

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Eğitim Streslerinin Akademik Kariyer Farkındalık Düzeylerine Etkisi *

Mustafa Kemal Deniz^a

Eyyüp Yıldırım^b

Mahmut Altun^c

Geliş Tarihi: 08 Aralık 2025 Kabul Tarihi: 27 Aralık 2025 Yayın Tarihi: 31 Aralık 2025

Özet

Bu araştırmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin eğitim streslerinin akademik kariyer farkındalık düzeyleri üzerindeki etkisini incelemektir. Nicel araştırma yöntemlerinden betimsel ilişkisel tarama modeliyle yürütülen çalışmanın örneklemini, gönüllülük esasına göre belirlenen 214 Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Eğitim Stresi Ölçeği ile Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği kullanılmış; veriler çevrim içi ve yüz yüze yöntemlerle toplanarak SPSS 26.0 programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Verilerin analizinde frekans ve yüzde dağılımları, bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi ve Pearson Korelasyon analizi uygulanmış, anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir. Elde edilen bulgular, öğrencilerin eğitim stresi ve akademik kariyer farkındalık düzeylerinin yaş, cinsiyet, bölüm, gelir düzeyi, algılanan aile geliri, aktif spor yapma durumu ve akademik başarı gibi değişkenlere göre farklılaştığını göstermektedir. Özellikle düşük gelir düzeyine sahip, aktif spor yapmayan ve yüksek eğitim stresi yaşayan öğrencilerin akademik kariyer farkındalıklarının daha düşük olduğu belirlenmiş olup, bu bulgular spor bilimleri fakültelerinde stres yönetimi ve akademik kariyer farkındalığını artırmaya yönelik rehberlik ve destek programlarının önemini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Eğitim Stresi, Kariyer, Spor

The Effect Of Educational Stresses On Academic Career Awareness Levels Of Faculty Of Sports Sciences Students*

Abstract

The aim of this study is to examine the effect of educational stresses on the academic career awareness levels of the students of the Faculty of Sports Sciences. The sample of the study, which was carried out with the descriptive relational survey model, one of the quantitative research methods, consists of 214 students of the Faculty of Sports Sciences, who were determined on a voluntary basis. In the research, the Education Stress Scale and the Academic Career Awareness Scale were used as data collection tools; data were collected online and face-to-face methods and analyzed through the SPSS 26.0 program. Frequency and percentage distributions, independent sample t-test, one-way analysis of variance and Pearson Correlation

^a Munzur Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, pasam.dnz2384@gmail.com, ORCID: 0000-0002-4695-8914(Sorumlu Yazar);

^b Prof. Dr., Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, eyildirim@firat.edu.tr, ORCID :0000-0002-8508-5861

^c Munzur Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, altunmahmut23@gmail.com, ORCID : 0009-0008-4332-0190

*Dipnot: 23. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Erzurum, sözlü bildiri olarak sunum yapılmıştır.

analysis were applied in the analysis of the data, and the significance level was accepted as $p < .05$. The findings show that students' educational stress and academic career awareness levels differ according to variables such as age, gender, department, income level, perceived family income, active sports status and academic achievement. It has been determined that students with low income, who do not actively engage in sports and who experience high educational stress have lower academic career awareness, and these findings reveal the importance of guidance and support programs to increase stress management and academic career awareness in sports sciences faculties.

Key Words: Educational Stress, Career, Sports

Giriş

Günümüzde üniversite öğrencileri, akademik ve kişisel gelişim süreçlerinde çok yönlü stres faktörleriyle karşı karşıya kalmaktadır. Özellikle Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri, hem teorik ders yükü hem de fiziksel performans gerektiren uygulamalı eğitim süreçleri nedeniyle diğer fakülte öğrencilerine oranla daha yoğun bir eğitim stresine maruz kalabilmektedir (Karagün, 2020). Eğitim stresi; bireyin akademik beklentiler, sınav baskısı, zaman yönetimi güçlükleri, sosyal ilişkilerde yaşanan zorluklar ve gelecek kaygısı gibi çeşitli faktörler karşısında yaşadığı psikolojik ve fiziksel tepkileri kapsamaktadır (Misra ve McKean, 2000).

Yaşamın her aşamasında karşılaşılan stres, bireylerin bir durumu tehdit veya zorluk olarak algılaması sonucu ortaya çıkan içe dönük bir tepki olarak tanımlanabilir (Kara, 2009). Bunun yanı sıra, stres çevresel etkileşimler sonucunda, zaman baskısı, beklenmedik olaylar veya beklenmeyen tepkiler sonucu maruz kalınan bir durum olarak da ifade edilmektedir (Durna, 2006). Benzer şekilde, Richlin-Klonsky ve Hoe (2003), günlük yaşamda karşılaşılan talepler ve yaşanan değişimlere uyum sağlama süreçlerinin stresin temel kaynakları olduğunu belirtmektedir.

Son yıllarda akademik süreçlerden kaynaklanan stres, eğitim ve psikoloji alanlarında önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir (Edwards ve ark., 2001; Misra ve ark., 2000; Reifman ve Dunkel-Schetter, 1990; Zaleski ve ark., 1999). Essandoh (1995) ve Mori (2000), okul ortamının özellikle yeni başlayan öğrenciler veya farklı bir eğitim kademesine geçenler için yeni bir sosyal çevre sunması ve bu çevreye uyum sağlanmasının gerekliliği nedeniyle öğrenciler için stresli bir ortam yaratabileceğini ifade etmektedir. Agolla ve Ongori (2009) ise öğrencilerin okulda yaşadığı akademik süreçlerin, strese yol açıcı etkilerinden bağımsız olarak ele alınamayacağını vurgulamaktadır.

Wilks (2008) akademik stresi tetikleyen faktörler arasında öğretmen-öğrenci ilişkileri, bireysel beklentiler, sosyal faaliyetlere katılım, okul ve çevreye uyum, sosyal destek düzeyi, ailelerin yüksek beklentileri, sınıf mevcudu, disiplin uygulamaları ve fiziksel cezaları örnek göstermektedir. Öğrencilerde akademik stresin fiziksel ve psikolojik etkileri de araştırmalarda ele alınmıştır. Winkelman (1994), stresin öğrencilerde bitkinlik, iştah kaybı, baş ağrısı ve mide problemlerine yol açabileceğini belirtirken, Mori (2000) stresin özellikle anksiyete ve

depresyon belirtileri ile birlikte ortaya çıkabileceğini ifade etmektedir.

Kariyer kavramı, günümüzde bireylerin mesleki ve kişisel yaşamlarını şekillendiren temel olgulardan biri olarak öne çıkmaktadır. Her ne kadar 1970’li yıllardan itibaren iş yaşamında sıklıkla kullanılmaya ve önem kazanmaya başlamış olsa da, kavramın kökeni 16. yüzyıla kadar uzanmaktadır (Tutar ve ark., 2020). Kariyer kavramını literatüre kazandıran ilk araştırmacı Amerikalı sosyolog Everett Hughes’tur. Hughes (1937), kariyer olgusunu sübjektif (bireyin kariyeri kendi gözünden değerlendirmesi) ve objektif (toplumun bireyin mesleki durumuna bakışı) olmak üzere iki boyutta ele almıştır (Redman ve Wilkinson, 2008).

Kariyer kavramının bilimsel olarak ilk kez ele alınması ise 1956 yılında Anna Roe’nun yazdığı “*Mesleklerin Psikolojisi*” adlı esere dayanmaktadır. Roe’nun bu çalışması, mesleki yönelimlerin psikolojik temellerini açıklamaya yönelik ilk girişimlerden biri olarak kabul edilmektedir. Daha sonra Super (1957) tarafından geliştirilen *Kariyer Gelişimi Teorisi*, bireyin yaşam boyu kariyer gelişimini açıklamış; ardından Tiedeman ve O’Hara (1963) ile Holland (1966) gibi araştırmacılar, kariyer seçimi ve uyum süreçlerine ilişkin önemli katkılar sağlamıştır (Yavuz, 2006). Bu dönemden itibaren kariyer, bireyin yaşam döngüsü içinde dinamik bir süreç olarak ele alınmaya başlanmıştır.

Kariyer, bireyin yaşamı boyunca edindiği deneyimlerin, üstlendiği rollerin ve mesleki ilerlemelerin bir bütünüdür. Başka bir ifadeyle, bireyin yaşam sürecinde meslekle ilgili rollerinde ilerleme, duraklama ve gerileme dönemlerini içeren süreklilik gösteren bir gelişim sürecidir (Yeşilyaprak ve ark., 2020). Hughes (1997), kariyeri bireyin yaşamı boyunca izlediği yol olarak tanımlamıştır. Dolayısıyla kariyer, yalnızca bir meslek edinme süreci değil; bireyin yaşam biçimini, değerlerini ve hedeflerini biçimlendiren çok yönlü bir yapıdır.

Kariyer kavramı, kariyer gelişimi, kariyer planlaması, kariyer yönetimi, kariyer farkındalığı ve kariyer seçimi gibi alt bileşenleri bünyesinde barındırmaktadır (Brown ve Lent, 2013). Kariyer planlama, bireyin kişisel özellikleri, ilgi alanları ve mesleki hedeflerini değerlendirerek bu hedeflere ulaşmak için gerekli adımları belirleme süreci olarak tanımlanmaktadır (Merdan, 2011). Kariyer yönetimi ise bireylerin yetenek, değer ve ilgilerini analiz ederek mesleki gelişim süreçlerini yönlendirmelerine yardımcı olan bir örgütsel süreçtir (Walker ve Gutterdidge, 1990; akt. Aslan, 2012).

Kariyer farkındalığı kavramı ise bireyin kariyer yolları, fırsatları ve gereklilikleri konusunda bilinçli olması ve bu farkındalık doğrultusunda mesleki yaşamını planlaması anlamına gelmektedir (Yaşar, 2019). Bu bağlamda kariyer farkındalığı, yalnızca meslek seçimi sürecinde değil, aynı zamanda bireyin yaşam doyumu, öz farkındalığı ve üretkenliği üzerinde de belirleyici bir etkidir. Çünkü kariyer, sadece iş yaşamını değil, aynı zamanda bireyin sosyal ilişkilerini ve genel yaşam kalitesini etkileyen çok boyutlu bir yapıya sahiptir.

Kariyer farkındalığı, kariyer gelişiminin temel basamaklarından biri olarak kabul edilmektedir. Bu kavram; mesleklerle ilgili temel bilgiler, gerekli beceriler, eğitim koşulları, iş ortamlarının özellikleri ve mesleki beklentiler gibi çeşitli alt boyutları kapsamaktadır (Nasır ve Lin, 2013). Bu nedenle kariyer farkındalığı düzeyi yüksek bireyler, mesleki hedeflerini daha bilinçli biçimde belirleyebilmekte ve iş yaşamına daha donanımlı şekilde hazırlanabilmektedir. Yükseköğretim kurumları, bireylerin kariyer farkındalıklarını geliştirmede kritik bir rol üstlenmektedir (Plazzo ve ark., 2021). Üniversiteler, öğrencilere yalnızca alan bilgisi kazandırmakla kalmaz; aynı zamanda onların mesleki yönelimlerini şekillendirmelerine de katkı sağlar.

Bu araştırmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin eğitim stres düzeylerinin akademik kariyer farkındalıkları üzerindeki etkilerini incelemektir. Çalışmada, öğrencilerin cinsiyet, yaş, bölüm, aktif olarak spor yapma durumu, gelir düzeyi, algılanan aile gelir düzeyi ve akademik başarı durumu gibi demografik değişkenlere göre eğitim stresi ve akademik kariyer farkındalığı düzeylerinde anlamlı farklılıklar olup olmadığı araştırılmıştır. Bu çalışma, literatüre Spor Bilimleri öğrencilerinin eğitim streslerinin akademik kariyer farkındalığı üzerindeki etkilerini, nicel verilerle ortaya koyması ve eğitim sürecinde öğrencilerin stres yönetimi ile kariyer gelişim programlarının planlanmasına katkı sağlaması açısından önem taşımaktadır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin eğitim streslerinin akademik kariyer farkındalık düzeylerine etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma, nicel araştırma yaklaşımı kapsamında yürütülmüş ve betimsel ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi mevcut koşullar içerisinde ortaya koymayı amaçlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 2020). Bu bağlamda, araştırmada eğitim stresi düzeyi ile akademik kariyer farkındalığı arasındaki ilişki analiz edilmiştir.

Çalışma grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 214 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem, basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Katılımcılara ilişkin demografik veriler; cinsiyet, yaş, bölüm, aktif olarak spor yapma durumu, gelir düzeyi, algılanan aile gelir düzeyi ve akademik başarı durumu değişkenlerinden oluşmaktadır. Çalışma grubunun seçilmesinde, öğrencilerin gönüllülük esasına göre katılım göstermeleri dikkate alınmıştır.

Tablo 1

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerini Tanımlayıcı İstatistikler

Demografik Değişken	Kategori	N	%
Cinsiyet	Kadın	86	40,2
	Erkek	128	59,8
Yaş	18–21	74	34,6
	22–25	64	29,9
	26–29	46	21,5
	30 ve üzeri	30	14,0
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	72	33,6
	Antrenörlük Eğitimi	69	32,2
	Spor Yöneticiliği Eğitimi	38	17,8
	Rekreasyon Eğitimi	35	16,4
Aktif Spor Yapıyor Musunuz?	Evet	130	60,7
	Hayır	84	39,3
Gelir Düzeyi	Düşük	98	45,8
	Orta	70	32,7
	Yüksek	46	21,5
Ailenin Gelir Düzeyi (Öğrencinin Görüşü)	Düşük	84	39,3
	Orta	58	27,1
	Yüksek	72	33,6
Başarı Durumu (Öğrencinin Değerlendirmesi)	Düşük	44	20,6
	Orta	84	39,3
	Yüksek	86	40,2

Tablo 1, araştırmaya katılan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin demografik ve sosyo-ekonomik özelliklerini ortaya koymaktadır. Bulgular incelendiğinde, katılımcıların %59,8'inin erkek, %40,2'sinin kadın olduğu; yaş dağılımının ağırlıklı olarak 18–21 (%34,6) ve 22–25 (%29,9) yaş aralıklarında yoğunlaştığı görülmektedir. Bölüm dağılımı açısından Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (%33,6) ile Antrenörlük Eğitimi (%32,2) öğrencilerinin çoğunluğu oluşturduğu, Spor Yöneticiliği (%17,8) ve Rekreasyon Eğitimi (%16,4) bölümlerinin ise daha düşük oranlarda temsil edildiği belirlenmiştir. Katılımcıların %60,7'si aktif olarak spor

yaptığını belirtirken, %39,3'ü spor yapmadığını ifade etmiştir. Gelir düzeyi açısından öğrencilerin %45,8'inin düşük, %32,7'sinin orta ve %21,5'inin yüksek gelir grubunda yer aldığı; algılanan aile gelir düzeyinin ise düşük (%39,3), orta (%27,1) ve yüksek (%33,6) olarak dağıldığı saptanmıştır. Akademik başarı durumuna bakıldığında, öğrencilerin %40,2'sinin kendini yüksek, %39,3'ünün orta ve %20,6'sının düşük başarı düzeyinde değerlendirdiği görülmektedir. Genel olarak Tablo 1'den elde edilen bulgular, araştırma grubunun çoğunlukla genç yaş grubunda yer alan, erkek öğrencilerin ağırlıkta olduğu ve sporla aktif biçimde ilgilenen bireylerden oluştuğunu; gelir düzeyi ve akademik başarı bakımından ise farklılıklar gösteren bir profile sahip olduğunu ortaya koymaktadır

Verilerin Toplanması ve Analizi

Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen Demografik Bilgi Formu, katılımcıların kişisel ve sosyo-demografik özelliklerini belirlemeye yönelik altı sorudan oluşmaktadır. Bu sorular cinsiyet, yaş, bölüm, aktif spor yapma durumu, gelir düzeyi, algılanan aile gelir düzeyi ve akademik başarı durumunu kapsamaktadır.

Eğitim Stresi Ölçeği

Katılımcıların eğitim stres düzeylerini belirlemek amacıyla Sun, Dunne, Hou ve Xu (2011) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye Seçer, Veyis ve Gökçen (2015) tarafından uyarlanan Eğitim Stresi Ölçeği (Educational Stress Scale for Adolescents - ESSA) kullanılmıştır. Ölçek, 5'li Likert tipi (1=Hiç Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum) bir ölçektir ve çalışma baskısı, ders yükü, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzluk olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Maddelerin alt boyutlara dağılımı şu şekildedir: Çalışma Baskısı: 1., 2., 3. ve 4. Maddeler, Ders Yükü: 5., 6. ve 7. Maddeler, Beklentiye Karşılık Umutsuzluk: 8., 9., 14., 15. ve 16. Maddeler, Başarı Kaygısı: 10., 11., 12. ve 13. Maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten elde edilen toplam puan, öğrencinin genel eğitim stres düzeyini yansıtmaktadır. Ölçeğin Türkçe formunun güvenirlik katsayısı (Cronbach's Alpha) 0.87 olarak rapor edilmiştir (Seçer, Veyis ve Gökçen, 2015).

Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği

Katılımcıların akademik kariyer farkındalık düzeylerini ölçmek amacıyla Dağyar, Kasalak ve Uğurlu (2020) tarafından geliştirilen Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 31 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutlar şu şekildedir: Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşullarına İlişkin Farkındalık, Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacına İlişkin Farkındalık, Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşullarına İlişkin Farkındalık, Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşullarına İlişkin Farkındalık şeklindedir. Ölçek 4'lü

Likert tipi olup, “Hiç bilgim yok (1)” ile “Biliyorum, detaylarıyla açıklayabilirim (4)” arasında derecelendirilmektedir. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, bireylerin akademik kariyer süreçleri ve lisansüstü eğitim hakkında daha yüksek düzeyde farkındalığa sahip olduklarını göstermektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach’s Alpha) 0.93 olarak belirlenmiştir (Dağyar, Kasalak ve Uğurlu, 2020).

Verilerin Toplanması

Araştırma verileri, gönüllü katılım esasına dayalı olarak, çevrim içi (Google Forms) ve yüz yüze yöntemlerle toplanmıştır. Katılımcılara araştırmanın amacı açıklanmış, gizlilik esaslarına uyulacağı belirtilmiştir. Veri toplama süreci, yaklaşık üç hafta içerisinde tamamlanmıştır.

Veri Analizi

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 26.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizine geçmeden önce, normallik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Ölçeklerin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerini tanımlamak için frekans ve yüzde dağılımları kullanılmıştır. Eğitim stresi ve akademik kariyer farkındalık düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Tablo 2

Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutlarının Tanımlayıcı İstatistikleri

Ölçekler / Alt Boyutlar	ORT	SS	Skewness	Kurtosis
Çalışma Baskısı	2,66	1,21	0,31	-1,04
Ders Yüğü	3,00	1,22	0,13	-1,10
Başarı Kaygısı	2,87	1,26	0,23	-1,21
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	3,08	1,30	-0,13	-1,43
Eğitim Stresi Ölçeği	2,91	1,17	0,10	-1,20
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	2,18	1,03	0,20	-1,32
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	2,57	0,95	0,11	-1,21
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	2,50	1,02	0,02	-1,29
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	2,54	1,04	0,04	-1,34
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği	2,39	0,98	0,13	-1,44

Tablo 2, Eğitim Stresi Ölçeği ortalaması 2,91 ile orta düzeyde bir stres algısına işaret etmektedir. Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği ortalaması 2,39 olarak hesaplanmıştır.

Tablodaki çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri, tüm alt boyutlar için kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer almakta olup, verilerin normal dağılım varsayımını karşıladığını göstermektedir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,5$ aralığında olması, normal dağılım için yeterli kabul edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013; George ve Mallery, 2010). Bu durum, analizlerde parametrik testlerin güvenle kullanılabileceğine işaret etmektedir.

Tablo 3

Ölçekler ve Alt Boyutlarının Normallik ve İç Tutarlılık (Cronbach's Alpha) Sonuçları

Ölçekler / Alt Boyutlar	Kolmogorov-Smirnov	Shapiro-Wilk	Cronbach's Alpha
Çalışma Baskısı	,116	,931	0,901
Ders Yüğü	,128	,944	0,840
Başarı Kaygısı	,147	,931	0,952
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	,169	,905	0,941
Eğitim Stresi Ölçeğı	,103	,950	0,973
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	,178	,867	0,993
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	,167	,928	0,973
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	,110	,923	0,977
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	,154	,906	0,967
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeğı	,179	,908	0,994

Tablo 3'de Shapiro-Wilk normallik testi sonuçları ile birlikte çarpıklık ve basıklık değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer alması, Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık ölçeklerine ait verilerin normal dağılım varsayımını yeterli düzeyde karşıladığını ve parametrik istatistiksel analizlerin kullanılmasının uygun olduğunu göstermektedir. (Field, 2018; Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu doğrultuda, elde edilen bulgular verilerin parametrik analizler için uygun olduğunu göstermektedir. Genel olarak, her iki ölçeğin de Cronbach's Alpha değerlerinin 0,90 ve üzeri olması, ölçümlerin yüksek güvenilirlik düzeyinde olduğunu ve araştırmada kullanılabilecek sağlam veri toplama araçları olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, ilerleyen istatistiksel analizlerin geçerliliğini desteklemektedir. Bu çalışmada kullanılan ölçeklerden elde edilen güvenilirlik katsayılarının yüksek olmasının, örneklem büyüklüğünün yeterli olması ve araştırma grubunun belirli ortak özellikler taşıyan bir yapıya sahip olmasıyla ilişkili olabileceğı değerlendirilmektedir. Bu durum, ölçme araçlarının tutarlılığını desteklemekle birlikte, örneklemin homojen yapısının güvenilirlik katsayılarını yükseltmiş olabileceğı göz önünde bulundurulmalıdır.

Bulgular

Tablo 4

Cinsiyete Göre Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları (t-testi)

Ölçekler / Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	ORT	SS	T	P
Çalışma Baskısı	Kadın	86	2,65	1,31	-0,13	0,893
	Erkek	128	2,67	1,14		
Ders Yüğü	Kadın	86	2,62	1,34	-3,83	0,000*
	Erkek	128	3,25	1,06		
Başarı Kaygısı	Kadın	86	2,67	1,28	-1,94	0,054
	Erkek	128	3,01	1,24		
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	Kadın	86	2,96	1,29	-1,10	0,271
	Erkek	128	3,16	1,30		
Eğitim Stresi Ölçeği Toplam	Kadın	86	2,75	1,23	-1,66	0,098
	Erkek	128	3,02	1,12		
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	Kadın	86	2,39	1,01	2,40	0,017*
	Erkek	128	2,05	1,02		
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	Kadın	86	2,68	0,98	1,44	0,152
	Erkek	128	2,50	0,92		
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	Kadın	86	2,68	1,08	2,11	0,036*
	Erkek	128	2,38	0,96		
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	Kadın	86	2,69	1,07	1,75	0,082
	Erkek	128	2,43	1,01		
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Toplam	Kadın	86	2,56	1,00	2,11	0,036*
	Erkek	128	2,27	0,95		

Tablo 4'e göre, Eğitim Stresi Ölçeği'nin ders yükü alt boyutunda erkek öğrencilerin ortalaması (ORT = 3,25) kadın öğrencilere (ORT = 2,62) kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuş ($t = -3,83$, $p < 0,001$), buna karşın çalışma baskısı, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzluk alt boyutları ile eğitim stresi toplam puanında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p > 0,05$). Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği açısından değerlendirildiğinde ise kadın öğrencilerin öğretim elemanı olma ve çalışma koşulları, lisansüstü eğitimden mezun olma koşulları ve ölçek toplam puanlarında erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahip olduğu belirlenmiş ($p < 0,05$), lisansüstü eğitimin tanımı ve amacı ile başvuru koşulları alt boyutlarında ise cinsiyete bağlı anlamlı bir fark gözlenmemiştir. Genel olarak bu bulgular, cinsiyet değişkeninin özellikle ders yükü algısı ve akademik kariyer farkındalığının bazı boyutları üzerinde etkili olduğunu; erkek öğrencilerin ders yükünü daha stresli algıladığını, kadın öğrencilerin ise akademik kariyer sürecine ilişkin farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 5

Yaş Gruplarına Göre Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları (ANOVA)

Ölçek / Alt Boyut	Yaş Grubu	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Çalışma Baskısı	18-21 ^A	74	2,16	0,89	7,604	0,000*	B>A C>A D>A
	22-25 ^B	64	3,05	1,40			
	26-29 ^C	46	2,75	1,02			
	30 ve Üzeri ^D	30	2,90	1,34			
Ders Yüğü	18-21 ^A	74	2,39	0,93	13,464	0,000*	B>A C>A D>A
	22-25 ^B	64	3,59	1,15			
	26-29 ^C	46	3,10	1,10			
	30 ve Üzeri ^D	30	3,07	1,49			
Başarı Kaygısı	18-21 ^A	74	2,26	0,89	10,520	0,000*	B>A C>A D>A
	22-25 ^B	64	3,31	1,42			
	26-29 ^C	46	3,10	1,19			
	30 ve Üzeri ^D	30	3,10	1,25			
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	18-21 ^A	74	2,63	1,18	5,953	0,001*	B>A C>A
	22-25 ^B	64	3,48	1,28			
	26-29 ^C	46	3,31	1,22			
	30 ve Üzeri ^D	30	3,00	1,43			
Eğitim Stresi Ölçeği	18-21 ^A	74	2,37	0,89	9,635	0,000*	B>A C>A D>A
	22-25 ^B	64	3,35	1,26			
	26-29 ^C	46	3,08	1,02			
	30 ve Üzeri ^D	30	3,01	1,34			
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	18-21 ^A	74	2,54	0,91	5,628	0,001*	A>B, C
	22-25 ^B	64	1,91	1,05			
	26-29 ^C	46	1,95	0,93			
	30 ve Üzeri ^D	30	2,25	1,17			
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	18-21 ^A	74	2,86	0,90	5,103	0,002*	A>B, C
	22-25 ^B	64	2,48	0,88			
	26-29 ^C	46	2,21	0,78			
	30 ve Üzeri ^D	30	2,60	1,20			
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	18-21 ^A	74	2,95	0,90	11,902	0,000*	A>B A>C A>D
	22-25 ^B	64	2,36	0,95			
	26-29 ^C	46	1,92	0,87			
	30 ve Üzeri ^D	30	2,60	1,15			
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	18-21 ^A	74	2,99	0,92	13,668	0,000*	A>B A>C A>D
	22-25 ^B	64	2,45	1,00			
	26-29 ^C	46	1,85	0,85			
	30 ve Üzeri ^D	30	2,65	1,11			
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği	18-21 ^A	74	2,76	0,87	7,612	0,000*	A>B, C
	22-25 ^B	64	2,21	0,95			

Ölçek / Alt Boyut	Yaş Grubu	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
	26-29 ^C	46	1,99	0,85			
	30 ve Üzeri ^D	30	2,46	1,15			

Tablo 5 'de eğitim stresi alt boyutları olan çalışma baskısı, ders yükü, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzlukta yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koymuş ($F = 5,953-13,464$, $p < 0,01$) ve özellikle 18–21 yaş grubunun diğer yaş gruplarından anlamlı biçimde ayrıştığı belirlenmiştir. Eğitim stresi toplam puanı da yaşa göre anlamlı farklılık göstermiş; 18–21 yaş grubunun en düşük, 22–25 yaş grubunun ise en yüksek stres ortalamasına sahip olduğu saptanmıştır ($F = 9,635$, $p < 0,001$). Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği açısından değerlendirildiğinde, öğretim elemanı olma ve çalışma koşulları, lisansüstü eğitimin tanımı ve amacı, mezuniyet koşulları ile başvuru koşulları alt boyutlarında 18–21 yaş grubunun diğer yaş gruplarına kıyasla daha yüksek puanlar aldığı, ölçek toplam puanında da genç yaş grubunun anlamlı biçimde daha yüksek farkındalık düzeyine sahip olduğu görülmüştür ($F = 7,612$, $p < 0,001$). Genel olarak bu bulgular, yaş değişkeninin öğrencilerin eğitim stresi algıları ve akademik kariyer farkındalıkları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu; genç öğrencilerin daha düşük stres ve daha yüksek kariyer farkındalığına sahipken, yaş ilerledikçe stres düzeylerinin arttığını ve farkındalık düzeylerinin değiştiğini göstermektedir.

Tablo 6

Öğrencilerin Bölümlerine Göre Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları (ANOVA)

Ölçekler/Alt Boyutlar	Bölüm	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Çalışma Baskısı	BESÖ ^A	72	2,31	1,27	12,406	0,000*	C>A, B D>A, B
	AE ^B	69	2,40	1,00			
	SYE ^C	38	3,58	1,15			
	RE ^D	35	2,87	0,97			
Ders Yüğü	BESÖ ^A	72	2,57	1,15	13,403	0,000	C>A, B, D
	AE ^B	69	2,73	1,00			
	SYE ^C	38	3,94	1,23			
	RE ^D	35	3,38	1,10			
Başarı Kaygısı	BESÖ ^A	72	2,41	1,09	11,003	0,000	C>A, B D>A, B
	AE ^B	69	2,46	1,06			
	SYE ^C	38	3,84	1,27			
	RE ^D	35	3,59	1,07			
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	BESÖ ^A	72	2,42	1,14	10,474	0,000	C>A, B D>A, B
	AE ^B	69	2,97	1,27			
	SYE ^C	38	3,91	1,16			
	RE ^D	35	3,77	0,96			

Ölçekler/Alt Boyutlar	Bölüm	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Eğitim Stresi Ölçeği	BESÖ ^A	72	2,42	1,12	18,771	0,000*	C>A, B D>A, B
	AE ^B	69	2,66	0,98			
	SYE ^C	38	3,81	1,13			
	RE ^D	35	3,43	0,94			
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	BESÖ ^A	72	2,36	1,08	23,027	0,000*	A>C, D B>C, D
	AE ^B	69	2,74	0,75			
	SYE ^C	38	1,46	0,79			
	RE ^D	35	1,51	0,80			
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	BESÖ ^A	72	2,73	1,02	14,978	0,000*	A>C, D B>C, D
	AE ^B	69	2,96	0,78			
	SYE ^C	38	2,17	0,56			
	RE ^D	35	1,91	0,94			
Lisansüstü Eğitimin Mezuniyet Koşulları	BESÖ ^A	72	2,71	1,14	12,000	0,000*	A>C, D B>C, D
	AE ^B	69	2,85	0,79			
	SYE ^C	38	1,99	0,74			
	RE ^D	35	1,94	0,97			
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	BESÖ ^A	72	2,69	1,16	10,451	0,000*	A>C, D B>C, D
	AE ^B	69	2,90	0,88			
	SYE ^C	38	2,09	0,79			
	RE ^D	35	1,97	0,93			
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği	BESÖ ^A	72	2,56	1,07	18,372	0,000*	A>C, D B>C, D
	AE ^B	69	2,84	0,74			
	SYE ^C	38	1,82	0,69			
	RE ^D	35	1,76	0,85			

Tablo 6, öğrencilerin Eğitim Stresi Ölçeği'nin çalışma baskısı, ders yükü, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzluk alt boyutlarında bölüm değişkenine bağlı olarak anlamlı farklılıklar bulunduğunu ortaya koymuş ($F = 12,406-21,663$, $p < 0,001$) ve özellikle Spor Yöneticiliği Eğitimi öğrencilerinin diğer bölümlere kıyasla daha yüksek stres düzeyleri sergilediği belirlenmiştir. Eğitim Stresi Ölçeği toplam puanı da bu bulguyu destekler nitelikte olup, Spor Yöneticiliği Eğitimi öğrencilerinin en yüksek ortalamaya sahip olduğu saptanmıştır ($F = 18,771$, $p < 0,001$). Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği açısından değerlendirildiğinde ise Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Antrenörlük Eğitimi öğrencilerinin, Spor Yöneticiliği Eğitimi ve Rekreasyon Eğitimi öğrencilerine kıyasla öğretim elemanı olma ve çalışma koşulları, lisansüstü eğitimin tanımı ve amacı, mezuniyet ve başvuru koşulları alt boyutlarında anlamlı düzeyde daha yüksek farkındalık puanlarına sahip olduğu belirlenmiştir ($F = 10,451-25,027$, $p < 0,001$). Genel olarak bu bulgular, bölüm değişkeninin öğrencilerin hem eğitim stresi algıları hem de akademik kariyer farkındalıkları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu; Spor Yöneticiliği Eğitimi öğrencilerinin daha yüksek stres ve daha düşük kariyer farkındalığı sergilerken, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Antrenörlük Eğitimi öğrencilerinin daha düşük stres ve daha yüksek akademik kariyer farkındalığına sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 7

Öğrencilerin Aktif Olarak Spor Yapma Durumuna Göre Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları (t-testi)

Ölçekler / Alt Boyutlar	Aktif Spor Yapma	N	ORT	SS	T	P
Çalışma Baskısı	Evet	130	2,04	0,93	-12,03	0,000*
	Hayır	84	3,61	0,94		
Ders Yüğü	Evet	130	2,38	0,97	-11,72	0,000*
	Hayır	84	3,94	0,92		
Başarı Kaygısı	Evet	130	2,13	0,95	-15,46	0,000*
	Hayır	84	4,01	0,72		
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	Evet	130	2,48	1,20	-10,24	0,000*
	Hayır	84	4,01	0,81		
Eğitim Stresi Ölçeği Toplam	Evet	130	2,27	0,93	-13,51	0,000*
	Hayır	84	3,90	0,75		
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	Evet	130	2,85	0,74	20,09	0,000*
	Hayır	84	1,15	0,31		
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	Evet	130	3,12	0,73	15,32	0,000*
	Hayır	84	1,72	0,51		
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	Evet	130	3,07	0,83	13,87	0,000*
	Hayır	84	1,63	0,56		
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	Evet	130	3,11	0,85	13,93	0,000*
	Hayır	84	1,64	0,58		
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Toplam	Evet	130	2,99	0,73	17,78	0,000*
	Hayır	84	1,45	0,39		

Tablo 7’de aktif spor yapan öğrencilerin çalışma baskısı, ders yükü, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzluk alt boyutlarının tamamında spor yapmayan öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde daha düşük puanlar aldığını ortaya koymuş ($t = -10,24 - -15,46$, $p < 0,001$) ve eğitim stresi toplam puanının da spor yapan öğrencilerde belirgin biçimde daha düşük olduğunu göstermiştir. Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği açısından değerlendirildiğinde ise aktif spor yapan öğrencilerin lisansüstü eğitimin tanımı ve amacı, mezuniyet ve başvuru koşulları ile öğretim elemanı olma ve çalışma koşulları alt boyutlarının tamamında spor yapmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahip olduğu, ölçek toplam puanında da bu farkın sürdüğü belirlenmiştir ($p < 0,001$). Genel olarak bu bulgular,

aktif spor yapmanın öğrencilerin eğitim stresi algılarını azaltırken akademik kariyer farkındalıklarını artırdığını ve sporun akademik süreçlerde psikolojik ve bilişsel açıdan destekleyici bir işlev üstlendiğini göstermektedir.

Tablo 8

Öğrencilerin Gelir Düzeyine Göre Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları (ANOVA)

Ölçekler / Alt Boyutlar	Gelir Düzeyi	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Çalışma Baskısı	Düşük ^A	98	3,36	0,92			A>B, C
	Orta ^B	70	2,26	1,16	46,12	0,000*	B>C
	Yüksek ^C	46	1,78	0,95			
Ders Yüğü	Düşük ^A	98	3,54	0,99			A>B, C
	Orta ^B	70	2,71	1,15	24,68	0,000*	
	Yüksek ^C	46	2,26	1,24			
Başarı Kaygısı	Düşük ^A	98	3,49	0,96			A>B, C
	Orta ^B	70	2,52	1,26	30,33	0,000*	
	Yüksek ^C	46	2,08	1,21			
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	Düşük ^A	98	3,83	0,72			A>B, C
	Orta ^B	70	2,70	1,37	48,20	0,000*	B>C
	Yüksek ^C	46	2,07	1,22			
Eğitim Stresi Ölçeği	Düşük ^A	98	3,58	0,74			A>B, C
	Orta ^B	70	2,55	1,18	45,01	0,000*	B>C
	Yüksek ^C	46	2,04	1,12			
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	Düşük ^A	98	1,58	0,74			
	Orta ^B	70	2,42	1,06	57,06	0,000*	B>A
	Yüksek ^C	46	3,11	0,59			C>A
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	Düşük ^A	98	1,94	0,64			
	Orta ^B	70	2,76	0,84	103,11	0,000*	B>A
	Yüksek ^C	46	3,63	0,43			C>A
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	Düşük ^A	98	1,83	0,59			
	Orta ^B	70	2,70	1,01	99,42	0,000*	B>A
	Yüksek ^C	46	3,64	0,43			C>A
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	Düşük ^A	98	1,79	0,65			
	Orta ^B	70	2,86	0,95	110,43	0,000*	B>A
	Yüksek ^C	46	3,63	0,43			C>A
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği	Düşük ^A	98	1,74	0,62			
	Orta ^B	70	2,62	0,96	89,26	0,000*	B>A
	Yüksek ^C	46	3,41	0,43			C>A

Tablo 8, düşük gelir düzeyine sahip öğrencilerin eğitim stresi alt boyutlarının

tamamında orta ve yüksek gelir grubundaki öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek stres algısına sahip olduğunu göstermiş ($F = 24,68-48,20$, $p < 0,001$) ve gelir düzeyi arttıkça ders yükü, başarı kaygısı, beklentiye karşılık umutsuzluk ve çalışma baskısına ilişkin stres düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir; eğitim stresi toplam puanı da bu eğilimi desteklemektedir. Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği açısından değerlendirildiğinde ise düşük gelir grubundaki öğrencilerin öğretim elemanı olma ve çalışma koşulları, lisansüstü eğitimin tanımı ve amacı, mezuniyet ve başvuru koşulları alt boyutlarında anlamlı biçimde daha düşük puanlar aldığı, buna karşılık yüksek gelir grubundaki öğrencilerin tüm alt boyutlarda en yüksek farkındalık düzeyine sahip olduğu saptanmıştır ($F = 57,06-110,43$, $p < 0,001$); ölçek toplam puanı da benzer bir dağılım göstermektedir. Genel olarak bu bulgular, gelir düzeyinin öğrencilerin eğitim stresi algıları ve akademik kariyer farkındalıkları üzerinde belirleyici bir etken olduğunu; düşük gelir düzeyine sahip öğrencilerin daha yüksek stres ve daha düşük kariyer farkındalığı sergilediğini ortaya koymaktadır.

Tablo 9

Öğrencilerin Aile Gelir Düzeyine Göre Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları (ANOVA)

Ölçekler / Alt Boyutlar	Aile Gelir Düzeyi	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Çalışma Baskısı	Düşük ^A	84	3,45	0,94	64,721	0.000*	A>B, C
	Orta ^B	58	2,69	1,10			B>C
	Yüksek ^C	72	1,71	0,83			
Ders Yükü	Düşük ^A	84	3,52	1,02	36,597	0.000*	A>C
	Orta ^B	58	3,31	1,10			B>C
	Yüksek ^C	72	2,14	1,06			
Başarı Kaygısı	Düşük ^A	84	3,54	0,92	46,897	0.000*	A>B, C
	Orta ^B	58	3,09	1,25			B>C
	Yüksek ^C	72	1,92	1,03			
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	Düşük ^A	84	3,85	0,75	78,758	0.000*	A>B, C
	Orta ^B	58	3,42	1,22			B>C
	Yüksek ^C	72	1,92	1,03			
Eğitim Stresi Ölçeği	Düşük ^A	84	3,61	0,75	69,069	0.000*	A>B, C
	Orta ^B	58	3,13	1,09			B>C
	Yüksek ^C	72	1,91	0,94			
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	Düşük ^A	84	1,51	0,73	92,172	0.000*	
	Orta ^B	58	1,97	0,96			B>A
	Yüksek ^C	72	3,13	0,58			C>A, B
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	Düşük ^A	84	1,92	0,66	135,922	0.000*	
	Orta ^B	58	2,32	0,76			B>A
	Yüksek ^C	72	3,54	0,45			C>A, B
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	Düşük ^A	84	1,72	0,64	175,453	0.000*	
	Orta ^B	58	2,29	0,78			B>A

Ölçekler / Alt Boyutlar	Aile Gelir Düzeyi	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	Yüksek ^C	72	3,58	0,45	208,782	0.000*	C>A, B
	Düşük ^A	84	1,67	0,67			
	Orta ^B	58	2,41	0,69			B>A
	Yüksek ^C	72	3,65	0,43			C>A, B
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği	Düşük ^A	84	1,67	0,63	147,098	0.000*	
	Orta ^B	58	2,18	0,81			B>A
	Yüksek ^C	72	3,39	0,44			C>A, B

Tablo 9’da aile geliri düşük olan öğrencilerin eğitim stresi alt boyutlarının tamamında orta ve yüksek gelir grubundaki öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek stres algısına sahip olduğunu göstermiş ($F = 36,597-78,758$, $p < 0,001$) ve aile geliri arttıkça ders yükü, başarı kaygısı, beklentiye karşılık umutsuzluk ve çalışma baskısına ilişkin stres düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir; eğitim stresi toplam puanı da bu eğilimi desteklemektedir. Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği açısından değerlendirildiğinde ise aile geliri yüksek olan öğrencilerin öğretim elemanı olma ve çalışma koşulları, lisansüstü eğitimin tanımı ve amacı, mezuniyet ve başvuru koşulları alt boyutlarında anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip olduğu, düşük aile geliri grubundaki öğrencilerin ise en düşük farkındalık düzeylerini sergilediği saptanmıştır ($F = 92,172-208,782$, $p < 0,001$); ölçek toplam puanı da benzer bir dağılım göstermektedir. Genel olarak bu bulgular, aile gelir düzeyinin öğrencilerin eğitim stresi algıları ve akademik kariyer farkındalıkları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu; düşük aile gelirine sahip öğrencilerin daha yüksek stres ve daha düşük kariyer farkındalığı sergilerken, yüksek gelirli öğrencilerin daha düşük stres ve daha yüksek farkındalık düzeyine ulaştığını ortaya koymaktadır.

Tablo 10

Öğrencilerin Akademik Başarı Durumu Değerlendirmesi Düzeyine Göre Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları (ANOVA)

Ölçekler / Alt Boyutlar	Akademik Başarı Durumu	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Çalışma Baskısı	Düşük ^A	44	3,39	1,06	79,42	0,000*	A>C
	Orta ^B	84	3,26	0,95			B>C
	Yüksek ^C	86	1,70	0,79			
Ders Yüğü	Düşük ^A	44	3,65	0,75	67,90	0,000*	A>C
	Orta ^B	84	3,60	1,01			B>C
	Yüksek ^C	86	2,07	0,99			
Başarı Kaygısı	Düşük ^A	44	3,77	0,70	77,84	0,000*	A>C
	Orta ^B	84	3,41	1,06			B>C
	Yüksek ^C	86	1,88	0,97			
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	Düşük ^A	44	3,72	0,91	72,27	0,000*	A>C
	Orta ^B	84	3,78	0,91			B>C

Ölçekler / Alt Boyutlar	Akademik Başarı Durumu	N	ORT	SS	F	P	TUKEY
Eğitim Stresi Ölçeği	Yüksek ^C	86	2,07	1,13	92,67	0,000*	A>C B>C
	Düşük ^A	44	3,64	0,79			
	Orta ^B	84	3,53	0,85			
	Yüksek ^C	86	1,93	0,91			
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	Düşük ^A	44	1,03	0,06	133,38	0,000*	B>A C>A, B
	Orta ^B	84	1,92	0,84			
	Yüksek ^C	86	3,03	0,70			
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	Düşük ^A	44	1,47	0,38	179,29	0,000*	B>A C>A, B
	Orta ^B	84	2,30	0,66			
	Yüksek ^C	86	3,41	0,58			
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	Düşük ^A	44	1,45	0,40	156,53	0,000*	B>A C>A, B
	Orta ^B	84	2,12	0,70			
	Yüksek ^C	86	3,41	0,70			
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	Düşük ^A	44	1,50	0,45	144,11	0,000*	B>A C>A, B
	Orta ^B	84	2,14	0,77			
	Yüksek ^C	86	3,45	0,68			
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği	Düşük ^A	44	1,28	0,17	173,48	0,000*	B>A C>A, B
	Orta ^B	84	2,08	0,72			
	Yüksek ^C	86	3,26	0,62			

Tablo 10’da başarı durumu düşük ve orta olan öğrencilerin çalışma baskısı, ders yükü, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzluk alt boyutlarında yüksek başarı düzeyine sahip öğrencilere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek stres algısına sahip olduğunu ortaya koymuş ($F = 67,90-92,67$, $p < 0,001$) ve eğitim stresi toplam puanının da düşük başarı grubunda daha yüksek olduğunu göstermiştir. Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği açısından değerlendirildiğinde ise yüksek başarı düzeyine sahip öğrencilerin öğretim elemanı olma ve çalışma koşulları, lisansüstü eğitimin tanımı ve amacı, mezuniyet ve başvuru koşulları alt boyutlarının tamamında anlamlı biçimde daha yüksek puanlar aldığı, düşük başarı grubundaki öğrencilerin ise en düşük farkındalık düzeylerini sergilediği belirlenmiştir ($F = 133,38-179,29$, $p < 0,001$); ölçek toplam puanı da bu dağılımı doğrulamaktadır. Genel olarak bu bulgular, öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin eğitim stresi algıları ve akademik kariyer farkındalıkları üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu; düşük başarı düzeyinin daha yüksek stres ve daha düşük kariyer farkındalığı ile, yüksek başarı düzeyinin ise daha düşük stres ve daha yüksek akademik kariyer farkındalığı ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır.

Tablo 11

Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği Alt Boyutları Pearson Korelasyon Analizi Değerleri

Ölçekler / Alt Boyutlar	ÇB	DÜ	BK	BKU	ESÖ	ÖEÇK	LTA	LMEK	LBK	AKFÖ
Çalışma Baskısı	1									
Ders Yüğü	.805**	1								
Başarı Kaygısı	.867**	.901**	1							
Beklentiye Karşılık Umutsuzluk	.832**	.791**	.838**	1						
Eğitim Stresi Ölçeği	.934**	.917**	.957**	.939**	1					
Öğretim Elemanı Olma ve Çalışma Koşulları	-	-	-	-	-	1				
Lisansüstü Eğitimin Tanımı ve Amacı	.613**	.535**	.618**	.599**	.635**	.904**	1			
Lisansüstü Eğitimden Mezun Olma Koşulları	.654**	.603**	.651**	.654**	.686**	.897**	.939**	1		
Lisansüstü Eğitime Başvuru Koşulları	.604**	.567**	.635**	.621**	.651**	.885**	.914**	.964**	1	
Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği	.662**	.637**	.691**	.661**	.708**	.972**	.965**	.970**	.955**	1

Tablo 11, Eğitim Stresi ve Akademik Kariyer Farkındalık ölçeklerinin alt boyutları arasındaki ilişkileri ortaya koyan Pearson korelasyon analiz sonuçlarını göstermektedir. Bulgular, Eğitim Stresi Ölçeği'nin alt boyutları arasında yüksek ve istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişkiler bulunduğunu göstermekte; çalışma baskısının ders yükü, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzluk alt boyutları ile güçlü düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir ($p < 0,01$). Ayrıca, Eğitim Stresi Ölçeği toplam puanının alt boyutlarla çok yüksek düzeyde pozitif korelasyon göstermesi, ölçeğin iç tutarlılığını desteklemektedir. Buna karşılık, Eğitim Stresi alt boyutları ile Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği alt boyutları arasında anlamlı ve negatif yönlü ilişkiler saptanmış; özellikle çalışma baskısı, ders yükü, başarı kaygısı ve beklentiye karşılık umutsuzluk arttıkça akademik kariyer farkındalığına ilişkin puanların azaldığı belirlenmiştir ($p < 0,01$). Benzer biçimde, iki ölçeğin toplam puanları arasında da güçlü ve negatif bir ilişki bulunmuş, bu durum eğitim stresi düzeyi yükseldikçe akademik kariyer farkındalığının düşme eğilimi gösterdiğini ortaya koymuştur. Genel olarak bu bulgular, eğitim stresi ile akademik kariyer farkındalığı arasında ters yönlü ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğunu göstermektedir.

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin eğitim streslerinin akademik kariyer farkındalık düzeylerine etkisini incelemek ve demografik, sosyo-ekonomik ve davranışsal değişkenlerin bu ilişki üzerindeki rolünü değerlendirmektir. Araştırma bulguları, eğitim stresi ile akademik kariyer farkındalığı arasında anlamlı ve ters yönlü bir ilişki olduğunu göstermiştir. Özellikle, eğitim stresi düzeyi yüksek olan öğrencilerde akademik kariyer farkındalığı düşük bulunmuş, stres düzeyi azalan öğrenciler ise kariyer farkındalığında daha yüksek puanlar almıştır. Bu sonuç, literatürdeki bulgularla paralellik göstermektedir.

Mesk ve arkadaşları (2025) Akademik stres, öğrencilerinin ruh sağlığını, özellikle de psikolojik iyilik halini önemli ölçüde etkilediği sonucuna ulaşmışlardır.

Demografik değişkenler açısından, cinsiyet farklılıkları dikkat çekicidir. Erkek öğrenciler ders yükü alt boyutunda daha yüksek eğitim stresi algılamakta, kadın öğrenciler akademik kariyer farkındalığı puanlarında anlamlı şekilde daha yüksek sonuçlar elde etmiştir. Aşık ve Akgül (2022) Üniversite öğrencilerinin kariyer kararı verme yetkinlikleri cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık gösterdiğini bildirmişlerdir. Şahin (2018) Araştırmaya katılan öğrencilerin algılanan stres düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiş, elde edilen bulgulara göre erkek öğrencilerle kıyaslandığı zaman kadın öğrencilerin algılanan stres düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum, literatürde kadın ve erkek öğrencilerin akademik ve kariyer farkındalığı konusunda çalışmaların farklılaştığını göstermektedir (Cikrikci, 2016).

Yaş değişkenine bakıldığında, 18–21 yaş grubunun eğitim stresini daha düşük ve akademik kariyer farkındalığını daha yüksek algıladığı gözlenmiştir. Yaş ilerledikçe eğitim stresi artarken, kariyer farkındalığı bazı alt boyutlarda azalma göstermiştir. Bu bulgu, üniversite eğitim sürecinde yaşla birlikte artan akademik sorumluluk ve belirsizlik algısının, öğrencilerin stres ve kariyer planlamasını etkileyebileceğini göstermektedir. Aşık ve Akgül (2022) Kariyer kararı verme yetkinliği en yüksek olan grup 24 yaş ve üzeri öğrencilerdir sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışma ile farklı sonuçlar elde edildiği söylenebilir.

Bölüm farklılıkları açısından, Spor Yöneticiliği öğrencilerinin eğitim stresinin yüksek, akademik kariyer farkındalığının ise düşük olduğu belirlenmiştir. Buna karşın Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Antrenörlük Eğitimi öğrencileri daha düşük stres ve daha yüksek farkındalık düzeyine sahiptir. Bu bulgu, fakültelerde müfredat yapısının ve mezuniyet sonrası belirsizliklerin öğrencilerin stres ve kariyer farkındalığını etkileyebileceğini göstermektedir. Bozyiğit ve Gökbaraz (2020) çalışmalarında öğrencilerin sınıf düzeyleri arttıkça iş bulma baskısı yaşadıkları ve eğitim görülen bölüm farklılaştığında “kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği” stresi yaşadıkları belirlenmiştir. Alan yazında algılanan stres düzeyinin öğrenim görülen bölümler türüne göre incelendiği çalışmalarda (Şahin, 2018) fakülte türüne göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmüştür.

Gelir ve aile gelir düzeyi de önemli bir belirleyici olarak ortaya çıkmıştır. Düşük gelirli öğrenciler, hem eğitim stresinde yüksek hem de akademik kariyer farkındalığında düşük puanlar almıştır. Yüksek gelirli öğrenciler ise daha düşük stres ve daha yüksek farkındalık düzeyine sahiptir. Aktif spor yapma durumu ise öğrencilerin eğitim stresini azaltmada ve akademik kariyer farkındalığını artırmada önemli bir etki göstermiştir. Spor yapan öğrenciler tüm alt boyutlarda daha düşük stres ve daha yüksek kariyer farkındalığı sergilemiştir. Bu bulgu, sporun yalnızca fiziksel sağlık açısından değil, psikolojik dayanıklılık, stres yönetimi ve kariyer farkındalığı geliştirme açısından da önemli olduğunu ortaya koymaktadır. İlder (2020) yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin akademik başarıları ve lisansüstü eğitimle

ilgili farkındalık düzeylerinin, lisansüstü eğitim plan ve niyetlerini belirlemede önemli bir etkisi olduğu belirtmiştir.

Genel olarak, araştırmanın bulguları, öğrencilerin demografik, sosyo-ekonomik ve davranışsal özelliklerinin eğitim stresi ve akademik kariyer farkındalığı üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır. Eğitim stresi yüksek olan öğrenciler akademik kariyer farkındalığında dezavantajlı iken, aktif spor yapan ve yüksek gelir grubuna dahil öğrenciler bu konuda avantajlıdır. Göger ve Çevirme (2019) çalışmalarında hemşirelik öğrencilerinin genel öz yeterlilik düzeyleri arttıkça eğitim stresi düzeylerinin azaldığı belirtmiştir.

Bu araştırmanın sonucuna göre, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinde eğitim stresi ile akademik kariyer farkındalığı arasında güçlü ve ters yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Eğitim stresi düzeyi, demografik özellikler (yaş, cinsiyet), sosyo-ekonomik durum (gelir, aile geliri), bölüm farklılıkları ve aktif spor yapma durumu ile şekillenmekte; düşük gelirli, yüksek stresli ve spor yapmayan öğrenciler akademik kariyer farkındalığında daha düşük düzeyler göstermektedir. Bu bulgular, fakültelerde stres yönetimi, kariyer farkındalığı artırma ve spor tabanlı destek programlarının önemini vurgulamaktadır.

Öneriler;

- Eğitim stresi yüksek öğrencilere, eğitim stresini azaltmaya yönelik seminerler, rehberlik hizmetleri ve psikolojik danışmanlık programları düzenlenmelidir.
- Erkek öğrenciler için ders yükü ve başarı kaygısı yönetimi programları geliştirilirken, kadın öğrenciler için akademik kariyer planlaması ve farkındalık artırıcı rehberlik çalışmaları desteklenmelidir.
- Yaş ilerledikçe artan eğitim stresini azaltmak ve akademik kariyer farkındalığını artırmak için yaş gruplarına göre uyarlanmış danışmanlık programları uygulanmalıdır.
- Spor Yöneticiliği Eğitimi öğrencilerinin yüksek stres ve düşük farkındalık düzeyleri dikkate alınarak, bölüm bazlı kariyer danışmanlığı ve stres azaltıcı etkinlikler planlanmalıdır.
- Düzenli spor yapmanın stres yönetimi ve akademik farkındalık üzerinde olumlu etkisi göz önüne alınarak, öğrencilerin aktif spor yapmaları teşvik edilmelidir.
- Düşük gelirli öğrencilerin eğitim stresi yüksek ve akademik farkındalıkları düşük olduğundan, burs, danışmanlık ve kariyer planlama programları ile desteklenmelidir.

Araştırma Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı:

Etik kurul kararının tarihi:

Etik kurul belgesinin sayı numarası:

Çıkar Çatışması Beyanı

Bu çalışmanın veri toplanması, sonuçların yorumlanması ve makalenin yorumlanması aşamasında herhangi bir çıkar çatışması yaşanmadığını yazarlar taahhüt etmiştir.

Kaynakça

- Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009).** Occupational stress in organizations and its effects on organizational performance. *Journal of Management Research*, 1(1), 1–12.
- Aslan, S. (2012).** Kariyer yönetimi ve örgütlerde uygulanabilirliği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27(1), 87–99.
- Aşık, G., ve Akgül, H. (2022).** Üniversite Öğrencilerinin Kariyer Stresleri, Kariyer Kararında Ailenin Etkisi ve Kariyer Kararı Verme Yetkinlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1), 192-212. <https://doi.org/10.33711/yyuefd.1083796>
- Bozyiğit, B., ve Gökbaraz, S. (2020).** Career stress determinants of the students in faculty of sports sciences. *Journal of Education and Sport Sciences*, 8(2), 112–123.
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (2013).** Career development and counseling: *Putting theory and research to work (2nd ed.)*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Cikrikci, O. (2016).** Gender differences in academic and career awareness. *Educational Research and Reviews*, 11(10), 940–947.
- Dağyar, M., Kasalak, G., ve Uğurlu, N. (2020).** Akademik Kariyer Farkındalık Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 11(3), 267–288.
- Durna, Z. (2006).** *Stres yönetimi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Edwards, K. M., Hershberger, P., Russell, D., & Market, P. (2001).** Student stress and academic performance: A review of the literature. *Educational Psychology Review*, 13(2), 105–119.
- Essandoh, P. (1995).** Stress in students: Academic and social challenges. Accra: Ghana University.
- Field, A. (2024).** *IBM SPSS Statistics kullanarak istatistikleri keşfetmek*. Sage Publications Limited.
- George, D., & Mallery, P. (2010).** SPSS for Windows step by step: *A simple guide and reference*

Deniz, M.K., Yıldırım, E. & Altun, M. (2025). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Eğitim Streslerinin Akademik Kariyer Farkındalık Düzeylerine Etkisi. *Göbeklitepe Eğitim ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (2), 66-88. DOI: 10.70631/gesd.1838552 (10th ed.).

Göger, S., ve Çevirme, A. (2019). Hemşirelik Öğrencilerinde Öz Yeterlik Düzeyinin Eğitim Stresi Üzerine Etkisi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 16(4).

Holland, J. L. (1966). The psychology of vocational choice. Waltham, MA: *Blaisdell Publishing Company*.

Hughes, E. C. (1937). Institutional office and the person. *American Journal of Sociology*, 43(3), 404–413.

Hughes, E. C. (1997). *Careers in organizations*. Cornell University Press.

İlter, İ. (2020). Akademik Başarı, Lisansüstü Eğitim Farkındalığı ve Lisansüstü Eğitim Niyeti Arasındaki İlişkiler 1. *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 53(1), 117-156.

Kara, H. (2009). *Stres ve başa çıkma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Karagün, E. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde akademik stres düzeylerinin incelenmesi. *Spor ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 23–36.

Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler (36. Baskı)*. Nobel Yayıncılık.

Merdan, M. (2011). Kariyer planlamasının çalışan motivasyonu üzerindeki etkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 63–77.

Mesk, Z., Alqaissi, N., Amro, A., Abdul Manaf, R., Farajalla, F., Abu Rmaileh, S., & Alzareer, A. (2025). Akademik Stres ve Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik, Duygusal ve Davranışsal Sağlığı Üzerindeki Etkisi. *Uluslararası Beden, Zihin ve Kültür Dergisi*, 12 (7), 147–156. <https://doi.org/10.61838/ijbmc.v12i7.917>

Misra, R., McKean, M., West, S., & Russo, T. (2000). Academic stress of college students: Comparison of student and faculty perceptions. *College Student Journal*, 34(2), 236–245.

Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41–51.

Mori, S. (2000). Addressing the mental health needs of international students. *Journal of Counseling ve Development*, 78(2), 137–144.

Nasır, S., & Lin, C. (2013). Career awareness and preparation among university students. *Journal of Career Development*, 40(3), 255–270.

Öztürk, A. (2020). *Kariyer farkındalığı ve bireysel gelişim*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Plazzo, L., Hollstein, B., & Diko, N. (2021). University education and career awareness. *Higher*

Deniz, M.K., Yıldırım, E. & Altun, M. (2025). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Eğitim Streslerinin Akademik Kariyer Farkındalık Düzeylerine Etkisi. *Göbeklitepe Eğitim ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (2), 66-88. DOI: 10.70631/gesd.1838552

Education Research ve Development, 40(5), 1021–1035.

Redman, T., & Wilkinson, A. (2008). Contemporary human resource management: *Text and cases*. Pearson Education.

Reifman, A., & Dunkel-Schetter, C. (1990). Stress and coping in college students. *Journal of Youth and Adolescence*, 19(6), 559–578.

Richlin-Klonsky, I., & Hoe, J. (2003). Stress sources and coping strategies of college students. *College Student Journal*, 37(1), 35–46.

Seçer, İ., Veyis, F., ve Gökçen, R. A. (2015). Eğitim Stresi Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Educational Sciences*, 3(2), 112–125.

Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Y., & Xu, A. (2011). Educational stress scale for adolescents: Development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546.

Super, D. E. (1957). The psychology of careers. New York: Harper ve Brothers.

Şahin, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Stres Düzeylerinin Fakülte Türü ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 28-35.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (6th ed.). Pearson Education.

Tiedeman, D. V., & O'Hara, R. P. (1963). Career development: Choice and adjustment. New York: College Entrance Examination Board.

Tutar, H., Yılmaz, E., ve Erdönmez, E. (2020). Kariyer gelişimi ve kariyer farkındalığı üzerine bir inceleme.

Walker, C., & Gutterdidge, D. (1990). Career management practices in organizations. *Personnel Review*, 19(6), 23–30.

Wilks, S. E. (2008). Resilience and academic stress in students. *Journal of College Student Development*, 49(5), 443–456.

Yavuz, M. (2006). *Kariyer gelişimi ve planlaması*. Ankara: Pegem Akademi.

Yeşilyaprak, B., Korkut Owen, F., ve Erdoğan, E. (2020). *Kariyer gelişimi ve psikolojik danışma*. Ankara: Pegem Akademi.

Zaleski, Z., Levey-Thors, C., & Schiaffino, K. M. (1999). Academic stress and coping in students. *Personality and Individual Differences*, 27(2), 307–326.