. Finally, the theme of discovering barriers in career was made up of five sub-themes, namely family barriers, environmental barriers, economic barriers, personal barriers and barriers about the major/field.

Under the theme of sectoral/professional factors, the participants talked about various distresses related to the professions they plan to have in the future and the work areas. According to the feedback received from the participants in the focus group interview, the stress-inducing factors were determined as the difficulties in certain professions, the problems that the work areas have in themselves, how much they consider themselves competent while they will be performing their profession after graduation, and the indecision about which sector they will work in after university. At this stage, the participants stated that the indecision about whether they should work in the private or public sector after graduation created stress for them.

Under the theme of anxiety about the future, on the other hand, the participants talked about the anxiety of not being able to have a job after graduation, certain concerns about the KPSS exam (e.g., minimum passing score, quota, interview), and the anxiety about the uncertainty regarding the future.

Finally, the theme of discovering barriers in career consisted of the sub-themes of family barriers, environmental barriers, economic barriers, personal barriers, and barriers about the major/field family. The

participants stated that the inconsistency and contradiction between the expectations of the families and their own preferences, the direction and imposition of their families in line with their own wishes were the factors that cause stress and distress in their career development. In addition, it was revealed that the effect of social media and the perception towards certain professional groups, the friend factor and other environmental conditions (negative effects and direction of those who are already performing the profession) cause career distress. The participants expressed that university students need to take various trainings and courses in order to stand out in many subjects in the sector and business life and to leave their competitors behind after graduation, and that they have problems economically regarding this and explained that this is a source of stress and distress for them. On the other hand, they emphasized that if they cannot have a job after graduation, they will experience economic difficulties and this problem may continue even if they get a job. Another sub-theme of discovering barriers in career consisted of personal factors. Under this sub-theme, individual characteristics, habits and experiences drew attention. Certain personal characteristics such as university students' personality traits, experiences and habits also appeared as situations that cause distress/stress in their career development. Furthermore, on this issue, some participants stated that their habits and experiences negatively affect their career development and that these habits and experiences come across as stress factors, and that their personality traits can cause problems at certain points in their careers. Under the sub-theme of barriers about the major/field, university students talked about the difficulties of the department they were in, certain problems with their instructors, and various difficulties related to the major/field.

### **Research Limitations**

The study is limited to university 3<sup>rd</sup> and 4<sup>th</sup> year participants studying in various departments.

### **Implications (Theoretical, Practical, and Social)**

The study was carried out with 3<sup>rd</sup> year and 4<sup>th</sup> year university students. The study aimed to examine and determine the stress-inducing factors and distresses experienced by university students in their career development. According to the findings, the career distresses of university students consisted of three themes. These themes were determined as sectoral/professional factors, anxiety about the future, and discovering barriers in career. In this context, based on the findings of the present study, several recommendations can be made for future studies. Including 1<sup>st</sup> year and 2<sup>nd</sup> year university students into the sample in future studies may contribute to the literature in terms of determining the distresses experienced by students who have just started their university education and entered an adaptation process in their career development. In addition, quantitative and qualitative methods can be used together to address university students' career distresses for a richer perspective. Apart from these implications, in future studies, examining the distresses experienced by university students in their career development together with different variables may be more effective and functional.

### **Originality/Value**

The present study is considered important and remarkable since it is one of the few studies carried out to determine the career distresses that university students experience in their career development and the stress-inducing factors. Also, it is noteworthy that the studies on career distress/stress have been mostly carried out using quantitative methods. The fact that this study was conducted using a qualitative method makes the study unique in this aspect and it is believed that it will contribute to the literature in this regard. Furthermore, considering that the participants of the study were 3<sup>rd</sup> year and 4<sup>th</sup> year university students and that are in a transitional period since they will be finishing their university education and step into business life, determining the career distresses of individuals in this period is another unique aspect of the study.

**Araştırmacı Katkısı:** Oylum ÖZGÜL (%100).