

Lisans Düzeyinde Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Öz Yeterliğinin Kariyer Stresine Etkisi: Afyon Kocatepe Üniversitesi Örneği

Osman Pelit^{1**} 

¹ Bağımsız Araştırmacı, Afyonkarahisar, Türkiye, pelitosman7@gmail.com, ORCID: 0000-0002-6856-7463

Öz

Bu araştırmanın amacı, lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerinin kariyer stresleri üzerindeki etkisini belirlemektir. Araştırmada veri toplama tekniği olarak kullanılan anket, araştırma örneklemini oluşturan Afyon Kocatepe Üniversitesi Turizm Fakültesi'nde öğrenim gören 388 öğrenci üzerinde uygulanmıştır. SPSS istatistik programı aracılığıyla analize tabi tutulan verilerin çözümlenmesinde; frekans ve yüzde dağılımı, aritmetik ortalama, standart sapma, geçerlik, güvenilirlik, t testi, varyans analizi, Tukey testi ile korelasyon ve regresyon analizleri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerinin yüksek düzeyde olduğu tespit edilirken, kariyer streslerinin düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte öz yeterliğin alt boyutlarından olan yılmama boyutu ile kariyer stresi alt boyutlarından olan iş bulma baskısının diğer boyutlara göre daha yüksek düzeyde gerçekleştiği saptanmıştır. Ayrıca gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda, lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterlikleri ile kariyer stresleri arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Bunlara ek olarak yapılan regresyon analizi sonucunda, lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerinin kariyer stresleri üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisinin olduğu ortaya konulmuştur. Araştırmadan elde edilen söz konusu bu sonuçlar tartışılıp değerlendirildikten sonra ilgili taraflara öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Öz yeterlik, Kariyer Stresi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Turizm Öğrencileri

The Effect of Self-Efficacy of Students Taking Tourism Education At Undergraduate Level on Career Stress: The Case of Afyon Kocatepe University

Abstract

The purpose of this study is to determine the effect of self-efficacy of undergraduate tourism students on their career stress. The questionnaire, which was used as a data collection technique in the study, was applied on 388 students studying at Afyon Kocatepe University Faculty of Tourism, which constitutes the research sample. Frequency and percentage distribution, arithmetic mean, standard deviation, validity, reliability, t test, analysis of variance, Tukey test, correlation and regression analyses were used in the analysis of the data subjected to analysis through SPSS statistical program. As a result of the study, it was determined that the self-efficacy of undergraduate tourism students was at a high level, while their career stress was at a low level. However, it was determined that the dimension of resilience, which is one of the sub-dimensions of self-efficacy, and the pressure to find a job, which is one of the sub-dimensions of career stress, were realized at a higher level than the other dimensions. In addition, as a result of the correlation analysis, a negative and moderately significant relationship was determined between the self-efficacy and career stress of undergraduate tourism students. In addition, as a result of the regression analysis, it was revealed that the self-efficacy of undergraduate tourism students had a significant negative effect on their career stress. After these results obtained from the research were discussed and evaluated, suggestions were presented to the relevant parties.

Keywords: Efficacy, Career Stress, Afyon Kocatepe University, Tourism Students

önerilen atf/cite this article as

Pelit, O. (2025). Lisans Düzeyinde Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Öz Yeterliğinin Kariyer Stresine Etkisi: Afyon Kocatepe Üniversitesi Örneği. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 298-324.

**Sorumlu yazar e-posta/ Corresponding author e-mail: pelitosman7@gmail.com

Araştırma Makalesi

Cilt 9, Sayı 1, 2025
ss. 298-324

Gönderim : 13.09.2024
1. Düzeltme: 04.11.2024
Kabul Tarihi: 06.12.2024

Research Article

Vol 9, No 1, 2025
pp. 298-324

Received : 13.09.2024
Revision1: 04.11.2024
Accepted: 06.12.2024

GİRİŞ

Bireylerin karşılaşabileceği zorlukların üstesinden başarılı bir şekilde gelmesi için kendine duyduğu inanç ya da kendisi hakkındaki yargısı olarak tanımlanan öz yeterlik (Senemoğlu, 2015), öğrencilerin eğitim hayatında ve akademik kariyerinde önemli yer tutmaktadır (Arseven, 2016). Kariyer süreçlerinde karşılaşılan sorunlarla başa çıkmak ve bu sorunların üstesinden nasıl gelineceğini düşünmek, birey üzerinde stres yaratan başlıca faktörlerdendir (Gümüştekin & Gültekin, 2009). Bireylerin stres yaşamalarında önemli bir yeri olan kariyer, bireyin çalışma yaşamındaki ilerlemesini, iş dünyasında yaptığı tercihlerini, eğitimini meslek seçimini, yeteneğini, iş deneyimlerini ve profesyonel hedeflerini içeren bir süreçtir. Bu süreç bireyin yaşamında uzun bir dönemi kapsamaması nedeniyle de birçok zorluğu beraberinde getirebilmektedir. Bu zorluklar karşısında ise her bireyin bunlarla baş etme becerileri, stres tepkileri ve stres seviyesi farklılık gösterebilmektedir (Özkan, 2020: 35). Bazı bireyler bu tür durumlarla başa çıkmak için etkili yöntemler geliştirirken, bazıları daha zorlanabilir. Kariyer seçiminin yapıldığı önemli bir dönemi olan üniversite yıllarında bireyler, finansal sorunlar (kira, yemek, harç ücretleri vb), gelecek kaygısı (iş bulma, iş piyasasındaki rekabet vb.), toplumsal beklenti ve üniversite hayatı getirmiş olduğu zorluklar gibi nedenlerle baş etmek durumunda kalmaktadırlar. Bu durumun, özellikle turizm eğitimi alan ve gelecekte muhtemel turizm sektöründe çalışacak olan öğrenciler için daha da zor olduğunu belirtmek mümkündür. Çünkü emeğin yoğun olarak kullanıldığı hizmet sektörlerinden birisi olan turizm sektörünün bireylerin çok farklı niteliklere sahip olmasını gerektirmesi, turizm eğitiminde teorik derslerin yanı sıra uygulamalı derslerin ağırlıklı olması ve turizm sektöründe çalışanların mevcut sorunları (iş gücü devir hızı, düşük kıdem ve ücret, çalışma koşulları, sendikalaşma vb.) turizm öğrencilerinin kariyer streslerini artıran unsurlardan olmuştur. Bu noktada öz yeterlik algısı yüksek olan öğrenciler, kariyer stresine yol açan sorunlarla daha iyi başa çıkacaklardır. Bu konu, turizm öğrencilerinin gelecekteki kariyerlerini şekillendirmeleri ve başarılı bir şekilde iş dünyasına adım atmaları açısından oldukça önemlidir. Dolayısıyla turizm öğrencilerinin öz yeterlilik ve kariyer stresi düzeylerinin bilinmesi, turizm eğitimi veren kurum/bölüm yöneticilerine ve turizm sektöründe yer alan işletme ve yöneticilerine turizmin sektörel anlamda eğitimi ve nitelikli işgücüne ihtiyacına yönelik önemli bir bilgi kaynağı oluşturabilecektir. Bu sayede eğitim sürecindeki kariyer stresini azaltıcı önlemler alınarak sektörün eğitimi ve nitelikli işgücü ihtiyacı karşılanabilecektir. Nitekim lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerinin kariyer stresine olan etkisinin incelendiği bu araştırma, söz konusu kurum/kuruluşlara ve literatüre sağlayacağı katkı bakımından oldukça önem taşımaktadır.

Toplumların en önemli sorunlarından biri olan stres gerek çalışma hayatında gerekse eğitim hayatında her bireyde görülebilen bir durumdur. Bireylerin stres düzeylerinin artması, bireyleri zihinsel, fiziksel ve ruhsal olarak olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Üzüm, Uçkun & Uçkun, 2018). Özellikle üniversite öğrencilerinin yaşadıkları kariyer stresi, eğitim süreçlerinin başarılı bir şekilde devam ettirmelerini ve kariyerleri şekillendirmelerini sekteye uğratabilecektir. Bu noktada karşılaşılan zorlukları

aşılmasına ilişkin inancı temsil eden öz yeterliliğin yüksek olması, kariyer yaşamında birçok sorunla/zorlukla karşılaşan öğrencilerin daha az stres yaşamalarına katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda üniversite öğrencilerin belli bir performansı başarılı olarak yapması için öz yeterliklerinin kariyer stresiyle baş etme etkisinin araştırılması önemli hale gelmektedir. Konuyla ilgili literatürde öz yeterlik (Abele & Spurk, 2009; Akgündüz, 2012; Aksoy, 2019; Alrashidi & Alshammari, 2024; Ateş & Sağar, 2021; Çınar & Yenipınar, 2019; Duman & Yıldırım, 2023; Kızanlıklılı & Silik, 2019; Kesicioğlu & Güven, 2014; Luszczynska, Gutiérrez-Doña & Schwarzer, 2005; Meng & Zhang 2023; Schwarzer & Hallum, 2008) ve kariyer stresi (Boğazlıyan, Yalçın & Avşaroğlu, 2023; Bozkurt, Yemenici & Özkara, 2020; Creed, Hood & Hu, 2017; Çöp, 2020; Emirel & Bozkurt, 2022; Günay & Çelik, 2019; Köse, Tutar, Şahin & Güler, 2020; Pamuk & Yumak, 2020; Park & Lee, 2020; Polat, 2022; You & Yoo, 2021; Zhang, Yu & Liu 2022) birçok değişkenle ilişkilendirilerek çeşitli araştırmalar gerçekleştirilmiş olmasına rağmen özellikle ön lisans ve lisans düzeyinde eğitim alan öğrenciler üzerinde direkt bu iki değişkenin ilişkilendirilerek gerçekleştirildiği araştırmalar sınırlıdır (Akşit Aşık, 2019; Esen, 2019; Koç, 2023; Özkan, 2020). Bu doğrultuda bu çalışmada lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerinin kariyer streslerine etkisi araştırılarak elde edilen bulgular araştırmanın amacı doğrultusunda yorumlanmıştır. Dolayısıyla bu çalışmanın ilgili taraflara ve literatüre sunacağı katkısı bakımından önemli olduğu düşünülmektedir.

Kavramsal Çerçeve

Öz Yeterlik ve Kariyer Stresi Kavramları

Öz yeterlilik, Albert Bandura tarafından geliştirilen sosyal bilişsel kuramının önemli kavramlarından birisidir. Bandura, Sosyal Öğrenme kuramı olarak adlandırılan kuramı daha sonra genişleterek Sosyal Bilişsel kuram olarak değiştirmiş/adlandırmış ve tanınmasını sağlamıştır (Tatlıoğlu, 2021; Yazgan-İnanç & Yerlikaya, 2016). Sosyal öğrenmenin sosyal bilişe evrilmesi, Bandura tarafından 1986 yılında yapılan “Düşünce ve Eylemin Sosyal Temelleri: Sosyal Biliş Kuramı” adlı çalışmasıyla olmuştur. Bu bağlamda sosyal öğrenme kuramı ve sosyal öğrenme, 1986 yılına kadar birçok araştırmaya konu edilmiş geliştirilmiş ve bu tarihten itibaren Bandura’nın yapmış olduğu çalışmalarla birlikte sosyal biliş kuramı olarak literatüre kazandırılmıştır (Kılıç, 2013). Öz yeterlilik kavramının çıkış noktası ise Bandura’nın yayımlamış olduğu “Selfefficacy: Toward a unifying theory of behavioral change” adlı makalesiyle olmuş, daha sonra yazar, öz yeterlik kavramını sosyal bilişsel kuramının içine yerleştirmiştir (Pajares, 1996; Serçek, Karakaş & Avcı, 2017).

Öz yeterlik, bireylerin günlük hayatlarında karşılaşabileceği güçlüklerle/zorluklarla baş etme kapasitelerine ilişkin kendilerine duydukları inanç olarak tanımlanmaktadır (Senemoğlu, 2015; Shelton, 1990). Öz yeterlik algısı, bir görevi gerçekleştirmek için gerekli olan bilişsel, sosyal, duygusal ve davranışsal becerileri düzenleme ve etkili bir şekilde duruma uygulamayı içerir. Öz yeterlik, sadece kişinin sahip olduğu becerilerin fazlalığıyla ilgili değil, verilen bir görevde bireyin bu becerilerle neler yapabileceğine inandığıyla ilgilidir (Sayan & Tavukçuoğlu, 2020: 839). Dolayısıyla öz yeterlilik inancı,

bireylerin kendileri için belirledikleri amaçları bu amaçlara ulaşmak için ne kadar çaba harcadıklarını, amaçlarına ulaşmak için karşılaştıkları güçlüklerle ne kadar süre yüz yüze kalabileceklerini ve başarısızlık karşısındaki tepkilerini etkilemektedir (Çubukçu & Girmen, 2007: 1). Bandura (1977) öz yeterlik inancının, performans başarıları, dolaylı deneyimler, sözel ikna ve duygusal durum olmak üzere dört temel kaynaktan etkilendiği ifade etmiştir. Performans başarıları, bireylerin kendi deneyimleri ilgili olmaktadır. Bu deneyimler, öz yeterlik inancını en fazla etkileyen kaynaktır (Phan, 2012). Söz konusu deneyimler sonucunda elde edilen başarılar öz-yeterlilik algısını artırırken, başarısızlıklar bu algıyı azaltmaktadır (Bandura, 1977; Bandura, 1994). Bu nedenle, bireylerin olumlu deneyimler kazanmaları ve başarılarına odaklanmaları, öz-yeterliliklerini güçlendirmelerine yardımcı olabilir. Dolaylı deneyimler, bireylerin kendi deneyimleri dışında başkalarının deneyimlerini gözlemleyerek oluşturdukları öz-yeterlilik algılarıdır (Kılıç, 2013). Dolaylı deneyimler, bireylerin kendileriyle örnek ya da model aldığı diğer bireyler arasında yaptıkları karşılaştırmaları kapsamaktadır. Yapılan bu karşılaştırmalar, öz yeterliğe ilişkin algıların oluşumunda güçlü bir etkiye sahiptir (Koç, 2023; Schunk, 1983). Öz yeterlilik inancının üçüncü kaynağı olan sözel ikna, bireylerde bir işin yapılması noktasında dışardan gelen değerlendirmelerle oluşabilecek öz yeterlilik algılarını ifade etmektedir. Öz yeterliliğin son kaynağı olan duygusal uyarılma ise bireylerin duygusal durumları ile ilgili bir kaynaktır. Bireylerin olumlu/olumsuz duygu durumları öz yeterlilikleri etkiler. Bu doğrultuda bireyin bir işi yaparken olumlu duygu durumları öz yeterlilik algılarını artırırken, olumsuz duygu durumları öz yeterlilik algılarını azaltmaktadır (Bandura, 1977; Bandura, 1995). Dolayısıyla, duygusal durum, öz-yeterlilik algısını şekillendiren önemli bir faktördür. İyi bir duygusal denge ve olumlu bir zihinsel tutum, öz-yeterliliği güçlendirmeye yardımcı olabilir.

Öz yeterlilik kavramının bireyler ve örgütler açısından birtakım olumlu sonuçları bulunmaktadır. Öz yeterlilik algısı yüksek olan kişiler, mesleklerinde karşılaşılabilecekleri sorunlarla başa çıkmada daha özgüvenli bir duruş sergilemekle birlikte eleştirilme ve hata yapma korkusuna karşı daha dirençli olmaktadır. Bu durum onların bireysel yaratıcılıklarını olumlu yönde etkilemektedir. Aksi durumda, yani öz yeterlilik algısı düşük olan bireyler, eleştirilme ve hata yapma korkusu nedeniyle daha çekingen olabileceklerdir ki bu durumda bireysel yaratıcılıklarını olumsuz etkileyebilir (Sungur, 1997). Öz yeterliliği düşük olan bireylerde, olaylarla baş etmede sıkıntı yaşama, oluşabilecek bir probleme karşı yetersiz olduğunu düşünme, kendine olan güvende zayıflık, kendisine karşı şüphe besleme, ilk denemelerinde başarısız sonucu tekrar denemelerden kaçınma, mutsuz ve umutsuz olma gibi durumlar görülebilmektedir (Yenilmez & Kakmacı, 2008: 5). Konu ile ilgili literatür incelendiğinde öz yeterliliğin, problem çözme becerisi (Arpacı & Şahin Perçin, 2022; Aylar & Aksin, 2011; Kruger, 1997), tükenmişlik (Bolat, 2011; Gündüz, 2012; Özgül, 2023), işten ayrılma niyeti (Albrecht & Marty, 2017; Örucü, Gizlier & Tuna, 2020), iş performansı (Akşit Aşık, 2016; Kemer, 2021; Sezgin & Düşükcan, 2020), bireysel yaratıcılık (Çöp & Topçu, 2019; Duman & Yıldırım, 2023; Mersinlioğlu Serin & Öztürk, 2022) ve kariyer başarısı (Abele & Spurk, 2009; Ballout, 2009) gibi kavramlar

üzerinde etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte öz yeterliliğin etkilediği değişkenlerden biri de kariyer stresidir (Akşit Aşık, 2019; Özkan, 2020; Uçar, 2024). Öz yeterlilik, bireylerin mesleki yaşamlarında karşılaştıkları belirsizlikler ve bilgi eksikliği (Choi, Park, Nam, Lee, Cho & Lee, 2011; Emirel & Bozkurt, 2022), mesleki beklentiler (Günay & Çelik, 2019; Öztaş & Akin, 2009) ve iş bulma baskısı (Demirtaş, 2019; Taşgın, Bozgeyikli & Boğazlıyan, 2017) gibi faktörlerden kaynaklanan stresi ifade eden kariyer stresi üzerindeki azaltıcı etkisiyle önemli bir yere sahip olmaktadır.

Türk Dil Kurumu sözlüğünde kariyer kavramı “bir meslekte zaman ve çalışmayla elde edilen aşama, başarı ve uzmanlık” olarak tanımlanmıştır (TDK, 2024). Kariyer kavramı, bireyin iş yaşamına yönelik tutum ve değerlendirmelerini, kariyer planlama konusunu ve kurum içerisinde bireyin kariyer hedeflerinin örgüt tarafından yerine getirilen faaliyet ve planları, bireyin kendi istek ve gereksinimi ile örgütün gereksinimleri arasındaki uyumun sağlanması gibi konuları içerisine alan bir konudur (Gümüştekin & Gültekin, 2009: 148). İnsanların yaşamına olumsuz yönde etki eden bir faktör olmakla birlikte günlük yaşamın vazgeçilmez bir parçası olan stres ise, bireyin genel iyilik haline veya huzuruna yönelik bir tehdit olarak tanımlanmaktadır (Özel & Karabulut, 2018: 1). Stres, bireyin kişisel, sosyal ve mesleki yaşamını derinden etkileyen bir faktördür. İnsanlar yaşamları boyunca çeşitli stres kaynaklarıyla karşılaşabilirken, kariyer süreçleri açısından bakıldığında üniversite yıllarının yaşamın en önemli stres dönemlerinden biri olduğu görülmektedir (Özden & Sertel Berk, 2017). Üniversite öğrencileri, gelişmek, başarılı olmak, ekonomik sorunların üstesinden gelmek, gelecekle ilgili belirsizliklere duyulan endişeler ve kariyerlerine ilişkin pek çok stres kaynağı baş etmek durumunda kalmaktadırlar (Dinçer, Akova & Kaya, 2013; Pariat, Rynjah, Joplin & Kharjana, 2014). Genel olarak öğrenciler üniversite yılları boyunca akademik konular, finansal kaygılar, sosyal ilişkiler ve kariyer sürecine ilişkin pek çok stres kaynağıyla karşılaşılırlar. Yapılan araştırmalarda öğrencilerin birçok stres etkeni ile baş etmek durumunda kaldıkları ve bu stres faktörleri arasında en dikkat çeken konuların kariyerlerine ilişkin stres konuları olduğu vurgulanmıştır (Demirtaş, 2019; Esen, 2019; Jang, 2000; Kim, 2003). Örneğin Batıgün & Kayış (2014) tarafından yapılan araştırma sonucunda, kariyer stresine neden olan faktörlerin başında mezuniyet sonrası iş bulamama korkusu gelmektedir. Benzer şekilde Üstün, Dedekoç, Kavalalı, Öztürk, Sapcı, & Can (2014) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerin gelecek kaygısı yaşamaları ve iş bulma baskısını daha fazla hissetmesi vurgulan hususlardan olmuştur. Bu bağlamda birey iş yaşamına başlamadan önce kariyerini planlaması, kariyer beklentilerini gözden geçirmesi gerekmektedir (Uludağ Güler & Ünal, 2020: 1). Kariyer stresini en aza indirmek için üniversitede okunan bölümün bireyin ileride yapacağı mesleği etkileyecek olması, bireyin meslek seçimi sürecinde doğru kararlar vermesini gerekli kılmaktadır (Özkan, 2020). Kariyer planlaması yapılırken kişinin beklentilerinin açık ve net olması ve geleceğe yönelik olarak iş yaşamında alacağı sorumlulukların belirlenmesi, özellikle bireyin ilgi ve yetenekleri ile ilgili bir konuda olması önemli olmaktadır (Gümüştekin & Gültekin, 2009: 1). Nitekim özellikle bireylerin en çok strese maruz kaldığı yıllar arasında kariyer yaşamının şekillendiği dönem olan üniversite yıllarında (Uludağ

Güler & Ünal, 2020: 1), bireyin belli bir performansı başarılı olarak yapması için kendine olan inancına ya da kendi yargısı olan öz yeterlik inancı, öğrenen için okul yaşamında akademik başarının sağlanması (Arseven, 2016) ve kariyer stresinin azaltılmasının (Akşit Aşık, 2019; Özkan, 2020) bir belirleyicisi olması açısından son derece önemlidir.

Öz Yeterlik ve Kariyer Stresi İlişkisi

Öz yeterlik, bireyin kendi potansiyelinin farkında olması, başarması gereken görev ile var olan potansiyelini karşılaştırıp duruma uygun biçimde hareket etmesi harekete geçmesi ve karşısına çıkacak olası yaşam olayları karşısında nasıl başarılı olabileceğine ilişkin kendisi hakkında var olan inancı olarak tanımlanmaktadır (Can, 2018: 4). Öz yeterlik, özellikle öğrencilerin akademik çaba ve performans düzeyleri üzerinde son derece etkili, dinamik bir yapı olması nedeniyle öğrenme ortamlarında önemli olmaktadır (Sakız, 2013: 202). Öz yeterlik, insan motivasyonu ve kişisel başarı için kritik bir faktördür. Bireyler, hedeflerine ulaşabileceklerine inandıkça, karşılaştıkları zorluklar karşısında harekete geçmek veya sebat etmek için gerekli motivasyonu bulmaktadırlar (Pajares, 2002). Öz yeterlilik, bireylerin kendi yeteneklerine olan inancını ifade ederken (Bandura, 1977) bu inancın eksikliği kariyer stresinin artmasına neden olabilmektedir. Bu doğrultuda, kariyer yaşamında karşılaşılan birçok zorluk karşısında yüksek öz yeterliğe sahip bireylerin zorlukları aşabileceklerine dair inançlarının yüksek olması nedeniyle diğer bireylere oranla daha mücadeleci oldukları ve buna bağlı daha az stres yaşadıkları görülmektedir. Bu durum kariyer yaşamı için yüksek öz yeterliğin önemli olduğunu göstermektedir (Özkan, 2020: 50). Bu bağlamda konu ile ilgili Esen (2019) tarafından İzmir Meslek Yüksekokulu İktisadi ve İdari Programlarında öğrenim gören öğrenciler üzerinde gerçekleştirilen araştırma sonucunda, öz yeterlilik inancı ile kariyer stresi ve alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Benzer şekilde Akşit Aşık (2019) tarafından Balıkesir Meslek Yüksekokulu'nda öğrenim gören turizm öğrencilerine yapılan araştırma sonucunda, öğrencilerin akademik öz yeterlilikleri ile kariyer stresi arasında negatif bir yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Konu ile ilgili literatürde yer alan çalışmalar incelendiğinde, öz yeterlilik ile stres arasındaki ilişkiyi ele alan pek çok çalışmaya rastlanılmakla birlikte (Bandura, 1977; Yu, Lin & Hsu 2009; Karcı & Çelik, 2024; Özbay, Palancı, Kandemir & Çakır, 2012; Uzun, 2018; Ünsal, 2014; Yeşilyurt, 2014; Molero Jurado, Pérez-Fuentes, Oropesa Ruiz, Simón Márquez & Gázquez Linares, 2019; Schwarzer & Hallum, 2008) öğrencilerin öz yeterliliği ile kariyer stresi arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmaların (Akşit Aşık, 2019; Esen, 2019; Koç, 2023; Özkan, 2020) sınırlı düzeyde olduğu görülmektedir. Dolayısıyla lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerinin kariyer stresi üzerindeki etkisini tespit etmek amacıyla yapılan bu çalışmanın konu ile ilgili literatüre katkısı açısından son derece önemli olduğu düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı, Önemi ve Hipotezi

Bu çalışmanın temel amacı, lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterlilikleri ve kariyer streslerinin belirlenerek öz yeterliliğinin onların kariyer stresleri üzerindeki etkisini ortaya koymaktır. Araştırmada ayrıca, öğrencilerin öz yeterlilikleri ve kariyer streslerinin demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf düzeyi) göre farklılıklarının tespit edilmesi amaçlanmaktadır.

Kişinin belli bir işi yapabileceğine dair duyduğu inancı ifade eden öz yeterlilik (Güzel, 2017: 1), her alanda olduğu gibi özellikle eğitim alanında da oldukça önemli bir kavramdır. Nitekim, öğrencilerin mesleki ve kültürel kazanımlarını sağlanmasında eğitim süreci ve dolayısıyla onların öz yeterlilikleri oldukça önem kazanmaktadır. Bireyin belirlediği kariyerle ilgili stres kaynakları ve zorlandıkları durumlar aile, çevre, medya gibi dışsal kaynaklar olabileceği gibi mezuniyet sonrası iş bulma baskısı, planladığı kariyere ilişkin bilgi eksikliği ve mezun olacağı bölümün ne gibi kariyer imkânlarına sahip olduğuna ilişkin mevcut belirsizlik kariyer stresi kaynağı olabilmektedir (Günay & Çelik, 2019: 206). Bu bağlamda kariyer stres düzeylerinin eğitim alanında önemli bir yeri olduğu görülmektedir. Araştırmada, farklı cinsiyet, bölümler ve sınıf düzeylerindeki öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresi üzerindeki etkilerinin karşılaştırılması, sosyal bilimlerde mesleki kaygıların anlaşılmasına katkı sağlamaktadır. Konuyla ilgili literatürde öz yeterlilik ve kariyer stresi ile ilgili pek çok çalışma (Arseven, 2016; Arpacı, 2022; Bouchkioua, 2021; Çetin & Basım 2010; Çınar & Yenipınar, 2019; Kan Sönmez, 2021; Nadir, 2023; Şahin, Kurudayıoğlu, Tunçel, & Öztürk, 2013; Özden & Sertel Berk, 2017; Parlat vd., 2014; Roberts, 2022; Turpcu & Akyurt, 2018; Üzüm, Uçkun & Uçkun, 2018; Yenilmez & Kakmacı, 2008; Yılmaz & Çimen, 2008; Zimmerman, 2000) yapılmış olup, farklı değişkenlerle (Akgündüz, 2012; Akkan & Süygün, 2016; Albrecht & Marty, 2017; Altun, 2006; Arpacı & Şahin Perçin, 2022; Ateş, Kabakulak & Pelit 2021; Aylar, & Aksin, 2011; Batıgün & Kayış, 2014; Bolat, 2011; Çöp, 2020; Çöp & Topçu, 2019; Duman & Yıldırım, 2023; Günay & Çelik, 2019; Gündoğdu, 2021; Hu, Hood & Creed, 2016; Kang, Lee & Lee, 2020; Karaduman, 2015; Kesicioğlu, & Güven 2014; Köse, Tutar, Şahin & Güler, 2020; Mersinlioğlu Serin & Öztürk, 2022; Phan, 2012; Polat, 2022; Torun, Cakar & Budak, 2021; Yemenici, Bozkurt & Taşkın, 2023) ilişkilendirilmektedir. Ancak, doğrudan öz yeterliliğin kariyer stresi üzerindeki etkisini inceleyen çalışmalar (Akşit Aşık, 2019; Esen, 2019; Koç, 2023; Özkan, 2020) sınırlıdır. Dolayısıyla bu çalışmanın bu yönüyle ilgili alana önemli katkılar sağlayacağını belirtmek mümkündür. Ayrıca bu çalışma çıktılarının turizm eğitimi veren kurum/bölüm yöneticilerine ve ilgili kişilere önemli bilgi kaynağı oluşturabilecektir. Bu kapsamda eğitim sürecinde özellikle öğrencilerin kariyer stresini azaltıcı önlemlerin alınmasında ve bu sayede öğrencilerin iş bulma yeterliliğini ve gelecekteki iş performanslarının iyileştirilmesi noktasında da ilgili kurum yönetici/çalışanlarında bu konuda neler yapılabileceğine dair de bir farkındalık ve nihayetinde eylem adımlarının geliştirilmesinde katkı sağlayacaktır. Bu bilgiler çerçevesinde araştırmanın hipotezi aşağıda sunulmuştur:

H1: Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresi üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisi vardır.

Araştırmaya ilişkin yukarıda sunulan amaç ve hipotez kapsamında aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

- Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri nedir?
- Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin kariyer stresleri hangi düzeydedir?
- Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterlilik düzeyleri demografik özelliklerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin kariyer stresleri demografik özelliklerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Öz yeterlik ve alt boyutları (Sürdürme Çabası-Israr, Yılmama, Başlama) ile kariyer stresi ve alt boyutları (kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği, iş bulma baskısı, dışsal çatışma) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Bu araştırmanın evreni, Afyon Kocatepe Üniversitesi Turizm Fakültesinin bölümlerinde (Turizm İşletmeciliği, Turizm Rehberliği ve Gastronomi ve Mutfak Sanatları) öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırma kapsamına lisans düzeyinde turizm öğrencilerinin alınmasının nedenleri arasında, turizm eğitiminde teorik derslerin yanı sıra uygulamalı derslerin ağırlıklı olması, hizmet sektörü kapsamında bireyin çok farklı niteliklere sahip olması gerekliliği ve turizmin sektörel anlamda eğitimi veya nitelikli işgücüne ihtiyaç duyması bulunmaktadır. Bireylerdeki öz yeterliliği ön plana çıkarmak için bu faktörlerin varlığı ve önemi, lisans düzeyinde turizm öğrencilerinin araştırma kapsamına alınmasında etkili olmuştur. Diğer taraftan turizm öğrencilerinin ileriye dönük kariyer streslerinin belirlenmesinin sektör bazındaki önemi de bir diğer neden olarak eklenebilir. Araştırmada evrenin tamamı yerine zaman maliyet kısıtlardan dolayı örneklem seçilmiş ve bu doğrultuda ilgili fakülte bölümlerinin her biri tabaka olarak ele alınarak tabakalı örnekleme yöntemi ile öğrenci seçme yoluna gidilmiştir. Araştırmanın evrenini oluşturan bölümlerin bağlı olduğu fakülte öğrenci işlerinden alınan bilgiler doğrultusunda araştırmanın yapıldığı dönemde ilgili bölümlerde (Turizm İşletmeciliği: 140; Turizm Rehberliği: 251 ve Gastronomi ve Mutfak Sanatları: 311) toplam 702 öğrenci eğitim görmektedir. Bu doğrultuda araştırmacılar tarafından ilgili bölümlerdeki sınıfların öğrenci sayısına göre rastgele seçilen toplam 411 öğrenciye anket uygulanmış ve 391 anket geri dönüşü gerçekleşmiştir. Geri dönen anketler içerisinde eksik kodlama vb. den dolayı elemeler neticesinde toplamda 388 anket değerlendirilmeye alınmıştır.

Araştırmada veri toplama tekniği olarak anket tekniğinden faydalanılmıştır. Kullanılan anket, üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde cinsiyet, yaş, sınıf ve bölümden oluşan demografik özelliklere, ikinci bölümde öz yeterlilik ölçeğine ve üçüncü bölümde ise kariyer stresi ölçeğine yer verilmiştir. Öz yeterlilik ölçeği Magaletta & Oliver (1999) tarafından geliştirilmiş olup Yıldırım & Özgür İlhan (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 17 madde ve üç boyuttan (Sürdürme

Çabası-Israr, Yılmama, Başlama) oluşmaktadır. Kariyer stresi ölçeği, Choi vd. (2011) tarafından geliştirilmiş olup Özden & Sertel Berk (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek üç boyut (kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği, iş bulma baskısı, dışsal çatışma) ve toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Her iki ölçek için maddeler beşli Likert derecelendirilmesine tabi tutulmuş ve "1=Hiç Katılmıyorum", "2=Az Katılıyorum", "3=Orta Düzeyde Katılıyorum", "4=Çok Katılıyorum", "5=Tamamen Katılıyorum" şeklinde puanlandırılmıştır. İlgili ölçeklerin uygulanmasından önce Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan gerekli izinler alınmıştır. (Karar No: 2023/192).

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 26.0 for Windows paket programından yararlanılmıştır. Bu çerçevede öğrencilerin demografik özelliklerin frekans yüzde dağılımlarıyla sunulmuştur. Öğrencilerin öz yeterlilik ve kariyer stresi düzeyleri aritmetik ortalama ve standart sapma değerleriyle ortaya konulmuştur. Öğrencilerin öz yeterlilik ve kariyer streslerinin demografik özelliklere göre karşılaştırılmasında ise t testi ve varyans analizi kullanılmıştır. Grupların ikili karşılaştırılmasında ise Tukey testinden yararlanılmıştır. Öğrencilerin öz yeterlilikleri ile kariyer stresi arasındaki ilişki korelasyon analizi ile belirlenirken, öz yeterliliklerinin kariyer stresi üzerindeki etkisi ise basit doğrusal regresyon analizi ile belirlenmiştir.

BULGULAR

Araştırmanın örneklem grubunda yer alan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin dağılım Tablo 1'de sunulmuştur. Bu doğrultuda katılımcıların %63,7'si kadın, %36,3'ü erkekten oluştuğu görülmektedir. Katılımcıların %25,5'i 18-19 yaş aralığında, %32,2'si 20-21 yaş aralığında ve 22 yaş ve üzerinin %35,3 olduğu görülmektedir. Araştırma katılımcılarının %38,7'si gastronomi ve mutfak sanatları, %52,1'i turizm rehberliği, %9,3'ü turizm işletmeciliği bölümünde öğrenim görmektedir. Bununla birlikte katılımcıların %35,3'ü 1. Sınıf öğrencisi iken, %29,9'u 2. Sınıf %12,1'i 3. Sınıf ve %22,7'si 4. Sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

| Değişken | Grup | Sayı (f) | Yüzde (%) |
|----------|--------------------------------|----------|-----------|
| Cinsiyet | Kadın | 247 | 63,7 |
| | Erkek | 141 | 36,3 |
| Yaş | 18-19 | 99 | 25,5 |
| | 20-21 | 152 | 39,2 |
| | 22 ve üzeri | 137 | 35,3 |
| Bölüm | Gastronomi ve Mutfak Sanatları | 150 | 38,7 |
| | Turizm Rehberliği | 202 | 52,1 |
| | Turizm İşletmeciliği | 36 | 9,3 |

| | | | |
|--------|---------|-----|------|
| Sınıf | 1.sınıf | 137 | 35,3 |
| | 2.sınıf | 116 | 29,9 |
| | 3.sınıf | 47 | 12,1 |
| | 4.sınıf | 88 | 22,7 |
| Toplam | | 388 | 100 |

Araştırmada kullanılan öz yeterlik ve kariyer stres ölçeklerine ilişkin faktör analizleri (eigenvalues, varyansı açıklama oranı) ve güvenilirlik analizleri (Cronbach's Alpha) sonuçları ile katılımcıların öz yeterlik ve kariyer stres düzeylerine ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2'de sunulmuştur. Uygulanan faktör analizi sonucunda öz yeterliğin özdeğeri 1'den büyük ve toplam varyansın % 64,513'sini açıklayan üç faktör, kariyer stresi ölçeğinin ise toplam varyansın %69,476'sını açıklayan üç faktör altında toplandığı tespit edilmiştir. Öz yeterlik ölçeği için uygulanan faktör analizinde Bartlett's testi sonucu, faktör analizinin uygulanabileceğini ortaya koymuş ($\chi^2 = 3051,7$; $p < 0,01$) ve hesaplanan Kaiser-Meyer-Olkin değeri ($KMO=0,913$) ise örneklem hacminin yeterli düzeyde olduğunu göstermiştir. Ayrıca, ölçek ve alt ölçeklere yönelik hesaplanan Cronbach's Alpha değerlerinin tamamının 0,70 değerinin üzerinde olduğu belirlenmiştir. Bu değerler ölçeklerin iç tutarlık düzeylerinin yeterli olduğunu göstermektedir.

Tablo 2. Öz Yeterlik ve Kariyer Stresi Ölçeklerine İlişkin Bazı Tanıtıcı İstatistikler

| Değişken ve Alt Boyutlar | Madde sayısı | Özdeğer | Varyans % | Cronbach's Alpha | \bar{x} | SS |
|--------------------------|--------------|---------|-----------|------------------|-----------|------|
| Başlama | 9 | 5,829 | 34,287 | 0,762 | 3,50 | 0,66 |
| Yılmama | 5 | 1,194 | 23,022 | 0,753 | 3,67 | 0,77 |
| Israr | 3 | 1,225 | 07,205 | 0,761 | 3,41 | 0,74 |
| Öz Yeterlik | 17 | - | 64,513 | 0,835 | 3,53 | 0,58 |
| Dışsal Çatışma | 4 | 6,107 | 30,534 | 0,864 | 2,34 | 1,13 |
| İş bulma baskı | 6 | 4,233 | 21,167 | 0,893 | 2,82 | 1,00 |
| Belirsizlik | 10 | 3,555 | 17,775 | 0,942 | 2,56 | 1,05 |
| Kariyer Stresi | 20 | - | 69,476 | 0,961 | 2,60 | 0,97 |

Özyeterlik ölçeği için Kaiser-Meyer-Olkin(KMO) = 0,913; Bartlett's Testi: $\chi^2 = 3051,7$; $P = 0,001$

Kariyer stresi ölçeği için Kaiser-Meyer-Olkin(KMO) = 0,949; Bartlett's Testi: $\chi^2 = 6243,2$; $P = 0,001$

Tablo 2'de yer alan aritmetik ortalamalar incelendiğinde, araştırmanın örneklem grubuna dahil olan üniversite öğrencilerin öz yeterliklerinin yüksek düzeyde ($\bar{x} = 3,53$) olduğu, kariyer streslerininse düşük düzeyde ($\bar{x} = 2,60$) olduğu görülmektedir. Bu değerler, öğrencilerin kendilerine olan güvenlerinin ve yeteneklerine olan inançlarının yüksek olduğunu, kariyerle ilgili stres düzeylerinin ise düşük olduğunu, dolayısıyla akademik ve kariyer hedeflerine ulaşma konusunda olumlu bir bakış açısına sahip

olduklarını göstermektedir. Öz yeterlik ve kariyer stresi ölçeklerinin alt boyutlarına ilişkin aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde ise “yılmama” ($\bar{x}=3,67$) ve “iş bulmama baskısı” ($\bar{x}=2,82$) boyutlarına ilişkin ortalama puanların diğer boyutlardan yüksek olduğu görülmektedir. Diğer bir ifade ile öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin en yüksek olduğu durum yılmama iken öğrencilerin kariyer stresi düzeylerinin en yüksek olduğu durum iş bulma baskısıdır.

Araştırmada katılımcıların öz yeterlik ve kariyer stresi düzeylerinin demografik özelliklerine göre karşılaştırılmasına ilişkin t testi ve varyans analizi sonuçlarına Tablo 3'te yer verilmiştir. Tablo 3'teki bulgulara göre, öğrencilerin öz yeterlik düzeyinin cinsiyet, yaş, bölüm ve sınıf grubuna göre anlamlı farklılıklar göstermezken ($p>0,05$) öğrencilerin kariyer stresi düzeyinin yaş ve okuduğu bölüme göre anlamlı farklılıklar göstermektedir ($p<0,05$). Aritmetik ortalama değerleri incelendiğinde 20-21 yaş aralığı grubundakilerin, bölüm olarak turizm rehberliği ve turizm işletmeciliği okuyan öğrencilerin kariyer stresi düzeylerinin diğer yaş gruplarına ve gastronomi ve mutfak sanatları bölümünde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Öz Yeterlik ve Kariyer Stresinin Karşılaştırılması

| Değişken | Grup | Öz yeterlik | | | Kariyer Stresi | | |
|----------|----------------------|-------------|------|-------|-------------------|------|--------|
| | | \bar{x} | SS | P | \bar{x} | SS | P |
| Cinsiyet | Kadın | 3,50 | 0,61 | 0,125 | 2,57 | 0,94 | 0,512 |
| | Erkek | 3,59 | 0,53 | | 2,64 | 1,01 | |
| Yaş | 18-19 | 3,48 | 0,59 | 0,448 | 2,43 ^b | 0,89 | 0,006* |
| | 20-21 | 3,51 | 0,57 | | 2,84 ^a | 0,99 | |
| | 22 ve üzeri | 3,60 | 0,58 | | 2,44 ^b | 0,95 | |
| Bölüm | Gast. ve Mut. San. | 3,57 | 0,62 | 0,448 | 2,40 ^b | 0,95 | 0,006* |
| | Turizm Rehberliği | 3,52 | 0,56 | | 2,72 ^a | 0,96 | |
| | Turizm İşletmeciliği | 3,44 | 0,52 | | 2,75 ^a | 0,98 | |
| Sınıf | 1.sınıf | 3,46 | 0,59 | 0,366 | 2,60 | 0,93 | 0,352 |
| | 2.sınıf | 3,55 | 0,53 | | 2,62 | 0,97 | |
| | 3.sınıf | 3,54 | 0,58 | | 2,78 | 1,04 | |
| | 4.sınıf | 3,60 | 0,62 | | 2,47 | 0,99 | |

* $P<0,05$ a.b: farklı harfleri içeren gruplar arasında anlamlı farklılık vardır.

Araştırmada katılımcıların öz yeterlilik ve alt boyutları ile kariyer stresi ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik uygulanan Pearson Korelasyon analizi sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur. Söz konusu bulgulara göre, kariyer stresi ve alt boyutları ile öz yeterlilik arasındaki korelasyon katsayılarının tamamı anlamlı bulunmuştur ($p<0,01$). Değişkenler arasındaki Pearson korelasyon katsayıları incelendiğinde genel

öz yeterlilik ile kariyer stresi arasında negatif yönde orta kuvvette ($0.40 < r < 0.59$) bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r = -0,571$; $p < 0,01$). Bu değer öz yeterlilik düzeylerinin artmasıyla birlikte kariyer stresi düzeyinin (orta kuvvette) azalacağını ortaya koymaktadır. Tablo 4'teki bulgulara göre, öz yeterliliğe ilişkin alt boyutlar ile kariyer stresine ilişkin alt boyutlar arasındaki ilişkiler incelendiğinde, öğrencilerin kariyer stresi ile en yüksek negatif yönlü ilişkisi bulunan öz yeterlilik alt boyutun "başlama boyutu" olduğu belirlenmiştir ($r = -0,631$; $p < 0,01$). Bununla birlikte öğrencilerin öz yeterliliği ile en yüksek negatif yönlü ilişkisi bulunan kariyer stresi alt boyutun "belirsizlik boyutu" olduğu belirlenmiştir ($r = -0,582$; $p < 0,01$). Ayrıca öz yeterlilik alt boyutu olan "başlama boyutu" ile kariyer stresi alt boyutu olan "belirsizlik boyutu" arasında boyutlar bazında en yüksek negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r = -0,623$; $p < 0,01$).

Tablo 4. Öz Yeterlik ve Kariyer Stresi Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

| Değişken ve alt boyutlar | Dışsal Çatışma | İş Bulma baskısı | Belirsizlik | Kariyer Stresi |
|--------------------------|----------------|------------------|-------------|----------------|
| Başlama | -0,553* | -0,534* | -0,623* | -0,631* |
| Yılmama | -0,301* | -0,425* | -0,481* | -0,461* |
| Israr | -0,003 | -0,010 | -0,091 | -0,053 |
| Öz Yeterlik | -0,451* | -0,489* | -0,582* | -0,571* |

* $p < 0,01$

Araştırmada genel öz yeterliliğin kariyer stresi üzerindeki etkisini ortaya koymak amacıyla yapılan basit regresyon analizi sonuçları Tablo 5'te verilmiştir. Tablo 5'teki bulgulara göre, değişkenler arasındaki doğrusal regresyon modelinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($F = 186,882$; $p < 0,01$). Buna göre bağımsız değişken olan Öz Yeterliğin (ÖY) bağımlı değişken olan Kariyer Stresi (KS) üzerindeki etkisine yönelik regresyon modeli aşağıdaki gibi kurulabilir.

$$KS = 5,953 - 0,648 * ÖY$$

Tablo 5. Öz Yeterliğin Kariyer Stresi Üzerindeki Etkisine Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

| Bağımsız Değişken | Bj | S(bj) | t | p | ANOVA |
|-------------------|--------|-------|---------|--------|-----------|
| Sabit | 5,953 | 0,248 | 23,955 | 0,000* | F=186,882 |
| Öz yeterlik | -0,648 | 0,069 | -13,670 | 0,000* | P=0,000* |

Bağımlı Değişken; Kariyer Stresi, * $p < 0,01$

Tablo 5'teki bulgulardan yararlanılarak oluşturulan söz konusu model, öz yeterlikteki bir birimlik artışın kariyer stresi üzerinde 0,648'lik bir azalış yaratacağını ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterlikleri arttıkça kariyer stresleri belirtilen oranda azalmaktadır. Bu kapsamda, araştırmanın konu ve amacına uygun olarak; *“lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresi üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisi vardır”* şeklinde geliştirilen araştırma hipotezi desteklenmiştir.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin kariyer stresi üzerine etkisini belirlemeyi amaçlayan bu çalışma Afyon Kocatepe Üniversitesi Turizm Fakültesinde Turizm İşletmeciliği, Gastronomi ve Mutfak Sanatları, Turizm Rehberliği bölümlerinde öğrenim gören 388 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin kişinin kendi becerilerini ve yeteneklerini özgüvenle kullanmakta olduğu bir süreci ifade eden öz yeterliliklerinin genel aritmetik ortalamasının yüksek düzeyde gerçekleştiği belirlenmiştir. Bununla birlikte öz yeterlilik alt boyutları incelendiğinde en yüksek ortalamanın yılmama boyutunda gerçekleştiği en düşük ortalamanın ise ısrar boyutunda gerçekleştiği görülmüştür. Akkan & Süygün (2016) tarafından yapılan benzer bir çalışmada öğrencilerin öz yeterlik algılarını yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ateş, Kabakulak & Pelit (2021) ve Katırcıoğlu & Kabakulak (2020) tarafından yapılan çalışmalarda da öz yeterliliğin ortalamasının üzerinde gerçekleştiği ortaya konulmuştur. Meng & Zhang (2023) tarafından üniversite öğrencilerine üzerine gerçekleştirilen çalışmada, öğrencilerin akademik öz yeterlilik düzeylerinin benzer bir şekilde yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bu durum lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrenciler için, başarıya ulaşabilecek potansiyelleri hakkında pozitif duygular taşıdığı anlamına gelebilmektedir. Diğer taraftan bu çalışmada, örneklem genelinin orta düzeyin altında kariyer stresine sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca kariyer stresinin alt boyutları incelendiğinde en yüksek ortalamanın iş bulma baskısı boyutunda gerçekleştiği görülmüştür. Bozkurt, Yemenici & Özkara (2020) ve Gürpınar, Emül & Siyez (2021) tarafından yapılan çalışmalarda öğrencilerin kariyer stresinin orta düzeyden az olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde Kan Sönmez (2021) tarafından yapılan çalışmada lisans düzeyinde eğitim alan turizm rehberliği öğrencilerin kariyer streslerinin orta düzeyin altında gerçekleştiği belirlenmiştir. Turpcu & Akyurt (2018) tarafından turizm eğitimi alan öğrenciler üzerine yapılan çalışmada, bu çalışmanın sonuçları tutarlı olarak en yüksek kariyer stresi alt boyutunun iş bulma baskısı olduğu saptanmıştır. İş bulma baskısının diğer boyutlara göre daha yüksek gerçekleşmesi, üniversiteden mezun olmanın yeterli iş deneyimine sahip olmaya yetmediği günümüzde, öğrencilerin gelecek kaygısı yaşamaları ve iş bulma baskısını daha yoğun hissetmeleri kaçınılmaz ve beklenen bir durumdur (Üstün vd., 2014). Öğrencilerin kariyer stresi, onları kariyer hedeflerine ulaşmada umutsuzluğa düşürmeyecek kadar düşük olması ya da hedeflerine ulaşmak için gerekli inancı sürdüreceği düzeyde olması, kariyer süreçleri açısından olumlu/avantajlı bir durum olarak değerlendirilebilir. Bu kapsamda tüm bu sonuçlar, turizm eğitim alan

öğrencilerinin bu alanda başarılı olmalarına ve bu yolda ilerleme sağlayacaklarına işaret etmektedir.

Araştırma katılımcılarının demografik özelliklerine göre öz yeterlik ve kariyer stresinin karşılaştırılmasına bakıldığında, öğrencilerin kariyer streslerinin okudukları bölüm ve yaşa göre anlamlı farklılık taşıdığı tespit edilmiştir. Gündoğdu (2021) ve Nadir (2023) tarafından yapılan çalışmalarda benzer şekilde üniversite öğrencilerinin kariyer streslerinin okudukları bölümlere göre değiştiği görülmüştür. Emirel (2021) ve Kan Sönmez (2021) tarafından yapılan çalışmalarda, öğrencilerin kariyer stresi düzeylerinin yaş durumuna göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu doğrultuda araştırmada gastronomi ve mutfak sanatları bölümünde okuyan öğrencilerin kariyer streslerinin diğer bölümlere göre daha az olduğu belirlenmiştir. Bu durum gastronomi ve mutfak sanatları öğrencilerinin yemek yapma konusunda özgüven geliştirerek ve bunu yemek yapmada uygulamaya koyarak zevk almalarından veya diğer bölümlere göre daha fazla iş bulma şansının olmasından kaynaklanabilir. Öte taraftan lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin kariyer stres düzeyleri meslekleriyle tanıştıkları ilk yıllarından (19-20 yaş grubu) itibaren artış olduğu belirlenmiştir. Özellikle 20-21 yaş grubunun diğer yaş gruplarına göre daha fazla kariyer stresine sahip olduğu görülmektedir. İlk yıllarında deneyim kazanamama korkusu da kariyer stresinde etkili olabilir. Bununla birlikte öğrencilerin, kayda değer bir kariyere ulaşmak için belirli başarılarından geçmek zorunda olduklarını anlamaları, başarısız olma ve odaklanamama şüpheleri söz konusu yaş grubunun kariyer stresinin daha fazla olma sebeplerinden olabilmektedir.

Genel öz yeterlik ile genel kariyer stresi arasında negatif yönde orta kuvvette ilişki olduğu bulgusu da bu araştırmanın bir başka sonucudur. Ayrıca, kariyer stresi ve alt boyutları ile öz yeterlilik arasındaki ilişkilerin tamamı anlamlı bulunmakla birlikte öz yeterlikle en yüksek ilişkili kariyer stresi alt boyutunun belirsizlik boyutu olduğu saptanmıştır. Bu doğrultuda Akşit Aşık (2019) tarafından yapılan benzer bir çalışma sonucunda, turizm öğrencilerinin akademik öz yeterlikleri ile kariyer stresleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Lee (2015) tarafından üniversite öğrencileri üzerine yapılan araştırma sonucunda, kariyerle ilgili stresin, kariyer kararı öz yeterliliği ile negatif bir korelasyona sahip olduğu ortaya konulmuştur. Koç (2023) tarafından gerçekleştirilen benzer çalışma sonucunda da lisans düzeyinde eğitim alan öğrencilerin öz yeterlikleri ile kariyer stresi ve alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Diğer yandan Esin (2019) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin öz yeterlilik algıları ile kariyer stresi boyutları arasında en yüksek düzeyde ilişkiye sahip olan boyutun bu çalışmanın sonuçlarıyla benzer şekilde kariyer belirsizliği ve bilgi eksikliği olduğu görülmüştür. Özek & Ferraris (2018) tarafından yapılan çalışmada ise, öz farkındalık ve öz yeterliliğin kariyer kararı verme sürecindeki önemini vurgulanmıştır. İlgili araştırmada, bireylerin kariyer kararlarını verirken kişisel özelliklerini ve mevcut mesleki bilgileri dikkate almaları gerektiği belirtilmiştir. Konu ile ilgili literatürde yer alan çalışmalarla desteklenen söz konusu sonuçlar, öğrencilerin kariyer streslerinin azaltılmasında öz yeterliliğin artırılmasının önemini ortaya koymaktadır. Özellikle öz

yeterlikle en yüksek düzeyde ilişkisi olan boyutun belirsizlik boyutunun olduğu göz önünde bulundurulduğunda, öğrencilerin kariyerleri hakkında yeterli bilgiye sahip olmamaları ve kariyer hedeflerinin net olmaması, kariyer stresleri önemli düzeyde artıran bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda öz yeterliği yüksek olan öğrencilerin, bilgiye erişim konusunda daha proaktif ve belirsizliklerle başa çıkmada daha başarılı olabileceğini ifade etmek mümkündür.

Araştırma sonucunda lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresleri üzerinde etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın amacına uygun olarak geliştirilen, *“lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresi üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisi vardır”* şeklindeki araştırma hipotezi desteklenmiştir. Konuyla ilgili Akşit Aşık (2019) tarafından yapılan benzer bir çalışmada, turizm öğrencilerinin öz yeterliliklerin kariyer stresi üzerinde negatif yönde bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Özkan (2020) ve Uçar (2024) tarafından yapılan araştırma sonuçlarında da üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlilikleri arttıkça kariyer streslerinin düştüğü tespit edilmiştir. Düzgün & Çelik (2020) tarafından turizm eğitimi alan öğrenciler üzerinde yapılan araştırma sonucunda ise, öz yeterliliğinin başlama boyutunun turizm sektöründe çalışma istihdam ve terfi beklentilerini negatif yönde etkilediği saptanmıştır. Bandura (1988) ise, kariyer seçimi ve gelişiminin öz-yeterlilik inancının gücünü ortaya koyan önemli bir faktör olduğuna dikkat çekmiştir. Freire, Ferradás, Núñez, Valle & Vallejo (2019) tarafından yapılan çalışmada, yüksek öz yeterlilik düzeyine sahip öğrencilerin, stresle başa çıkma stratejilerini daha etkili kullandıkları ortaya konulmuştur. Schönfeld, Brailovskaia, Zhang & Margraf (2019) tarafından yapılan çalışmada, öz yeterliliğin stresin olumsuz etkilerini azaltmada önemli bir mekanizma olduğuna vurgu yapılmıştır. Nitekim konu ile ilgili literatürde yer alan sınırlı araştırmalar, bu araştırmanın turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresleri üzerinde negatif yönde bir etkisinin olduğu sonucunu desteklemektedir. Dolayısıyla turizm öğrencilerinin öz yeterlikleri, kariyer streslerini azaltmada önemli bir rol oynamaktadır. Turizm öğrencilerinin kendi yeteneklerine ve bilgi düzeylerine olan inançları, kariyer streslerinin azaltılmasında önemli bir faktördür. Bu doğrultuda öz yeterlikleri artan turizm öğrencileri, stresle daha iyi başa çıkmakla birlikte iş yaşamında karşılaşılan zorluklarla daha etkili bir şekilde mücadele edebilirler. Bununla birlikte öz yeterlikleri artan öğrenciler, kariyerlerini daha etkili bir şekilde yönlendirerek yeni beceriler öğrenme ve kendilerini geliştirme konularında daha istekli olacaklardır. Bu nedenlerle, turizm öğrencilerinin öz yeterliklerini artması hem kariyerlerini hem de genel yaşam kalitelerini olumlu yönde etkileyecektir.

Lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerin kariyer stresi üzerine olan etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılan bu araştırma sonuçlarından ve konu ile ilgili literatürden yararlanılarak aşağıdaki önerilerde bulunulabilir.

Araştırma sonucunda turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin yüksek düzeyde, kariyer streslerinin ise orta düzeyin altında gerçekleştiği tespit edilmiştir. Bu durum gerek turizm öğrencileri gerekse turizm eğitimi veren kurum/bölüm

yöneticileri için olumlu bir gelişme olarak değerlendirilebilir. Ancak, bu olumlu durumun sürdürülmesi veya daha da iyileştirilmesi için özellikle öz yeterliliği artırıcı faaliyetlerin önem kazandığı unutulmamalıdır. Bu noktada öğrencilerin turizm alanında temel bilgilere ve becerilere sahip olmanın ötesinde daha fazla derinlemesine bilgi, pratik ve deneyim ihtiyacı karşılanarak öz yeterlilikleri artırılabilir. Bununla birlikte meslek profesyonelleriyle iletişim kurmak ve onların deneyimlerinden yararlanmak, öz yeterlik düzeylerinin artmasına katkı sağlayacaktır. Üniversiteler, turizm öğrencilerini iş dünyasına hazırlamak için çeşitli programlar ve eğitimler (iş mülakatları, CV hazırlama, iletişim becerileri gibi konularda eğitimler) sunarak öğrencilerin öz yeterliliklerini artırabilir. Ayrıca öz yeterlilik ve stres yönetimi konusunda düzenlenecek seminerler ve atölye çalışmaları öğrencilerin öz yeterlilik düzeylerinin artması ve kariyer stresi düzeylerinin azalması noktasında faydalı olacaktır.

Araştırma sonucunda, lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin kariyer stresleri yaş ve bölüm durumlara göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre turizm işletmeciliği bölümü öğrencilerin kariyer streslerinin turizm rehberliği ve gastronomi ve mutfak sanatları bölümlerinden daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Tatil sezonlarında ve yoğun dönemlerde çalışan turizm işletmeciliği öğrencilerinin yaşadığı sektöre adapte olma sorunu kariyer streslerini artırabilir. Turizm işletmeciliği, misafir memnuniyeti açısından son derece önemli bir alandır. Misafirlerin beklentilerini karşılamak ve memnuniyetlerini sağlamak, öğrenciler üzerinde sürekli bir baskı oluşturarak stresleri artırabilir. Bununla birlikte turizm işletmeciliği öğrencileri, genellikle birden fazla görevi aynı anda yönetmek zorunda kalırlar. Bu durum, zaman yönetimi ve organizasyon becerilerini zorlayarak kariyer streslerinin artmasına neden olabilir. Tüm bu durumlar (yoğun çalışma saatleri, misafir memnuniyeti, zaman yönetimi, organizasyon becerileri, sezonluk dalgalanmalar, iş güvencesi vb.) gastronomi ve mutfak sanatları ve turizm rehberliği bölümlerinde de olabilir, ancak turizm işletmeciliği bölümlerinde bu durum daha belirgin ve karmaşıktır. Öte taraftan turizm eğitimi alan öğrencilerin yaşları arttıkça kariyer stres düzeylerinin de buna bağlı olarak arttığı belirlenmiştir. Turizm eğitimi alan öğrencilerin yaşları ilerledikçe iş bulma baskısı, kariyer belirsizliği, bilgi eksikliği, turizm sektöründe rekabetin farkına varılması, finansal kaygılar ve sosyal baskıların artması kariyer streslerini artıran hususlardan olmuştur. Bu doğrultuda söz konusu alanda çalışmayı düşünenlerin, bu zorluklara karşı hazırlıklı olmaları ve stres yönetimi becerilerini (zaman yönetimi, sürekli öğrenme ve kendine geliştirme, fiziksel aktivite, sağlıklı beslenme, sosyal destek, problem çözme becerisi vb.) geliştirmeleri önemlidir. Bununla birlikte öğretim elemanlarının öğrencilere kariyer danışmanlığı yapmaları, öğrencilerin kariyer hedeflerini belirlemelerine ve bu hedeflere ulaşmaları için gerekli adımları planlamalarına yardımcı olabilir. Bu doğrultuda öğrencilere zaman yönetimi ve planlama becerileri kazandırılması, onların kariyer belirsizliklerini azaltarak kariyer hedeflerine daha etkili bir şekilde ulaşmalarına katkı sağlayacaktır. Ayrıca bölüm yöneticileri ve öğretim elemanlarının öğrencilerin kendilerini rahat ve

güvende hissetmelerini sağlayacak destekleyici bir ortam oluşturmaları, öğrencilerin kariyer stresi seviyelerini düşürebilecektir.

Araştırma bulgularından elde edilen sonuçlara göre, lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterlilikleri ile kariyer stresleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bununla birlikte lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresleri üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer streslerinin azalttığına ilgili kurum ve yöneticileri, turizm eğitimi öğrencileri, turizm işletmeleri tarafından bilinmesi, söz konusu paydaşların daha etkili stratejiler geliştirmesine olanak tanıyacaktır. İlgili kurum ve yöneticiler, öğrencilerin öz yeterliliklerini artırmaya yönelik programlar (staj ve iş deneyimi programları, mentörlük programları, kişisel gelişim eğitimleri, öz düzenleme ve duygu yönetimi eğitimleri vb.) ve destek hizmetleri (psikososyal destek hizmetleri, sağlık ve danışmanlık hizmetleri, sosyal destek grupları, ağ kurma etkinlikleri vb.) sunarak, öğrencilerin kariyer yolculuklarını daha az stresli hale getirebilirler. Bu durum turizm eğitimi alan öğrencilerin akademik başarılarını ve mezuniyet sonrası iş bulma oranlarını artıracaktır. Turizm eğitimi öğrencilerinin kendi yeteneklerine olan güvenlerini artırmaları, kariyer hedeflerine daha emin adımlarla ilerleyebilmeleri ve bu doğrultuda iş hayatlarında daha başarılı ve mutlu olmalarını sağlayacaktır. Ayrıca öz yeterlilikleri yüksek olan öğrenciler, iş görüşmelerinde ve iş hayatında daha etkili performans sergileyebilirler. Turizm sektörü içerisinde yer alan turizm işletmeleri, öz yeterlik duygusu yüksek olan mezunları istihdam ederek, daha motive ve yetkin çalışanlara sahip olabileceklerdir. Bununla birlikte öz yeterlik duygusu yüksek çalışanlar, iş yerinde daha az stres yaşayacak ve daha uzun süreli çalışma eğiliminde olacaklardır ki bu durum işletmelerin çalışan devir oranının düşürülmesine katkı sağlayacaktır.

Turizm sektörünün gelecekteki potansiyel çalışanları için önemli olan bu çalışma Afyon Kocatepe Üniversitesi Turizm Fakültesi öğrencileri ile sınırlandırılmıştır. Gelecekte konuyla ilgili çalışma yapacak olan araştırmacılar, diğer üniversitelerdeki Turizm Fakültesi öğrencilerine benzer çalışmayı uygulayabilir ve araştırma sonuçlarını karşılaştırarak üniversiteler ve bölümler arasında kıyaslamalar yapılabilirler. Öğrencilerin öz yeterlik ve kariyer stresi düzeylerini zaman içinde takip eden (mezuniyet öncesi ve sonrası) çalışmalar yapılması, bu iki değişken arasındaki dinamik ilişkinin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olabilir. Bu tür çalışmalar, öğrencilerin eğitim sürecindeki değişimlerini ve mezuniyet sonrası iş hayatındaki deneyimlerini izleyerek daha kapsamlı veriler sunacaktır. Ayrıca kariyer danışmanlığı ve rehberlik hizmetlerinin öz yeterlik ve kariyer stresi üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmalar, bu tür hizmetlerin etkinliğinin değerlendirilmesine yardımcı olabilecek ve bu doğrultuda söz konusu hizmetlerin önemini vurgulanabilecektir. Turizm sektörü ile iş birliği yaparak, öğrencilerin öz yeterliliklerini artırmaya yönelik staj ve iş deneyimi programlarının etkilerini inceleyen araştırmalarla pratik uygulamaların önemi ortaya konulabilir. Yine bu çalışmanın değişkenlerinden biri olan ve kariyer stresini azaltan öz yeterliliğin farklı değişkenlerle (problem çözme becerisi, tükenmişlik, işten ayrılma

niyeti, iş performansı vb.) ilişkilendirildiği çalışmalar yapılabilir. Bu bağlamda, araştırmacılar tarafından gelecekte yapılacak çalışmalar, turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerini artırarak kariyer streslerini azaltmalarına yönelik daha etkili stratejiler geliştirmelerine katkı sağlayacaktır. Turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin kariyer stresleri üzerindeki etkisinin ortaya konulduğu bu araştırma, konu ile ilgili farkındalığı artırarak literatüre önemli katkılar sunmaktadır. Dolayısıyla bu çalışmadan elde edilen sonuçların hem öz yeterlilik hem de kariyer stresi perspektifini genişleteceği ve alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte araştırma, turizm sektörünün nitelikli personel ihtiyacı göz önünde bulundurulduğunda, turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliliklerinin artırılmasının önemini vurgulayarak kariyer streslerin azaltılması hususunda ilgili taraflara (ilgili eğitim kurumları ve yöneticileri, turizm eğitim alan öğrenciler ve turizm sektöründe yer alan işletmeler vb.) ipucu vermektedir. Nitekim turizm eğitimi alan öğrencilerin öz yeterliklerinin kariyer stresi üzerindeki etkisini ortaya koyan çalışmaların artırılmasının hem öğrenciler hem de eğitim kurumları ve turizm sektörü açısından son derece önemli olduğu değerlendirilmektedir.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Teşekkür: Katkılarından dolayı hakemlere teşekkür ederim.

Destek Bilgisi: Herhangi bir kurum ve/veya kuruluştan destek alınmamıştır.

Etik Onayı: Bu çalışmanın tüm hazırlanma süreçlerinde etik kurallara riayet edildiğini yazar(lar) beyan eder. Aksi bir durumun tespiti halinde Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi'nin hiçbir sorumluluğu olmayıp, tüm sorumluluk makale yazar(lar)ına aittir.

Bilgilendirilmiş Onam Formu: Tüm taraflar kendi rızaları ile çalışmaya dâhil olmuşlardır.

Etik Kurul Onayı: Afyonkocatepe Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 21.06.2023 tarih ve 2023/192 sayılı karar numarası ile izin alınmıştır.

Veri Kullanılabilirlik Beyanı: Araştırma verileri paylaşılmamıştır.

KAYNAKÇA

- Abele, A. E., & Spurk, D. (2009). The longitudinal impact of self-efficacy and career goals on objective and subjective career success. *Journal of Vocational Behavior*, 74(1), 53-62. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2008.10.005>
- Akgündüz, Y. (2012). Konaklama işletmelerinde otantik liderlik ve öz yeterlilik arasındaki ilişkinin analizi [Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=0DtTg1AygPjYuJjH5Vfryg&no=JEHppGokV6qZCOGaV41gpw>
- Akkan, E., & Süygün, M. S. (2016). Lisans öğrencilerinin özyeterlik algıları ve başarıma güdülerinin sosyal girişimcilik eğilimlerine etkilerinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 18(2), 35-63. <https://doi.org/10.5578/jeas.28038>
- Aksoy, M. (2019). Beşeri sermaye, sosyal sermaye ve öz yeterliliğin restoran performansına etkisi [Yüksek Lisans Tezi, Kırklareli Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

- Akşit Aşık, N. (2016). Öz yeterlik ve işle bütünleşmenin çalışanların iş performansına etkisi: Otel işletmelerinde bir araştırma, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(32), 24-34. <https://doi.org/10.16992/ASOS.3469>
- Akşit Aşık, N. (2019). Akademik öz yeterlilik, bilinçli farkındalık ve kariyer stresi ilişkisi: Turizm öğrencileri üzerinde bir araştırma. *International Aegean Symposium on Innovative Interdisciplinary Scientific Researches*, İzmir, Türkiye.
- Albrecht, S. L., & Marty, A. (2017). Personality, self-efficacy and job resources and their associations with employee engagement affective commitment and turnover intentions. *The International Journal of Human Resource Management*, 31(5), 657-681. <https://doi.org/10.1080/09585192.2017.1362660>
- Alrashidi, O., & Alshammari, S. H. (2024). The effects of self-efficacy, teacher support, and positive academic emotions on student engagement in online courses among EFL university students. *Education and Information Technologies*, 29, 1-19. <https://doi.org/10.1007/s10639-024-13139-3>
- Altun, S. (2006). Öğrencilerin öz düzenlemeye dayalı öğrenme stratejilerinin ve öz yeterlik algılarının öğrenme stilleri ve cinsiyete göre matematik başarısını yordama gücü [Doktora Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=6f9m170t0dimVLGuFMd6bg&no=khHqgVJ2TneTJ5JqyqcXeA>
- Arpacı, S. (2022). Turist rehberlerinin öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Turizm Araştırma Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 59-70.
- Arpacı, S., & Şahin Perçin, N. (2022). Öz yeterliliğin problem çözme becerisine etkisinde iletişim becerisinin aracı rolü: Turist rehberlerine yönelik bir araştırma. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 19(2), 142-161. <https://doi.org/10.24010/soid.1042343>
- Arseven, A. (2016). Öz yeterlilik: Bir kavram analizi. *Electronic Turkish Studies*, 11(19), 18-30. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.10001>
- Ateş, B., & Sağar, M. E. (2021). Üniversite öğrencilerinde öz-yeterliliğin yordayıcısı olarak bilişsel esneklik, duygu düzenleme becerileri ve psikolojik sağlamlık. *İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(3), 679-695. https://doi.org/10.17932/IAU.IAUSBD.2021.021/iausbd_v13i3006
- Ateş M., Kabakulak A., & Pelit E. (2021). Turist rehberi adaylarının öz yeterlik algılarının mesleki tutumlarına etkisi: Afyon Kocatepe Üniversitesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal Of Travel And Tourism Research*, 18(18)87-101.
- Aylar, F., & Aksin, A. (2011). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının öz-yeterlilik inanç düzeyleri ve problem çözme becerileri üzerine bir araştırma: Amasya örneği. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(3), 299-313.
- Ballout, H. I. (2009). Career commitment and career success: moderating role of self-efficacy. *Career Development International*, 14(7), 655-670. <https://doi.org/10.1108/13620430911005708>
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1988). Organizational applications of social cognitive theory. *Australian Journal of Management*, 13(2), 275-302. <https://doi.org/10.1177/031289628801300210>
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp.71-81). New York: Academic Press
- Bandura, A. (1995). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. In A. Bandura (Ed.), *Self-efficacy in changing societies* (pp. 1-45). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511527692.003>
- Batıgün, A. D., & Kayış, A. A. (2014). Üniversite öğrencilerinde stres faktörleri: kişilerarası ilişki tarzları ve problem çözme becerileri açısından bir değerlendirme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 69-80.
- Boğazlıyan, E. E., Yalçın, S. B., & Avşaroğlu, S. (2023). Kariyer stresi ve kariyer adanmışlığı ilişkisinde bir yordayıcı olarak öğretmenlik mesleğine yönelik tutumun incelenmesi: Necmettin Erbakan Üniversitesi Pedagojik Formasyon öğrencileri örneği. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(2), 613-620. <https://doi.org/10.33206/mjss.1146653>
- Bolat, O. İ. (2011). Öz yeterlilik ve tükenmişlik ilişkisi: Lider-üye etkileşiminin aracılık etkisi. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 11(2), 255-266. <https://doi.org/10.21121/eab.2011219569>
- Bouchkioua, Z. (2021). Raising student's self-efficacy: The Role of Metacognitive Training. *Psychology*, 12(11), 1900-1910. <https://doi.org/10.4236/psych.2021.1211115>
- Bozkurt, Ö., Yemenici, A. D., & Özkara, M. (2020). Genç nesilde başarı odaklı motivasyon ve öz saygının kariyer stresi ile ilişkisi. *Uluslararası Turizm, Ekonomi ve İşletme Bilimleri Dergisi*, 4(1), 56-66. 2602-4411.
- Can, M. (2018). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlamlık ve öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=B848ahYguq6vMVjqjWZJyg&no=g8ilX0r3a7813L2BldfDEA>
- Choi, B. Y., Park, H., Nam, S. K., Lee, J., Cho, D., & Lee, S. M. (2011). Development and initial psychometric evaluation of the Korean career stress inventory for college students. *The Career Development Quarterly*, 59, 559-572. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2011.tb00976.x>
- Creed, P. A., Hood, M., & Hu, S. (2017). Personal orientation as an antecedent to career stress and employability confidence: The intervening roles of career goalperformance discrepancy and career goal importance. *Journal of Vocational Behavior*, 99, 79-92. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.12.007>
- Çetin, F., & Basım, H. (2010). İzlenim yönetimi taktiklerinde öz yeterlilik algısının rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, (35), 255-269.
- Çınar B., & Yenipınar U. (2019). Turizm rehberliği bölümü öğrencilerinde genel öz yeterlilik algısı, mesleki kaygı ve mesleği yapma niyeti ilişkisi. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 30(3), 153-162. <https://doi.org/10.17123/atad.656005>

- Çöp, S. (2020). Kariyer stresinin kariyer kararlılığı üzerindeki etkisinde sosyal ağ desteğinin aracılık rolü: Gastronomi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 3(10), 835-856. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2020.553>
- Çöp, S., & Topçu, M. (2019). Öz yeterliliğin yaratıcı kişilik üzerine etkisinde, psikolojik güçlendirmenin aracılık rolü: İstanbul'daki 4-5 yıldızlı otel işletmeleri üzerine bir araştırma. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 11(3), 2354-2370. <https://doi.org/10.20491/isarder.2019.745>
- Çubukçu, Z., & Girmen, P. (2007). Öğretmen adaylarının sosyal öz-yeterlik algılarının belirlenmesi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 58-74.
- Demirtaş, A. S. (2019). Sürekli umut ve kariyer stresi arasında bilişsel esnekliğin paralel çoklu aracılığı. 21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Antalya, Türkiye.
- Dinçer, F. İ., Akova, O., & Kaya, F. (2013). Meslek Yüksekokulu Turizm ve Otel İşletmeciliği Programı öğrencilerinin kariyer planlaması üzerine bir araştırma: İstanbul Üniversitesi ve Gümüşhane Üniversitesi örneği. *Elektronik Mesleki Gelişim ve Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 42-56.
- Duman, D., & Yıldırım, E. (2023). Turizm eğitimi alan üniversite öğrencilerinin öz yeterlilik algısının turizm endüstrisinde çalışma isteğine etkisinde bireysel yaratıcılık algısının aracılık rolü. *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 9(70), 3807-3816. <https://doi.org/10.29228/JOSHAS.72891>
- Düzgün, M., & Çelik, M. (2020). Turizm ve otelcilik meslek yüksekokulu öğrencilerinin öz yeterlik inançlarının turizm işletmelerinde kariyer beklentisi üzerindeki etkisinde demografik değişkenlerin düzenleyici rolü. *Çankırı Karatekin Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(2), 475-507. <https://doi.org/10.18074/ckuiibfd.591802>
- Emirel, M. (2021). Kariyer stresi ile belirsizlikten kaçınma arasındaki ilişki: Sigortacılık ve sosyal güvenlik bölümü öğrencileri üzerine bir araştırma [Yüksek Lisans Tezi, Düzce Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Emirel, M., & Bozkurt, Ö. (2022). Kariyer stresi ile belirsizlikten kaçınma arasındaki ilişkinin incelenmesi: Sigortacılık ve sosyal güvenlik bölümü öğrencileri üzerine bir araştırma. *Çalışma İlişkileri Dergisi*, 13(1), 1-16.
- Esen, D. (2019). Kariyer stresi ile öz yeterlilik inancı ilişkisinin demografik değişkenlerin farklılaştırıcı rolü bağlamında incelenmesi: İzmir Meslek Yüksekokulu İktisadi ve İdari Programlar örneği, *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(2), 217-232.
- Freire, C., Ferradás, M. D. M., Núñez, J. C., Valle, A., & Vallejo, G. (2019). Eudaimonic well-being and coping with stress in university students: The mediating/moderating role of self-efficacy. *International Journal Of Environmental Research and Public Health*, 16(1), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph16010048>
- Gümüştekin, G. E., & Gültekin, F. (2009). Stres kaynaklarının kariyer yönetimine etkileri. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(2), 147-158.
- Günay, A., & Çelik, R. (2019). Kariyer stresinin psikolojik iyi oluş ve iyimserlik değişkenleriyle yordanması: Halkla İlişkiler ve Tanıtım öğrencileri örneği. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(33), 205-218.

- Gündoğdu, Y. (2021). Üniversite öğrencilerinin algılanan kariyer engelleri, kariyer stresi ve kariyer farkındalığı ile akademik başarıları arasındaki ilişkiler [Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Gündüz, B. (2012). Self-efficacy and burnout in professional school counselors. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(3), 1761-1767.
- Gürpınar, A. C., Emül, B., & Siyez, D. M. (2021). Öğretmen adaylarında kariyer yetkinlik beklentisi ve mesleki sonuç beklentisi: kariyer stresinin aracı rolü. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 220-237. <https://doi.org/10.21733/ibad.852211>
- Güzel, H. (2017). Lise öğrencilerinin akademik öz yeterlik inanç düzeylerinin internet kullanımı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, (11), 225-245. <https://doi.org/10.16991/INESJOURNAL.1413>
- Hu, S., Hood, M., & Creed, P. A. (2016). Career goal importance as a moderator in the relationship between career feedback and career-related stress. *Journal of Career Development*, 45(1), 3-18. <https://doi.org/10.1177/0894845316667847>
- Jang, H. S. (2000). The sources of stress of university students and their coping strategies. *Journal of Student Guidance Research*, 32(1), 101-115.
- Kan Sönmez, N. (2021). Turist rehber adaylarının kariyer streslerinin incelenmesi. *Balikesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(45), 599-622. <https://doi.org/10.31795/baunsobed.822505>
- Kang, M., Lee, J., & Lee, A-R. (2020). The effects of college students' perfectionism on career stress and indecision: Self-esteem and coping styles as moderating variables. *Asia Pacific Education Review*, 21(2), 227-243. <https://doi.org/10.1007/s12564-019-09609-w>
- Karaduman, A. (2015). Üniversite öğrencilerinin yaşam boyu öğrenme eğilimleri ile öz yeterlik algıları arasındaki ilişki [Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Karcı, A., & Çelik, S. B. (2024). Ergenlerde algılanan stres, akademik öz yeterlik ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(1), 186-214. <https://doi.org/10.37217/tebd.1324851>
- Katırcıoğlu, E., & Kabakulak, A. (2020). Öz yeterliğin iş özerkliği üzerindeki etkisi: Turist rehberleri üzerine bir araştırma. *Turist Rehberliği Dergisi*, 3(1), 32-43. <https://doi.org/10.34090/tured.740219>
- Kemer, E. (2021). Mesleki öz yeterlilik ile iş performansı arasındaki ilişkide eğitim seviyesinin düzenleyici rolü: Aşçılar üzerine bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 9(2), 899-921. <https://doi.org/10.21325/jotags.2021.821>
- Kesicioğlu, S., & Güven, G. (2014). Okul öncesi öğretmen adaylarının özyeterlik düzeyleri ile problem çözme, empati ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 9(5), 1371-1383. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.6784>
- Kılıç, T. (2013). *Bireysel ve kolektif yeterlilik süreci, belirleyicileri ve sonuçlarına ilişkin bir model önerisi* [Doktora Tezi, Balıkesir Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>

- Kızanıklı, M. M., & Silik, C. E. (2019). Turizm eğitimi alan lisans öğrencilerinin öz yeterliklerinin akademik başarı ve bireysel özellikler açısından incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 269-286. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.484767>
- Kim, S. K. (2003). Life stress in freshmen and adjustment to college. *Korean Journal of Youth Studies*, 10(2), 215-237.
- Kruger, L. J. (1997). Social support and self-efficacy in problem solving among teacher assistance teams and school staff. *Journal of Educational Research*, 90(3), 164-168. <https://doi.org/10.1080/00220671.1997.10543772>
- Koç, A. (2023). Üniversite öğrencilerinde kariyer stresi ile genel öz yeterlik düzeyinin a ve b tipi kişilik örüntüsü açısından incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Köse, S., Tutar, H., Şahin, N., & Güler, S. (2020). Kişilik özellikleri ve kariyer stresi ilişkisinde örgütsel güvenin aracılık etkisi üzerine bir araştırma. *Electronic Turkish Studies*, 15(2), 1137-1154. <https://doi.org/10.29228/TurkishStudies.40441>
- Lee, M. R. (2015). Relationship of career-related stress, commitment to a career choice and career decision self-efficacy of college students. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 16(12), 8767-8775. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2015.16.12.8767>
- Luszczynska, A., Gutiérrez-Doña, B., & Schwarzer, R. (2005). General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International journal of Psychology*, 40(2), 80-89. <https://doi.org/10.1080/00207590444000041>
- Magaletta, P. R., & Oliver, J. M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. *Journal of Clinical Psychology*, 55(5), 539-551. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199905\)55:5<539::AID-JCLP2>3.0.CO;2-G](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199905)55:5<539::AID-JCLP2>3.0.CO;2-G)
- Meng, Q., & Zhang, Q. (2023). The influence of academic self-efficacy on university students' academic performance: The mediating effect of academic engagement. *Sustainability*, 15(7), 1-14. <https://doi.org/10.3390/su15075767>
- Mersinlioğlu Serin, G., & Öztürk, Z. (2022). Pygmalion algısının sağlık çalışanlarının özyeterlilik ve bireysel yaratıcılıkları üzerine etkileri: Bir kamu kurumu örneği. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, 25(3), 565-590.
- Molero Jurado, M. D. M., Pérez-Fuentes, M. D. C., Oropesa Ruiz, N. F., Simón Márquez, M. D. M., & Gázquez Linares, J. J. (2019). Self-efficacy and emotional intelligence as predictors of perceived stress in nursing professionals. *Medicina*, 55(6), 1-14. <https://doi.org/10.3390/medicina55060237>
- Nadir, Y. (2023). Üniversite öğrencilerinde algılanan kariyer engelleri, kariyer stresi, kariyer iyimserliği ve demografik değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Giresun Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Örücü, E., Gizlier, Ö., & Tuna, M. (2020). Öz yeterlilik algısının işten ayrılma niyetine etkisi: bandırmadaki yiyecek-içecek hizmetleri sektöründe çalışanlar üzerinde bir araştırma. *Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 178-200. <https://doi.org/10.38120/banusad.816592>

- Özbay, Y., Palancı, M., Kandemir, M., & Çakır, O. (2012). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal özyeterlilik ve başa çıkma davranışları ile yordanması, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(2), 325-345.
- Özden K. & Sertel Berk Ö. (2017). Kariyer stresi ölçeğinin (KSÖ) Türkçe'ye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin sınanması. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 37(1), 35-51.
- Özek, H., & Ferraris, A. (2018). The role of self-awareness and self-efficacy on career decision-making: An innovative perspective. *Innovation and Capacity Building: Cross-disciplinary Management Theories for Practical Applications*, 207-229. https://doi.org/10.1007/978-3-319-90945-5_11
- Özel Y., & Karabulut, A. B. (2018). Günlük yaşam ve stres yönetimi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 48-56.
- Özgül, B. (2023). Öz yeterlilik ile tükenmişlik ilişkisinde iş-yaşam dengesinin aracılık rolü üzerine bir araştırma. *Akademik Hassasiyetler*, 10(22), 460-488. <https://doi.org/10.58884/akademik-hassasiyetler.1278709>
- Özkan A. (2020) Üniversite öğrencilerinin yılmazlık ve genel öz yeterlilik düzeylerinin kariyer stresini yordayıcılığının incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi,]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Öztaş, U., & Akın, O. (2009). Örgütsel çatışma yönetiminde cinsiyet farklılıkları: Antalya Serbest Bölgesinde bir araştırma, *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 9-24.
- Pajares, F. (1996). Self efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543-578. <https://doi.org/10.3102/00346543066004543>
- Pajares F. (2002). Overview of social cognitive theory and of self-efficacy. 1 ocak 2023 tarihinde <http://www.emory.edu/EDUCATION/MFP/eff.html> adresinden erişildi.
- Pamuk, M., & Yumak, Y. (2020). Matematik bölümü öğrencilerinin tükenmişliklerinin kariyer stresleri bağlamında incelenmesi. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(2), 786-797. <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.674185>
- Pariat L., Rynjah, A., Joplin, M., & Kharjana, M. G. (2014). Stress levels of college students: Interrelationship between stressors and coping strategies. *Journal of Humanities and Social Science*, 19(8), 40-46. <https://doi.org/10.9790/0837-19834046>
- Park, Y. L., & Lee, H. J. (2020). The mediating effect of grit in the relationship between calling and academic achievement and career stress. *International Journal of Advanced Culture Technology*, 8(1), 98-106. <https://doi.org/10.17703/IJACT.2020.8.1.98>
- Phan, H. P. (2012). Relations between informational sources, self-efficacy and academic achievement. *A Developmental Approach Educational Psychology*, 32(1), 81-105. <https://doi.org/10.1080/01443410.2011.625612>
- Polat, F. B. (2022). Kariyer stresinin ve kariyer kararlılığının psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi. *Anadolu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 23(2), 62-80. <https://doi.org/10.53443/anadoluibfd.1112084>
- Roberts T. (2022). A Theological extension of self-efficacy: Academic implications. *Open Journal of Philosophy*, 12(4), 616-623. <https://doi.org/10.4236/ojpp.2022.124042>

- Sakız G. (2013). Başarıda anahtar kelime: Öz-yeterlik. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26(1), 185-210.
- Sayan Y. E., & Tavukçuoğlu, M. (2020). Yüksek din öğretimi öğrencilerinin öğrenme iklimi algılarının akademik özyeterlik ve akademik başarıyla ilişkisi üzerine bir araştırma. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 24(2), 833-855. <https://doi.org/10.18505/cuid.778173>
- Schönfeld, P., Brailovskaia, J., Zhang, X. C., & Margraf, J. (2019). Self-efficacy as a mechanism linking daily stress to mental health in students: a three-wave cross-lagged study. *Psychological Reports*, 122(6), 2074-2095. <https://doi.org/10.1177/0033294118787496>
- Schunk, D. H. (1983). Developing children's self-efficacy and skills: The roles of social comparative information and goal setting. *Contemporary Educational Psychology*, 8, 76-86. [https://doi.org/10.1016/0361-476X\(83\)90036-X](https://doi.org/10.1016/0361-476X(83)90036-X)
- Schwarzer, R., & Hallum, S. (2008). Perceived teacher self-efficacy as a predictor of job stress and burnout: Mediation analyses. *Applied psychology*, 57, 152-171. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00359.x>
- Senemoğlu, N. (2015). *Gelişim, öğrenme ve öğretim kuramdan uygulamaya* (24. Basım). Yargı Yayınları.
- Serçek, S., Karakaş, A., & Avcı, Y. E. (2017). Otelcilik ve Turizm Meslek Lisesi öğretmenlerinin kültürel sermaye yeterlik düzeyleri ile öz-yeterlik düzeyleri. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 64, 561-572.
- Sezgin, E. E., & Düşükcan, M. (2020). Hemşirelerin öz yeterlilik inanç düzeylerinin performansları üzerindeki etkisi: Elazığ ili örneği. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(3), 1659-1702. <https://doi.org/10.33206/mjss.536372>
- Shelton, S. H. (1990). Developing the construct of general self-efficacy. *Psychological Reports*, 66(3), 987-994. <https://doi.org/10.1177/003329419006600301>
- Sungur, N. (1997). *Yaratıcı Düşünce* (1.Baskı). Evrim Yayınevi, İstanbul.
- Şahin Ç., Kurudayıoğlu, M., Tunçel, H., & Öztürk, Y. A. (2013). Türkçe öğretmeni adaylarının lisans düzeyinde verilen yabancılara Türkçe öğretimi (YTÖ) dersine yönelik öz yeterlik algıları. *Ana Dili Eğitimi Dergisi*, 1(2), 36-45. <https://doi.org/10.16916/aded.16006>
- Taşgın, Ö., Bozgeyikli, H. & Boğazlıyan, E. E. (2017). Üniversiteli gençlerin işsizlik kaygıları ile psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişki, *Emek ve Toplum Dergisi*, 6(16), 551-567.
- Tatlıoğlu, S. S. (2021). Öğrenmeye sosyal-bilişsel bir bakış: Albert Bandura. *Sosyoloji Notları*, 5(1), 15-30.
- Torun Y., Cakar, H., & Budak, S. (2021). Üniversite öğrencilerinin temel benlik değerlendirmeleri ile kariyer stresleri arasındaki ilişkide girişimcilik niyetinin aracılık rolü: bir vakıf üniversitesi örneği. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (53), 280-304. <https://doi.org/10.9779/pauefd.796817>
- Turpcu, E., & Akyurt, H. (2018). Turizm eğitimi alan öğrencilerin kariyer streslerinin belirlenmesi: Giresun üniversitesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(69), 365-380. <https://doi.org/10.9761/JASSS7612>

- Türk Dil Kurumu (2024). Türkçe sözlük. <https://sozluk.gov.tr/>. 20 Nisan 2024 tarihinde alınmıştır.
- Uçar, E. (2024). Akademik öz-yeterlilikle kariyer stresi ilişkisinde azmin aracı etkisinin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Uludağ Güler Ç., & Ünal E. (2020). Gençlerde kariyer stresinin ve duygu-tutumlarının ölçülmesi: üniversite öğrencileri üzerinde uygulamalı bir araştırma, *Social Sciences Studies Journal Dergisi*, 6(18), 3748-3762. <https://doi.org/10.26449/sss.2533>
- Uzun, S. (2018). Algılanan strese sosyal destek unsurları ve öz-yeterliliğin rolü: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma [Yüksek Lisans Tezi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi]. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Ünsal, P. (2014). *Kariyer gelişim kuramları ve kariyer danışmanlığı* (1. Basım). Nobel Yayıncılık.
- Üstün, G., Dedekoç, Ş., Kavalalı, T., Öztürk, F., Sapcı, Y., & Can, S. (2014). Üniversite son sınıf öğrencilerinin iş bulmaya ilişkin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi, *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 200-221.
- Üzüm, B., Uçkun, S., & Uçkun, C. G. (2018). Üniversite öğrencilerinin yaşadığı bir fenomen: Kariyer stresi. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 5(24), 1641-1651. <https://doi.org/10.26450/jshsr.532>
- Yazgan-İnanç, B., & Yerlikaya, E. E. (2016). *Kişilik Kuramları* (16. baskı). Pegem Akademi.
- Yemenici A. D., Bozkurt, Ö., & Taşkın, R. (2023). Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygılarında girişimci davranış eğilimlerinin ve öz yeterlik algılarının etkisi. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 64, 1-6. <https://doi.org/10.18070/erciyesiibd.1058734>
- Yenilmez, K., & Kakmacı, Ö. (2008). İlköğretim matematik öğretmenliği bölümü öğrencilerinin öz yeterlilik inanç düzeyleri. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(2), 1-21.
- Yeşilyurt, E. (2014). Academic locus of control, tendencies towards academic dishonesty and test anxiety levels as the predictors of academic self-efficacy. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(5), 1945-1956.
- Yıldırım F., & Özgür İlhan İ. (2010). Genel öz-yeterlilik ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 301-308.
- Yılmaz M., & Çimen A. G. O. (2008). Biyoloji eğitimi tezsiz yüksek lisans öğrencilerinin biyoloji öğretimi öz-yeterlilik inanç düzeyleri. *Van Yüzcüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 20-29.
- You, S., & Yoo, J. (2021). Relations among socially prescribed perfectionism, career stress, mental health, and mindfulness in Korean college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 1-8. <https://doi.org/10.3390/ijerph182212248>
- Yu, C. M., Lin, C. C., & Hsu, S. Y. (2009). Stressors and burnout: The role of employee assistance programs and self efficacy. *Social Behavior and Personality*, 37(3), 365-378. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.3.365>

- Zhang, Z., Yu, X., & Liu, X. (2022). Do I decide my career? Linking career stress, career exploration, and future work self to career planning or indecision. *Frontiers in Psychology, 13*, 1-11. 10.3389/fpsyg.2022.997984
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology, 25*(1), 82-91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>