

Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunu Yordamada Kariyer Kararı Öz-Yeterliği ve Umudun Rolünün İncelenmesi

Investigating the Role of Career Decision Making Self-Efficacy and Hope in Predicting Life Satisfaction of University Students

Dünya Şen-Baz^{ID}

Öz. Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordamada kariyer kararı öz-yeterliği ve umudun rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama deseninde yürütülmüştür. Araştırmaya çeşitli lisans programlarında öğrenimine devam eden 249 öğrenci katılmıştır. Araştırma kapsamındaki veriler Yaşam Doyumu Ölçeği, Kariyer Kararı Öz-Yeterliği Ölçeği Kısa Formu ve Umut Ölçeği yoluyla elde edilmiştir. Verilerin analizinde hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar kariyer kararı öz-yeterliğinin ve umudun, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Araştırmanın bulguları ilgili literatür çerçevesinde tartışılarak bazı öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler. Yaşam doyumunu, kariyer kararı öz-yeterliği, umut, üniversite öğrencileri.

Abstract. In this research, it is aimed to examine to university students' career decision making self-efficacy and hope predicting role of life satisfaction. The research was carried out in the relational survey design of quantitative research methods. 249 university students who are studying in various undergraduate programs participated in the study. Data was collected with Life Satisfaction Scale, Career Decision Making Self-Efficacy Short Form, and Hope Scale. Hierarchical regression analysis was used to analyze the data. The results showed that career decision making self-efficacy and hope were significant predictors of university students' life satisfaction. The findings of the research were discussed within the framework of the related literature and some suggestions were made.

Keywords. Life satisfaction, career decision making self-efficacy, hope, university students.

Arş. Gör. Dünya Şen-Baz

İstanbul Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD,
İstanbul, Türkiye
e-mail: dunya.sen@istanbul.edu.tr

Geliş/Received: 21.09.2019/09.21.2019

Düzeltilme/Revision: 13.11.2019/11.13.2019

Kabul/Accepted: 06.12.2019/12.06.2019



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association
Genel Merkez / Central Office

Üniversite dönemi, bireylerin meslek alanlarıyla ilgili eğitimleri aldıkları ve iş yaşamına hazırlandıkları bir aşamadır. Bu dönemde üniversite öğrencilerinden kariyer gelişimleri ile ilgili bir dizi görevi yerine getirmeleri beklenmektedir ve öğrencilerin bu gelişimsel görevleri başarılı bir şekilde yerine getirebilmelerinde kariyer kararı öz-yeterliği önemli bir rol oynamaktadır (Harlow ve Bowman, 2016). Buna karşın gelişimsel görevlerin yerine getirilememesi yaşam memnuniyetsizliğine neden olabilmektedir (Newman ve Newman, 2008). Çünkü kariyer ile ilgili konular bir kişinin yaşam doyumunun önemli bir bölümünü oluşturmaktadır (Erdoğan, Bauer, Truxillo ve Mansfield, 2012). Bununla birlikte kariyer geleceğini daha olumlu algılayan ve geleceğe umutla bakabilen üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu algıları pozitif yönde etkilenmektedir (Du, Bernardo ve Yeung, 2015). Dolayısıyla üniversite dönemindeki bireylerin yaşam memnuniyetleri üzerinde kariyeri ile ilgili verilen kararların ve umudun önemli bir rolünün olduğu söylenebilir.

Yaşam doyumu, bireyin yaşamından ne kadar memnun olduğunu gösteren bir yargıdır (Veenhoven, 1996). Deneyimlerin, fiziksel ve psikolojik istek ve ihtiyaçları karşılama derecesini gösterir (Rice, 1984). Bireyin beklentilerinin karşılanma oranına bağlı olarak yaşam kalitesi veya yaşam memnuniyeti algısı yükselmekte ya da düşmektedir. Yaşam memnuniyetinin değerlendirilmesi öznel kriterlere bağlı olarak şekillenmektedir. Bireylerin kendi kriterlerine göre yaptığı değerlendirme, beklentilerini karşıladığı ölçüde yaşamından aldığı haz artmaktadır (Pavot ve Diener, 1993). Yaşam doyumu algısı bireyin hayatının bütüncül olarak ele alınması yoluyla ortaya çıkmaktadır. Ancak yaşamın belli alanlarına ilişkin, örneğin kariyer veya evlilik doyumu gibi kesitler hâlinde de incelenebilmektedir. Bu durumda yaşamın her bir alanına ilişkin farklı derecedeki memnuniyetler karşımıza çıkabilmektedir. Farklı yaşam alanlarına ilişkin memnuniyetin değişkenlik gösterebilmesine karşın genel yaşam doyumunun istikrarlı bir yapı olduğu vurgulanmaktadır (Pavot ve Diener, 2008). Bu nedenle bireyin yaşam kalitesinin bütünsel olarak değerlendirilmesi tavsiye edilmektedir (Lent ve Brown, 2008, s. 8).

Genel yaşam doyumu algısı bireyin yaşamının bütüncül bir değerlendirmesini gerekli kılması nedeniyle bu değerlendirmeyi ve dolayısıyla yaşam doyumu algısını etkileyen pek çok değişkenden söz edilebilir. Sosyal bilişsel iyi oluş modeline göre yaşam doyumu bilişsel, duyuşsal, davranışsal ve sosyal

faktörlerden etkilenmektedir. Modelde, bireylerin olumlu duygusal eğilime ve olumlu öz-yeterlik inançlarına sahip olduğu durumlarda yaşam doyumlarının yükseldiği belirtilmektedir. Olumlu duygusal eğilim, bireyin kendisini ve yaşamını olumlu hislerle algılamasına bağlı olarak yaşam doyumunu algısını artırmaktadır (Lent vd., 2005). Dolayısıyla yaşam doyumunu algısı, olumlu duyguların bireyin yaşamında ne derece baskın olduğuna dayalı olarak da belirlenebilir. Yapılan araştırmalarda yaşam doyumunu ile ilgili alınan kararlarda olumlu ve olumsuz duyguların etkisinin bulunduğu gözlenmiştir. Bu çalışmaların sonucuna göre insanlar yaşamlarından ne kadar memnun olduğunu değerlendirirken duygusal deneyimlerine güvenmişlerdir ve özellikle olumlu duygular, yaşam doyumunu ile pozitif yönlü güçlü ilişki göstermiştir (Kuppens, Realo ve Diener, 2008; Lucas, Diener ve Suh, 1996; Suh, Diener, Oishi ve Triandis, 1998).

Sosyal bilişsel iyi oluş modeline göre yaşam doyumunu etkileyen bir diğer unsur da öz-yeterlik inançlarıdır. Öz-yeterlik, bir işin üstesinden gelebilmeye ilişkin inancı ifade eder. Öz-yeterlik inancı yüksek olan kişiler değer verdikleri bir işin sonucuna ilişkin olumlu bir beklentiye sahiptir (Lent ve Brown, 2008). Öz-yeterlik inancı bireyin çeşitli yaşam hedefleri belirlemesi, bu hedefleri gerçekleştirilebilir olarak algılaması ve belli bir yaşam alanına ilişkin sergilediği olumlu performansa yönelik memnuniyet duyması yoluyla yaşam doyumuna olumlu katkı sağlamaktadır. Bandura (1977) sosyal bilişsel teorisinde öz-yeterliğin, bireysel performansı motive edici bir faktör olarak hizmet ettiğinden ve öz-yeterlik inancı yüksek olan bireylerin düşük olanlara kıyasla daha iyi bir davranış performansı sergileme eğiliminde olduğundan söz etmiştir. Dolayısıyla öz-yeterlik inancı yaşamın çeşitli alanlarındaki performanslar üzerinde belirleyici rol oynayabilmektedir. Bu yönüyle öz-yeterlik her yaş grubu açısından önemli olmakla birlikte üniversite döneminde kariyer kararları ile ilgili öz-yeterliğe sahip olmak öne çıkan gelişimsel görevlerden biri hâline gelmektedir (Pina-Watson, Jimenez ve Ojeda, 2014). Kariyer kararı öz-yeterliği, Bandura'nın öz-yeterlik kavramının kariyer gelişimi üzerindeki etkisini açıklamak amacıyla kullanılan bir kavram olup bireyin kariyeriyle ilgili kararlar alabilme ve kariyeriyle ilgili görevleri yerine getirebilme konusunda kendisine olan inancını ifade etmektedir (Betz, Klein ve Taylor, 1996).

Kariyer kararı vermek, yaşamın önemli ve kaçınılmaz görevlerinden biridir. Özellikle üniversite yılları, istihdam ve lisansüstü eğitim konusunda karar

vermek zorunda kalınması nedeniyle kariyer sürecinde önemli bir dönemdir (Büyükgöze Kavas, 2011). Son yıllarda küresel boyutta yaşanan ekonomik ve toplumsal gelişmelerle birlikte iş imkânlarının artması ve mesleklerin gerektirdiği beceri setlerinin karmaşıklaşmasına bağlı olarak, üniversite öğrencileri için kariyeri ile ilgili kararlar vermek güç bir hâle gelmektedir (Jiang, Hu, Wang ve Jiang, 2017). Her ne kadar iş olanakları artsa da genç nüfusun karşı karşıya kaldığı işsizlik oranı da azımsanmayacak noktadadır. TÜİK (2018)'in iş gücü istatistikleri raporuna göre 18-24 yaş aralığındaki gençlerin işsizlik oranı %19.4 olarak tespit edilmiştir. Tüm bu nedenlerle birçok üniversiteli genç kariyer kararı verirken çeşitli zorluklar yaşamakta (Shin ve Kelly, 2015; Willner, Gati ve Guan, 2015) ve yaşam doyumları bu durumdan anlamlı ölçüde etkilenmektedir (Lounsbury, Tatum, Chambers, Owens ve Gibson, 1999). Dolayısıyla üniversite öğrencilerinin bu zorluklarla baş edebilmesinde ve kariyer geleceklerini şekillendirme konusunda kendilerine inanmalarında kariyer kararı öz-yeterliğine sahip olmaları önem arz etmektedir. Çünkü Ulaş ve Özdemir (2018)'e göre kariyer kararı öz-yeterliği, algılanan kariyer engellerinin önemli bir yordayıcısıdır. Yapılan araştırmalarda üniversite öğrencilerinin akademik yaşamlarına ilişkin öz-yeterlik inancı ile yaşam doyumu arasında pozitif ilişkinin bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır (Diseth, Danielsen ve Samdal, 2012; O'Sullivan, 2011). Ayrıca kariyer kararı veren üniversite öğrencilerinin kararsız öğrencilere kıyasla daha az depresif semptomlar gösterdiği gözlenmiştir (Rottinghaus, Jenkins ve Jantzer, 2009). Karar verme sürecinde karşı karşıya kalınan birçok seçenektan birisine yönelmek yaşanan stresin azalmasını sağlamaktadır. Tercih edilen seçeneğin bireyi memnun etmesi ise yaşam doyumunu olumlu yönde etkilemektedir (Deniz, 2006). Dolayısıyla kariyer hedeflerine ulaşabilmek için planlı bir rota çizilme ve bu planı uygulayabilme konusundaki inançlarının üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları üzerinde belirleyici rol oynadığı söylenebilir.

Üniversite dönemindeki öğrencilerin yaşam doyumu algısı, kariyeriyle ilgili beklentilerinden ve seçimlerinden etkilenmekle birlikte bireyin yaşamına hâkim olan duygu durumunun pozitifliği ya da negatifliği de yaşamdan ve kariyerinden beklentilerini şekillendirmektedir. Yaşam beklentileri ile sahip olunan olanakların karşılaştırılması ise yaşam memnuniyetini ortaya koymaktadır (Özer ve Özsoy Karabulut, 2003). Bu bakımdan genel anlamda negatif duyguları daha fazla hisseden kişiler yaşamındaki olumlu gelişmeleri daha az fark edebilmekte ve yaşamını daha olumsuz algılayabilmektedir (Lent ve Brown, 2008). Buna

karşın olumlu duyguların, olumlu bir gelecek beklentisi oluşturması yönüyle yaşam doyumu üzerinde pozitif bir etki bıraktığı söylenebilir. Sosyal bilişsel iyi oluş modeline göre olumlu duygusal eğilimler yaşam doyumunu iki şekilde etkileyebilmektedir. Birincisi bireyin kendisini iyi hissetmesi yoluyla yaşamını iyi hissetmesini sağlayan direkt bağlantıdır. İkincisi ise bireyin içinde bulunduğu çevreyi destekleyici algılaması yoluyla yaşamını iyi hissetmesini sağlayan dolaylı bağlantıdır (Lent vd., 2005). Her iki bağlantıda da olumlu duygular yaşam doyumunu pozitif yönde etkilemektedir. Fakat olumlu duygular geniş bir kapsamı ifade etmektedir. Mutluluk, güven, memnuniyet, coşku, umut vs. bunlar arasında sayılabilir. Bu duygulardan özellikle umut, yaşam doyumunun değerlendirilmesinde en dikkat çeken unsurlardan biridir.

Umut, gençlik dönemindeki olumlu gelişimin önemli bir belirleyicisi olarak görülür (Snyder vd., 2003). Umut, gelecekte olumlu beklentileri içerir ve bireyin hedeflerine ulaşabilmesi için plan yapabilme kabiliyetini ve bu planı uygulayabilmesi için sahip olduğu enerjiye olan inancını ifade eder (Bailey, Eng, Frisch ve Snyder, 2007). Beliren yetişkinler üzerinde yapılan araştırmalarda umut ve yaşam doyumu arasında pozitif ilişki bulunduğu (Bailey ve Snyder, 2007; Cotton Bronk, Hill, Lapsley, Tabib ve Finch, 2009) ve umudun, yaşam doyumunun önemli yordayıcılarından biri olduğu sonucuna varılmıştır (Chang, 1998; O’Sullivan, 2011). Ergenler üzerinde yapılan boylamsal bir çalışmada da umut ve yaşam doyumu arasında güçlü bir ilişki olduğu gözlenmiştir (Marquez, Lopez ve Mitchell, 2013).

Üniversite döneminde gelecek planları arasında önemli bir yer tutan kariyer planları öğrencilerin gelecekte beklenen beklentilerinden ve dolayısıyla umut düzeylerinden etkilenebilmektedir. Bu nedenle son yıllarda yeni kariyer yaklaşımları ve modelleri içerisinde umut değişkenine de yer vermeye başlanmıştır. Bu modellerden biri olan Umut Odaklı Kariyer Gelişimi Modeli’nde etkili bir kariyer yönetimi için gerekli olan koşullar şu şekilde sıralanmıştır: a) umutlu olmak, b) kendini ortaya koyabilmek, c) benliğin netliği, d) vizyon sahibi olma, e) hedef belirleme ve plan yapabilme, f) uygulama ve uyarılma. Kariyer gelişimi ile ilgili umutlu olmak, kariyer hedefleri ortaya koyabilme ve başarılı sonuçlar elde edebilmeye ilişkin inanç sağlamaktadır. Umut ayrıca kariyer gelişiminde etkin olabilmeyi, çok yönlü düşünmeyi ve hedefler ortaya koyabilmeyi sağlaması yönüyle kariyer engelleri ile başa çıkabilmeyi ve zorluklara karşı güçlü durabilmeyi sağlamaktadır (Korkut-Owen

ve Niles, 2011). Umudu yüksek olan bireyler hedeflerine ulaşabilmek amacıyla çıktıkları yolculukta karşılaştıkları zorlu yaşam koşullarıyla başa çıkma gücünü kendisinde bulabilmekte (Santilli, Nota, Ginevra ve Soresi, 2014) ve bu durum yaşam doymunu olumlu yönde etkilemektedir (Danoff-Burg, Prelow ve Swenson, 2004).

Yaşam doymu, üniversite dönemindeki bireylerin hayata katılımlarındaki aktifliği belirleyen bir faktördür. Yaşam doymu düşük olan üniversite öğrencileri sınırlandırılmış bir yaşam tarzı sürdürmekte olup sahip olduğu roller, sorumluluklar ve yükümlülükler için daha az çaba sarf etmektedir. Buna karşın yaşam doymu daha yüksek olan üniversite öğrencilerinin hedef belirleme ve bu hedeflere ulaşma konusunda aktif olduğundan ve sorumluluklarını yerine getirebilmek için gerekli destek kaynaklarına ulaşabildiğinden söz edilmiştir (Bailey ve Miller, 1998). Dolayısıyla yaşam doymu, üniversite döneminde gelişimsel görevlerin yerine getirebilmesi için önemli bir unsurdur. Tuzgöl Dost (2007, s.134)'a göre üniversite öğrencilerinin yaşam doymalarının incelenmesi bu bireylerin profesyonel meslek elemanı adayları olması ve toplumun geleceğini şekillendirme konusundaki rolleri sebebiyle ayrıca önem taşımaktadır. Bununla birlikte üniversite öğrencilerinin yaşam doymunu etkileyen çeşitli faktörlerden bahsedilmektedir. Konu hakkında yurt dışı literatürde yapılan araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde kariyer kararı öz-yeterliğinin ve umut duygusunun yaşam doymu ile pozitif yönde ilişkisinin olduğu dikkati çekmiştir (Santilli vd., 2017; Wright, Firsick, Kacmarski ve Jenkins-Guarnieri, 2017). Yurt içi literatür incelendiğinde ise üniversite örneğinde yapılan araştırmalarda çoğunlukla yaşam doymu ile demografik değişkenlerin ve çeşitli duygu durumlarının ilişkisinin incelendiği dikkati çekmiştir. Bu çalışmalarda lisans programını isteyerek tercih etmek (Gündoğar, Sallan Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci, 2007), cinsiyet, algılanan akademik başarı, gelecekte beklenen beklenti, dini inanç, yalnızlık (Tuzgöl Dost, 2007), iyimserlik (Gülcan ve Nedim Bal, 2014) ve bilinçli farkındalık (Yıkılmaz ve Demir Güdül, 2015) değişkenlerinin yaşam doymunu anlamlı şekilde yordadığı ve yaşam doymu ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki (Deniz, 2006) olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak üniversite döneminde önemli gelişim görevlerinden birisi olan kariyer gelişimi ile ilgili kararlarda öz-yeterliğe sahip olmanın ve yaşama pozitif bakabilmeyi sağlayan umudun, yaşam doymu algısı ile ilişkisini ortaya koyan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Buna karşın üniversite öğrencilerinin kariyer yollarını planlama

ve geleceğini öngörme konusunda yaşadığı belirsizliklerin (Güldü ve Ersoy Kart, 2017; Üzümcü, Alyakut ve Günsel, 2015) yaşam doyumlarını olumsuz yönde etkilediği çeşitli araştırmalarca ortaya koyulmuştur (Jaensch, Hirschi ve Freund, 2015). Bu nedenle Türk üniversite öğrencilerinde kariyer geleceklerine umutla bakabilme ve kariyer kararları ile öz-yeterlik inancına sahip olmanın yaşam doyumlarını nasıl etkilediğinin incelenmesi önem taşımaktadır. Dolayısıyla bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordamada, kariyer kararı öz-yeterliği ve umudun rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmanın, üniversite dönemindeki öğrencilerin yaşam doyumunu etkileyen unsurları açıklamaya yönelik ilgili literatüre önemli bir katkı sunacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırma deseni, çalışma grubu, kullanılan ölçme araçları ve veri analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Araştırma Deseni

Bu araştırma ilişkisel tarama deseninde yürütülmüştür. Karasar (2012, s. 81)'a göre ilişkisel tarama modelleri, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin varlığını ve birlikte değişimini inceleyen araştırma türleridir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın verileri Marmara Bölgesi'ndeki bir devlet üniversitesinin Eğitim Fakültesi'nde 2018-2019 öğretim yılında lisans eğitimine devam eden 249 öğrenciden elde edilmiştir. Öğrencilere ulaşabilmek amacıyla uygun örnekleme yöntemi (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016, s. 92)'nden faydalanılmıştır. Öğrencilerin öğrenim gördükleri lisans programları Sınıf Öğretmenliği (%16), İngilizce Öğretmenliği (16), Fen Bilgisi Öğretmenliği (%15), Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (%29) ve Sosyal Bilgiler Öğretmenliği (%23)'dir. Öğrencilerin yaş ortalaması yaklaşık olarak 19 (ss= 3.15) olup %75'i kız, %25'i erkektir.

Ölçme Araçları

Yaşam Doyumu Ölçeği. Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliği analizi sonucunda 0.85 korelasyona ulaşılmıştır. Madde analizi ile madde puanları ile ölçeğin toplam puanları arasındaki ilişkiye bakılmış ve birinci madde ile 0.73, ikinci madde ile 0.71, üçüncü madde ile 0.76, dördüncü madde ile 0.75 ve beşinci madde ile 0.80 düzeyinde ilişki bulunmuştur. 5 maddeden oluşan ölçek 7'li likert tipinde olup Hiç Uygun Değil (1) ve Çok Uygun (7) arasında derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 5 ile 35 arasında değişmektedir, puanların yükselmesi yaşam doyumunun arttığını göstermektedir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach Alfa değeri 0.86 olarak hesaplanmıştır.

Kariyer Kararı Öz-Yeterliliği Ölçeği Kısa Formu. Betz, Clein ve Taylor (1996) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Büyükgöze Kavas (2011) tarafından yapılmıştır. Bireylerin kariyer kararlarına ilişkin görevleri başarılı bir şekilde tamamlayacağına yönelik inançlarını ölçen Hiç Güvenmiyorum (1) ve Tamamen Güveniyorum (5) arasında derecelendirilen 5'li likert tipinde bir ölçektir. Ölçekte 25 madde bulunmaktadır ve alınabilecek en düşük puan 25, en yüksek puan ise 125'tir. Uyarlama çalışmasında ölçeğin iç tutarlık katsayısı 0.92, test-tekrar test güvenirliği 0.91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik çalışması için benzer ölçeklerle ilişkisine bakılmış; Genel Öz-Yeterlik Ölçeği ile 0.65 düzeyinde, Kariyer Karar Ölçeğinin kararsızlık alt boyutu ile -0.50 düzeyinde anlamlı ilişkiye ulaşılmıştır. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik düzeyi 0.94 olarak hesaplanmıştır.

Umut Ölçeği. Snyder vd. (1991) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Akman ve Korkut (1993) tarafından yapılmıştır. 12 maddeden oluşan ve Hiç Katılmıyorum (1) ile Kesinlikle Katılıyorum (4) arasında derecelendirilen ölçek 4'lü liket tipindedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan ise 48'dir. Ölçekten alınan puanlardaki artış umut algısının yükselmesine işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlık analizi sonucunda iki uygulama arasındaki korelasyon 0.66 olarak bulunmuştur. Faktör analizi sonucunda ölçeğin tek boyutlu bir yapı gösterdiği sonucuna varılmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışması kapsamında benzer yapıyı ölçtüğü düşünülen ölçeklerle arasındaki ilişki incelenmiş ve Beck Depresyon Ölçeği ile Umut Ölçeği arasında -0.32 düzeyinde anlamlı ilişki, İyimserlik Ölçeği ile Umut Ölçeği arasında 0.50

düzeyinde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik düzeyi 0.79 olarak hesaplanmıştır.

İşlem

Ölçme araçlarının örneklem kapsamındaki öğrencilere uygulanabilmesi için öncelikle ilgili lisans programlarındaki öğretim üyelerinden izin alınmıştır ve ders saatlerinde uygulamalar yapılmıştır. Araştırmacı tarafından çalışmanın içeriği hakkında öğrencilere bilgi verilmesinin ardından araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrenciler ölçme araçlarını yanıtlamıştır. Uygulama yaklaşık olarak 40 dakika sürmüştür.

Verilerin Çözümlemesi

Verilerin analizinde öncelikle aykırı değerler incelenmiş ve bu sebeple dört katılımcıdan elde edilen veriler analiz dışı bırakılmıştır. Ardından normallik varsayımını test etmek amacıyla basıklık (0.06, -0.22) ve çarpıklık katsayıları (-0.30, -0.59) incelenmiştir. Verilerin basıklık ve çarpıklık katsayılarının -1 ile 1 arasından yer alması nedeniyle normal dağılımdan anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2014) tespit edilmiştir. Son olarak çoklu bağlantı problemini test etmek amacıyla Tolerans ve VIF değerlerine bakılmıştır. Field (2009, s.242)'a göre Tolerans değerinin 0.2'nin altında olması, VIF değerinin 10'un üzerinde olması çoklu bağlantı problemini ortaya çıkarmaktadır. Ancak bu araştırmada tolerans değerinin 0.63 ile 1 arasında, VIF değerinin 1 ile 1.60 arasında değiştiğinin gözlenmesi sebebiyle çoklu bağlantı problemine rastlanmamıştır.

Değişkenler arası ilişkilerin incelenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Kariyer kararı öz-yeterliği ve umut değişkenlerinin yaşam doyumunu yordama düzeyini test etmek amacıyla çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler SPSS 15 paket program aracılığıyla yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın değişkenleri olan yaşam doyumunu, kariyer kararı öz-yeterliği ve umut arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarına Tablo 1'de yer verilmiştir.

Tablo 1. Değişkenler arasındaki ilişkileri test etmek amacıyla yapılan pearson korelasyon analizi sonuçları

	1	2	3	\bar{x}	ss
1. Yaşam Doyumu	-	0.57***	0.50***	21.64	6.56
2. Kariyer Kararı Öz-Yeterliği		-	0.61***	90.45	14.92
3. Umut			-	35.95	5.20

***p<0.001

Tablo 1’de görüldüğü üzere yaşam doyumu ile kariyer kararı öz-yeterliği arasında 0.57 düzeyinde anlamlı bir ilişkiye (p<0.001) ve yaşam doyumu ile umut arasında 0.61 düzeyinde anlamlı bir ilişkiye (p<0.001) ulaşılmıştır.

Korelasyon analizi sonrasında yaşam doyumunu yordamada kariyer kararı öz-yeterliği ve umudun görece yordayıcı rolünü açıklamak amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 2’ sunulmuştur.

Tablo 2. Yaşam doyumunu yordamada kariyer kararı öz-yeterliği ve umudun rolüne ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları

	Model 1			Model 2		
	B	SE B	β	B	SE B	β
Kariyer Kararı Öz-Yeterliği	1.26	0.11	0.57	0.93	0.14	0.42
Umut				0.75	0.19	0.25
R ²	0.33			0.37		
F Δ R ²	0.33***			0.04***		

***p<0.001

Hiyerarşik regresyon analizinin sonucuna göre kariyer kararı öz-yeterliği ve umudun yaşam doyumunu anlamlı bir şekilde yordadığı gözlenmiştir (p<0.001). Analizin birinci basamağında modele dahil edilen kariyer kararı öz-yeterliğinin varyansa olan katkısı % 33’tür. Analizin ikinci basamağında modele dahil edilen umudun varyansa özgün katkısı ise %4 olarak belirlenmiştir. Kariyer kararı öz-yeterliği ve umut değişkenleri bir arada varyansın %37’sini açıklamıştır. Bu sonuçlar üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordamada

kariyer kararı öz-yeterliğinin umuda kıyasla daha yüksek bir rol oynadığını göstermiştir. Dolayısıyla üniversite dönemindeki öğrencilerin kariyer gelişimlerine yönelik yapılacak hizmetler yoluyla kariyer kararı öz-yeterliklerinin ve buna bağlı olarak yaşam doyumunu algılarının yükseltilebileceği söylenebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kariyer kararı öz-yeterliğinin ve umut düzeyinin yaşam doyumunu yordayıcı rolü incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre kariyer kararı öz-yeterliğinin yordayıcı rolünün görece daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu sonuç üniversite öğrencilerinin kariyeri ile ilgili kararlar alma konusunda kendilerine duydukları güvenin yaşamlarına ilişkin memnuniyeti olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Literatürde genel öz-yeterlik inançları ile yaşam doyumunu arasında pozitif ilişki bulunduğu yönelik çeşitli çalışmalar yer almaktadır (Azizli, Atkinson, Baughman ve Giammarco, 2015; Vecchio, Gerbino, Pastorelli, Del Bove ve Caprara, 2007). Bu çalışmalarda öz-yeterlik inançlarının hedef başarısına ilişkin olumlu bir beklenti oluşturduğundan ve bu yolla yaşam doyumuna katkı sağladığından söz edilmiştir. Ayrıca öz-yeterlik inancı yüksek olan kişilerin daha az kariyer kararsızlığı yaşayarak sağlıklı kariyer tercihlerinde bulunabildiği (Lent ve Brown, 2006), akademik çabaları neticesinde adil bir sonuca ulaşmaya yönelik olumlu inanca sahip oldukları ve sosyal yaşamlarında daha mutlu oldukları (DeWitz ve Walsh, 2002) belirtilmiştir. Kariyer kararı öz-yeterliği ve yaşam doyumunu ilişkisi üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde ise bu ilişkinin farklı kültürlerdeki örneklemeler üzerinde test edildiği dikkati çekmiştir. Bunlar arasında Jiang, Hu, Wang ve Jiang (2017) tarafından Çinli üniversite öğrencileri üzerinde, Pina-Watson ve Ojeda (2014) tarafından Meksikan-Amerikan kız üniversite öğrencileri üzerinde ve Wright ve Perrone (2010) tarafından Kafkas kız üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen çalışmalarda yaşam doyumunu yordamada kariyer kararı öz-yeterliğinin anlamlı bir rolünün olduğu sonucuna ulaşılması bu çalışmanın bulgusunu destekler niteliktedir. Dolayısıyla üniversite döneminin işe geçiş sürecinde kritik bir aşama olmasından ve bu aşamada kariyer kararı öz-yeterlik inançlarının önemli hâle gelmesinden kaynaklı olarak kariyer geleceği ile etkili tercihler yapabileceğine ve bu tercihlerin sonucunda başarılı olacağına inanan gençlerin yaşam doyumlarının anlamlı derecede yükseldiği söylenebilir. Buna karşın kariyer geleceğini belirsiz olarak algılayan ve etkili kariyer tercihleri yapma konusunda düşük öz-yeterliğe

sahip olan gençlerin yaşam doyumları bu durumdan olumsuz yönde etkilenmektedir.

Araştırmanın ikinci sonucu umudun yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordamasıdır. Buna göre öğrencilerin hayata umutla bakması, gelecekte olumlu beklentilerinin olmasını sağlamakta ve bu durum yaşam doyumlarını olumlu yönde etkilemektedir. Ancak yaşam doyumunu açıklamada umudun görece düşük bir orana sahip olması bu araştırmadaki üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı taşımaları ve artan işsizlik oranlarına bağlı olarak kariyer planlarını gerçekleştirme konusunda karamsar bir bakış açısına sahip olmalarından kaynaklanabilir. Yapılan araştırmalarda Çinli genç yetişkinlerde (Yang, Zhang ve Kou, 2016), İtalyan ve İsviçreli ergenlerde (Santilli, Marcionetti, Rochat, Rossier ve Nota, 2017) umudun yaşam doyumunu anlamlı bir biçimde yordadığına ilişkin elde edilen bulgular bu araştırmanın bulgusunu desteklemiştir. Buna karşın Afro-Amerikalı üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen bir çalışmada yaşam doyumunu yordamada umudun anlamlı bir rolünün olmadığı sonucuna varılmıştır (Danoff-Burg, Prelow ve Swenson, 2004).

Özet olarak bu araştırmada üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordamada umut değişkenine kıyasla kariyer kararı öz-yeterliği inançlarının görece daha yüksek bir role sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuçtan hareketle üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarını artırmak için kariyer kararı öz-yeterliğini geliştirmeye yönelik müdahalelerin yapılması önerilebilir. Bu müdahalelerin planlanmasında ve uygulamasında rehberlik etmesi amacıyla öncelikle üniversite öğrencilerinin kariyer ihtiyaçlarının belirlenmesi faydalı olabilir. Kariyer ihtiyaçları üniversite düzeyinde kariyer kararı verme sürecindeki zorlukların veya engellerin daha iyi anlaşılmasına da yardımcı olabilir. Böylelikle belirlenen ihtiyaç alanları doğrultusunda öğrencilere sunulacak kariyer yardımları daha etkili sonuçlar verebilir. Ayrıca öğrencilerin kariyer geleceğine ve kariyer seçeneklerine ilişkin duygularının da incelenmesi faydalı olabilir. Özellikle öğrencilerin kariyer geleceğine ilişkin olumsuz duygu durumları ile başa çıkabilmesi amacıyla umut odaklı müdahale programları geliştirilebilir ve üniversite öğrencilerinin kariyer seçenekleri konusunda olumlu bir inanç ve öz-yeterliğe sahip olması sağlanabilir. Son olarak üniversite düzeyinde sunulan kariyer hizmetlerinin sınırlı kalması nedeniyle özellikle üniversite bünyelerinde yer alan kariyer geliştirme ve uygulama merkezlerinin aktifleştirilmesi ve

geliştirilen kariyer müdahalelerinin kariyer geliştirme ve uygulama merkezleri aracılığıyla tüm üniversite öğrencilerine açık hâle getirilmesi sağlanabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlardan birincisi araştırmanın Marmara Bölgesi'ndeki bir devlet üniversitesinde yürütülmüş olması sebebiyle elde edilen sonuçların, örneklemdaki öğrencilerin özelliklerine benzediği ölçüde diğer üniversite öğrencilerine genellenebileceğidir. Örneklemdaki üniversite öğrencilerine ulaşılmasında uygun örnekleme yönteminin kullanılması araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır. Gelecek araştırmalarda olasılığa dayalı örnekleme yöntemleri kullanılarak üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu, kariyer kararı öz-yeterliği ve umutları arasındaki ilişkinin incelenmesi yoluyla elde edilen sonuçların genellenebilirliği artırılabilir.

Yazar Hakkında / About Author

Dünya Baz. Arş. Gör. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Rehberlik ve Psikolojik Danışma ABD, İstanbul Türkiye. dunya.sen@istanbul.edu.tr
Dünya BAZ. Research Asistant, İstanbul University-Cerrahpaşa, Counseling and Guidance Program, İstanbul, Türkiye.

Yazarın Notu / Author's Note

Bu çalışma 12-14 Nisan 2019 tarihleri arasında Üsküdar Üniversitesi'nde düzenlenen 3. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur

This study was presented as an announcement at the 3rd Eurasian Positive Psychology Congress held at Üsküdar University between 12-14 April 2019.

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.
There is no conflict of interest.

Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.
Funding support was not taken.

ORCID

Dünya Baz  <http://orcid.org/0000-0003-2197-4229>

KAYNAKÇA

- Akman, Y. ve Korkut, F. (1993). Umut ölçeği üzerine bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9, 193-202.
- Azizli, N., Atkinson, B. E., Baughman, H. M., ve Giammarco, E. A. (2015). Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 82, 58–60. doi:10.1016/j.paid.2015.03.006
- Bailey, R. C., ve Miller, C. (1998). Life satisfaction and life demands in college students. *Social Behavior and Personality*, 26(1), 51-56. doi: 10.2224/sbp.1998.26.1.51
- Bailey, T. C., ve Snyder, C. R. (2007). Satisfaction with life and hope: A look at age and marital status. *The Psychological Record*, 57, 233-240.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. doi: 10.1037/0033-295X.84.2.191
- Betz, N. E., Klein, K., ve Taylor, K. (1996). Evaluation of a short form of the Career Decision-Making Self-Efficacy Scale. *Journal of Career Assessment*, 4, 47- 57.
- Büyükgöze Kavas, A. (2011). *Testing a model of career indecision among university students based on social cognitive career theory* (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö., ve Köklü, N. (2014). *Sosyal bilimler için istatistik* (15 bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (21. bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Chang, E. (1998). Hope, problem-solving ability, and coping in a college student population: Some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology*, 54, 953–962. doi: 10.1002/(SICI)1097-4679

- Cotton Bronk, K., Hill, P. L., Lapsley, D. K., Talib, T. L., ve Finch, H. (2009). Purpose, hope and life satisfaction in three age groups. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 500-510.
- Danoff-Burg, S., Prelow, H. M., ve Swenson, R. R. (2004). Hope and life satisfaction in black college students coping with race-related stress. *Journal of Black Psychology*, 30(2), 208-228. doi: 10.1177/0095798403260725
- DeWitz, S. J. ve Walsh, W. B. (2002). Self-efficacy and college student satisfaction. *Journal of Career Assessment*, 10(3), 315-326. doi: doi:10.1177/10672702010003003
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S., (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diseth, A ., Danielsen, A. G., ve Samdal, O. (2012). A path analysis of basic need support, self-efficacy, achievement goals, life satisfaction and academic achievement level among secondary school students. *Educational Psychology*, 32(3), 335–354.
- Du, H., Bernardo, A. B. I., ve Yeung, S. S. (2015). Locus-of-hope and life satisfaction: The mediating roles of personal self-esteem and relational self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 83, 228-233. doi: 10.1016/j.paid.2015.04.026
- Erdoğan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M., ve Mansfield, L. R. (2012). Whistle while you work. *Journal of Management*, 38(4), 1038-1083. doi:10.1177/0149206311429379
- Field, A. (2009). *Discovering istatistic using SPSS* (3. bs). London: Sage.
- Gülcan, A., ve Nedim Bal, P. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1), 41-52.
- Gündoğar, D., Sallan Gül, S., Uskun, E., Demirci, S., ve Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 14-27.

- Harlow, A. J., ve Bowman, S. L. (2016). Examining the career decision self-efficacy and career maturity of community college and first-generation students. *Journal of Career Development*, 43(6), 512-525. doi: 10.1177/0894845316633780
- Jeansch, V. K., Hirschi, A., ve Freund, P. A. (2015). Persistent career indecision over time: Links with personality, barriers, self-efficacy, and life satisfaction. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 122-133. doi: 10.1016/j.jvb.2015.09.01
- Jiang, Z., Hu, X., Wang, Z. ve Jiang, X. (2017). Career decision self efficacy and life satisfaction in China: An empirical analysis. *Social Indicators Research*, 132, 137-154. doi: 10.1007/s11205-015-1201-5
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi* (23. bs.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Korkut- Owen, F., ve Niles, S. G. (2011). Yeni yaklaşım ve modeller. In B. Yeşilyaprak (Ed.), *Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı kuramdan uygulamaya* (s. 274-305). Ankara: Pegem Akademi.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kuppens, P., Realo, A., ve Diener, E. (2008). The role of positive and negative emotions in life satisfaction judgement across nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 66-75. doi: 10.1037/0022-3514.95.1.66
- Lent, R. W. ve Brown, S. D. (2008). Social cognitive career theory and subjective well-being in the context of work. *Journal of Career Assessment*, 16(1), 6– 21. doi: 10.1177/1069072707305769
- Lent R.W. ve Brown, S.D. (2006). On conceptualizing and assessing social cognitive constructs in career research: A measurement guide. *Journal of Career Assessment*, 14(1),12-35.
- Lent, R. W., Singley, D., Sheu, H.-B., Gainor, K. A., Brenner, B. R., Treistman, D., ve Ades, L. (2005). Social cognitive predictors of domain and life satisfaction: Exploring the theoretical precursors of subjective well-

being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 429-442. doi: 10.1037/0022-0167.52.3.429

Lounsbury, J. W., Tatum, H. E., Chambers, W., Owens, K. S., ve Gibson, L. W. (1999). An investigation of career decidedness in relation to “big five” personality constructs and life satisfaction. *College Student Journal*, 33(4), 646-652.

Lucas, R. E., Diener, E., ve Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616 – 628.

Marquez, S. C., Lopez, S. J., ve Mitchell, J. (2013). The role of hope, spirituality and religious practice in adolescents’ life satisfaction: Longitudinal findings. *Journal of Happiness Studies*, 14, 251-261. doi: 10.1007/s10902-012-9329-3

Newman, B. M., & Newman, P. R. (2008). *Development through life: A psychosocial approach*. Belmont, CA: Wadsworth.

O’Sullivan, G. (2011). The relationship between hope, eustress, self-efficacy, and life satisfaction among undergraduates. *Social Indicators Research*, 101(1), 155-172. doi:10.1007/s11205-010-9662-z

Özer, M. ve Özsoy Karabulut, Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatrici*, 6(2), 72-74.

Pavot, W. ve Diener, E. D. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-171.

Pina-Watson, B., Jimenez, N., ve Ojeda, L. (2014). Self-construal, career decision self-efficacy, and perceived barriers predict mexican american women’s life satisfaction. *The Career Development Quarterly*, 62, 210-223. doi: 10.1002/j.2161-0045.2014.00080.x

Rice, R.W. (1984) Organizational work and the overall quality of life. *Applied Social Psychology Annual* 5, 155-178.

Rottinghaus, P. J., Jenkins, N., ve Jantzer, A. M. (2009). Relation of depression and affectivity to career decision status and selfefficacy in college students. *Journal of Career Assessment*, 17(3), 271-285. doi: 10.1177/1069072708330463

- Santilli, S., Marcionetti, J., Rochat, S., Rossier, J. ve Nota, L. (2017). Career adaptability, hope, optimism, and life satisfaction in Italian and Swiss adolescents. *Journal of Career Development*, 44(1) 62-76. doi: 10.1177/0894845316633793
- Santilli, S., Marcionetti, J., Rochat, S., Rossier, J., ve Nota, L. (2017). Career adaptability, hope, optimism, and life satisfaction in Italian and Swiss adolescents. *Journal of Career Development*, 44(1), 62-76. doi: 10.1177/0894845316633793
- Santilli, S., Nota, L., Ginevra, M. C., ve Soresi, S. (2014). Career adaptability, hope and life satisfaction in workers with intellectual disability. *Journal of Vocational Behavior*, 85, 67-74.
- Shin, Y. J. ve Kelly, K. R. (2015). Resilience and decision-making strategies as predictors of career decision difficulties. *The Career Development Quarterly*, 63(4), 291-305. doi: 10.1002/cdq.12029
- Snyder, C. R., Lopez, S. J., Shorey, H. S., Rand, K. L., ve Feldman, D. B. (2003). Hope theory, measurements, and applications to school psychology. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 122-139. doi:10.1521/scpq.18.2.122.21854
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., ve Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 482– 493.
- Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132-143.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2018). İş gücü istatistikleri haziran 2018. Erişim: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27696> adresinden 30.03.2019 tarihinde erişilmiştir.
- Ulaş, Ö., ve Özdemir, S. (2018). Üniversite son sınıf öğrencilerinde algılanan kariyer engellerinin yordayıcıları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(3), 672-688. doi: 10.16986/HUJE.2017033806

- Üzümcü, T. P., Alyakut, Ö., ve Günsel, A. (2015). Turizm eğitimi alan öğrencilerin mesleğin geleceğine ilişkin bakış açıları. *Balıkesir University The Journal of Social Sciences Institute*, 18(33), 179-199.
- Vecchio, G. M., Gerbino, M., Pastorelli, C., Del Bove, G., ve Caprara, G. V. (2007). Multi-faceted self-efficacy beliefs as predictors of life satisfaction in late adolescence. *Personality and Individual Differences*, 43, 1807–1818. doi:10.1016/j.paid.2007.05.018
- Veenhoven, R. (1996). The study of life satisfaction. In W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, ve B. Bunting (Ed). *A comparative study of life satisfaction with life in Europe* (s. 11-48). Budapest: Eötvös University Press.
- Willner, T., Gati, I., ve Guan, Y. (2015). Career decision-making profiles and career decision-making difficulties: A cross-cultural comparison among US, Israeli, and Chinese samples. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 143-153.
- Wright, S. L., Firsick, D. M., Kacmarski, J. A., ve Jenkins-Guarnieri, M. A. (2017). Effects of attachment on coping efficacy, career decision self-efficacy, and life satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 95, 445- 456.
- Wright, S. L., ve Perrone, K. M. (2010). An examination of the role attachment and efficacy in life satisfaction. *The Counseling Psychologist*, 38(6), 796-823. doi: 10.1177/0011000009359204
- Yang, Y., Zhang, M., ve Kou, Y. (2016). Self-compassion and life satisfaction: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences*, 98, 91–95. doi: 10.1016/j.paid.2016.03.086
- Yıkılmaz, M., ve Demir Güdül, M. (2015). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu, yaşamda anlam ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişkiler, *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2), 297-315. doi: 10.12984/eed.09530

Extended Abstract

Introduction: Life satisfaction indicates the satisfaction level of the individual's expectations from one's life. According to the social cognitive well-being model, life satisfaction is affected by cognitive, affective, behavioral and social factors. In this model, positive emotions and positive self-efficacy perception increase life satisfaction (Lent et al., 2005). Hope, which is among the positive emotions, positively affects life satisfaction as it includes positive expectations from the future. Self-efficacy perception refers to the belief in the ability to overcome a task. Having career decision making self-efficacy and looking at life with hope contribute positively to life satisfaction.

When the studies conducted in our country were examined, it was observed that the relationship between life satisfaction and demographic variables and various emotional traits was examined in the research conducted on the university students sample. However, no research has been found to reveal the relationship between career decision making self-efficacy which is one of the important developmental tasks in the university period and hopes that provide a positive outlook on life, with a perception of life satisfaction. Therefore, in this study, it is aimed to examine the role of career decision making self-efficacy and hope in predicting life satisfaction of university students. This study is important in terms of its contribution to the related literature to explain the factors affecting life satisfaction of university students.

Method: This research was conducted in relational survey design, one of the quantitative research methods. A total of 249 university students attending various undergraduate programs at a public university in the Marmara Region participated in the study. The undergraduate programs of these students are Classroom Teaching (16%), English Language Teaching (16%), Science Teaching (15%), Guidance and Psychological Counseling (29%), Social Studies Teaching (23%). The average age of the students was approximately 19 (Sd = 3.15) and 75% of them were girls and 25% of them were boys. Data within the scope of the research were obtained through Life Satisfaction Scale, Career Decision Self-Efficacy Scale Short Form and Hope Scale. Hierarchical regression analysis was used in the analysis of the obtained data.

Findings and Discussion: In order to investigate the relationship between life satisfaction, career decision making self-efficacy and hope which are the

variables of the study, firstly Pearson correlation analysis was performed and according to the results, a significant relationship was found between life satisfaction and career decision making self-efficacy (0.57) ($p < 0.001$) and a significant relationship between life satisfaction and hope (0.61) ($p < 0.001$). After the correlation analysis, hierarchical regression analysis was conducted to explain the relative predictive role of career decision making self-efficacy and hope in predicting life satisfaction. In the regression model, firstly the career decision making self efficacy variable and then the hope variable were included. According to the results of hierarchical regression analysis, career decision self-efficacy and hope significantly predicted life satisfaction ($p < 0.001$). In the first step of the analysis, career decision self-efficacy included in the model to the contribution of total variance was 33%. In the second step of the analysis, hope included in the model to the specific contribution of variance to the total variance was 4%. Career decision making self-efficacy and hope variables together explained 37% of the total variance. These results show that career decision making self-efficacy plays a higher role in predicting life satisfaction of university students than hope. Therefore, it can be said that career decision making self-efficacy and life satisfaction perceptions can be increased through the services to be made for the career development of university students.

Conclusion: This study provides an opportunity to understand the role of career decision making self-efficacy and hope levels on life satisfaction of university students. The fact that career decision making self-efficacy has a higher role on life satisfaction has revealed the importance of interventions related to the career development of university students. In line with these results, it may be suggested that psychological counseling units of universities should offer various career interventions and develop hope-oriented career interventions in order to enable university students to have positive expectations from the future.