

Examining the Relationships Between Career Stress, Five-Factor Personality Traits, and Fear Of COVID-19 in University Students

Ömer Faruk AKBULUT

Afyonkarahisar Health Sciences University, Afyonkarahisar -Türkiye

Article History

Submitted: 12.11.2022

Accepted: 18.08.2023

Published Online: 16.10.2023

Keywords

Career Stress
Five-Factor Personality Traits
Fear of COVID-19

Abstract

Purpose: This research aims to examine the relationship between career stress, five-factor personality traits, and fear of COVID-19 in university students. In addition, the variables of five-factor personality traits, and fear of COVID-19 were examined as predictors of university students' career stress levels.

Design & Methodology: The research was carried out with the relational survey model, one of the quantitative research methods. The study group of the research consists of 436 university students, of which 352 (80.7%) are female and 84 (19.3%) are male. Pearson correlation analysis and multiple linear regression analysis methods were used in the analysis of the data.

Findings: In the research; While there was a positive and significant relationship between university students' career stress levels and neuroticism ($r=.368$; $p<.01$), self-control ($r = .127$; $p<.01$), and fear of COVID-19 ($r=.293$; $p <.01$), a negative significant relationship was found with extraversion ($r=-.311$; $p<.01$) and agreeableness ($r=-.188$; $p<.01$) personality traits. It was observed that the variables of five-factor personality traits, and fear of COVID-19 included in the analysis together explained 24.8% of the total variance in career stress ($R^2=.248$; $p<.01$).

Implications & Suggestions: In the study, it was seen that individual (personality traits) and psychological (fear of COVID-19) factors have an important place in explaining the career stress experienced by university students. In this context, it can be said that in career counseling services to be carried out to prevent career stress in university students, it can be said that studies can be carried out to reduce the stress that can be experienced in situations of uncertainty and to develop positive personality traits.



DOI:10.29129/inujgse.1203260

Üniversite Öğrencilerinde Kariyer Stresi, Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve COVID-19 Korkusu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi¹

Ömer Faruk AKBULUT

Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Afyonkarahisar –Türkiye

Makale Geçmişi

Geliş: 12.11.2022
Kabul: 18.08.2023
Online Yayın: 16.10.2023

Anahtar Sözcükler

Kariyer Stresi
Beş Faktör Kişilik Özellikleri
COVID-19 Korkusu



DOI:10.29129/inujgse.1203260

Öz

Amaç: Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde kariyer stresi, beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca çalışmada, üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerinin yordayıcıları olarak beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenleri incelenmiştir.

Yöntem: Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüştür. Araştırmanın çalışma grubunu, 352'si kadın (%80.7) 84'ü erkek (%19.3) olmak üzere toplam 436 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Verilerin analizinde Pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi yöntemleri kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmada; üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeyleri ile nörotizm ($r=.368$; $p<.01$), öz-denetim ($r = .127$; $p<.01$) ve COVID-19 korkusu ($r=.293$; $p <.01$) düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken dışa dönüklük ($r=-.311$; $p<.01$) ve yumuşak başlılık ($r=-.188$; $p<.01$) kişilik özellikleri ile negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Analize dâhil edilen beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenleri birlikte kariyer stresindeki toplam varyansın %24.8'ini ($R^2=.248$; $p<.01$) anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmüştür.

Sonuçlar ve Öneriler: Araştırmada, bireysel (kişilik özellikleri) ve psikolojik (COVID-19 korkusu) faktörlerin üniversite öğrencilerinin yaşadığı kariyer stresini açıklamada önemli bir yere sahip olduğu görülmüştür. Bu kapsamda üniversite öğrencilerinde kariyer stresini önlemeye yönelik yürütülecek kariyer danışmanlığı hizmetlerinde belirsizlik durumlarında yaşanabilecek stresi azaltmaya ve pozitif kişilik özelliklerinin geliştirilmesine çalışmalar yapılabileceği söylenebilir.

¹ Bu araştırma, 27-28 Mart 2021 tarihleri arasında düzenlenen Eğitim Araştırmaları Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Bireylerin yaşamları boyunca meslek ve diğer yaşam rollerinin etkileşimi olarak ifade edilen kariyer süreçleri, son yıllarda üzerinde dikkatle durulan bir kavram haline gelmiştir. Günümüzde bilim ve teknolojiye yaşanan hızlı gelişmeler ve pandemiyle birlikte ortaya çıkan belirsizlik durumları meslekler üzerinde bir değişim potansiyeli oluşturmuş ve bu durum beraberinde bireylerin kariyer süreçlerini önemli bir şekilde etkilemiştir (Kuzgun, 2014). Bir mesleğin eğitiminin alındığı üniversite yaşamı, kariyer hedefleri belirleme ve bu hedeflere yönelik hazırlıklar yapma açısından kritik bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır (Eryılmaz & Mutlu, 2017). Ancak özellikle pandemiyle birlikte bu mesleki eğitimin uzaktan eğitim araçlarıyla devam etmesi ve belirsizlik durumları beraberinde kariyer stresini ortaya çıkarmıştır (Autin, Blustein, Ali, & Garriott, 2020).

Yaşanan bu değişimler ile birlikte birçok birey kariyer süreçlerini planlama konusunda zorluk ve stres yaşamaktadır (Choi et al., 2011). Öğrenciler için üniversite süreci bir mesleğe hazırlanma, meslek için eğitim alma ve mezuniyet sonrasında gerçekleştirecekleri aktiviteler için planlama ve hazırlıkların yapıldığı bir süreci ifade etmektedir (Özden & Sertel Berk, 2017). Ancak bu karar verme süreci birçok üniversite öğrencisi için zorlayıcı olabilmektedir (Chowdhury, Suvro, Farhan, & Uddin, 2022). Üniversite öğrencilerinin kariyer süreçlerini planlamakta karşılaştıkları karar verme güçlükleri beraberinde kariyer stresini ortaya çıkarmaktadır (Park & Han, 2017). Öğrencilerin yaşadığı kariyer stresi beraberinde yaşamın diğer alanlarını olumsuz olarak etkilemektedir (Dieringer, Lenz, Hayden, & Peterson, 2017; Walker & Peterson, 2012). Araştırmalar yüksek düzeyde kariyer stresi yaşayan öğrencilerin kaygı, depresyon ve stres gibi olumsuz ruh sağlığı belirtilerinden daha fazla şikayetçi olduklarını göstermektedir (Chowdhury et al., 2022; Fouad et al., 2006; Rottinghaus, Jenkins, & Jantzer, 2009). Üniversite öğrencilerinin kariyer stresi yaşamalarına neden olabilecek birçok faktör bulunmaktadır. Öğrencilerin kariyer planlama süreçleriyle ve kendi meslek alanlarıyla ilgili yeterince bilgiye sahip olmamaları, çevrelerindeki insanların beklentileri ile kendi beklentileri arasında çatışmanın yaşanması, iş bulma konusunda sorunların yaşanması, karar verme ve problem çözme becerilerindeki yetersizlik ile genel psikolojik durumun olumsuz olması kariyer stresine neden olabilecek faktörler arasında ele alınabilmektedir (Choi et al., 2011; Özden & Sertel Berk, 2017; Walker & Peterson, 2012). Bunların yanı sıra bireylerin sahip oldukları kişilik özellikleri ve içerisinde bulunan pandemi sürecine ilişkin korku düzeylerinin kariyer streslerini açıklayabileceği düşünülmektedir. Bu kapsamda araştırmada bu iki değişkene odaklanılmıştır.

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin kariyer stresini açıklayabilecek ilk değişkenin beş faktör kişilik özellikleri olabileceği düşünülmektedir. Bireylerin davranışlarını, duygularını ve düşüncelerini etkileyen ve bireyleri birbirinden ayırt eden özellikler bütünü olarak tanımlanan kişilik kavramı bireyin yaşamsal süreçlerini etkileyen önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Burger, 2019). Kişilik üzerine araştırmalar gerçekleştiren kuramcılar kişiliği tanımlamak ve değerlendirmek için farklı yaklaşımlar ortaya koymuşlardır (Gençtanırım-Kurt & Çetinkaya-Yıldız, 2021). Bunlardan birisi olan Beş Faktör Kişilik Özellikleri Yaklaşımında, bireylerin kişiliğini oluşturan özelliklerin birçoğunun, beş temel kişilik boyutu üzerinde toplanabileceğini işaret etmektedir (McCrae & Costa Jr., 2008). Bu yaklaşıma göre kişilik kavramı; dışadönüklük, yumuşak başlılık, özdenetim, nörotizm ve deneyime açıklık bileşenlerinden oluşmaktadır (Horzum, Ayas, & Padır, 2017). Bu bileşenlerden dışadönüklük, bireyin sosyallik ve cana yakınlık düzeyini temsil ederken yumuşak başlılık bileşeni bireyin kişilerarası ilişkilerinde işbirliğine katılımını ve bu işbirliğini onaylamasını ifade etmektedir (Burger, 2019). Bir diğer kişilik bileşeni olan özdenetim ise bireyin planlılık, dikkat ve öz-kontrol becerisini tanımlamaktadır (Gençtanırım-Kurt & Çetinkaya-Yıldız, 2021). Kişiliğin olumsuz bileşeni olarak ele alınan nörotizm, bireyin yaşamında duygusal olarak dengesizlik yaşama durumu olarak ele alınmaktadır. Son olarak deneyime açıklık özelliği ise bireyin yeni duygu, düşünce ve davranışlara açık olma eğilimini ifade etmektedir. Bireylerin sahip oldukları kişilik

özellikleri yaşamlarında karşılaştıkları sorunlara verecekleri tepkileri, sosyal ilişkilerde gösterdikleri davranışları, psikolojik olarak sorunlar yaşama riskini, eş ve meslek tercihleri gibi yaşamları açısından birçok önemli durumu etkileyebilmektedir (Garbarino, Chiorri, & Magnavita, 2014; Judge, Heller, & Mount, 2002; Smith, Baron, & Grove, 2014). Alanyazında konuyla ilgili çeşitli araştırmalar mevcuttur. Muhasebe çalışanları ile yapılan bir araştırmada; duygusal tutarlılık, iyimserlik, işbirliği, dışa dönüklük, atılganlık, dürüstlük ve açıklık kişilik özellikleri ile bireylerin kariyer doyumları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler ortaya koyulmuştur (Levy et al., 2011). 14 farklı meslek grubundaki bireylerle yapılan başka bir araştırmada ise duygusal dayanıklılık, iyimserlik ve çalışma sürdürülebilirliği değişkenleri kariyer doyumundaki toplam varyansın %17'sini anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmüştür (Lounsbury et al., 2003). Kariyer uyumluluğu açısından pandemi sürecinde üniversiteden yeni mezun bireylerle yapılan bir araştırmada ise belirsizliğe karşı tahammülsüzlük ve düşük kaygı duyarlılığının bir risk faktörü olabileceği görülmüştür. Ayrıca proaktif kişilik özellikleri ve psikolojik sağlık kariyer uyumluluğu ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür (He & Yu, 2022). Alanyazındaki kuramsal açıklamalar ve araştırmalar ele alındığında, kişilik özelliklerinin üniversite öğrencilerinin kariyer streslerini açıklayabilecek bir değişken olabileceği düşünülmektedir.

Pandeminin ortaya çıkışıyla birlikte Dünya'nın farklı bölgelerinde yapılan çalışmalar pandemi ile birlikte değişen yaşam koşullarının ve alışkanlıklarının bireyler üzerinde belki de COVID-19'dan daha fazla etki yarattığını işaret edebilmektedir (Akat & Karataş, 2020; Benke, Autenrieth, Asselmann, & Pané-Farré, 2020; Malesza & Kaczmarek, 2020). Araştırmalar, pandeminin ortaya çıkışıyla birlikte sosyal etkileşimde yaşanan kısıtlanmanın, ev içerisinde ve teknoloji başında geçirilen vaktin artmasının, beslenme alışkanlıklarında yaşanan değişimin ve gün içerisindeki hareketsizliğin artmasının beraberinde uyku problemleri (Haitham et al., 2022; Shreffler, Petrey, & Huecker, 2020; van Roekel, van der Fels, Bakker, & Tummers, 2021), beslenme problemleri (Chen et al., 2020; Gao et al., 2020), fiziksel şikayetler (Ong et al., 2020; Özüdoğru, Baltacı, Dalakçı, & Akbulut, 2021; van Roekel et al., 2021), stres ve kaygı (Planchuelo-Gómez, Odriozola-González, Irurtia, & de Luis-García, 2020; Shreffler et al., 2020), aile ve sosyal ilişkilerde problemler (Dahlberg, 2021; Lessard & Puhl, 2021), teknoloji bağımlılığı (Duan et al., 2020; Sun et al., 2020) gibi çeşitli sorunları ortaya çıkardığını göstermektedir. Bu problemlerin yanı sıra üniversite öğrencilerinin pandemi döneminde eğitimlerine çevrimiçi araçlarla devam etmeleri (Yükseköğretim Kurulu, 2021) ve uzaktan eğitimin sınırlılıkları (Başaran, Doğan, Karaoğlu, & Şahin, 2020; Han, Demirbilek, & Demirtaş, 2021) beraberinde uzaktan eğitimin niteliğinde sorunlar oluşturmuştur. Ayrıca COVID-19 pandemisiyle birlikte üniversite öğrencilerinin eğitimlerini uzaktan eğitim araçlarıyla gerçekleştirmeleri, meslekleriyle ilgili uygulama yapma imkânlarının daralması, ekonomik problemler ile birlikte ortaya çıkan istihdam sorunları, geleceğe yönelik belirsizlik ve salgının ortaya çıkardığı psikolojik ve sosyal etkiler beraberinde kariyer stresinin yaşanmasına neden olmuştur (Byrnes, Civantos, Go, McWilliams, & Rajasekaran, 2020; Çelik, 2020; Günay & Çelik, 2019; Zheng, Lin, He, Freudenreich, & Liu, 2021). Üniversite öğrencilerinin COVID-19'a yönelik sahip oldukları normal olmayan düzeydeki korku durumu beraberinde psikolojik iyi oluşu olumsuz olarak etkilemiştir (El Keshky, Alsabban, & Basyouni, 2020). Bu durum beraberinde kariyer süreçlerini planlamakta güçlük yaşanmasına ve kariyer stresinin ortaya çıkmasına yol açabilmektedir (Gray, Kim, & Lee, 2021). Bu kapsamda araştırmada, üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerini açıklayabilecek diğer değişkeninin COVID-19 korkusu düzeyleri olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Tüm bunlar değerlendirildiğinde, üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerinin beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenleri tarafından anlamlı bir şekilde yordanabileceği düşünülmektedir. İçinde bulunduğumuz pandemi döneminde üniversite öğrencilerinin kariyer stresini

açıklayabilecek faktörlerin incelenmesine yönelik yapılacak çalışmalar başta üniversitelerin kariyer merkezleri olmak üzere farklı kurumların kariyer rehberliği ve danışmanlığı hizmetlerini planlayabilmelerine destek olabileceği düşünülmektedir. Zorlu yaşam koşullarında yürütülecek kariyer danışmanlığı hizmetinin günümüz koşulları bağlamında ele alınması açısından bu araştırmanın kariyer psikolojik danışmanlığa alanına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca alanyazında COVID-19 sürecinin psikolojik ve sosyal etkileriyle ilgili birçok çalışma olmasına rağmen konuyu kariyer bağlamında ele alan çalışmaların sınırlı olması da bu araştırmanın önemini ortaya koyabilmektedir. Bu bağlamda araştırmada, beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin kariyer streslerine ilişkin yordayıcı rolü incelenmiştir. Araştırmada bu genel amaç çerçevesinde aşağıdaki alt amaçlara cevap aranmıştır:

1-) Üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeyleri ile beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu düzeyleri arasında ne düzeyde bir ilişki vardır?

2-) Üniversite öğrencilerinde beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenleri kariyer stresini nasıl yordamaktadır?

YÖNTEM

Desen

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin kariyer stresi, beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu düzeyleri arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin kariyer stresini yordama durumu incelendiği için araştırma modeli olarak nicel araştırma yöntemlerinden birisi olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modellerinde, iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve düzeyini belirlemek amaçlanmaktadır (Karasar, 2015).

Katılımcılar

Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye’deki farklı yükseköğretim kurumlarında öğrenim gören 352’si kadın (%80.7) 84’ü erkek (%19.3) olmak üzere toplam 436 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerini belirlemek için Özden ve Sertel Berk (2017) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Kariyer Stresi Ölçeği”, beş faktör kişilik özellikleri düzeylerini belirlemek için Horzum ve diğerleri (2017) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Beş Faktör Kişilik Ölçeği” ve COVID-19 korkusu düzeylerini belirlemek için Satıcı ve diğerleri (2020) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Covid-19 Korkusu Ölçeği” kullanılmıştır.

Kariyer Stresi Ölçeği: Kariyer Stresi Ölçeği’nin Türkçe’ye uyarlama çalışması Özden ve Sertel Berk (2017) tarafından 425 üniversite öğrencisinin katılımı ile yapılmıştır. Ölçme aracı, kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği, dışsal çatışma ve iş bulma baskısı olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır. Ölçme aracında beşli likert tipinde 20 madde bulunmaktadır. Ölçekten alınan puanın artması ilgili kişinin kariyer stresi düzeyinin arttığını göstermektedir. Ölçme aracı için yapılan açımlayıcı faktör analizinde üç faktörlü yapının toplam varyansın %64.7’sini açıkladığı görülmüştür. Ayrıca bu yapının doğrulanmasına yönelik gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizinde ise model uyum indekslerinin kabul edilebilir ve mükemmel aralıklarda olduğu görülmüştür. Ölçme aracının güvenilirlik analizinde ise içtutarlılık katsayısı .94 olarak

bulunurken test-tekrar test güvenilirliği katsayısı .81 olarak bulunmuştur. Bu bilgiler ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir. Bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizinde ise ölçme aracının cronbach alfa katsayısı .94 olarak bulunmuştur.

Beş Faktör Kişilik Ölçeği: Beş Faktör Kişilik Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışması Horzum ve diğerleri (2017) tarafından 218 öğrencinin katılımı ile yapılmıştır. Ölçek 10 maddeden ve beş alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; dışadönüklük, yumuşakbaşlılık, özdenetimlilik, nörotiklik ve deneyime açıklık olarak tanımlanmıştır. İlgili alt boyutlardan alınan puanın artması kişinin o boyuttaki kişilik özelliği düzeyinin arttığını göstermektedir. Ölçme aracı için yapılan açımlayıcı faktör analizinde beş faktörlü yapının toplam varyansın %88.4'ünü açıkladığı görülmüştür. Ayrıca bu yapının doğrulanmasına yönelik gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizinde ise model uyum indekslerinin kabul edilebilir ve mükemmel aralıklarda olduğu görülmüştür. Ölçme aracının güvenilirlik analizinde ise kişilik yapılarındaki beş faktörü için iç tutarlılık ve kompozit güvenilirlik değerleri sırasıyla dışadönüklük için iç tutarlılık .88 ve kompozit .83; yumuşakbaşlılık için iç tutarlılık .81 ve kompozit .73; öz denetimlilik için iç tutarlılık .90 ve kompozit .85, nörotiklik için iç tutarlılık .85 ve kompozit .79 ve deneyime açıklık için iç tutarlılık .84 ve kompozit .78 güvenilirlik değerine sahip olduğu bulunmuştur. Bu bilgiler ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir.

Covid-19 Korkusu Ölçeği: Covid-19 Korkusu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışması Satıcı ve diğerleri (2020) tarafından 18-64 yaş aralığındaki 1304 katılımcı ile yapılmıştır. Ölçek 7 maddeden oluşmakla birlikte tek faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçekten alınan puanın artması ilgili kişinin Covid-19 korkusu düzeyinin arttığını göstermektedir. Yapılan faktör analizi sonucuna göre ölçek maddelerinin .48 ile .72 arasında değerler aldığı görülmektedir. Ölçme aracının eşzamanlı geçerliliğine ilişkin bulgularda ise depresyon, stres ve kaygı ile pozitif düzeyde anlamlı ilişkilere yaşam doyumu ile negatif düzeyde anlamlı ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin güvenilirlik analizi sonuçlarına bakıldığında Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayısı .85, McDonald's Omega değeri .85, Guttman's Lambda değer .84, CR değeri .84 olarak bulunmuştur. Bu bilgiler ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir. Bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizinde ise ölçme aracının cronbach alfa katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

Veri toplama sürecine başlamadan önce araştırma kapsamında kullanılacak ölçme araçlarını geliştiren araştırmacılardan izin alınmıştır. Daha sonrasında araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden üniversite öğrencilerine araştırmanın amacı ile ilgili bilgi verilmiştir. Veriler, içerisinde bulunun pandemi durumundan kaynaklı olarak, çevrimiçi bir veri toplama aracı olan Google Formlar aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmada verilerin toplanması süreci ortalama 10 dakika sürmüştür. Verilerin toplanmasından sonra sonuçlarını görmek isteyen öğrencilerle bireysel sonuçlar paylaşılmıştır.

Verilerin Analizi

İlk olarak ölçme araçlarından alınan puanların normallik testi yapılmıştır. Bu kapsamda ilgili toplam puanların basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılmıştır. İlgili değerlerin -1,96 ile +1,96 arasında olduğu görülmüştür. Değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1,96 ile +1,96 arasında değer alması değişkenlerin normal dağılım gösterdiğini ifade etmektedir (Can, 2019; Çokluk, Şekercioglu, & Büyüköztürk, 2018). Analizden önce değişkenlerin normalliği kontrol edilmiş ve aykırı değerler incelenmiştir. Mahalanobis uzaklık değerine sahip 5 gözlemler analiz dışı tutulmuş ve sonuç olarak 431 veri ile analiz yapılmıştır. Araştırmada kariyer stresi, beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi yapılmıştır.

Daha sonrasında araştırmının bağımsız değişkenlerinin (beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu) bağımlı değişkeni (kariyer stresi) yordama durumunu incelemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmının genel ve alt amaçları doğrultusunda yapılan analizler sonucu ortaya çıkan sonuçlar yer almaktadır.

Bu bağlamda ilk olarak üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeyleri ile beş faktör kişilik özellikleri (dışa dönüklük, yumuşak başlılık, öz denetim, nörotizm ve deneyime açıklık) düzeyleri ve COVID-19 korkusu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 1’de analiz sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır.

Tablo 1

Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Stresi ile Kişilik Özellikleri ve COVID-19 Korkusu Düzeyleri Arasındaki İlişkiler

Değişken	n	Ort	ss	1	2	3	4	5	6	7
1.Kariyer Stresi	431	53.68	18.65	-						
2.Dışa Dönüklük	431	7.05	2.21	-.311**	-					
3.Yumuşak Başlılık	431	8.03	1.39	-.188**	-.010	-				
4.Öz Denetim	431	6.67	1.40	.127**	-.230**	.126**	-			
5.Nörotizm	431	6.07	1.95	.368**	-.301**	-.073	.066	-		
6.Deneyime Açıklık	431	7.02	1.86	-.067	.155**	.008	.053	-.072	-	
7.COVID-19 Korkusu	431	15.96	6.50	.293**	-.163**	-.103*	-.048	.239**	-.061	-

* p< .05 ** p< .01

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeyleri ile dışa dönüklük kişilik özelliği düzeyleri arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ($r = -.311$; $p < .01$); yumuşak başlılık kişilik özelliği düzeyleri arasında negatif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ($r = -.188$; $p < .01$); öz denetim kişilik özelliği düzeyleri arasında pozitif yönde çok düşük düzeyde anlamlı ($r = .127$; $p < .01$); nörotizm kişilik özelliği düzeyleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ($r = .368$; $p < .01$); deneyime açıklık kişilik özelliği düzeyleri arasında negatif yönde çok düşük düzeyde anlamsız ($r = -.067$; $p < .01$) ve COVID-19 korkusu düzeyleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ($r = .293$; $p < .01$) bir ilişki bulunmuştur.

Elde edilen korelasyon analizi sonuçlarından yola çıkarak üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerini yordayan değişkenleri ve bu değişkenlerin yordama düzeylerini belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Tablo 2’de analiz sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır.

Tablo 2

Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Stresi Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	SHβ	β	t	p
Sabit	50.391	7.884		6.392	.000
Dışa Dönüklük	-1.552	.383	-.185	-4.054	.000
Yumuşak Başlılık	-2.193	.570	-.164	-3.850	.000
Öz Denetim	1.300	.578	.098	2.247	.025
Nörotizm	2.376	.431	.248	5.507	.000
COVID-19 Korkusu	.549	.126	.191	4.358	.000
R=.498	R ² =.248		F ₍₅₋₄₂₅₎ =28.066		p=.000

Tablo 2 incelendiğinde, analize dâhil edilen beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenleri birlikte kariyer stresindeki toplam varyansın %24.8'ini anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerini açıklayan değişkenlerin önem sırası ve tek başına anlamlılık durumlarına bakıldığında sırasıyla nörotizm ($\beta=.246$; $p<.05$), COVID-19 korkusu ($\beta=.189$; $p<.05$), dışa dönüklük ($\beta=-.185$; $p<.05$), yumuşak başlılık ($\beta=-.165$; $p<.05$) ve öz denetim ($\beta=.099$; $p<.05$) olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeyleri ile beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca araştırmada beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusunun kariyer stresini yordama durumu incelenmiştir. Araştırmada, üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeyleri ile dışa dönüklük, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık kişilik özellikleri ile negatif yönde bir ilişki, öz denetim, nörotizm ve COVID-19 korkusu düzeyleri arasında ise pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca araştırmada nörotizm, dışa dönüklük, yumuşak başlılık, öz denetim ve COVID-19 korkusu değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerindeki toplam varyansın %24.8'ini anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular alanyazın ışığında tartışılmış, araştırmanın sonuçları ve sınırlılıkları çerçevesinde çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmada, beş faktör kişilik özelliklerinin üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerini anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmüştür ($R^2=.215$, $p<.01$). Kişilik özellikleri, bireyleri diğer bireylerden ayırt eden ve yaşamda karşılaşılan durumlara karşı verilen tepkileri etkileyebilen bir değişken olarak ele alınmaktadır (Burger, 2019). Bu açıdan kariyer stresi durumuna karşı bireylerin sahip olduğu kişilik özelliklerinin önemli bir etkiye sahip olabileceği söylenebilir (Challacombe, Ackerman, & Stones, 2019). Araştırmada, kariyer stresini en fazla oranda açıklayan kişilik özelliğinin nörotizm ($R^2=.136$, $p<.01$) olduğu görülmüştür. Bireyin duygusal olarak dengesizlik yaşaması olarak tanımlanan nörotizm kişilik özelliği birçok psikolojik problemle ilişkilidir (Yoon, Maltby, & Joormann, 2013). Yaşanan duygusal farklılıklar kariyer olarak karar verme ve planlama süreçlerini olumsuz olarak etkileyebilmekte ve bu durum kariyer stresinin yaşanmasına neden olabilmektedir (Kelly & Shin, 2008). Bir başka kişilik özelliği olan dışa dönüklük ($R^2=.097$, $p<.01$) ise nörotizmden sonra en yüksek oranda kariyer stresini açıklamıştır. Bu kişilik özelliğinin yüksek olduğu bireylerin sosyalleşme, iletişim ve cana yakınlık gibi özelliklere sahip olması beraberinde kariyer stresi açısından koruyucu bir role sahip olabilmektedir (Horzum et al., 2017). Levy ve arkadaşları

(2011) tarafından yapılan çalışmada duygusal tutarlılık ve dışa dönüklük kişilik özelliklerinin kariyer doyumunu açıklayan önemli değişkenler olduğu görülmüştür. Benzer şekilde yumuşak başlılık ($R^2=.035$, $p<.01$) kişilik özelliğine sahip olmak güven, dürüstlük, yeni deneyimlere açık olmak ve diğer insanlarla işbirliğine açık olma gibi özelliklerinden (Burger, 2019) kaynaklı olarak kariyer stresi açısından koruyucu bir role sahip olabilmektedir. Son olarak öz-denetim kişilik özelliği; bireyin otokontrolünün yüksek olması, temkinli davranması ve bir davranışı gerçekleştirmeden önce dikkatlice düşünmesi olarak karşımıza çıkmaktadır (Gençtanırım-Kurt & Çetinkaya-Yıldız, 2021). Araştırmada, öz-denetim kişilik özelliğinin ($R^2=.016$, $p<.01$) kariyer stresini pozitif olarak anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Öz-denetim kişilik özelliğinin sahip olduğu davranışsal örüntülerin kariyer stresini azaltma açısından önemli özellikler olduğu düşünülse de bu çalışmada kurulan ve alanyazındaki temel varsayımlara ters bir sonuç ile karşılaşmıştır. Özetle; nörotizm, dışa dönüklük, yumuşak başlılık ve öz-denetim kişilik özelliklerinin üniversite öğrencilerinin kariyer stresini açıklamada önemli ve anlamlı bir yordayıcılık etkisine sahip olduğu söylenebilir.

2019 yılı ile birlikte bütün Dünya'ya hızlı bir şekilde yayılan ve bireylerin günlük yaşam alışkanlıklarını önemli oranda değiştiren COVID-19 pandemisi beraberinde psikolojik ve sosyal birçok sorunu da ortaya çıkarmıştır (Akat & Karataş, 2020; Baltacı, Akbulut, & Yılmaz, 2021; Planchuelo-Gómez et al., 2020). Pandemiyle birlikte yaşanan ekonomik problemler ve geleceğe yönelik belirsizlik durumları kariyer stresinin yaşanmasına neden olabilmektedir (Byrnes et al., 2020). Özellikle bir mesleğin eğitiminin alındığı ve kariyer süreçlerini yapılandırma açısından önemli bir döneme denk gelen üniversite yaşamının pandemiyle birlikte uzaktan eğitim araçlarıyla devam etmesi yaşanan bu kariyer stresinin artmasına yol açabilmektedir (Çelik, 2020). Bu kapsamda, pandemi döneminde COVID-19'da kaynaklı yaşanan korku ve stresin üniversite öğrencilerinde kariyer stresinin yaşanmasına neden olabileceği söylenebilir (Gray et al., 2021). Nitekim çalışmada, COVID-19 korkusunun kariyer stresini açıklamada anlamlı bir yere sahip olduğu görülmüştür ($R^2=.086$, $p<.01$).

Sonuç

Sonuç olarak çalışmada, beş faktör kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, yumuşak başlılık, öz denetim ve nörotizm ile COVID-19 korkusunun üniversite öğrencilerinin kariyer stresi düzeylerindeki toplam varyansın %24.8'ini ($R^2=.248$, $p<.01$) açıkladığı görülmüştür. Bu sonuç, bireysel (kişilik özellikleri) ve psikolojik (COVID-19 korkusu) özelliklerin kariyer stresinin anlamlı yordayıcıları olduğunu ve üniversite öğrencilerinde kariyer stresini açıklamada çok faktörlü yapıların önemli olduğunu göstermektedir.

Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu çalışmada beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenlerinin üniversite öğrencilerinde kariyer stresini yordayıcı rolü ele alınmıştır. Araştırmada, bireysel (kişilik özellikleri) ve psikolojik (COVID-19 korkusu) faktörlerin üniversite öğrencilerinin yaşadığı kariyer stresini açıklamada önemli bir yere sahip olduğu görülmüştür. Bu kapsamda üniversite öğrencilerinde kariyer stresini önlemeye yönelik yürütülecek kariyer danışmanlığı hizmetlerinde belirsizlik durumlarında yaşanabilecek stresi azaltmaya ve pozitif kişilik özelliklerinin geliştirilmesine çalışmalar yapılabileceği söylenebilir. Ayrıca sahip olunan kişilik özelliklerinin kariyer stresini açıklama durumları göz önünde bulundurularak kariyer stresi açısından riskli konumda yer alan bireylere yönelik çalışmalara katkı sağlayabileceği ifade edilebilir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar çerçevesinde çeşitli önerilerde bulunulabilir. Araştırmada, beş faktör kişilik özelliklerinden nevrozizm, dışa dönüklük ve yumuşak başlılık özelliklerinin kariyer stresi anlamlı bir şekilde açıkladığı göz önünde bulundurulduğunda kişilik özelliklerinin geliştirilebileceği yönü düşünülerek

dışa dönüklük ve yumuşak başlılık özelliklerini geliştirmeye ve nevroitiklik özelliğini azaltmaya yönelik çalışmalar yapılabileceği söylenebilir. Ayrıca araştırmada COVID-19 korkusunun kariyer stresine neden olabileceği görülmüştür. Bu kapsamda özellikle belirsizlik ve kaygı yaratabilecek durumlarda önleyici ve koruyucu temelli ruh sağlığı hizmetlerinin kariyer stresini önlemede önemli olabileceği söylenebilir. Bunlara ek olarak bu araştırmada üniversite öğrencilerinin kariyer stresi durumu beş faktör kişilik özellikleri ve COVID-19 korkusu değişkenleri açısından incelenmiştir. Bu değişkenlerin yanı sıra üniversite öğrencilerinin kariyer stresini açıklayabilecek farklı psikolojik ve sosyal değişkenlere odaklanılabilir. Bunun yanı sıra bu araştırma nicel araştırma yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Nitel veya karma desen araştırmalar ile kariyer stresi olgusuna yaklaşılmasının literatüre ve alan çalışanlarına önemli katkılar sunabileceği söylenebilir.

KAYNAKÇA

- Akat, M., & Karataş, K. (2020). Psychological effects of COVID-19 pandemic on society and its reflections on education. *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 1–13. <https://turkishstudies.net/files/turkishstudies/dcaa79c7-552f-4373-915f-8c0d54323bfc.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Autin, K. L., Blustein, D. L., Ali, S. R., & Garriott, P. O. (2020). Career development impacts of COVID-19: Practice and policy recommendations. *Journal of Career Development*, 47(5), 487–494. <https://doi.org/10.1177/0894845320944486> adresinden erişilmiştir.
- Baltacı, Ö., Akbulut, Ö. F., & Yılmaz, E. (2021). A current risk factor in problematic internet use: The Covid-19 pandemic. *Humanistic Perspective*, 3(1), 97–121. <https://doi.org/10.47793/hp.872503> adresinden erişilmiştir.
- Başaran, M., Doğan, E., Karaoğlu, E., & Şahin, E. (2020). A study on effectiveness of distance education, as a return of coronavirus (Covid-19) pandemic process. *Academia Journal of Educational Research*, 5(2), 368–397. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1152012> adresinden erişilmiştir.
- Benke, C., Autenrieth, L. K., Asselmann, E., & Pané-Farré, C. A. (2020). Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the COVID-19 pandemic among adults from Germany. *Psychiatry Research*, 293, 113462. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113462> adresinden erişilmiştir.
- Burger, J. M. (2019). *Personality*. İstanbul: Kaknüs.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Scientific research methods in education*. Ankara: Pegem.
- Byrnes, Y. M., Civantos, A. M., Go, B. C., McWilliams, T. L., & Rajasekaran, K. (2020). Effect of the COVID-19 pandemic on medical student career perceptions: a national survey study. *Medical Education Online*, 25(1), 1798088. <https://doi.org/10.1080/10872981.2020.1798088> adresinden erişilmiştir.
- Can, A. (2019). *Quantitative data analysis in scientific research process with SPSS*. Ankara: Pegem.
- Çelik, M. (2020). Four in one: Optimism, hope, department compatibility and employability as predictors of career adaptation. *Academia Journal of Educational Research*, 5(2), 293–305. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1144756> adresinden erişilmiştir.
- Challacombe, D. J., Ackerman, M., & Stones, A. (2019). Personality trait differences in law enforcement officers. *Policing: An International Journal*, 42(6), 1081–1096. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-01-2019-0004> adresinden erişilmiştir.
- Chen, R. N., Liang, S. W., Peng, Y., Li, X. G., Chen, J. B., Tang, S. Y., & Zhao, J. B. (2020). Mental health status and change in living rhythms among college students in China during the COVID-19 pandemic: A large-scale survey. *Journal of Psychosomatic Research*, 137, 110219.

- <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2020.110219> adresinden erişilmiştir.
- Choi, B. Y., Park, H., Nam, S. K., Lee, J., Cho, D., & 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> adresinden erişilmiştir.
- Chowdhury, U., Suvro, M. A. H., Farhan, S. M., & Uddin, M. J. (2022). Depression and stress regarding future career among university students during COVID-19 pandemic. *PLoS one*, 17(4), e0266686. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266686> adresinden erişilmiştir.
- Council of Higher Education. (2021). *Statement regarding the spring semester of the 2020-2021 academic year*. <https://www.yok.gov.tr/HaberBelgeleri/BasinAciklamasi/2021/2020-2021-bahar-donemine-iliskin-aciklama.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2018). *SPSS and LISREL applications for multivariate statistics for social sciences*. Ankara: Pegem.
- Dahlberg, L. (2021). Loneliness during the COVID-19 pandemic. *Aging & Mental Health*, 25(7), 1161–1164. <https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1875195> adresinden erişilmiştir.
- Dieringer, D. D., Lenz, J. G., Hayden, S. C. W., & Peterson, G. W. (2017). The relation of negative career thoughts to depression and hopelessness. *The Career Development Quarterly*, 65(2), 159–172. <https://doi.org/10.1002/cdq.12089> adresinden erişilmiştir.
- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in china during the outbreak of COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 275, 112–118. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.029> adresinden erişilmiştir.
- El Keshky, M. E. S., Alsabban, A. M., & Basyouni, S. S. (2020). The psychological and social impacts on personal stress for residents quarantined for COVID-19 in Saudi Arabia. *Archives of Psychiatric Nursing*, 35(3), 311-316. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.09.008> adresinden erişilmiştir.
- Eryılmaz, A., & Mutlu, T. (2017). Career development and mental health from the perspective of life-span development approach. *Current Approaches in Psychiatry*, 9(2), 227–249. <https://doi.org/10.18863/pgy.281802> adresinden erişilmiştir.
- Fouad, N. A., Guillen, A., Harris-Hodge, E., Henry, C., Novakovic, A., Terry, S., & 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> adresinden erişilmiştir.
- Gao, F., Zheng, K. I., Wang, X.-B., Sun, Q.-F., Pan, K.-H., Wang, T.-Y., ... Zheng, M.-H. (2020). Obesity is a risk factor for greater COVID-19 severity. *Diabetes Care*, 43(7), e72–e74. <https://doi.org/10.2337/dc20-0682> adresinden erişilmiştir.
- Garbarino, S., Chiorri, C., & Magnavita, N. (2014). Personality traits of the Five-Factor Model are associated with work-related stress in special force police officers. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 87(3), 295–306. <https://doi.org/10.1007/s00420-013-0861-1> adresinden erişilmiştir.
- Gençtanırım-Kurt, D., & Çetinkaya-Yıldız, E. (2021). *Personality theories*. Ankara: Pegem.
- Gray, M. A., Kim, M., & Lee, S. (2021). Simplifying the Measurement of College Students' Career Planning: the Development of Career Student Planning Scale during the COVID-19 Pandemic. *Experimental Results*, 2, e4. <https://doi.org/10.1017/exp.2020.69> adresinden erişilmiştir.
- Günay, A., & Çelik, R. (2019). Predicting the career stress with psychological health and goodwise variables: Examples of public relations and publicity students. *Suleyman Demirel University Journal of Social Sciences Institute*, 2(33), 205–218. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/704550> adresinden erişilmiştir.
- Haitham, J., S., B. A., Luigi, B. N., Zahra, S., MoezAllislam, F., & V., V. M. (2022). Sleep problems during the COVID-19 pandemic by population: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Sleep*

- Medicine*, 17(2), 299–313. <https://doi.org/10.5664/jcsm.8930> adresinden erişilmiştir.
- Han, F., Demirbilek, N., & Demirtaş, H. (2021). Opinions of school administrators and teachers on distance education conducted during the coronavirus (Covid-19) epidemic. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 10(3), 1168 – 1193. <https://doi.org/10.30703/cije.819946> adresinden erişilmiştir.
- He, M., & Yu, Y. (2022). Individual risky and protective factors influencing university new graduates' career adaptability during COVID-19: A moderated mediation model. *Journal of Health Psychology*, 27(11), 2632-2643. <https://doi.org/10.1177/13591053211064980> adresinden erişilmiştir.
- Horzum, M. B., Ayas, T., & Padir, M. A. (2017). Adaptation of Big Five Personality Traits Scale to Turkish culture. *Sakarya University Journal of Education*, 7(2), 398–408. <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/bes-faktor-kisilik-olcegi-toad.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Judge, T. A., Heller, D., & Mount, M. K. (2002). Five-factor model of personality and job satisfaction: A meta-analysis". *Journal of Applied Psychology*, 87(3), 530–541. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0021-9010.87.3.530> adresinden erişilmiştir.
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Kelly, K. R., & Shin, Y.-J. (2008). Relation of Neuroticism and Negative Career Thoughts and Feelings to Lack of Information. *Journal of Career Assessment*, 17(2), 201–213. <https://doi.org/10.1177/1069072708329029> adresinden erişilmiştir.
- Kuzgun, Y. (2014). *Vocational guidance and career counseling*. Ankara: Pegem.
- Lessard, L. M., & Puhl, R. M. (2021). Adolescent academic worries amid COVID-19 and perspectives on pandemic-related changes in teacher and peer relations. *School Psychology*, 36(5), 285–292. <https://doi.org/10.1037/spq0000443> adresinden erişilmiştir.
- Levy, J. J., Richardson, J. D., Lounsbury, J. W., Stewart, D., Gibson, L. W., & Drost, A. W. (2011). Personality traits and career satisfaction of accounting professionals. *Individual Differences Research*, 9(4), 238-249.
- Lounsbury, J. W., Loveland, J. M., Sundstrom, E. D., Gibson, L. W., Drost, A. W., & Hamrick, F. L. (2003). An investigation of personality traits in relation to career satisfaction. *Journal of Career Assessment*, 11(3), 287–307. <https://doi.org/10.1177/1069072703254501>
- Malesza, M., & Kaczmarek, M. C. (2020). Predictors of anxiety during the COVID-19 pandemic in Poland. *Personality and Individual Differences*, 170, 110419. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110419b> adresinden erişilmiştir.
- McCrae, R. R., & Costa Jr., P. T. (2008). The five-factor theory of personality. *Handbook of Personality: Theory and Research*, 3rd Ed., pp. 159–181. The Guilford Press.
- Ong, J. J. Y., Bharatendu, C., Goh, Y., Tang, J. Z. Y., Sooi, K. W. X., Tan, Y. L., ... Sharma, V. K. (2020). Headaches associated with personal protective equipment – a cross-sectional study among frontline healthcare workers during COVID-19. *Headache: The Journal of Head and Face Pain*, 60(5), 864–877. <https://doi.org/10.1111/head.13811> adresinden erişilmiştir.
- Özden, K., & Sertel Berk, Ö. (2017). Reliability and validity study of Turkish version of the Korean Career Stress Inventory (KCSI). *Studies in Psychology*, 37(1), 35–51. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/407171> adresinden erişilmiştir.
- Özüdoğru, A., Baltacı, Ö., Dalakçı, M. S., & Akbulut, Ö. F. (2021). Relationship between individuals' levels of pain, physical activity and problematic internet use in the Covid-19 pandemic. *Journal of Dependence*, 22(4), 421–431. <https://doi.org/10.51982/bagimli.935758> adresinden erişilmiştir.
- Park, I. S., & Han, Y. J. (2017). A study on the difference in career attitude maturity, career identity, stress management, and satisfaction for major classes of nursing students according to demographic characteristics. *The Journal of Employment and Career*, 7(1), 145–167. <http://dx.doi.org/10.35273/jec.2017.7.1.007> adresinden erişilmiştir.

- Planchuelo-Gómez, Á., Odriozola-González, P., Irurtia, M. J., & de Luis-García, R. (2020). Longitudinal evaluation of the psychological impact of the COVID-19 crisis in Spain. *Journal of Affective Disorders*, 277, 842–849. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.018> adresinden erişilmiştir.
- Rottinghaus, P. J., Jenkins, N., & Jantzer, A. M. (2009). Relation of depression and affectivity to career decision status and self-efficacy in college students. *Journal of Career Assessment*, 17(3), 271–285. <https://doi.org/10.1177/1069072708330463> adresinden erişilmiştir.
- Satici, B., Gocet-Tekin, E., Deniz, M. E., & Satici, S. A. (2020). Adaptation of the Fear of COVID-19 Scale: Its association with psychological distress and life satisfaction in Turkey. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00294-0> adresinden erişilmiştir.
- Shreffler, J., Petrey, J., & Huecker, M. (2020). The impact of COVID-19 on healthcare worker wellness: A scoping review. *The Western Journal of Emergency Medicine*, 21(5), 1059–1066. <https://doi.org/10.5811/westjem.2020.7.48684> adresinden erişilmiştir.
- Smith, T. W., Baron, C. E., & Grove, J. L. (2014). Personality, emotional adjustment, and cardiovascular risk: marriage as a mechanism. *Journal of Personality*, 82(6), 502–514. <https://doi.org/10.1111/jopy.12074> adresinden erişilmiştir.
- Sun, Y., Li, Y., Bao, Y., Meng, S., Sun, Y., Schumann, G., ... Shi, J. (2020). Brief report: increased addictive internet and substance use behavior during the COVID-19 pandemic in China. *The American Journal on Addictions*, 29(4), 268–270. <https://doi.org/10.1111/ajad.13066> adresinden erişilmiştir.
- van Roekel, H., van der Fels, I. M. J., Bakker, A. B., & Tummers, L. G. (2021). Healthcare workers who work with Covid-19 patients are more physically exhausted and have more sleep problems. *Frontiers in Psychology*, 11, 3843. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.625626> adresinden erişilmiştir.
- Walker, J. V., & Peterson, G. W. (2012). Career thoughts, indecision, and depression: Implications for mental health assessment in career counseling. *Journal of Career Assessment*, 20(4), 497–506. <https://doi.org/10.1177/1069072712450010> adresinden erişilmiştir.
- Yoon, K. L., Maltby, J., & Joormann, J. (2013). A pathway from neuroticism to depression: examining the role of emotion regulation. *Anxiety, Stress, & Coping*, 26(5), 558–572. <https://doi.org/10.1080/10615806.2012.734810> adresinden erişilmiştir.
- Zheng, Q., Lin, X., He, L., Freudenreich, T., & Liu, T. (2021). Impact of the perceived mental stress during the COVID-19 pandemic on medical students' loneliness feelings and future career choice: a preliminary survey study. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 666588. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.666588> adresinden erişilmiştir.