

## Kariyer Uyumluluğu ile Yaşam Doyumu ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolü

Gürcan Şeker\*, Burhan Çapri\*\*

Makale Geliş Tarihi: 28.03.2023

Makale Kabul Tarihi:08.07.2023

DOI: 10.35675/befdergi.1272345

### Öz

*Bu çalışmanın amacı, beliren yetişkinlik döneminde yer alan bireylerin kariyer uyumluluğu ile umut, yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık gibi pozitif psikolojik özellikler arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, umudun, yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık ile kariyer uyumluluğu arasında, aracı rolünün test edildiği bir model önerilmiştir. Araştırmanın çalışma grubu, 336 üniversite öğrencisinden (251 kadın, 85 erkek) oluşmaktadır. Araştırma kapsamında verilerin toplanması amacıyla 'Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği-Kısa Formu, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Yaşam Doyumu ölçeği ve Sürekli Umud Ölçeği' kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 24.0 ve AMOS programları ile yapılmıştır. Verilerin analizinde korelasyon analizi ve yol analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular, kariyer uyumluluğu ile umut, yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Umudun aracılık rolüne ilişkin hipotez model test edilmiş ve elde edilen bulgular, umudun hem yaşam doyumu hem de psikolojik sağlamlık ile kariyer uyumluluğu arasındaki ilişkide aracı etkiye sahip olduğunu göstermektedir.*

**Anahtar Kelimeler:** Kariyer uyumluluğu, umut, yaşam doyumu, psikolojik sağlamlık, beliren yetişkinlik

## The Mediator Role of Hope in the Relationship Between Career Adaptability and Life Satisfaction and Resilience

### Abstract

*The aim of this study is to examine the relationship between career adaptability of individuals in emerging adulthood and positive psychological characteristics such as hope, life satisfaction and resilience. For this purpose, a model is proposed in which the mediator role of hope between life satisfaction, resilience and career adaptability is tested. The study group of the research consists of 336 university students (251 female, 85 male). In order to collect data within the scope of the research, 'Career Adaptability Scale-Short Form, Brief Resilience Scale,*

\* Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Niğde, Türkiye, [gurcanseker@ohu.edu.tr](mailto:gurcanseker@ohu.edu.tr), ORCID: [0000-0002-6633-7859](https://orcid.org/0000-0002-6633-7859)<sup>ID</sup>

\*\* Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Mersin, Türkiye, [burhancapri@gmail.com](mailto:burhancapri@gmail.com), ORCID: [0000-0002-6812-4785](https://orcid.org/0000-0002-6812-4785)<sup>ID</sup>

**Kaynak Gösterme:** Şeker, G. & Çapri, B. (2023). Kariyer uyumluluğu ile yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide umudun aracı rolü. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(40), 1274-1292.

*Life Satisfaction Scale and Continuous Hope Scale' were used. Data analysis was done with SPSS 24.0 and AMOS programs. Correlation analysis and path analysis techniques were used in the analysis of the data. The findings obtained as a result of the analyzes reveal that there is a positive and significant relationship between career adaptability and hope, life satisfaction and resilience. The hypothesis model regarding the mediating role of hope has been tested and the findings show that hope has a mediating effect on the relationship between both life satisfaction and resilience and career adaptability.*

**Keywords:** *Career adaptability, hope, life satisfaction, resilience, emerging adulthood*

## Giriş

Bireylerin işlerini etkili ve verimli bir biçimde sürdürebilmesi amacıyla değişen kişisel ihtiyaçlara, çevrenin taleplerine ve karşısına çıkan fırsatlara sürekli bir biçimde uyum sağlaması beklenmektedir. Bu gibi beklentilerin farkına varan kariyer alanı uzmanları, kariyer uyumluluğu ile ilgili çalışmalarda dikkate değer ilerleme sergilemişlerdir (Savickas vd., 2009).

Super ve Knasel ilk olarak 1981'de kariyer uyumluluğu terimini bir yetişkinin "değişen iş ve çalışma koşullarıyla başa çıkmaya hazır olması" olarak tanımlamışlardır (Hartung vd., 2008). Daha sonra Savickas (1997) kariyer olgunluğu terimi yerine kariyer uyumluluğu kavramını kullanmayı tercih etmiştir ve kariyer uyumluluğunu, bir bireyin mevcut ya da beklenen mesleki gelişim görevleri, mesleki geçişler ve iş yaşamında karşılaştığı küçük ya da büyük travmalarla başa çıkmak için kullandığı psikososyal kaynaklar şeklinde tanımlamıştır (Savickas, 1997). Kariyer yapılandırma kuramı, kariyer uyumluluğunun dört temel boyuta sahip olduğunu ileri sürmektedir: ilgi, kontrol, merak ve güven. *İlgi*, geleceğe yönelik duyulan kaygı ile bireylerin ileriye bakmalarına ve bundan sonra olabileceklere hazırlanmalarına yardımcı olmaktadır. *Kontrol*, bireylerin öz disiplini, çaba ve sebat kullanarak kendilerini ve çevrelerini şekillendirmekten sorumlu olmalarını sağlamaktadır. *Merak*, kişiyi çeşitli durumlarda ve rollerde kendisi hakkında düşünmeye sevk etmektedir. *Güven* ise, kariyer kararları verme sürecinde karşısına çıkan engellerle baş edebilme konusunda yeterliliğini ifade etmektedir (Savickas & Porfeli, 2012).

Kariyer yapılandırma kuramını temel alan kariyer danışmanlığının öncelikli amacı, bireyin değişen fırsatlar ve engeller karşısında kendi gelişimini daha etkin bir şekilde sürdürebilmesi için kariyer uyum düzeyini artırmaktır (Savickas, 2002). Kariyer uyum yeteneği yüksek olan ergenler ya da yetişkinler, kendini ve çevreyi keşfetme, bilinçli karar verebilme ve plan yapma ile ilgili olumlu tutuma sahip olma gibi özelliklere sahiptirler (Savickas, 1997).

Kariyer uyumluluğu ile ilgili literatüre bakıldığında; kişilik özellikleri (Arıkan, 2022; Eryılmaz & Kara, 2017; Jiang, 2017; Nilforooshan & Salimi, 2016; Woo, 2018; Zacher, 2014), gelecek yönelimi (Cabras & Mondo, 2018; Ginevra & diğ., 2016; 2018; Öztemel & Yıldız-Akyol, 2021) ve pozitif psikolojik özellikler (Bölükbaşı,

2017; Büyükgöze-Kavas, 2016; Hirschi, 2009; Marcionetti & Rossier, 2017; Othman vd., 2018; Santili ve diğ., 2017) ile kariyer uyumluluğu arasındaki ilişkilerin son yıllarda sıklıkla çalışıldığı görülmektedir.

### **Kariyer Uyumluluğu ve Yaşam Doyumu**

Yaşam doymu kavramı, yaşam kalitesinin subjektif bir bileşenini ifade etmektedir. Yaşam kalitesi kavramının çok boyutlu tanımını tam olarak karşılamasa da, insanların yaşamları hakkında öznel bilişsel yargılarına atıfta bulunduğu için yaşam doymu kavramı yaygın olarak kullanılmaktadır (Schalock & Felce, 2004). Bireylerin yaşam doymuları üzerinde etkili olan birçok faktör arasında iş kaybı ya da iş geçişleri de güçlü bir etkiye sahip olabilmektedir (Lucas, 2004) Bireyin bir işinin olması ve o işle ilgili beklenen görevleri yapabileceğine olan inancının yüksek yaşam doymu ile ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Haar vd., 2014).

Yaşam doymu son yıllarda kariyer uyumluluğu ile ilişkisi incelenen pozitif psikolojik özelliklerden birisidir. Yaşam doymu ve kariyer uyumluluğu ile ilişkisi incelenen çalışmalardan (Bölükbaşı & Kırdök, 2019; Ghosh vd., 2019; Ginevra vd., 2018; Hirschi, 2009; Marcionetti & Rossier, 2021; Santili vd., 2014; Yağın vd., 2022) elde edilen bulgular, yaşam doymu ve kariyer uyumluluğu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Hirschi (2009), tarafından yapılan boylamsal çalışma, zaman içerisinde kariyer uyumluluğunda görülen artışın, yaşam doymundaki artışı yordadığını ortaya koymaktadır.

### **Kariyer Uyumluluğu ve Psikolojik Sağlamlık**

Psikolojik açıdan sağlamlık, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları önemli problemlere ve travmatik deneyimlere karşın, olumlu bir uyum göstererek yaşamına devam edebildiği dinamik bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Luthar & Cicchetti, 2000). Masten ve diğerleri (2006) ise, psikolojik sağlamlığı, kişinin gelişimini, istikrarını ve canlılığını tehdit eden zorluklarla karşılaştığında harekete geçmek için gereken enerjisi ve gücü hızla geri kazanma yeteneği olarak tanımlamıştır.

Kariyer gelişim alanında psikolojik sağlamlık kavramının kullanımı pozitif psikoloji yaklaşımına dayanmaktadır. Yani sorunlu durumlara ilişkin risk faktörlerini belirlemek yerine, bireyin stresli durumların üstesinden gelmesine yardımcı olmak için güçlü yanlarını ortaya çıkarmaya dayalı bir yaklaşıma vurgu yapar (Barto vd., 2015).

Yapılan çalışmalar psikolojik sağlamlık ile kariyer uyumluluğu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Büyükgöze-Kavas, 2016; Santili vd., 2020; Xu vd., 2020). Psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerin kariyer uyum süreçlerinde karşılaştıkları zorluklarla baş etme konusunda daha esnek ve başarılı olabildiklerini göstermektedir (Bimrose & Hearne, 2012 ).

## Kariyer Uyumluluğu ve Umud

Umud, bireyin ulaşmayı planladığı hedefler hakkındaki düşünce süreçleri, bu hedeflere ulaşmak için sahip olduğu motivasyon ve isteklilik olarak tanımlanmaktadır. Bu anlamda umud, belirsiz bir kavram değil, günlük yaşamda amaçların önemi ve gerekliliği üzerine inşa edilmiş bir düşünce sistemidir (Snyder, 1995).

Umud, kariyer gelişimi ve başarısı için önemli psikolojik kaynaklardan biridir (Hirschi, 2014; O'Brien, 2003). Niles (2011) tarafından geliştirilen umud odaklı kariyer gelişim modeli, umudun kariyer gelişim sürecindeki etkisine ilişkin önemli argümanlar ortaya koymaktadır. Bu model, bireyin kendini tanıması, hedef belirlemesi ve kariyer planları yapması vb. kariyer gelişim sürecinde umudun önemli bir belirleyici faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Savickas ve Porfeli (2012) de, umudun kariyer uyumluluğu boyutları ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.

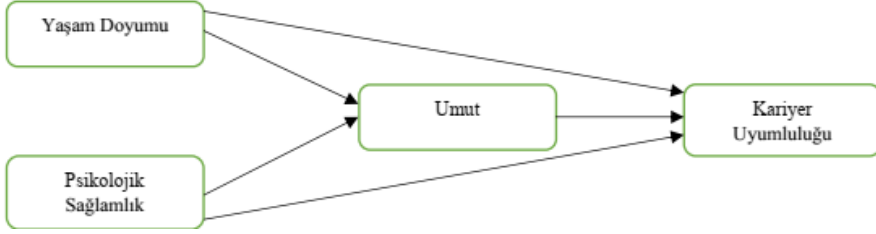
Santili ve diğerleri (2014) tarafından engelli işçilerle yapılan çalışma, umud ile kariyer uyumluluğunun dört boyutu (ilgi, kontrol, güven ve merak) arasında güçlü bir ilişki olduğunu ve umud faktörünün, kariyer uyumluluğu ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık rolünü üstlendiğini ortaya koymaktadır.

Literatürde umud faktörünün kariyer uyumluluğu ile ilişkisini ve umudun kariyer uyumluluğunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusunu ortaya koyan çalışmaların (Büyükgöze-Kavas, 2016; Çelik, 2020; Othman vd., 2018) yanı sıra; umudun kariyer uyumluluğu ile ilişkili değişkenler arasında aracılık rolünü üstlendiği birçok çalışma (Bölükbaşı, 2017; Di Maggio vd., 2022; Korkmaz & Cenkseven-Önder, 2019; Santili vd., 2014;2017) yer almaktadır.

Literatürde yer alan çalışmalar da göstermektedir ki, pozitif psikolojik özellikler kariyer uyumluluğunun yordanmasında önemli bir yere sahiptir. Bu çalışma kapsamında da beliren yetişkinlik döneminde yer alan bireylerin sahip olduğu psikolojik sağlamlık, yaşam doyumu ve umud gibi psikolojik kaynakların kariyer uyumluluğu ile ilişkisi incelenmiştir. Arnett (2000), beliren yetişkinliği, ergenlik ve yetişkinlik dönemi arasında olan ve Amerikan toplumunda yaklaşık 18-25 yaş aralığını kapsayan bir dönem olarak tanımlamıştır. Farklı toplumlarda araştırmacılar bu dönemin yaş aralıklarını toplumların özelliklerine göre belirlemeye çalışmışlardır. Türkiye'de beliren yetişkinlik döneminin yaklaşık olarak 19-26 yaş aralığını kapsadığı (Atak & Çok, 2007) belirtilmektedir. Yaşam boyu devam eden kariyer gelişim sürecinin önemli bir aşaması, üniversite öğrencilerinin de içinde yer aldığı, beliren yetişkinlik dönemidir. Birçok genç için stresli ve belirsizliğin yoğun olduğu bir dönem (Furlong & Cartmel, 2007) olan beliren yetişkinlikte gençlerden özellikle işlerini ve ilişkilerini koordine etmeleri ve kariyerlerini inşa etmeleri beklenmektedir (Shanahan & Longest, 2009). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), genç nüfusta işsizlik oranları verileri ile genç nüfusu 15-24 yaş grubu aralığı ile tanımlamaktadır (TÜİK, 2023). Yaş aralığı dikkate alındığında bu nüfusun önemli bir bölümünü beliren

yetişkinlerin oluşturduğu görülmektedir. Gerek iş yaşamında yer almaları gerekse okuldan işe geçiş aşamasında olmaları nedeni ile bu çalışmanın beliren yetişkinler örnekleminde yürütülmesi çalışmanın özgün yanlarından biri olarak görülmektedir.

Bu çalışmanın temel amacı, beliren yetişkinlerin kariyer uyumluluklarının yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık, yaşam doyumu ve umut gibi pozitif psikolojik özelliklerin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, umudun aracı değişken olduğu bir model önerilmiştir (Şekil 1).



**Şekil 1.** Önerilen (hipotez) model

Önerilen modele (şekil 1) dayanılarak oluşturulan aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

1. Beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları ve yaşam doyumları kariyer uyumluluğunu pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır.
2. Beliren yetişkinlerde umut, kariyer uyumluluğunu pozitif yönde anlamlı olarak yordamaktadır.
3. Beliren yetişkinlerde psikolojik sağlamlık ve kariyer uyumluluğu arasındaki ilişkide umudun aracı rolü bulunmaktadır.
4. Beliren yetişkinlerde yaşam doyumu ve kariyer uyumluluğu arasındaki ilişkide umudun aracı rolü bulunmaktadır.

### Yöntem

Bu çalışma, beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları, yaşam doyumu ve umut gibi pozitif psikolojik özelliklerinin kariyer uyumluluğu ile ilişkisinin incelendiği ilişki modelinde tasarlanmıştır. İlişkisel araştırmalar, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalardır (Fraenkel vd., 2012).

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi'nde öğrenim gören ve uygun örnekleme yöntemi ile araştırmaya dahil edilen, 336 öğrenci (251 kadın, 85 erkek) oluşturmaktadır. Çalışmanın üniversite öğrencileri örnekleminde

yürütülmesinde, bu yaş döneminin beliren yetişkinlik dönemini kapsamı ve örneklemeden verilerin toplanması konusundaki kolaylık önemli bir etken olarak değerlendirilmiştir. Çalışmaya dahil olan katılımcıların yaş aralığı 18 ile 26 yaş arasında değişmektedir. Katılımcıların yaş ortalaması 21.25'tir.

## Veri Toplama Araçları

### *Kariyer uyum yetenekleri ölçeği-kısa form*

Savickas & Porfeli (2012) tarafından geliştirilen, dört alt boyut ve toplam 24 maddeden oluşan Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği, Maggiori ve Diğerleri (2015) tarafından daha geniş örneklemlerde rahat bir biçimde uygulanabilmesi amacıyla 12 maddelik bir yapıya dönüştürülerek Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği-Kısa Formu adı almıştır. Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği-Kısa Formu'nun Türk kültürüne uyarlama çalışmaları farklı dönemlerde farklı araştırmacılar tarafından yapılmıştır (Işık vd., 2018; Zorver & Yeşilyaprak, 2021). Bu çalışma kapsamında Işık ve diğerleri (2018) tarafından yapılan ölçek uyarlaması kullanılmış ve ilgili yazarlardan ölçeğin kullanımı için gerekli izinler alınmıştır. Kariyer Uyum Yetenekleri Ölçeği-Kısa Formu'nun Türkçeye uyarlama çalışması, üç farklı yaş gruplarından oluşan (lise-üniversite ve yetişkin örneklemleri) bağımsız örneklem grupları üzerinde yürütülmüştür. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları lise örnekleminde .07 ile .85, üniversite örnekleminde .76 ile .90 ve yetişkin örnekleminde ise .80 ile .91 arasında bulunmuştur (Işık vd., 2018). Yapılan analizler sonucunda farklı örneklem gruplarında Türk kültürüne uyarlanan ölçeğin, orijinal formda yer alan dört faktör ve on iki maddeli yapı ile benzer psikometrik özellikler gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Ölçekten toplam puan alınmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar kariyer uyum yeteneği düzeyinin yüksekliğini göstermektedir. Uzun formda olduğu gibi ölçek 'Güçlü Değil' ve 'Çok Güçlü' arasında beşli likert tipi derecelendirme ile puanlanmaktadır (Işık vd., 2018). Bu çalışma kapsamında kariyer uyum yetenekleri toplam ölçek puanı kullanılmış ve yapılan analiz sonucunda Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

### *Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği*

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, bireylerin psikolojik sağlamlık düzeylerini ölçmek amacıyla Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilmiş ve Doğan (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Beşli likert tipinde geliştirilen ölçek "Hiç uygun değil" (1), "Uygun Değil" (2), "Biraz Uygun" (3), "Uygun" (4), "Tamamen Uygun" (5) şeklinde bir puanlamaya sahiptir. Altı maddeden oluşan ölçekten alınan yüksek puanlar, psikolojik sağlamlık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin orijinal formunun geliştirilme süreci dört farklı çalışma grubu üzerinde yürütülmüştür. Ölçeğin uyarlanan formunun maddelerine ait faktör yükleri .63 ile .79 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .83 bulunmuştur (Doğan, 2015). Bu araştırma kapsamında yapılan analizler sonucunda ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .84 bulunmuştur.

### *Yaşam Doyumu Ölçeği*

Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Toplam beş maddeden oluşan ölçekte likert tipi derecelendirme kullanılmış ve cevaplar ‘hiç uygun değil (1) ile çok uygun (7)’ arasında 1 ile 7 arasında puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe formuna ilişkin maddelerinin faktör yükleri .71 ile .80 arasında değişmektedir. Ölçeğin test tekrar test güvenirlik katsayısı .85 bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan ise 35’tir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin yaşam doyumunun yüksek olduğunu göstermektedir (Köker, 1991). Yaşam Doyumu Ölçeğinin bu çalışma kapsamında hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .86 bulunmuştur.

### *Sürekli Umut Ölçeği*

Sürekli Umut Ölçeği, bireylerin umut düzeylerini belirlemek amacıyla Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilmiş, Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından Türk Kültürüne uyarlanmıştır. Ölçek 12 madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin boyutlarından biri ‘alternatif yollar düşüncesi (4 madde)’, diğeri ise ‘eyleyici düşünce (4 madde)’ şeklinde isimlendirilmiştir. Kalan dört madde ise umut ile ilgisi olmayan dolgu maddelerinden oluşmaktadır. Likert tipi derecelendirmenin kullanıldığı ölçekte puanlama 1 ile 8 puan arasında yapılmakta ve dolgu maddeleri puanlanmamaktadır. Toplam puan elde edilebilen ölçekten alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan ise 64’tür. Türkçeye uyarlanan formun maddelerine ait faktör yükleri .54 ile .91 arasında bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur (Tarhan ve Bacanlı, 2015). Sürekli Umut Ölçeğinin bu çalışma kapsamında yapılan güvenirlik analizi sonucunda Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .90 bulunmuştur.

### **İşlem ve Veri Analizi**

Araştırma sürecine başlamadan önce ilk olarak Mersin Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu’ndan etik kurul izni (29/12/2020 tarih ve 039 sayılı kurul kararı) alınmıştır. Daha sonra gerekli uygulama izinleri alındıktan sonra veri toplama süreci tamamlanmıştır.

Verilerin analizi SPSS 24.0 ve AMOS programları ile yapılmıştır. Bu çalışmada aracılık ilişkisi dolaylı etkiler yoluyla test edilmiştir. Aracılık etkisini incelemek için yol analizi tekniği kullanılmıştır. Verilerin analizine başlamadan önce tek değişkenli (univariate) normallik varsayımının karşılanıp karşılanmadığının incelenmesi amacıyla, değişkenlerin çarpıklık ve basıklıkları incelenerek kontrol edilmiştir. Tek değişkenli (univariate) uç değerler için Z puanları hesaplanmıştır. Aracılık etkisi bootstrap (yeniden örnekleme) yöntemi ile hesaplanmıştır. Araştırma da hata payı .05 olarak kabul edilmiştir.

### Bulgular ve Yorum

Bu bölümde öncelikle değişkenler arasındaki ilişkinin ortaya konulması amacıyla korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiş, daha sonra hipotezlerin test edilmesine ilişkin aracılık analizinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1.

*Değişkenler Arasındaki Korelasyon Analizine İlişkin Bulgular*

	Kariyer Uyumu	Yaşam Doyumu	Umut	Psikolojik Sağlamlık
Kariyer Uyumu	-			
Yaşam Doyumu	.452**	-		
Umut	.683**	.575**	-	
Psikolojik Sağlamlık	.359**	.301**	.435**	-

\*\* p<.01

Tablo 1’de yer alan bulgular incelendiğinde; kariyer uyumluluğu puanları ile yaşam doyumu ( $r=.45$ ,  $p<.01$ ), umut ( $r=.68$ ,  $p<.01$ ) ve psikolojik sağlamlık ( $r=.36$ ,  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Şekil 2’de aracılık modeline ilişkin elde edilen sonuçlara yer verilmiştir. Korelasyon ilişkisine ilişkin bulgular ile birlikte sonraki aşamada yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık değişkenlerinin kariyer uyumluluğunu yordama düzeyini ilişkin bulguları elde etmek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda yaşam doyumu ( $B = .43$ ,  $t = 7.647$ ) ve psikolojik sağlamlığın ( $B = .39$ ,  $t = 4.948$ ) kariyer uyumluluğunun pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Standartlaştırılmış regresyon katsayılarına ( $\beta$ ) ilişkin bulgular ise, yaşam doyumunun ( $\beta = .38$ ) beliren yetişkinlerin kariyer uyumluluğu üzerinde psikolojik sağlamlığa ( $\beta = .24$ ) göre daha önemli bir yordayıcı olduğunu ortaya koymaktadır.



**Şekil 2.** Aracılık modeli



Tablo 2.  
Hipotezlerin Testlerine İlişkin Yol (Path) Analizi Bulguları

Doğrudan Etkiler		B	SH	$\beta$	Z	p
Yaşam doyumu	→ Umut	.79	.07	.49	11.070	.00
Psikolojik Sağlamlık	→ Umut	.65	.10	.29	6.528	.00
Umut	→ Kariyer Uyumu	.43	.04	.61	11.786	.00
Yaşam Doyumu	→ Kariyer Uyumu	.10	.06	.08	1.706	.09
Psikolojik Sağlamlık	→ Kariyer Uyumu	.11	.07	.07	1.601	.11

Tablo 2’de doğrudan etkilere ilişkin bulgulara bakıldığında; yaşam doyumu ( $\beta=.49$ ,  $p<.01$ ) ve psikolojik sağlamlığın ( $\beta=.29$ ,  $p<.01$ ) umudun anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Umut ( $\beta=.61$ ,  $p<.01$ ) ise kariyer uyumluluğunun anlamlı bir yordayıcısıdır. Modelde umut değişkeni varken hem yaşam doyumu ( $\beta=.08$ ,  $p>.05$ ) hem de psikolojik sağlamlık ( $\beta=.11$ ,  $p>.05$ ) kariyer uyumluluğunun anlamlı bir yordayıcısı değildir. Modelde yer alan değişkenler kariyer uyumluluğunun varyansının %48’ini açıklamıştır. Yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık umudun varyansının %41’ini açıklamıştır.

Tablo 3.  
Hipotezlerin Testlerine İlişkin Yol (Path) Analizi Bulguları (Devamı)

Dolaylı Etkiler		B	$\beta$	% 95 GA
Yaşam doyumu	→ Umut → Kariyer Uyumluluğu	.34	.30	.27-.43
Psikolojik sağlamlık	→ Umut → Kariyer Uyumluluğu	.28	.17	.21-.37

Yaşam doyumunun umudun aracı rolüyle kariyer uyumluluğu üzerindeki dolaylı etkisinin ( $\beta = .30$ ,  $p<.01$ ) anlamlı olduğu görülmektedir. Güven aralığının .27 ile .43 arasında olduğu tespit edilmiştir.

Psikolojik sağlamlığın umudun aracı rolüyle kariyer uyumluluğu üzerindeki dolaylı etkisinin ( $\beta = .17$ ,  $p<.01$ ) anlamlı olduğu görülmektedir. Güven aralığının .21 ile .37 arasında olduğu belirlenmiştir. Aracı değişken olan umut değişkeni modele girdikten sonra hem yaşam doyumu ( $\beta=.08$ ,  $p>.05$ ) hem de psikolojik sağlamlığın

( $\beta=.11$ ,  $p>.05$ ) kariyer uyumluluğu üzerinde direkt etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir.

Bu bulgulara göre hem yaşam doyumu hem de psikolojik sağlamlık ile kariyer uyumluluğu arasında umudun aracı bir rol üstlendiği görülmektedir.

### **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Bu çalışma kapsamında beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin kariyer uyumluluğunun yordayıcısı olarak yaşam doyumu, psikolojik sağlamlık ve umut gibi pozitif psikolojik özellikler incelenmiştir.

Araştırmanın hipotezleri doğrultusunda elde edilen bulgulara sırasıyla bakıldığında; psikolojik sağlamlığın beliren yetişkinlerin kariyer uyumluluğunun pozitif yönde anlamlı yordayıcısı olduğu görülmektedir. Psikolojik sağlamlık, bireylerin kariyer gelişim sürecinde zorlu koşullarla karşılaştığında duruma uyum sağlayabilmesini kolaylaştıran ve bireyi uyum sağlayabilme konusunda cesaretlendiren olumlu değişkenlerden biri olarak değerlendirilmektedir (Masten & Tellegen, 2012). Literatürde yer alan birçok çalışmadan (Büyükgöze-Kavas, 2016; Santili vd., 2020; Xu vd., 2020) elde edilen bulgular bu araştırmanın sonuçlarını destekler biçimde psikolojik sağlamlık ile kariyer uyumluluğu arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar doğrultusunda, beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini artırıcı çalışmaların gerek okuldan işe geçiş sürecinde gerekse iş yaşamının ilk yıllarında karşı karşıya kalabilecekleri kariyer uyum süreçlerini kolaylaştırıcı bir rolü olabileceği söylenebilir.

Çalışmadan elde edilen bir diğer bulgu, yaşam doyumunun kariyer uyumluluğunun pozitif yönde anlamlı yordayıcısı olduğudur. Kariyer yapılandırma teorisi, kişisel hedeflerin öznel iyi oluşla nasıl bağlantılı olduğu ile tutarlı bir biçimde, çalışmanın genel yaşam doyumu ve bireylerin mutluluğunu nasıl kolaylaştırabileceğini anlamayı amaçlar (Hartung & Taber, 2008). Literatürde yer alan benzer birçok çalışmada yaşam doyumu, yaşam kalitesi, iyi oluş gibi kavramlar ile kariyer uyumluluğu arasındaki ilişki ortaya konulmuştur (Cabras & Mondo, 2018; Di Maggio vd., 2022; Hirschi, 2009; Johnston vd., 2016; Santilli vd., 2017; Soresi vd., 2012). İşlerin yolunda gideceğine ve gelecekte hedeflerine ulaşabileceklerine yönelik inanç gençlerin yaşamdan aldıkları doyumu arttırabilmektedir (Wilkins vd., 2014). Bu bağlamda, gençlerin kariyer uyum yeteneklerini geliştirmeye yönelik çalışmaların, yaşam doyumlarını arttırmaya katkı sağlayabileceği ifade edilebilir.

Çalışmanın hipotezleri doğrultusunda elde edilen bir diğer bulgu, umudun beliren yetişkinlerin kariyer uyumluluğunun pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğudur. Umudun yordayıcı değişken olarak incelendiği çalışmalardan elde edilen bulgulara bakıldığında, bu çalışmadan elde edilen bulguları destekleyen araştırma sonuçları benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Korkmaz ve Cenkseven Önder (2019),

lise öğrencileri ile yürüttükleri çalışmada umudun kariyer uyum yeteneklerinin pozitif yönde anlamlı bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymuşlardır. Benzer bir bulgu Büyükgöze-Kavas (2016) tarafından, üniversite öğrencileri ile yürütülen ve kariyer uyumluluğunun yordayıcıları olarak pozitif psikolojik özelliklerin incelendiği çalışma ile de ortaya konulmuştur. İlgili çalışmada da bu araştırmanın sonuçları ile tutarlı bir biçimde umudun kariyer uyumluluğunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bunun yanında benzer sonuçlara ulaşan birçok çalışmanın (Jia vd., 2021; Rivera vd., 2021; Santilli vd., 2014; 2017) literatürde yer aldığı görülmektedir. Bu çalışmadan elde edilen sonuç, literatürdeki benzer bulgularla birlikte değerlendirildiğinde; üniversite eğitimine devam etmekte olan beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik tutumlarındaki olumlu bakış açısının, onların kariyer gelişim süreçlerinde proaktif davranmalarına katkı sağlamakta ve bu olumlu algının kariyer gelişim sürecinde karşılaştıkları engellerle baş etme konusunda cesaretlendirici rolü olduğu söylenebilir.

Son olarak çalışma kapsamında test edilen aracılık modeline yönelik analizler sonucunda elde edilen önemli bir diğer bulgu ise, umudun hem psikolojik sağlık hem de yaşam doyumunu değişkenleri ile kariyer uyumluluğu arasında aracılık rolünün olduğuna yönelik bulgudur. Araştırmadan elde edilen sonuçları destekler nitelikte literatürde umudun kariyer uyumluluğu ile diğer pozitif psikolojik özellikler arasında aracı rolünü ortaya koyan çalışmalar yer almaktadır. Santilli ve diğerleri (2017), ergenler ile yürüttükleri çalışma sonucunda pozitif gelecek yönelimi (umut ve iyimserlik) ile kariyer uyumluluğu arasında umudun aracılık rolünü ortaya koymuşlardır. Di Maggio ve diğerleri (2022) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise, madde kullanım bozukluğu olan ve olmayan iki yetişkin grubunun yaşam doyumunu ve kariyer uyumluluğu arasında umudun aracı rolü incelenmiş ve elde edilen bulgular ile yaşam doyumunun umut değişkeni aracılığı ile kariyer uyumluluğu üzerindeki dolaylı etkileri vurgulanmıştır. Umudun, yaşam doyumunu ve kariyer uyumluluğu arasındaki aracı rolüne ilişkin benzer bir bulgu, Bölükbaşı (2017) tarafından yapılan çalışmada da ortaya konulmuştur. Rivera ve diğerleri (2021) tarafından konaklama sektörü öğrencileri ile pandemi sürecinde yapılan çalışmanın bulguları, pandemi gibi kriz dönemlerinde umudun, kariyer uyumluluğunu açıklamada psikolojik sağlık ve yaşam doyumunun önemli bir itici güç olduğunu göstermektedir. Umudun, kariyer uyumluluğu ile yaşam doyumunu ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkide aracı rolünün test edildiği bu çalışmanın gerek bu değişkenlerin birlikte alındığı gerekse beliren yetişkinlik döneminde yer alan bireyler örnekleminde yürütülmesi bakımından özgün bir değere sahip olduğu ve ortaya koyduğu sonuçlar bakımından ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Umut, psikolojik sağlık ve yaşam doyumunu gibi pozitif psikolojik özelliklerin kariyer uyumluluğu ile ilişkisinin incelendiği ve yaşam doyumunu ve psikolojik sağlık ile kariyer uyumluluğu arasındaki ilişkide umut değişkeninin aracılık rolüne ilişkin hipotez modelin test edildiği bu çalışmadan elde edilen bulguların literatüre sunmuş olduğu katkıların yanı sıra bu araştırmanın sahip olduğu bazı sınırlılıklar

bulunmaktadır. Bu sınırlılıklardan ilki çalışma grubu ile ilgilidir. Bu araştırma İç Anadolu Bölgesinde yer alan Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi'nde öğrenim gören, çalışmaya katılma konusunda gönüllü olan öğrenciler ile yürütülmüştür. Araştırma bulgularının genellenebilirliği açısından farklı bölgelerde yer alan farklı üniversitelerde öğrenim gören öğrencilerin yer aldığı, ya da üniversite eğitime devam etmeyen beliren yetişkin yaş gruplarındaki bireylerin de yer aldığı örnekleme çalışmaları yürütülebilir. Araştırmanın örnekleme ile ilgili bir diğer sınırlılığı katılımcıların cinsiyet (251 kadın, 85 erkek) dağılımı ile ilgilidir. Kadın ve erkek katılımcıların oranları arasındaki farkın oldukça fazla olduğu görülmektedir. Çalışma sonuçlarının her iki cinsiyete genellenebilirliğinin etkilenmemesi için beliren yetişkinler örnekleminde çalışma yapacak araştırmacılara katılımcıların cinsiyet dağılımını gözetmeleri bir öneri olarak sunulabilir. Araştırmanın bir diğer sınırlığı, araştırma yöntemi ile ilgilidir. Bu çalışma nicel araştırma desenlerinden olan ilişkisel desende tasarlanmış ve aynı zamanda kesitsel bir çalışmadır. Araştırma kapsamında incelenen değişkenlerin birlikte zaman içerisindeki değişimlerinin de ele alındığı boyamsal bir araştırma süreci de tasarlanabilir. Bunun yanında, pozitif psikolojik müdahaleleri içeren ve kariyer uyumluluğunu geliştirmeye dayalı kariyer psikoeğitim programlarının hazırlandığı deneysel çalışmalar tasarlanabilir.

Kariyer uyumluluğunun yordayıcıları olarak umut, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu değişkenlerinin incelendiği bu araştırmadan elde edilen bulgulardan yola çıkarak hem araştırmacılar hem de uygulama alanındaki uzmanlara yönelik bazı öneriler sunulabilir. Literatürde yer alan birçok çalışmada (Feldman & Dreher, 2012; Hartung, vd., 2008; Rossier, 2015; Savickas, 2005) kariyer uyumluluğunu güçlendirmeye yönelik programların ve önleyici faaliyetlerin bireyin iyi oluş ve pozitif gelecek yönelimi üzerindeki önemi vurgulanmaktadır. Bu bağlamda, araştırmacıların kariyer uyumluluğunu güçlendirmeye yönelik deneysel çalışmalar planlamaları, bireylerin sahip olduğu ve kariyer uyumluluğu üzerinde etkili olduğu düşünülen pozitif psikolojik özelliklerin derinlemesine ele alınması amacı ile karma yöntemli ya da nitel çalışmalar yürütmeleri bir öneri olarak sunulabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgular, umudun kariyer uyumluluğunun güçlü bir yordayıcısı ve diğer pozitif psikolojik değişkenler ile kariyer uyumluluğu arasında aracı rolünün olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda beliren yetişkinlik dönemlerinde olan bireylerin yoğun olarak yer aldığı üniversitelerin gerek psikolojik danışma ve rehberlik merkezlerinde, gerekse kariyer gelişim merkezlerinde yer alan uzmanların üniversite öğrencilerinin umut başta olmak üzere pozitif psikolojik faktörlerinin geliştirilmesine yönelik çalışmaları planlayarak uygulamalar yürütmeleri bir öneri olarak sunulabilir. Bunun yanında üniversiteye geçiş sürecinde olan lise öğrencilerine yönelik okul psikolojik danışmanları tarafından yürütülecek pozitif psikoloji temelli grup müdahalelerinin ya da bireysel müdahalelerin, önleyici bir çalışma olarak, gençlerin kariyer uyumluluklarını güçlendirici bir yönü olacağı düşünülmektedir.

### Çıkar Çatışması Beyanı

Yazarlar arasında bu çalışmayı etkileyebilecek mali olan ya da olmayan herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

### Mali Destek

Bu çalışmanın yürütülmesinde ve makalenin hazırlanmasında yazarlar, herhangi bir kamu, ticari veya kâr amacı gütmeyen kuruluştan mali bir destek almamışlardır.

### Bilgilendirme

Bu çalışmanın özeti 1-3 Eylül 2021 tarihinde düzenlenen VII. Uluslararası TURKCESS Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

### Kaynakça

- Arıkan, S. (2022). Psikoloji öğrencilerinin kariyer uyum yetenekleri: demografik faktörler, kişilik ve pozitif psikolojik sermayenin rolü. *Psikoloji Çalışmaları*, 42(2), 427-471.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Atak, H., & Çok, F. (2007). Emerging adulthood and perceived adulthood in Turkey, 3rd Conference on Emerging Adulthood, Tucson, AZ, USA, 15-16.
- Barto, H., Lambert, S., & Brott, P. (2015). Career adaptability, resiliency and perceived obstacles to career development of adolescent mothers. *Professional Counselor*, 5(1).
- Bimrose, J., & Hearne, L. (2012). Resilience and career adaptability: Qualitative studies of adult career counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 81, 338-344. <https://doi:10.1016/j.jvb.2012.08.002>
- Bölükbaşı, A., & Kırdök, O. (2019). Lise öğrencilerinin kariyer uyumu ve yaşam doyumu ilişkisinde gelecek yöneliminin aracı rolü. *Eğitim ve Bilim*, 44(200).
- Bölükbaşı, A. (2017). *Lise öğrencilerinin kariyer uyumu ve yaşam doyumu ilişkisinde iyimserlik ve umudun aracı rolü* (Tez No:485602). [Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Buyukoze-Kavas, A. (2016). Predicting career adaptability from positive psychological traits. *The Career Development Quarterly*, 64(2), 114-125. <https://doi.org/10.1002/cdq.12045>
- Cabras, C., & Mondo, M. (2018). Future orientation as a mediator between career adaptability and life satisfaction in university students. *Journal of Career Development*, 45(6), 597-609. <https://doi.org/10.1177/0894845317727616>
- Çelik, M. (2020). Dördü bir arada: kariyer uyumunun yordayıcıları olarak iyimserlik, umut, bölüm uygunluğu ve istihdam edilebilirlik. *Academia Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 293-305.

- Di Maggio, I., Montenegro, E., Little, T. D., Nota, L., & Ginevra, M. C. (2022). Career adaptability, hope, and life satisfaction: An analysis of adults with and without substance use disorder. *Journal of happiness studies*, 23(2), 439-454. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00405-1>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal Personality and Social Psychology*, 68, 653-663
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlık ölçeği'nin Türkçe uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Eryılmaz, A., & Kara, A. (2017). Kariyer uyumluluğunun bireysel yönü: kişilik özellikleri ve duygulanım açısından incelenmesi. *Journal of Mood Disorders*, 7(4).
- Feldman, D. B., & Dreher, D. E. (2012). Can hope be changed in 90 minutes? Testing the efficacy of a single-session goal-pursuit intervention for college students. *Journal of Happiness Studies*, 13, 745-759. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9292-4>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (Vol. 8). McGraw-Hill.
- Furlong A., & Cartmel F. (2007). *Young people and social change: New perspectives*. Open University Press
- Ghosh, A., Kessler, M., Heyrman, K., Opelt, B., Carbonelli, M., & Fouad, N. A. (2019). Student veteran career transition readiness, career adaptability, and academic and life satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 67(4), 365-371. <https://doi.org/10.1002/cdq.12205>
- Ginevra, M. C., Annovazzi, C., Santilli, S., Di Maggio, I., & Camussi, E. (2018). Breadth of vocational interests: The role of career adaptability and future orientation. *The Career Development Quarterly*, 66(3), 233-245. <https://doi.org/10.1002/cdq.12145>
- Ginevra, M. C., Pallini, S., Vecchio, G. M., Nota, L., & Soresi, S. (2016). Future orientation and attitudes mediate career adaptability and decidedness. *Journal of Vocational Behavior*, 95, 102-110. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.08.003>
- Haar J. M., Russo M., Suñe A., Ollier-Malaterre A. (2014). Outcomes of work–life balance on job satisfaction, life satisfaction and mental health: A study across seven cultures. *Journal of Vocational Behavior*, 85, 361–373. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.08.010>
- Hartung, P., Porfeli, E., & Vondracek, F. W (2008). Career adaptability in childhood. *Career Development Quarterly*, 57, 63-74. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2008.tb00166.x>
- Hartung, P. J., & Taber, B. J. (2008). Career construction and subjective well-being. *Journal of Career Assessment*, 16, 75–85. <https://doi.org/10.1177/1069072707305772>
- Hirschi, A. (2009). Career adaptability development in adolescence: Multiple predictors and effect on sense of power and life satisfaction. *Journal of vocational behavior*, 74(2), 145-155. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.01.002>

- Hirschi, A. (2014). Hope as a resource for self-directed career management: Investigating mediating effects on proactive career behaviors and life and job satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 15, 1495–1512. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9488-x>
- Işık, E., Yeğin, F., Koyuncu, S., Eser, A., Çömlekciler, F., & Yıldırım, K. (2018). Validation of the Career Adapt-Abilities Scale–Short Form across different age groups in the Turkish context. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 18(3), 297-314. <https://doi.org/10.1007/s10775-018-9362-9>
- Jia, Y., Hou, Z. J., & Shen, J. (2022). Adolescents' future time perspective and career construction: Career adaptability as mediator and hope as moderator. *Journal of Career Development*, 49(1), 202-217. <https://doi.org/10.1177/0894845320926579>
- Jiang, Z. (2017). Proactive personality and career adaptability: The role of thriving at work. *Journal of Vocational Behavior*, 98, 85-97. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.10.003>
- Johnston, C. S., Maggiori, C., & Rossier, J. (2016). Professional trajectories, individual characteristics, and staying satisfied and healthy. *Journal of Career Development*, 43, 81–98. <https://doi.org/10.1177/08948453>
- Korkmaz, O., & Cenkseven Önder, F. (2019). Yaşam amaçları ile kariyer uyum yetenekleri arasındaki ilişki: umudun aracılık rolünün incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 44(200).
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. (Tez No:16802). [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Lucas, K. (2004). Transport and social exclusion. In *Running on empty* (pp. 39-54). Policy Press.
- Luthar, S.S. and Cicchetti, D. (2000), “The construct of resilience: implications for interventions and social policies”, *Development & Psychopathology*, Vol. 12 No. 4, pp. 857-885.
- Maggiori, C., Rossier, J., and Savickas, M. L. (2017). Career adapt-abilities scale–short form (CAAS-SF) construction and validation. *Journal of Career Assessment*, 25(2), 312–325. <https://doi.org/10.1177/1069072714565856>
- Marcionetti, J., & Rossier, J. (2021). A longitudinal study of relations among adolescents' self-esteem, general self-efficacy, career adaptability, and life satisfaction. *Journal of Career Development*, 48(4), 475-490. <https://doi.org/10.1177/0894845319861691>
- Masten, A. S., & Tellegen, A. (2012). Resilience in development psychopathology: Contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24(2), 345–361. <https://doi.org/10.1017/S095457941200003X>
- Masten, A. S., Obradovic, J., & Burt, K. B. (2006). Resilience in emerging adulthood: Developmental perspectives on continuity and transformation. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 173–190). American Psychological Association.
- Niles, S. G. (2011). Career flow: a hope-centered model of career development. *Journal of Employment Counseling*, 48(4), 173-175.

- Nilforooshan, P., & Salimi, S. (2016). Career adaptability as a mediator between personality and career engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 94, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.02.010>
- O'Brien, K. M. (2003). Measuring career self-efficacy: Promoting confidence and happiness at work. In S.J. Lopez & C.R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 109-126). Washington D.C.: American Psychological Association.
- Othman, R., Kamal, N. M., Alias, N. E., Ismail, S., & Sahiq, A. N. M. (2018). Positive psychological traits and career adaptability among millennials. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(9), 1420-1433. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARBS/v8-i9/4706>
- Öztemel, K., & Yıldız-Akyol, E. (2021). The predictive role of happiness, social support, and future time orientation in career adaptability. *Journal of Career Development*, 48(3), 199-212. <https://doi.org/10.1177/0894845319840437>
- Rivera, M., Shapoval, V., & Medeiros, M. (2021). The relationship between career adaptability, hope, resilience, and life satisfaction for hospitality students in times of Covid-19. *Journal of hospitality, leisure, sport & tourism education*, 29, 100344. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2021.100344>
- Rossier, J. (2015). Adaptability and life designing. In L. Nota & J. Rossier (Eds.), *Handbook of life design: From practice to theory and from theory to practice* (pp. 153–168). Hogrefe
- Shanahan M. I., & Longest K. C. (2009). (2) thinking about the transition to adulthood. In Schoon I., Silbereisen R. K. (Eds.), *Transitions from school to work: Globalization, individualization, and patterns of diversity* (pp. 30–41). Cambridge University Press.
- Santilli, S., Grossen, S., & Nota, L. (2020). Career adaptability, resilience, and life satisfaction among Italian and Belgian middle school students. *The Career Development Quarterly*, 68(3), 194-207. <https://doi.org/10.1002/cdq.12231>
- Santilli, S., Marcionetti, J., Rochat, S., Rossier, J., & Nota, L. (2017). Career adaptability, hope, optimism, and life satisfaction in Italian and Swiss adolescents. *Journal of Career Development*, 44(1), 62-76. <https://doi.org/10.1177/0894845316633793>
- Santilli, S., Nota, L., Ginevra, M. C., & Soresi, S. (2014). Career adaptability, hope and life satisfaction in workers with intellectual disability. *Journal of Vocational Behavior*, 85(1), 67-74. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.02.011>
- Savickas, M. L. (1997). Adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *Career Development Quarterly*, 45, 247–259.
- Savickas, M. L. (2002). *Career construction: A developmental theory of vocational behavior*. In D. Brown (Ed.), *Career choice and development* (4th ed., pp. 149–205). Jossey-Bass
- Savickas, M. L. (2005). *The theory and practice of career construction*. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (pp. 42–70). Wiley



- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career adapt-abilities scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661–673. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>
- Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J., Duarte, M. E., Guichard, J., et al. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of Vocational Behavior*, 75, 239–250. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>
- Schalock, R. L., & Felce, D. (2004). Quality of life and subjective well-being: Conceptual and measurement issues. *International handbook of applied research in intellectual disabilities*, 261-279. <https://doi.org/10.1002/9780470713198.ch12>
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194–200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (4), 570-585.
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. *Journal of Counseling & Development*, 73, 355-360
- Soresi, S., Nota, L., & Ferrari, L. (2012). Career adapt-abilities scale-Italian form: Psychometric properties and relationships to breadth of interests, quality of life, and perceived barriers. *Journal of Vocational Behavior*, 80, 705–711. <https://doi.org/10.1016/J.Jvb.2012.01.020>
- Tarhan, S., & Bacanlı, H. (2015). Sürekli Umut Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 1-14.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2023). İşgücü İstatistikleri, Nisan 2023. Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Isgucu-Istatistikleri-Nisan-2023-49373>
- Wilkins K. G., Santilli S., Ferrari L., Nota L., Tracey T. J. G., Soresi S. (2014). The relationship among positive emotional dispositions, career adaptability, and satisfaction in Italian high school students. *Journal of Vocational Behavior*, 85, 329–338. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.08.004>
- Woo, H. R. (2018). Personality traits and intrapreneurship: the mediating effect of career adaptability. *Career Development International*, 23(2), 145-162. <https://doi.org/10.1108/CDI-02-2017-0046>
- Xu, C., Gong, X., Fu, W., Xu, Y., Xu, H., Chen, W., & Li, M. (2020). The role of career adaptability and resilience in mental health problems in Chinese adolescents. *Children and Youth Services Review*, 112, 104893. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104893>
- Yalçın, S. B., Çarkıt, E., & Koçakoğlu, M. G. (2022). The mediating role of resilience between career adaptability and life satisfaction . *Journal of Teacher Education and Lifelong Learning*, 4 (2), 99-109 <https://doi.org/10.51535/tell.1159130>

- Zacher, H. (2014). Career adaptability predicts subjective career success above and beyond personality traits and core self-evaluations. *Journal of vocational behavior*, 84(1), 21-30. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.10.002>
- Zorver, C., & Yeşilyaprak, B. (2021). Kariyer uyum yetenekleri ölçeği kısa formunun (KUYÖ-KF) Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 54(1), 91-116. <https://doi.org/10.30964/auebfd.681622>

### Extended Abstract

In order to be able to work productively, profitably and for a specific purpose in the business world, individuals must constantly adapt with the aim of responding effectively to changing personal needs, environmental demands and opportunities. Recognizing this fact, career field experts have made remarkable progress in studies on career adaptability (Savickas et al., 2009).

The primary purpose of career counseling, which is based on career structuring theory, is to increase the level of career adaptability of the individual so that she can continue her own development more effectively in the face of changing opportunities and obstacles (Savickas, 2002). Adolescents or adults with high career adaptability have characteristics such as discovering themselves and the environment, making conscious decisions and having a positive attitude towards planning (Savickas, 1997).

Looking at the literature on career compatibility; personality traits (Arıkan, 2022; Eryılmaz & Kara, 2017; Jiang, 2017; Nilforooshan & Salimi, 2016; Woo, 2018; Zacher, 2014), future orientation (Cabras & Mondo, 2018; Ginevra et al., 2016; 2018; Öztemel & Yıldız-Akyol, 2021) and positive psychological characteristics (Bölükbaşı, 2017; Büyükgöze-Kavas, 2016; Hirschi, 2009; Marcionetti & Rossier, 2017; Othman et al., 2018; Santili et al., 2017) and career adaptability. It is seen that it has been studied frequently over the years.

Studies in the literature also show that positive psychological characteristics have an important place in predicting career adaptability. Within the scope of this study, the relationship of psychological resources such as resilience, life satisfaction and hope with career adaptability of individuals in emerging adulthood was examined. Arnett (2000) defined emerging adulthood as a period between adolescence and adulthood, covering the 18-25 age range in American society. Researchers in different societies have tried to determine the age ranges of this period according to the characteristics of the societies. It is stated that the emerging adulthood period in Turkey covers the 19-26 age range (Atak & Çok, 2007).

The main purpose of this study is to examine positive psychological characteristics such as resilience, life satisfaction and hope as predictors of emerging adults' career adaptability. For this purpose, a model in which hope is the mediating variable is proposed.

This study was designed in a correlational model in which the relationship of positive psychological characteristics such as resilience, life satisfaction and hope with career adaptability of emerging adults was examined. Relational studies are studies that examine the relationship between two or more variables (Fraenkel et al., 2012). The study group of the research consists of 336 students (251 girls, 85 boys) studying at Niđe Ömer Halisdemir University and included in the research with convenient sampling method. The age range of the participants included in the study ranged from 18 to 26 years old. The average age of the participants is 21.25. In order to collect data within the scope of the research, 'Career Adaptability Scale-Short Form, Brief Psychological Resilience Scale, Life Satisfaction Scale and Continuous Hope Scale' were used. Data analysis was done with SPSS 24.0 and AMOS programs. Correlation analysis and path analysis techniques were used in the analysis of the data.

Considering the findings obtained in line with the hypotheses of the research, respectively; It is seen that resilience is a positive and significant predictor of emerging adults' career adaptability. Another finding obtained from the study is that life satisfaction is a positive and significant predictor of career adaptability. Another important finding obtained in line with the hypotheses of the study is that hope is a positive and significant predictor of emerging adults' career adaptability. Finally, another important finding obtained as a result of the analyzes of the mediation model tested within the scope of the study is the finding that hope has a mediating role between both resilience and life satisfaction variables and career adaptability.

The findings of this study, in which the relationship of positive psychological characteristics such as hope, resilience and life satisfaction with career adaptability were examined and the hypothesis model regarding the mediating role of the hope variable in the relationship between life satisfaction, resilience and career adaptability was tested, contributes to the literature. However, this study has some limitations. The first of these limitations is related to the study group. This research was carried out with students studying at Niđe Ömer Halisdemir University in the Central Anatolia Region, who volunteered to participate in the study. In terms of the generalizability of the research findings, studies can be conducted with a sample of students studying at different universities in different regions, or individuals in emerging adult age groups who do not continue their university education. Another limitation of the research is related to the research method. This study was designed in relational design, which is one of the quantitative research designs, and is also a cross-sectional study. A longitudinal research process can also be designed in which the variables examined within the scope of the research, together with their changes over time, can be designed. In addition, experimental studies can be designed to prepare career psychoeducation programs based on positive psychological interventions and improving career adaptability.