

Üniversite Öğrencilerinin Genel Özyeterlik Algıları ve Gelecek Kaygıları Arasındaki İlişkinin Yordanması

Hakan Söner

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsüne Rehberlik ve
Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Tezi olarak sunulmuştur.

Doğu Akdeniz Üniversitesi
Ocak 2025
Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü onayı

Prof. Dr. Ali Hakan Ulusoy
L.E.Ö.A. Enstitüsü Müdürü

Bu tezin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarım.

Prof. Dr. Canan Zeki
Eğitim Bilimleri Bölüm Başkanı

Bu tezi okuyup değerlendirdiğimizi, tezin nitelik bakımından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarız.

Prof. Dr. Sibel Dinçyürek
Tez Danışmanı

Değerlendirme Komitesi

1. Prof. Dr. Sibel Dinçyürek

2. Doç. Dr. Sertan Kağan

3. Yrd. Doç. Dr. Gizem Öneri Uzun

ÖZ

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algıları ile gelecek kaygıları arasındaki ilişki detaylı bir şekilde incelenmiştir. Öz yeterlik düzeyinin, bireyin geleceğe yönelik kaygılarını anlamlı bir şekilde etkileyen yordayıcı bir faktör olduğu varsayımından hareket edilmiştir. Çalışma, Doğu Akdeniz Üniversitesi'nde öğrenim gören ve farklı sınıf ve fakültelerdeki 400 öğrenciden toplanan verilerle gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların öz yeterlik düzeyleri, Genel Öz Yeterlik Ölçeği aracılığıyla, gelecek kaygıları ise Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği ile değerlendirilmiştir. Çalışmada yer alan demografik değişkenler arasında cinsiyet, sınıf düzeyi, fakülte türü, anne-baba eğitim düzeyi, algılanan ekonomik gelir algısı ve algılanan aile tutumu gibi unsurlar bulunmaktadır.

Öz-yeterlik algısı, bireylerin belirli bir görevi başarıyla yerine getirebileceğine olan inancını ifade etmekte, gelecek kaygısı ise bireylerin geleceklerine yönelik belirsizlik, endişe ve olumsuz beklentilerle ilişkilendirilen psikolojik bir durum olarak tanımlanmaktadır. Literatürde yer alan çalışmalar, öz-yeterlik algısının bireylerin psikolojik iyi oluşları, akademik başarıları ve yaşam memnuniyetleri üzerindeki olumlu etkilerini vurgulamaktadır. Bununla birlikte düşük öz-yeterlik algısına sahip bireylerin daha yüksek düzeyde gelecek kaygısı yaşadıkları çeşitli araştırmalarla ortaya konmuştur.

Bulgular, öz yeterlik düzeyi ile gelecek kaygısı arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğunu göstermiştir. Yüksek öz yeterlik düzeyine sahip öğrencilerin, gelecekte karşılaşacakları belirsizliklere yönelik kaygılarının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bunun aksine, düşük öz yeterlik algısına sahip bireylerin, geleceklerini daha kaygılı bir perspektiften değerlendirdiği anlaşılmıştır. Bu durum,

bireyin öz yeterlik algısının, mesleki ve akademik yönelimler üzerinde doğrudan etkili olabileceğini işaret etmektedir.

Araştırmanın sonuçları doğrultusunda, üniversitelerde öğrencilerin öz yeterlik algılarını güçlendirmeye yönelik rehberlik programlarının geliştirilmesi, kariyer planlama ve danışmanlık hizmetlerinin daha etkin bir şekilde sunulması önerilmektedir. Ayrıca, öğrencilerin ailevi destek mekanizmalarını güçlendirecek sosyal ve psikolojik destek programlarının uygulanması, öz yeterlik düzeylerini artırarak gelecek kaygılarını azaltmada etkili bir yaklaşım olabilir. Eğitim süreçlerinin daha bireysel odaklı hale getirilmesi ve öğrencilerin kişisel hedeflerini keşfetmeleri için fırsatlar sunulması, uzun vadede onların hem akademik başarılarına hem de psikolojik iyi oluşlarına katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Öz Yeterlik, Gelecek Kaygısı, Üniversite Öğrencileri

ABSTRACT

In this study, the relationship between university students' self-efficacy perceptions and future concerns was examined in detail. It was assumed that self-efficacy level is a predictive factor that significantly affects an individual's future concerns. The study was conducted with data collected from 400 students studying at Eastern Mediterranean University in different classes and faculties. The participants' self-efficacy levels were assessed using the General Self-Efficacy Scale, while their future concerns were assessed using the Future Anxiety Scale in University Students. The demographic variables included in the study included gender, grade level, faculty type, parental education level, perceived economic attitude and perceived family attitude.

Future anxiety is a psychic state associated with uncertainty, anxiety, and negative expectations about the future. Studies in the literature emphasize the positive effects of self-efficacy perception on the psychological well-being, academic success, and life satisfaction of individuals. However, some studies have indicated that individuals with low self-efficacy perception experience higher levels of future anxiety.

The findings showed that there is a significant and negative relationship between self-efficacy level and future anxiety. It was observed that students with high self-efficacy levels have lower anxiety about the uncertainties they will face in the future. In contrast, it was understood that individuals with low self-efficacy perception evaluate their future from a more anxious perspective. This situation indicates that an individual's self-efficacy perception can have a direct effect on professional and academic orientations.

In line with the results of the research, it is recommended that guidance programs be developed in universities to strengthen students' self-efficacy perceptions and that career planning and counseling services be provided more effectively. In addition, implementing social and psychological support programs that will strengthen students' family support mechanisms can be an effective approach to reducing future anxiety by increasing their self-efficacy levels. Making educational processes more individually focused and providing students with opportunities to discover their personal goals will contribute to both their academic success and psychological well-being in the long run.

Keywords: Self-Efficacy, Future Anxiety, University Students

TEŞEKKÜR

Öncelikle yardımları, bu süreçteki yol göstericiliği ve çalışma boyunca desteklerini sürdürmesi nedeniyle tez danışmanım sayın Prof.Dr. Sibel Dinçyürek’e teşekkürlerimi sunarım. Lisans eğitiminin yanı sıra yüksek lisans eğitiminde de yardımlarını esirgemeyen ve görüşlerini paylaşan değerli Doç. Dr. Yeliz Akıntuğ hocama da teşekkür ederim. İhtiyacım olan zamanlarda vakit ayırarak tecrübe ve bilgilerinden yararlanmama izin vererek desteklerini sunan Prof. Dr. Ali Sıdkı Ağazade hocama teşekkür ederim.

Yaşamım boyunca hep yanımda olarak sevgilerini hissettiren ve bugüne gelmem için desteklerini esirgemeyen aile üyelerime, hayatımda pozitif bir etki sağlayıp tez süresince de çok değerli varlığını hissettiren Rabia Tekin’e de teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak, araştırmanın tamamlanması için veri toplama süresince destek olan hocalarıma ve vakit ayırarak katkı sunan değerli öğrenci arkadaşlarıma da içten dileklerle teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

ÖZ	iii
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜR	vii
KISALTMALAR.....	xiv
TABLO LİSTESİ.....	xv
1 GİRİŞ	1
1.1 Problem Durumu.....	1
1.2 Araştırmanın Önemi	6
1.3 Araştırmanın Amacı	9
1.4 Problem Cümlesi.....	9
1.5 Alt Problemler.....	9
1.6 Sınırlılıklar	10
1.7 Sayıtlar.....	10
1.8 Tanımlar.....	11
2 KAVRAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	12
2.1 Üniversite Eğitimi	12
2.2 Üniversiteli Gençlerin Bölüm Seçimleri	12
2.3 Genel Öz Yeterlik Kavramı	15
2.3.1 Öz Yeterlik Algısının Önemi.....	18
2.3.2 Öz yeterlik İnancını Oluşturan Temel Kaynaklar	20
2.3.2.1 Başarı Deneyimi	21
2.3.2.2 Gözleyerek Öğrenme (Dolaylı Öğrenme Yaşantıları)	21
2.3.2.3 Sosyal İkna	21

2.3.2.4 Fizyolojik ve Psikolojik Durumlar	22
2.3.2.5 Demografik ve Sosyo-Ekonomik Faktörler	23
2.3.3 Öz yeterlik Algısına İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	23
2.3.3.1 Sosyal Bilişsel Teori	24
2.3.3.2 Sosyal İnşacı Yaklaşım	24
2.3.3.3 Öz Belirlenim Teorisi.....	24
2.4 Özyeterlik Kavramı ile İlgili Yurtiçi ve KKTC’ de Yapılan Araştırmalar	25
2.5 Özyeterlik Kavramı ile İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar	30
2.6 Kaygı	35
2.6.1 Kaygı Belirtileri	36
2.6.2 Kaygının Çeşitleri	37
2.6.3 Gelecek Kaygısı Kavramı	38
2.6.4 Gelecek Kaygısı Kavramının Önemi	40
2.6.5 Gelecek Kaygısı Üzerinde Etkili Olan Faktörler	42
2.6.5.1 Psikolojik Faktörler.....	42
2.6.5.2 Sosyal Faktörler	43
2.6.5.3 Ekonomik Faktörler	43
2.6.5.4 Eğitimsel Faktörler.....	44
2.6.5.5 Çevresel ve Toplumsal Faktörler.....	44
2.7 Gelecek Kaygısı Kavramına İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	45
2.7.1 Psikanalitik Yaklaşım.....	46
2.7.2 Bilişsel Davranışçı Yaklaşım.....	46
2.7.3 Egzistansiyalist Yaklaşım.....	46
2.7.4 Sosyal Bilişsel Teori	47
2.7.5 Gelişimsel Yaklaşım	47

2.7.6 Stres ve Başa Çıkma Yaklaşımı.....	48
2.8 Aile Tutumlarının Genel Özyeterlik ve Gelecek Kaygısı Üzerindeki Etkileri ..	48
2.8.1 Koruyucu Tutumlar.....	50
2.8.2 Demokratik Tutumlar.....	52
2.8.3 Baskıcı Tutumlar.....	55
2.9 Gelecek Kaygısına İlişkin Yurtiçinde ve KKTC’de Yapılan Araştırmalar	57
2.10 Gelecek Kaygısına İlişkin Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	60
3 YÖNTEM.....	62
3.1 Araştırmanın Modeli	62
3.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	62
3.3 Veri Toplama Araçları.....	65
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu.....	65
3.3.2 Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği.....	66
3.3.3 Genel Öz Yeterlik Ölçeği	66
3.4 Verilerin Toplanması.....	67
3.5 Verilerin Analizi.....	67
4 BULGULAR	69
4.1 Üniversite Öğrencilerinin Öz Yeterlik Algılarına İlişkin Bulgular.....	69
4.2 Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarına İlişkin Bulgular	75
4.3 Öz Yeterlik Algısının Gelecek Kaygısını Yordamasına İlişkin Bulgular	83
5 TARTIŞMA VE YORUM	85
5.1 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik ve Gelecek Kaygısı Düzeylerinin Yorumlanması.....	85
5.2 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Tartışılması	87

5.3 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Tartışılması	88
5.4 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Fakülte Değişkenine Göre Tartışılması	89
5.5 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Anne-Baba Öğrenim Düzeyi Değişkenine Göre Tartışılması	90
5.6 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Anne-Baba Birliktelik ve Medeni Durumları Değişkenine Göre Tartışılması	90
5.7 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Algıladıkları Aile Tutumları Değişkenine Göre Tartışılması	91
5.8 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Algıladıkları Ekonomik Gelir Durumu Değişkenine Göre Tartışılması.....	91
5.9 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Fakülte Gelişmelerini Takip Etme Değişkenine Göre Tartışılması	92
5.10 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin İş Fırsatları Algısı Değişkenine Göre Tartışılması.....	92
5.11 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Bölüm Tercih Sebepleri Değişkenine Göre Tartışılması	93
5.12 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Cinsiyet Değişkenine Göre Tartışılması	93
5.13 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Sınıf Düzeyleri Değişkenine Göre Tartışılması	94
5.14 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Eğitimlerine Devam Ettikleri Fakülte Değişkenine Göre Tartışılması.....	95

5.15 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Anne -Baba Öğrenim Düzeyi Değişkeninine Göre Tartışılması	96
5.16 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Anne-Baba Birliktelik ve Medeni Durumları Değişkeninine Göre Tartışılması	96
5.17 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Algıladıkları Aile Tutumları Değişkeninine Göre Tartışılması	97
5.18 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Algıladıkları Ekonomik Gelir Durumları Değişkeninine Göre Tartışılması	97
5.19 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Bölüm Gelişmelerini Takip Etme Değişkeninine Göre Tartışılması	98
5.20 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Algıladıkları İş Fırsatları Değişkeninine Göre Tartışılması	98
5.21 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Bölüm Tercih Sebepleri Değişkenine Göre Tartışılması	99
5.22 Öz Yeterlik Algısının Gelecek Kaygısını Yordamasına İlişkin Tartışma	100
6 SONUÇ VE ÖNERİLER	102
6.1 Sonuçlar	102
6.2 Öneriler.....	106
6.2.1 Araştırmacılara Yönelik Öneriler	106
6.2.2 Uygulayıcılara Yönelik Öneriler	107
6.2.3 Kurumlara Yönelik Öneriler.....	108
KAYNAKLAR.....	110
EKLER.....	128
Ek 1: Kişisel Bilgi Formu.....	129

Ek 2: Üni. Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği.....	131
Ek 3: Genel Özyeterlik Ölçeği.....	132

KISALTMALAR

Akt	Aktaran
DAÜ	Doğu Akdeniz Üniversitesi
FTR	Fizyoterapi ve Rehabilitasyon
SPSS	Statistical Package for Social Sciences
ÜNİ	Üniversite
Vd.	ve Diğerleri

TABLO LİSTESİ

Tablo 3.1: Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, sınıf ve fakülte dağılımı	63
Tablo 3.2: Üniversite öğrencilerinin ebeveyn özelliklerinin dağılımı	63
Tablo 3.3: Üniversite öğrencinin öğrenim gördükleri bölüme ilişkin görüşleri	65
Tablo 4.1: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algı düzeyleri	69
Tablo 4.2: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin cinsiyet bağlamında karşılaştırılması (t-test)	69
Tablo 4.3: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin sınıf düzeyi bağlamında karşılaştırılması (Anova)	70
Tablo 4.4: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin fakültelere göre karşılaştırılması (Anova)	70
Tablo 4.5: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin anne öğrenim durumu karşılaştırılması (Anova)	71
Tablo 4.6: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin baba öğrenim durumu karşılaştırılması (Anova)	71
Tablo 4.7: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin anne-baba birliktelik durumu karşılaştırılması (Anova)	72
Tablo 4.8: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin anne-baba medeni durumu karşılaştırılması (Anova)	72
Tablo 4.9: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin aile tutumu algısı açısından karşılaştırılması (Anova)	72
Tablo 4.10: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından karşılaştırılması (Anova)	73

Tablo 4.11: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin bölümdeki gelişmeleri takip etmeleri açısından karşılaştırılması (Anova)	74
Tablo 4.12: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin iş fırsatı algısı açısından karşılaştırılması (Anova).....	74
Tablo 4.13: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin bölüm tercih nedeni açısından karşılaştırılması (Anova)	74
Tablo 4.14: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeyleri	75
Tablo 4.15: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin cinsiyet açısından değerlendirilmesi (t-testi).....	75
Tablo 4.16: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin sınıf düzeyi açısından değerlendirilmesi (Anova).....	76
Tablo 4.17: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin fakülte açısından değerlendirilmesi (Anova).....	77
Tablo 4.18: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne öğrenim düzeyi açısından değerlendirilmesi (Anova).....	78
Tablo 4.19: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin baba öğrenim düzeyi açısından değerlendirilmesi (Anova).....	78
Tablo 4.20: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne-baba birliktelik durumu açısından değerlendirilmesi (Anova).....	79
Tablo 4.21: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne-baba birliktelik durumu açısından değerlendirilmesi (Anova).....	79
Tablo 4.22: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin algılanan aile tutumu açısından değerlendirilmesi (Anova)	80
Tablo 4.23: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından değerlendirilmesi (Anova).....	81

Tablo 4.24: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm gelişmelerini takip etmeleri açısından değerlendirilmesi (Anova).....	81
Tablo 4.25: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin iş fırsatları algısı açısından değerlendirilmesi (Anova).....	82
Tablo 4.26: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm tercihi sebepleri açısından değerlendirilmesi (Anova)	82
Tablo 4.27: Genel özyeterlik ve Gelecek kaygısı arasındaki ilişki	83
Tablo 4.28: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algılarının yaşadıkları gelecek kaygısını yordama derecesi (Doğrusal regresyon)	84

Bölüm 1

GİRİŞ

1.1 Problem Durumu

Bireylerin yaşamda karşılaştıkları zorluklar ve belirsizlikler karşısında geliştirdikleri öz-yeterlik algıları, hem akademik hem de kişisel başarıları üzerinde önemli bir role sahiptir. Öz-yeterlik algısı, bireylerin bir görevi başarıyla yerine getirebileceklerine olan inancını ifade etmektedir ve bireyin davranışlarını, duygusal tepkilerini ve motivasyon seviyesini şekillendiren temel bir psikolojik yapı olarak değerlendirilmektedir. Albert Bandura tarafından geliştirilen sosyal bilişsel teori çerçevesinde, öz-yeterlik algısının bireylerin çevresel taleplerle başa çıkma kapasitelerini güçlendirdiği ve çeşitli hedeflere ulaşma konusunda cesaretlendirdiği vurgulanmıştır (Acar, 2023). Bu nedenle, öz-yeterlik algısı, bireylerin yaşamlarındaki stres faktörleriyle başa çıkma düzeylerini ve geleceğe yönelik algılarını derinden etkilemektedir.

Öz yeterlik ve gelecek kaygısının öğrencilerin performansını direkt olarak etkilediğinin yanı sıra gelecek kaygısının öz yeterlik ile doğrudan bağlantılı olduğu, öz yeterlik düzeyinin gelecek kaygılarının oluşmasında rolü olduğu varsayılmaktadır çünkü literatür araştırmalarını incelediğimiz zaman başarılı bir üniversite öğrencisinin akranlarına oranla daha az kaygı taşıdığı söylenebilir.

Bireylerin hayatları boyunca karşılaştıkları pek çok olumsuz tecrübeler yaşamlarının geri kalanında kaygılar yaşamalarına ve hayata karşı olumsuz bakmalarına sebep olabilir (Kula ve Saraç, 2016). Ancak öz yeterlik düzeyi yüksek

olan öğrencilerin daha çok sorumluluk alarak daha atılgan davrandıkları öz yeterlik düzeyi düşük olan öğrencilerin ise daha çekimser oldukları düşünülmektedir ve bu durumun yaşanan gelecek kaygısını direkt olarak etkilediği varsayılmaktadır.

Öz yeterlilik kavramı kişilerin kendilerine yönelik olarak inançları ve belli bir durumdaki kişinin kendine özgü yeteneklerini sınayarak yapabileceklerini içermekte ve öz yeterlik kelimesini anlatabilmek için kullanılması gereken anahtar kelime “Bu işi Başarabilir miyim ? ” sorusu ile birlikte başlayan cümlelerdir (Kartopu, 2016). Bireyin kendisine yönelik öz yeterlilik inancı söz konusu davranış ile ilgili basit bir yargıya varma aracı olmadığı ve öz yeterlik inançlarının nedensel özellikler taşımadığından söz edilebilir. Nedensel özellikler olaylar ile açıklanabilirken öz yeterlik inancında asıl vurgulanan nokta, kişinin neler yapabileceğinin kapasitesidir. Öz yeterlilik, bireyin motivasyonunu da etkilemektedir. Öz yeterlik dinamik bir yapıya sahiptir ve hiçbir anlamda sabit veya kesinleşmiş bir durum taşımamaktadır (Kartopu, 2016).

Öz yeterlik bireylerin karşılaşılan özel durumlara yönelik olarak başarı kavramına olan inancıdır bir başka deyiş ile öz yeterlik kavramı, kişinin mevcut performans yönetimi ile organizasyonunu değerlendirerek değerlendirip yargılayabilmesine denir. Kişiler öz yeterlik inancı ile birlikte düşünce, his ve güdülenmelerinde belirleyici bir noktaya ulaşmış olurlar bir başka deyiş ile öz yeterlik inancı ile birlikte kişiler sergileyebilecekleri en uygun davranışa erişmiş olurlar (Altunbaş, 2018).

Öğrencilerin öz yeterlik düzeyleri performansları konusunda belirleyici olabilmektedir. Öz yeterlik düzeyi yüksek olan bir öğrenci okuldaki faaliyetlere yönelik olarak sorumluluk alarak daha aktif bir rol üstlendiği söylenebiliryorken öz

yeterlik düzeyi düşük durumda olan bir öğrenci ise daha çekimsiz bir tavır takındığı söylenebilir (Tayfun vd., 2022).

Öz yeterlik algısı kişilerin, belirli alan ve etkinliklerde kendilerini ne kadar yeterli gördükleriyle ilgilidir (Hackett, 2002). Sonuçta Öz yeterlik bireylerin belli alanlarla belli işleri yapabilmeleri için gerekli faaliyetleri düzenleyebilme ve uygulayabilme açısından kendi kapasitelerine yönelik olan farkındalıklarını oluşturmaktadır (Bandura, 1986).

Öz yeterlik algısının etkisini gösterdiği bir başka alan da kişinin görevi başarıyla sürdürmeye yönelik olan kararlılığıdır. Öz yeterlik düzeyi yüksek olan bir kişi karşılaştıkları zorluklar ile baş etme yolunda ısrarlı davranmaktadır (Flannagan, 2007). Sonuç olarak öz yeterlik bakımından güçlü olan birey karşılaştığı zorluklar karşısında güçlü kalarak bu zorluklarla başa çıkma konusunda öz yeterlik düzeyi düşük olan bireylere karşı daha şanslı olduğu söylenebilir.

Ülkemizde çok önemli bir kurum olan ailenin sahip olduğu düzen ve bu ailenin parçalanmasının da öğrencilerin öz yeterlik düzeylerine olan etkisinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bunun yanı sıra ailelerin üniversiteli bireylere yönelik oluşturabileceği baskının da öğrencilerin ruh haline olumsuz yansımalar sebep olabileceği varsayılabilir.

Ülkemizde gençler, zorlu bir sınavın sonunda üniversiteye kabul edilmektedir ama üniversiteye kabul edilmiş olmaları onların yaşadıkları kaygıları dindirmemektedir. Üniversiteye giriş aşamasından sonra bireyler, üniversiteyi bitirme ve iyi bir iş bulma gibi konular için kaygı duymaktadırlar (Çakmak ve Hevedanlı, 2005).

Ülkemizde üniversiteyi kazanmış olan gençlerin geleceğe yönelik kaygıları üniversite sınavına girmeden önce başlamakta, üniversiteli olmaları bu kaygıyı dindirmemekte, üniversite hayatı süresince de birçok değişken bu kaygının üzerinde etki oluşturmaktadır fakat üniversiteyi bitirmek üzere olan gençlerde gelecek adına iş bulamama, işsizlik kaygısı kendisini göstermektedir özellikle işsizliğin çok fazla olması bu kaygıyı daha çok arttırmaktadır Dökmen (1989), üniversite son sınıf öğrencilerinin gelecek kaygısı ve iş bulabilme üzerine kaygı yaşadıkları belirtilmiştir (akt. Koç ve Polat, 2006, s. 3).

Günümüzde sosyal, kültürel ve ekonomik gelişmelerin sonuçlarına bağlı olarak üniversite okuyan gençlerin geleceğe yönelik iş bulma anlamında kaygılı oldukları düşünülmektedir (Bozkur, Kıran ve Cengiz, 2020).

Üniversite okuyan gençlerin gelecek adına iyi bir oluşumun temelini atamaması ve beklentilerine yönelik sağlıklı adımlar atamamaları özellikle üniversitenin son yıllarında yoğun bir kaygı ve umutsuzluk taşımalarına sebep olmaktadır (Çokluk, 2000). Bu durum üniversite öğrencilerinin karamsar bir ruh haline bürünerek gelecek adına olumsuz bir gidişat ve umutsuzluk taşımalarına sebep olabilir.

Gelecek kaygısı bireylerin gelecekte karşılaşılabilecekleri belirsizlikler, zorluklar ve olası başarısızlıklar konusunda hissettikleri endişeyi tanımlamaktadır. Bu kaygı, bireyin yaşam kalitesini düşürebilmekte ve psikolojik sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir. Özellikle üniversite öğrencileri, yaşamlarının önemli bir geçiş döneminde oldukları için, hem öz-yeterlik algıları hem de gelecek kaygıları açısından kritik bir grup olarak öne çıkmaktadır. Üniversite eğitimi, öğrencilerin mesleki, sosyal ve kişisel kimliklerini oluşturdukları bir süreç olarak tanımlanmakta ama bu süreç, aynı zamanda belirsizlikler ve artan sorumluluklarla dolu bir dönemdir (Akarca,

2019). Gelecekteki kariyer hedefleri, ekonomik zorluklar ve toplumsal beklentiler, öğrencilerin gelecek kaygılarını artırabilmektedir.

Gelecek kaygısı kişinin yaşamının devamında sürecek olan refahın muhtemel tehditlere yönelik endişe, korku, belirsizlik ve kaygıyı içeren bir durumdur (Zaleski, 1996). İşsizlik oranının yüksek seviyelerde olması üniversiteli gençlerin kaygılarını arttıran etkenlerden birisi olmakla beraber öğrencilerin yaşamlarının yeni bir döneme girecek olması ve gelecek adına hissettikleri belirsizlik durumu gelecek için kaygılanmalarına sebep olmaktadır (Güdücü ve Özerk, 2022).

Üniversite sayılarının büyük bir hızla artması nedeniyle mezun sayılarının da yükselmiş olması gençlerin işe girme konusunda rekabet ortamını arttırmış olmakla birlikte bu yönde kendisini geliştirmek isteyen gençlerin farkındalığını arttırmış ve işsizlik sorununun da kendisini göstermiş olmasının etkisi gençlerin bu anlamda gelecek kaygılarının artmasına neden olmuştur (Dursun ve Aytaç, 2009).

Gelecek kaygısı düşük olan kişiler yüksek olan kişilere oranla gelecekte olumsuz yaşantılara maruz kalmayacağına dair daha fazla sebep bulabilirken gelecek kaygısı yüksek olan kişiler ise gelecek muhtemel tehditlere yönelik olarak daha az alternatif üretirler (Macleod, Williams ve Bekerian, 1991).

Gelecek kaygısını yoğun olarak yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemlere karşı kendisini alternatifsiz bir durumda kalacak olması hem akademik hem de ruh sağlığı anlamında bireyin geleceğine yönelik karamsarlığını arttırabileceği düşünülmektedir bu durumda eğitim hayatında başarısızlıklar yaşayacak olan kişi sorumluluklarını da yerine getiremeyerek kendisine yönelik inancını da kaybedebileceği düşünülmektedir.

Türkiye’de üniversite öğrencileri, yoğun akademik rekabet ve belirsiz ekonomik koşullar nedeniyle artan düzeyde stres ve kaygı yaşamaktadır. Bu durum,

öğrencilerin geleceğe yönelik olumlu bir bakış açısı geliştirmesini engelleyebilmektedir. Bununla birlikte, öz-yeterlik algısının güçlü olduğu bireylerin, zorlu yaşam koşulları karşısında daha dirençli oldukları ve gelecek kaygılarını daha iyi yönetebildikleri yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur. Dolayısıyla, öz-yeterlik algısı ile gelecek kaygısı arasındaki ilişkiyi anlamak, üniversite öğrencilerinin hem akademik hem de kişisel yaşamlarında daha başarılı ve dengeli bireyler olmalarına katkı sağlayacak stratejiler geliştirmek açısından büyük önem taşımaktadır. Bu çalışmanın temel motivasyonu, üniversite öğrencilerinin genel öz-yeterlik algılarının gelecek kaygılarını nasıl etkilediğini ve bu ilişkinin hangi faktörler tarafından şekillendirildiğini ortaya koymaktır.

1.2 Araştırmanın Önemi

Üniversite eğitimi, bireyin gelecek hayatının başlangıcı ve iş hayatına yönelik son adımı olmasının yanı sıra bireyin, ailesinden ayrılarak farklı bir hayat kurduğu, yeni sosyal ilişkiler edindiği, ekonomik zorluklar yaşadığı ve derslerin sorumluluğunu hissettiği bir süreç olmasından kaynaklanan yoğun stres ve kaygılar yaşayabilmektedir (Tayfun ve Korkmaz, 2016).

Üniversite eğitimi, bireylerin mesleki ve kişisel gelişim süreçlerinde önemli bir dönüm noktası olarak kabul edilmektedir. Bu süreçte öğrenciler, yalnızca akademik bilgi ve beceriler kazanmakla kalmamakta, aynı zamanda gelecekteki yaşamlarına dair tutum ve davranışlar geliştirmekte fakat bu dönemin getirdiği belirsizlikler ve artan sorumluluklar, öğrencilerin gelecek kaygısı düzeylerini artırmakta ve öz-yeterlik algılarını olumsuz etkileyebilmektedir. Bu nedenle, bireylerin öz-yeterlik algıları ile gelecek kaygıları arasındaki ilişkinin araştırılması, onların yaşamlarını daha sağlıklı ve dengeli bir şekilde sürdürebilmeleri açısından büyük bir önem taşımaktadır.

Öğrencinin sosyal, ekonomik ve akademik sorumluluklarının arttığı bu dönemde öz yeterlik düzeyinin de düşük durumda olmasının akademik olarak başarısızlıklar yaşamasına sebep olabileceği dolayısıyla da geleceğe yönelik kaygılarının artabileceği tahmin edilmektedir.

Üniversite dönemi, bireylerin yaşamlarının en kritik dönemlerinden birini oluşturmaktadır. Mezun oldukları dönem iş hayatlarının başlangıcını veya işsizlik hayatlarının başlangıcını oluşturmaktadır. Bireyin yaptığı iş seçimi, rollerine yönelik planları, ilişkileri, çevre beklentileri gibi etmenler bireyde kaygı yaratabilecek sebeplerden bazıları olarak görülebilir (Çakmak ve Hevedanlı, 2004).

Öz yeterlik ve gelecek kaygısı kavramı öğrencilerin hem ruhsal hem de akademik ilerleyişini olumsuz yönde etkilemektedir. Öz yeterlik düzeyi düşük olan bir öğrenci özgüven anlamında büyük sorunlar yaşayarak akademik becerilerini kullanamaz duruma gelebilir dolayısıyla başarısız bir yaşantı oluşur ve bireyin geleceğe yönelik kaygılar geliştirmesine sebep olabilir. Üniversite öğrencilerinin mezuniyet döneminden sonra iş bulma konusunda problem yaşayacağını düşünmesi geleceğe yönelik olan kaygılarını tetikler vaziyettedir. Bu kaygıya sahip olan öğrencilerin ise hem motivasyon hem de performans anlamında düşüş yaşadıkları görülmektedir dolayısıyla okullarında tam performans sergileyememek öğrenciler okuldaki etkinlik ve faaliyetlerden uzak kalması ya da ders anlamında olumsuz sonuçlar alması gibi sonuçlar doğmaktadır (Tayfun vd., 2022).

Araştırma, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde çeşitli katkılar sunmaktadır. Öz-yeterlik algısı, bireylerin zorluklarla başa çıkma kapasitelerini artıran, motivasyonlarını güçlendiren ve başarılarını destekleyen temel bir psikolojik yapı olarak görülmektedir. Güçlü bir öz-yeterlik algısına sahip bireyler, yaşamlarında karşılaştıkları belirsizliklere ve engellere karşı daha dirençli bir tutum sergilemektedir.

Bunun aksine, öz-yeterlik algısının düşük olduğu durumlarda bireyler, stres ve kaygı gibi olumsuz duygularla baş etmekte zorlanmakta ve bu durum, yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu bağlamda, öz-yeterlik algısının güçlendirilmesi, bireylerin geleceğe yönelik daha olumlu bir bakış açısı geliştirmelerine katkı sağlamaktadır.

Gelecek kaygısı ise bireylerin yaşamlarındaki belirsizliklere karşı geliştirdiği doğal bir tepki olmasına rağmen, kontrol altına alınamadığında bireyin psikolojik sağlığı üzerinde ciddi olumsuz etkiler yaratmaktadır. Özellikle üniversite öğrencilerinde, gelecekteki meslek seçimleri, ekonomik beklentiler ve toplumsal baskılar gibi faktörler, gelecek kaygısını artırmaktadır. Bu kaygılar, bireylerin motivasyonlarını düşürmekte, karar alma süreçlerini olumsuz etkilemekte ve hatta akademik başarılarını sekteye uğratmaktadır. Dolayısıyla, gelecek kaygısının kaynağını anlamak ve bu kaygıları azaltmaya yönelik stratejiler geliştirmek, bireylerin daha üretken ve mutlu bir yaşam sürdürmelerine olanak tanımaktadır. Bu çalışmanın önemi, öz-yeterlik algısı ile gelecek kaygısı arasındaki ilişkinin derinlemesine incelenmesi ve bu ilişkinin bireylerin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkilerinin ortaya konmasıdır. Öz-yeterlik algısının, bireylerin gelecek kaygılarını yönetmelerinde bir tampon mekanizma görevi gördüğü literatürde sıklıkla vurgulanmış ama bu ilişkinin üniversite öğrencileri bağlamında ele alınması, bu çalışmayı benzersiz ve özgün kılmaktadır. Araştırma, yalnızca bireylerin psikolojik süreçlerini anlamakla kalmamakta, aynı zamanda eğitim politikaları ve uygulamaları açısından da değerli çıkarımlar sunmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin öz-yeterlik algılarını güçlendirmek ve gelecek kaygılarını azaltmak, onların hem akademik hem de mesleki yaşamlarında daha başarılı bireyler olmalarına katkıda bulunmaktadır. Bu bağlamda, araştırma

bulgularının, üniversitelerde yürütülen rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin daha etkili bir şekilde yapılandırılmasına olanak tanınması beklenmektedir. Ayrıca, çalışmanın sonuçları, eğitim politikalarının geliştirilmesi sürecinde, öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının göz önünde bulundurulması gerektiğini vurgulamaktadır. Bireylerin öz-yeterlik algılarını artırıcı stratejiler geliştirilmesi ve geleceğe dair kaygıların azaltılması, toplumun genel refah düzeyine de olumlu katkılar sağlamaktadır. Bu nedenle, bu çalışmanın bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik rehberlik niteliği taşıdığı söylenebilmektedir.

1.3 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; Öğrenim hayatlarını Doğu Akdeniz Üniversitesinde sürdüren öğrencilerin, öz yeterlik düzeyleri ile gelecek kaygıları arasındaki ilişkiyi bazı demografik değişkenler de kullanarak incelenmesinin yanı sıra öz yeterlik düzeyinin gelecek kaygısı üzerindeki yordayıcı etkisini de tespit etmektir.

1.4 Problem Cümlesi

Üniversiteli öğrencilerin öz yeterlik algıları yaşadıkları gelecek kaygısı problemini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

1.5 Alt Problemler

- Üniversiteli öğrencilerin öz yeterlik algıları,
 - Cinsiyet
 - Sınıf düzeyi
 - Fakülte
 - Anne-baba öğrenim düzeyi
 - Anne-baba birliktelik ve medeni durumu
 - Algıladıkları aile tutumları
 - Algıladıkları ekonomik gelir durumu

- Bölümdeki gelişmeleri takip etmeleri
- Algıladıkları iş fırsatları
- Bölüm tercih sebepleri değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Üniversiteli öğrencilerin geleceğe yönelik olan kaygıları,
 - Cinsiyet
 - Sınıf düzeyi
 - Fakülte
 - Anne-baba öğrenim düzeyi
 - Anne-baba birliktelik ve medeni durumu
 - Algıladıkları aile tutumları
 - Algıladıkları ekonomik gelir durumu
 - Bölümdeki gelişmeleri takip etmeleri
 - Algıladıkları iş fırsatları
 - Bölüm tercih sebepleri değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

1.6 Sınırlılıklar

Araştırma, “Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği” ile “Genel Öz Yeterlik Ölçeği” verileri ile sınırlıdır.

1.7 Sayıtlar

Katılımcıların ölçeklere samimi ve doğru cevaplar verecekleri beklenmektedir. Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği ve Genel Öz Yeterlik Ölçeğinin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

1.8 Tanımlar

- **Öz Yeterlik;** Kişinin karşı karşıya kalacağı zorluklarda, durum ile başa çıkıp çıkamayacağı ile ilgili kendine yönelik olan inanç durumudur (Senemoğlu, 2015).
- **Kaygı;** Bireyin yaşadığı şimdiki zaman veya gelecekte nasıl gerçekleşeceği kestirilemeyen ya da gerçekleşmesinin ihtimali olmayan bir durum ile alakalı tedirginlik ve endişe duyma durumudur (Şahin, 2019).
- **Gelecek Kaygısı;** Genel olarak kötü bir durum ile karşı karşıya kalacakmış gibi gelecek adına üzüntü ve endişe duygularının hakim olduğu sebebi belli olmayan gerginlik halidir (Kara, Akın ve Alp, 2020).

Bölüm 2

KAVRAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde Üniversite öğrencileri, genel öz yeterlik kavramı, öz yeterlik kavramının önemi, öz yeterlik inancını oluşturan kaynaklar, aile tutumlarının penceresinden öz yeterlik kavramı, öz yeterlik algısına ilişkin kuramsal açıklamaların yanı sıra kaygı ve gelecek kaygısı kavramı, gelecek kaygısı üzerinde etkili olan faktörler, öz yeterlik kavramını gelecek kaygısı penceresinden izleme, gelecek kaygısına ilişkin kuramsal açıklamalar, yurt içi ve yurt dışındaki araştırmalar açıklanmaktadır.

2.1 Üniversite Eğitimi

Eğitim toplumların ilerleme kaydedebilmesi için önemli bir noktada bulunmaktadır. Bu yüzden insanlar ilk doğduğu andan itibaren kendilerini eğitim süreci içerisinde bulmaktadırlar ve hayatlarını devam ettirebilmek için meslek edinmektedirler. İyi bir meslek edinerek başarılı bir kariyer inşa etmenin başlıca şartlarından birisi de üniversite eğitimi almaktır. Üniversite eğitimi almak isteyen bireyler, ilkokul döneminden başlayarak sınav süreci içerisine girmekte ve akranlarıyla rekabet içerisine girmektedir (Geylani, 2024).

2.2 Üniversiteli Gençlerin Bölüm Seçimleri

Meslek seçim aşamasında olan gençler, yetişkinlik aşamasına yönelik olarak pek çok önemli karara da yönelmektedirler. Üniversite tercih aşamasında olan bireyler

rastgele ve yanlış bir tercih yapmaları halinde tüm hayatlarında olumsuz yönde etkilenebileceği olası bir durumdur. Bu yüzden, gençler meslek tercihlerini yaparken kendi niteliklerini dikkate almalıdır.

Ülkemizde üniversite öğrencileri seçtikleri bölümleri çeşitli etkenler ile tercih etmektedir. Gençler, açıkta kalmamak, üniversiteye hemen yerleşebilmek, hayatının geri kalanını güvence altına almak gibi sebeplerle birlikte ilgi ve yetenekleri doğrultusunda tercih yapmamaktadırlar dolayısıyla eğitim hayatları boyunca okudukları bölümden doyum almaları ve mezuniyet sonrası ile ilgili yaşantıları olumsuz bir şekilde etkilenmektedir (Şahin, Zoraloğlu ve Fırat, 2011).

Bu noktada bireylerin doğru tercihi yapabilmesi için ilgi ve yeteneklerine yönelik tercihler yapmaları beklenmektedir. Geleceğe yönelik kaygıları olan gençler daha çok iş bulma odaklı tercihler ya da ailelerinin beklentilerini karşılamak için kendisine uygun olmayan mesleklere yöneldikleri yaygın bir durum olarak göze çarpmaktadır. Buna göre gençler kendi seçimlerini dış etkenler ve gelecek kaygılarının etkisi ile yaptığı düşünülmektedir. Sonuç olarak bireyin, hem öğrencilik hayatı hem de gelecekteki mesleğini sürdürmesinde çeşitli problemler çıkabilmesi olası durumlar arasında olduğu düşünülmektedir.

Günümüzde teknolojinin gelişmesiyle birlikte üniversite tercihi yapacak olan gençler bilgiye daha hızlı ve kolay ulaşabilir durumdadır. Bu durumda, görsel ve yazılı basın organları (Televizyon,internet, gazete v.b.), üniversite tanıtımları, çevre ve ailenin de katkılarıyla öğrencilerin seçecekleri meslekleri tanımaları ve kararlarını kolaylaştırmaları açısından önemli bir etkidir (Çiftçi vd., 2011).

Üniversiteye geçiş aşamasında yapılan bölüm tercihlerinin, öğrencilerin gelecek hayatlarında önemli bir yer tutmaktadır. Öğrencilerin bölüm tercihleri bazen istekli ve bilinçli bir şekilde yapılırken, bazen de çeşitli nedenlerle öğrencinin isteği

dışında yapılabilmektedir. Birçok alternatif içinde öğrencilerin yapacağı tercih önemli ve zor bir süreci temsil etmektedir. Her seçimin bir diğer alternatifi ellediği bir durum olduğundan gençler yapacakları tercihleri farklı kriterleri göz önünde bulundurarak gerçekleştirmelidir (İbiş vd., 2016).

Üniversite tercih aşamasında gençlerin, seçilecek mesleğe yönelik yetenek ve ilgi, iş imkanı, maddi kazanç, iş güvencesi, kariyer imkanı, aile ve çevre, toplumsal saygınlık gibi faktörlerin tercih aşamasında önemi vurgulanmaktadır (Aydemir, 2018).

Meslek seçimi kişinin hayatında önem teşkil eden bir olaydır. Meslek seçimini yapmış olan birey kendisine yeni bir yaşam biçimi ve çalışma alanı belirlemiş olur bu seçimleriyle ise kendisini kanıtlamak için çaba göstermektedir. Birey, ilgileri ve yetenekleri doğrultusunda meslek seçimini yapmalıdır bu sayede seçmiş olduğu meslekte verimli ve mutlu olabilir. Meslek seçimi yapılırken ilgi ve yeteneklere göre meslek seçimi yapılmazsa bireyin mutsuzluğunun yanında başarı ve verimi de önemli ölçüde düşer (Yanikkerem vd., 2004).

Meslek seçimi aşamasında en ideal olan durum bireyin kendi ilgi ve yetenekleri doğrultusunda seçimini yapmasıdır ama ülke politikası bu durumu engelleyebilecek nitelikte olabilmektedir. Günümüzde gençlerin geleceğe yönelik kaygıları meslek seçimlerini net bir şekilde etkilediği görülmüştür. İleriye güvenle bakamayan bireyler meslek seçimini ilgi ve yeteneklerinin dışına çıkararak bazı alanlara yönelmektedir sonucunda ise okul yaşantıları ile alakalı olarak memnuniyetsizlikler yaşamakta bu problem mezuniyet sonrası iş hayatında da devam etmektedir (Sarıkaya ve Khorshid, 2009).

Üniversite çağındaki bireylerin eğitim alacakları bölüm tercihlerinin hem üniversite hem de meslek hayatı açısından oldukça önemli olduğu ortadadır. Bu nedenle öğrencilerin okuyacakları bölüm tercihlerinin, başarılı ve mutlu bir üniversite

öğretiminin yanı sıra mezuniyetlerinden sonra iş hayatlarını ve mutluluklarını etkilemesi açısından oldukça önemli görülmektedir (Bardakçı, 2019).

Sonuç olarak, günümüzde öğrencilerin çevre ve gelecek kaygılarından kaynaklanan yanlış seçimler yaptıkları söylenebilir. Bu durumda hem öğrencilik dönemlerinde hem de meslek hayatlarında yeterli mutluluğu yakalayamadıkları söylenebilir. İlgi ve yetenekleri doğrultusunda bölüm tercihi yapan öğrencilerin ise politik ve çevre kaynaklı kaygılar yaşayabilmektedirler. Bu öğrenciler hem maddi olarak hem de mesleğini gerektiği gibi sürdürebilme konusunda endişeleri olduğu söylenebilir bir durumdadır.

2.3 Genel Öz Yeterlik Kavramı

Genel öz-yeterlik kavramı, bireylerin belirli bir durum veya görev karşısında başarılı olabileceklerine dair sahip oldukları inancı ifade etmektedir. Bu kavram, Albert Bandura'nın sosyal bilişsel teorisi çerçevesinde geliştirilmiş ve bireylerin davranışlarını yönlendiren temel bir psikolojik yapı olarak tanımlanmıştır. Bandura, öz-yeterlik algısını bireylerin çevresel zorluklarla başa çıkma kapasitelerini belirleyen en önemli faktörlerden biri olarak nitelendirmiştir (Aktaş, 2017). Bu algı, bireylerin yalnızca davranışlarını değil, aynı zamanda düşünce süreçlerini, motivasyon düzeylerini ve duygusal tepkilerini de şekillendirmektedir. Genel öz-yeterlik, bireyin farklı yaşam alanlarında karşılaştığı çeşitli zorluklara yönelik genel bir yetkinlik hissini kapsamaktadır. Bu bağlamda, bireylerin öz-yeterlik algıları, yalnızca belirli bir göreve yönelik öznel bir değerlendirme ile sınırlı kalmamakta, genel anlamda yaşamlarına dair bir güven duygusunu da içermektedir. Öz-yeterlik algısı güçlü olan bireyler, karşılaştıkları sorunları çözmede daha kararlı ve cesur davranmakta, bu durum onların hem kişisel hem de mesleki başarılarını olumlu yönde etkilemektedir. Bunun aksine, öz-yeterlik algısı düşük olan bireyler, zorluklarla baş etmede yetersiz

hissetmekte ve bu durum, onların motivasyon düzeylerini düşürerek başarısızlık korkusunu artırmaktadır (Al-Mwadih vd., 2021).

Öz-yeterlik algısının oluşumunda, bireyin yaşadığı deneyimlerin ve çevresel faktörlerin önemli bir rol oynadığı ifade edilmektedir. Bandura, bireylerin öz-yeterlik algısını geliştirmelerinde dört temel kaynağın etkili olduğunu belirtmiştir. Bunlar; bireysel başarılar, dolaylı deneyimler, sosyal ikna ve fizyolojik-psikolojik durumlar olarak sıralanmaktadır. Bireyler, geçmişte elde ettikleri başarılar sayesinde öz-yeterlik algılarını güçlendirmekte, benzer zorluklarla karşılaştıklarında daha güçlü bir inanç geliştirmektedir. Diğer yandan, başkalarının başarılarını gözlemlemek, bireylerde öz-yeterlik algısını artırmakta ve bu durum, dolaylı deneyimlerin önemini göstermektedir (Aktaş, 2017; Al-Mwadih vd., 2021). Sosyal çevreden gelen destekleyici geri bildirimler ve olumlu yönlendirmeler, bireylerin kendilerine olan güvenlerini artırmakta, olumsuz fizyolojik ve psikolojik tepkiler ise öz-yeterlik algısının zayıflamasına yol açmaktadır. Genel öz-yeterlik, bireylerin hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli katkılar sunmasına olanak sağlamaktadır. Bireylerin kendilerine olan güvenlerinin yüksek olması, onların daha yaratıcı, girişimci ve risk alabilen bireyler olmalarını desteklemektedir. Aynı zamanda öz-yeterlik algısı yüksek olan bireyler, stresle başa çıkmada daha başarılı olmakta, bu durum onların psikolojik sağlıklarını korumalarına katkıda bulunmaktadır. Bununla birlikte, öz-yeterlik algısının düşük olduğu bireylerde, kaygı ve stres düzeyinin arttığı, bu durumun da bireyin hem kişisel hem de sosyal yaşamını olumsuz etkilediği ifade edilmektedir (Alaosman, 2019).

Öz yeterlik, karşılaşılan durumlarla başa çıkma konusunda kişinin içinde yer alan inancın yansıması olarak adlandırılmaktadır. Yeterli düzeyde öz yeterlik inancına

sahip olan kişiler önem verdikleri bir durumun sonuçlarıyla alakalı olarak pozitif bir beklenti içerisinde dirler (Lent ve Brown, 2008, akt. Şen-Baz, 2019).

Öz yeterlik düzeyi yüksek olan bireyler, özel bir durumla başa çıkabilmek için, öz yeterlik düzeyi düşük olan bireylere oranla daha fazla azimlidir ve yüksek bir çaba gösterdiği söylenebilir. Öz yeterlik düzeyi yüksek olan bu bireyler daha fazla girişkendir ve yeni yaşantılar ve deneyimlerin onlar için korkutucu gelmediği düşüncesi savunulabilir.

Özyeterlik inancı yüksek olan kişiler, sorumluluklarını yerine getirmekte, plan yapmakta ve karşılarına çıkan güçlüklerin üstesinden gelmeleriyle pozitif bir görüntü çizerler (Yılmaz ve Bökeoğlu, 2008, akt. Karaduman, 2015).

Bireyler hayatları boyunca birçok farklı sorunla karşı karşıya kalabilirler ve bu sorunları çözmek için verdikleri çaba öz yeterlik becerileriyle doğrudan ilişkilidir. Bu sorunların aşılması bireyin öz yeterlik düzeyini arttırırken, öz yeterlik düzeyi güçlü olan bireyler düşük olanlara oranla karşılaştıkları sorunlar ile daha iyi mücadele etmektedir. Öz yeterlik düzeyi düşük olan bireyler ise karşılaştıkları sorunlar karşısında özgüven problemi yaşayarak bu sorunlar ile başa çıkma konusunda zorluk yaşamaktadırlar (Ertek, 2014, akt. Karaduman, 2015).

Öz yeterlik inancı kişileri hem düşünce biçimi olarak hem de duygusal olarak etkilemektedir dolayısıyla da buna yönelik davranışlar sergilemesine neden olmaktadır. Özyeterlik düzeyi yüksek olan bireyler kritik zamanlarda sakin bir tavır gösterirken, özyeterlik düzeyi daha düşük bir seviyede olan bireyler ise karşılaştığı güçlükleri olduğundan daha zor algılayarak problemleri gözünde büyütmektedir (Pajares, 2002, akt. Karaduman, 2015).

Yaşamları süresince çeşitli engellerin karşılaştıran bireylerin bu problemleri aşabilmeleri doğrudan özyeterlik düzeyiyle ilgilidir. Bu engellerin aşılması bireyin

özyeterlik düzeyinin artmasını sağlar. Özyeterlik düzeyi yüksektir yüksek olan bireyler, özyeterlik düzeyi düşük olan bireylere oranla karşılaşılan engelleri daha kolay aşabilirler. Özyeterlik düzeyi düşük olan bireyler karşılaştıkları engelleri aşma konusunda negatif bir tutuma sahip oldukları için söz konusu engelleri çözmekte zorluk çekmektedirler ar (Ertek, 2014, akt. Karaduman, 2015).

Üniversite öğrencileri açısından bakıldığında, genel öz-yeterlik algısı, öğrencilerin akademik başarılarını ve gelecekteki kariyer hedeflerini gerçekleştirmede kritik bir öneme sahiptir. Öğrencilerin öz-yeterlik algıları, onların karşılaştıkları akademik zorluklarla başa çıkmalarını, problem çözme becerilerini geliştirmelerini ve motivasyonlarını yüksek tutmalarını sağlamaktadır. Ayrıca, bu algı, öğrencilerin stres ve kaygı düzeylerini azaltarak, daha sağlıklı ve dengeli bir akademik yaşam sürdürmelerine olanak tanımaktadır (Atabey, 2020). Bu kavramın anlaşılması, bireylerin psikolojik süreçlerine ışık tutmakta ve onların daha güçlü ve sağlıklı bir yaşam inşa etmelerine yardımcı olmaktadır. Öz-yeterlik algısının geliştirilmesi, bireylerin yaşam kalitesini artırmakta ve gelecekteki başarılarını desteklemektedir. Bu nedenle, genel öz-yeterlik kavramı, bireylerin hem bireysel gelişimleri hem de toplumsal katkıları açısından hayati bir öneme sahiptir.

2.3.1 Öz Yeterlik Algısının Önemi

Öz-yeterlik algısı, bireylerin belirli bir görevi ya da durumu başarıyla gerçekleştirme kapasitelerine olan inançlarını ifade eden bir kavramdır. Bu kavram, Albert Bandura tarafından ortaya konmuş ve bireyin çevresel zorluklarla başa çıkma kapasitesini belirleyen temel bir psikolojik yapı olarak tanımlanmıştır. Öz-yeterlik algısı, bireyin yalnızca belirli bir görevi tamamlayabilme potansiyelini değil, aynı zamanda kendi yeteneklerine duyduğu genel güveni de içermektedir. Bandura'ya göre öz-yeterlik algısı, bireyin motivasyonunu, davranışlarını ve duygusal tepkilerini

doğrudan etkileyen kritik bir bileşen olarak işlev görmektedir. Öz-yeterlik algısının tanımı, bireyin kendi yaşamında başarıya ulaşmasında belirleyici bir rol oynayan bilişsel bir değerlendirme sürecine dayanmaktadır (Alaosman, 2019; Atabey, 2020). Bu değerlendirme, bireyin geçmişte elde ettiği başarılar, çevresel deneyimler ve aldığı sosyal destekler doğrultusunda şekillenmektedir. Öz-yeterlik algısı yüksek olan bireyler, karşılaştıkları sorunlar karşısında daha kararlı ve ısrarcı bir tutum sergilemekte, zorlukların üstesinden gelmek için alternatif çözümler üretmektedir. Bunun aksine öz-yeterlik algısı düşük olan bireyler, daha fazla stres ve kaygı yaşamakta, başarısızlık korkusuyla hareket etmekte ve bu durum, bireylerin yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir (Atik ve Erkan, 2017).

Öz-yeterlik algısı, bireyin yaşamını pek çok açıdan etkileyen temel bir yapı olarak değerlendirilmektedir. Akademik başarı, mesleki performans, sosyal ilişkiler ve psikolojik iyi oluş, öz-yeterlik algısının belirleyici etkileri arasında yer almaktadır. Akademik alanda, öz-yeterlik algısı yüksek olan öğrenciler, öğrenme süreçlerinde daha aktif rol almakta, karşılaştıkları zorlukları birer öğrenme fırsatı olarak görmektedir. Bu öğrenciler, problemleri çözme becerileri ile daha etkili stratejiler geliştirmekte ve hedeflerine ulaşmada daha kararlı bir tutum sergilemektedir. Mesleki yaşamda ise öz-yeterlik algısı, bireylerin iş performanslarını artırmakta, problem çözme yeteneklerini güçlendirmekte ve liderlik becerilerini geliştirmelerine olanak tanımaktadır (Azizli vd., 2015). Psikolojik iyi oluş açısından, öz-yeterlik algısı, bireylerin stresle başa çıkma kapasitelerini artırmakta ve duygusal dengeyi sağlamalarına yardımcı olmaktadır. Öz-yeterlik algısı güçlü olan bireyler, karşılaştıkları olumsuz durumlarda daha dirençli bir tutum sergilemekte ve bu durum, onların yaşam kalitesini olumlu yönde etkilemektedir. Ayrıca, öz-yeterlik algısının düşük olduğu bireylerde depresyon, kaygı bozukluğu ve düşük özgüven gibi psikolojik

sorunların daha sık görüldüğü ifade edilmektedir. Bu nedenle, öz-yeterlik algısının güçlendirilmesi, bireylerin hem psikolojik hem de sosyal açıdan daha sağlıklı bireyler olmalarına katkı sağlamaktadır (Behjoo, 2013).

Öz-yeterlik algısının önemi, bireylerin yaşamlarını şekillendiren kritik bir etken olmasından kaynaklanmaktadır. Öz-yeterlik algısı, bireyin hedef belirleme sürecinden bu hedeflere ulaşmak için gösterdiği çabalara kadar pek çok alanı etkileyen bir mekanizma olarak işlev görmektedir. Bireylerin kendi potansiyellerine duyduğu güven, onların yalnızca bireysel başarılarını değil, aynı zamanda toplumsal katkılarını da artırmaktadır. Öz-yeterlik algısının yüksek olduğu bireyler, daha yaratıcı, girişimci ve yenilikçi fikirler geliştirmekte, bu durum toplumsal ilerlemeye katkı sağlamaktadır (Atik ve Erkan, 2017; Azizli vd., 2015). Öz-yeterlik algısının bireysel ve toplumsal düzeyde yarattığı olumlu etkiler, bu kavramın önemini bir kez daha ortaya koymaktadır. Bu nedenle, öz-yeterlik algısının geliştirilmesi ve güçlendirilmesi, bireylerin yaşam kalitesini artırmak ve topluma katkılarını en üst düzeye çıkarmak için kritik bir rol oynamaktadır.

2.3.2 Öz yeterlik İnancını Oluşturan Temel Kaynaklar

Öz-yeterlik algısı, bireylerin başarıya ulaşma ve zorluklarla başa çıkma kapasitelerine duydukları inanç olarak tanımlanmaktadır ve bu algıyı şekillendiren çeşitli faktörler bulunmaktadır. Bu faktörler, bireyin geçmişte yaşadığı deneyimlerden sosyal çevresine kadar geniş bir yelpazede etkili olmaktadır. Öz-yeterlik algısını etkileyen bu faktörler, bireyin psikolojik süreçlerini, motivasyon düzeyini ve davranışlarını doğrudan etkilemekte, bu durum bireyin yaşam kalitesine ve başarılarına yansımaktadır.

2.3.2.1 Başarı Deneyimi

Albert Bandura'nın sosyal bilişsel teorisine göre, bireyin geçmişte elde ettiği başarılar, öz-yeterlik algısının güçlenmesinde kritik bir rol oynamaktadır. Bir görevde elde edilen başarı, bireyin benzer durumlarda kendine olan güvenini artırmakta ve bu durum, bireyin daha karmaşık görevlerle başa çıkma kapasitesini güçlendirmektedir. Bunun aksine, başarısızlık deneyimleri, bireyin öz-yeterlik algısını olumsuz etkileyebilmekte ve başarısızlık korkusunu artırabilmektedir. Bu nedenle, bireyin yaşadığı başarı ve başarısızlıkların öz-yeterlik algısını şekillendiren temel unsurlar olduğu söylenebilmektedir (Dağbaşı, 2017). Özyeterlik gelişimi üzerinde en etkili olan kaynaktır (Kotaman, 2008).

2.3.2.2 Gözleyerek Öğrenme (Dolaylı Öğrenme Yaşantıları)

Bireyler, çevrelerindeki kişilerin başarılarını gözlemleyerek, benzer durumlarda kendilerinin de başarılı olabileceğine dair bir inanç geliştirmektedir. Özellikle bireyin rol model aldığı kişilerin başarıları, öz-yeterlik algısını güçlendirmekte ve bireye motivasyon sağlamaktadır. Genel olarak dolaylı deneyimlerin etkisinin bireyin gözlemlediği kişinin başarısına olan benzerliği ile ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Birey, gözlemlediği kişinin kendisine benzer olduğunu düşündüğünde, dolaylı deneyimlerin öz-yeterlik üzerindeki etkisi daha güçlü olmaktadır (Çakır, 2016, akt. Dağbaşı, 2017).

2.3.2.3 Sosyal İkna

Bireylerin çevresinden aldığı olumlu geri bildirimler, destekleyici ifadeler ve teşvikler, öz-yeterlik algısının artmasında önemli bir rol oynamaktadır. Sosyal çevreden gelen bu olumlu mesajlar, bireyin kendine olan güvenini artırmakta ve karşılaştığı zorluklarla başa çıkma kapasitesini güçlendirmektedir. Bununla birlikte, eleştiri ve olumsuz geri bildirimler, bireyin öz-yeterlik algısını zayıflatmakta ve

başarısızlık korkusunu tetikleyebilmektedir. Bu bağlamda, sosyal ikna süreçlerinin bireyin öz-yeterlik algısını şekillendiren önemli bir sosyal destek mekanizması olduğu belirtilmektedir (Demir, 2021). Özyeterliğin arttırılması hususunda diğer kaynaklara göre daha az etkili olduğu söylenebilir ama düzenli ve sistemli bir şekilde gerçekleştirildiği takdirde katkı sağladığı da bilinen bir gerçektir.

2.3.2.4 Fizyolojik ve Psikolojik Durumlar

Fizyolojik ve psikolojik durumlar da öz-yeterlik algısını etkileyen kritik faktörler arasında yer almaktadır. Bireylerin yaşadığı stres, kaygı ve yorgunluk gibi olumsuz durumlar, öz-yeterlik algısını zayıflatmakta ve bireyin kendine olan güvenini azaltmaktadır. Buna karşılık, olumlu duygusal durumlar, bireyin öz-yeterlik algısını arttırmakta ve bireyin karşılaştığı zorluklarla başa çıkma kapasitesini güçlendirmektedir. Özellikle, bireyin stresle başa çıkma becerilerinin gelişmiş olması, öz-yeterlik algısının yüksek olmasında etkili bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Fizyolojik ve psikolojik durumlar, bireyin çevresel faktörlere nasıl tepki verdiğini ve bu durumların öz yeterlik algısını nasıl şekillendirdiğini belirleyen önemli bir bileşen olarak değerlendirilmektedir (Demir, 2023).

Bireyin kendisini hem fiziksel olarak hem de ruhsal olarak iyi hissetmesi uğraş verdiği herhangi bir işi yerine getirme ihtimalini pozitif yönde etkilemektedir (Bıkmaz, 2004).

Kaygı, stres ve özgüven eksikliği gibi negatif durumlar ise kişinin özyeterliğinin olumsuz yönde etkilemesine sebep olabilir.

Özyeterlik düzeyi yüksek olan bireyler fizyolojik ve psikolojik uyanmayı güdüleyici bir yere koyarken özyeterliği düşük olan bireyler ise bunun tam aksini düşünerek performans azaltıcı bir etkisi olduğunu düşünmektedirler. Bireyin fiziksel anlamda iyi bir noktada olması direkt olarak özyeterlik üzerinde etkili olmasa bile

hastalık ve yorgunluk gibi olumsuzluklar özyeterlik düzeyini düşürücü bir etkiye sahiptir (Deniz ve Algan, 2007).

2.3.2.5 Demografik ve Sosyo-Ekonomik Faktörler

Demografik ve sosyo-ekonomik faktörler de bireyin öz-yeterlik algısını etkileyen unsurlar arasında yer almaktadır. Cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi ve ekonomik durum gibi bireysel özellikler, öz-yeterlik algısının şekillenmesinde farklı etkiler yaratmaktadır. Örneğin, yapılan araştırmalar, kadınların bazı durumlarda erkeklere kıyasla daha düşük öz-yeterlik algısına sahip olduğunu ancak bu farkın sosyal ve kültürel normlardan kaynaklanabildiğini göstermiştir. Benzer şekilde ekonomik açıdan daha dezavantajlı bireylerin öz-yeterlik algılarının daha düşük olduğu, bu durumun da kaynaklara erişim ve fırsat eşitsizliği ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Bu faktörlerin her biri, bireyin öz-yeterlik algısını şekillendirmekte ve bireyin yaşamındaki başarılarına, motivasyonuna ve psikolojik iyi oluşuna katkıda bulunmaktadır (Demir, 2021, akt. Demir, 2023). Öz-yeterlik algısını geliştirmek ve güçlendirmek, bireylerin yaşam kalitesini artırmak ve karşılaştıkları zorluklarla daha etkili bir şekilde başa çıkmalarını sağlamak açısından kritik bir önem taşımaktadır. Bu nedenle, öz-yeterlik algısını etkileyen faktörlerin anlaşılması, bireylerin kişisel ve sosyal gelişimlerine rehberlik etme potansiyeline sahiptir.

2.3.3 Öz yeterlik Algısına İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Öz-yeterlik algısı, bireyin belirli bir durumda ya da görevde başarılı olabileceğine dair inancını ifade eden önemli bir psikolojik yapı olarak tanımlanmaktadır. Öz-yeterlik algısına ilişkin kuramsal yaklaşımlar, bireylerin çevreyle etkileşimlerinde, zorluklarla başa çıkma kapasitelerinde ve hedef belirleme süreçlerinde bu kavramın belirleyici rolünü ortaya koymaktadır.

2.3.3.1 Sosyal Bilişsel Teori

Albert Bandura'nın Sosyal Bilişsel Teorisi öz-yeterlik algısının kuramsal temelini oluşturmaktadır. Bandura, bireylerin davranışlarının sadece çevresel faktörler tarafından belirlenmediğini, aynı zamanda bireylerin kendi düşünceleri ve inançları doğrultusunda şekillendiğini ileri sürmüştür. Sosyal bilişsel teoriye göre, öz-yeterlik algısı bireyin hedeflerine ulaşmak için sergilediği çabayı, karşılaştığı zorluklar karşısındaki ısrarını ve başarıya olan inancını belirlemektedir (Bozan, 2019).

2.3.3.2 Sosyal İnşacı Yaklaşım

Vygotsky'nin Sosyal İnşacı Yaklaşımı, öz-yeterlik algısının sosyal etkileşimler ve kültürel bağlam içinde şekillendiğini vurgulamaktadır. Bu yaklaşım, bireylerin öz-yeterlik algılarının sosyal çevrelerinden ve kültürel deneyimlerinden büyük ölçüde etkilendiğini savunmaktadır. Vygotsky'nin teorisine göre, bireylerin öz-yeterlik algıları, özellikle sosyal destek ve rehberlik yoluyla gelişmektedir. Sosyal etkileşimler, bireylerin kendi kapasitelerine dair olumlu bir algı geliştirmelerine olanak tanımakta, bu da öz-yeterlik algısını güçlendirmektedir (Bozkurt vd., 2020).

2.3.3.3 Öz Belirlenim Teorisi

Deci ve Ryan'ın Öz-Belirlenim Teorisi, öz-yeterlik algısını bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları bağlamında ele almaktadır. Bu teoriye göre, bireylerin yetkinlik, özerklik ve ait olma ihtiyaçları, öz-yeterlik algılarının oluşumunda kritik bir rol oynamaktadır. Yetkinlik ihtiyacı, bireylerin bir görevi başarıyla tamamlayabileceklerine dair hissettikleri güven duygusunu ifade etmektedir. Bu ihtiyaç karşılandığında, bireylerin öz-yeterlik algıları güçlenmekte ve motivasyonları artmaktadır. Özerklik ihtiyacı, bireylerin kendi kararlarını alma ve eylemlerini yönlendirme kapasitesini vurgulamakta, bu durum da öz-yeterlik algısını desteklemektedir (Brashi, 2022).

2.4 Özyeterlik Kavramı ile İlgili Yurtiçi ve KKTC’ de Yapılan Araştırmalar

Horasan (2022) çalışmasında okul öncesi öğretmenlerinin öz yeterlik algısı ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, okul öncesi öğretmenlerinin öz yeterlik algılarının kaygı düzeyleriyle nasıl ilişkilendiğini araştırmıştır. Sonuçlar, yüksek öz yeterlik algısına sahip öğretmenlerin kaygı düzeylerinin daha düşük olduğunu ve bu ilişkilerin öğretmenlerin profesyonel yeterliliklerini artırmada önemli bir rol oynadığını göstermektedir

Keser (2022) çalışmasında, Ankara ili kamu ve özel lise öğrencilerinin gelecek beklentileri ve öz yeterlikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, lise öğrencilerinin gelecek beklentileri ile öz yeterlik algılarının nasıl etkileşimde bulunduğunu araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek öz yeterlik algılarının, daha olumlu gelecek beklentileri geliştirmelerini sağladığını ve bu ilişkinin eğitim süreçlerinde önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Aydın (2020) çalışmasında üniversite öğrencilerinin uyku kalitesi, yaşam kalitesi ve akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, üniversite öğrencilerinin uyku kalitesinin yaşam kalitelerini ve akademik öz yeterliklerini nasıl etkilediğini araştırmıştır. Sonuçlar, uyku kalitesinin öğrencilerin yaşam kalitesine ve akademik başarılarına doğrudan etki ettiğini, iyi bir uyku düzeninin akademik öz yeterliklerini artırabileceğini göstermektedir.

Bozkurt vd. (2020) çalışmasında üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, belirsizliğe tahammülsüzlük, gelecekte iş bulmaya yönelik algı ve öz yeterlikleri araştırılmıştır. Çalışma, üniversite öğrencilerinin umutsuzluk seviyeleri, belirsizliğe tahammülleri, iş bulma algıları ve öz yeterlikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek öz yeterlik düzeylerinin umutsuzluk ve belirsizlikle

başı çıkmalarını kolaylaştırdığını, ancak iş bulma kaygılarının öğrencilerin genel psikolojik iyilik halleri üzerinde olumsuz etkiler yarattığını göstermektedir.

Demircioğlu ve Işık (2020) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algıları incelenmiştir. Çalışma, üniversite öğrencilerinin kendi akademik ve kişisel yeterliliklerine dair algılarının, öğrenme süreçleri ve akademik başarıları üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin öz yeterlik algılarının yüksek olmasının akademik başarıları ve genel psikolojik iyilik halleri üzerinde olumlu bir etki yarattığını göstermektedir.

Hamad vd. (2020) çalışmasında üniversite öğrencilerinin akademik öz-yeterlilik ve yaşam kalitelerinin fiziksel aktivite yapma durumlarına göre incelenmesi yapılmıştır. Çalışma, üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite yapma alışkanlıklarının akademik öz-yeterlilik ve yaşam kalitesi üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Sonuçlar, düzenli fiziksel aktivite yapan öğrencilerin daha yüksek akademik öz-yeterlilik ve yaşam kalitesine sahip olduklarını göstermektedir, bu da fiziksel aktivitenin genel iyilik hali üzerindeki olumlu etkilerini vurgulamaktadır.

Dicleli (2019) çalışmasında ergenlerin bazı sosyodemografik verilerinin, öz-yeterlilik algıları ve akran zorbalığı üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Çalışma, ergenlerin öz yeterlik algılarının ve akran zorbalığına karşı verdikleri tepkilerin, sosyodemografik faktörlere (yaş, cinsiyet, aile yapısı vb.) göre nasıl değiştiğini araştırmıştır. Sonuçlar, ergenlerin öz yeterlik algılarının yüksek olduğunda, akran zorbalığına karşı daha dirençli olduklarını ve aile yapısının bu ilişkilerde önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

Güler (2019) çalışmasında ergenlerde öznel iyi oluş, kimlik statüleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışma, ergenlerin öznel iyi oluş seviyeleri ile kimlik statüleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkileri

incelemiştir. Sonuçlar, ergenlerin aile içindeki destekleyici ilişkiler ve kimlik statülerinin, onların genel iyilik halleri üzerinde önemli etkiler yarattığını göstermektedir. Bu faktörlerin ergenlerin psikolojik sağlığı üzerinde belirleyici bir rol oynadığı ortaya konmuştur.

İleri (2019) çalışmasında Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin akademik öz yeterliliklerinin gelecek beklentisi üzerine etkisi incelenmiştir. Çalışma, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akademik öz yeterlik algılarının, gelecek beklentileri üzerindeki etkisini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin akademik öz yeterliliklerinin yüksek olmasının, onların gelecek beklentilerini olumlu şekilde etkilediğini ve başarıya dair umutlarını artırdığını göstermektedir.

Aktaş (2017) çalışmasında akademik güdülenme ile akademik öz yeterlik arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, ilahiyat fakültesi öğrencileri arasında akademik güdülenme ile akademik öz yeterlik arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu iki faktörün öğrencilerin akademik performansları üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek akademik güdülenmeye sahip olmalarının, akademik öz yeterliklerini artırarak başarılarını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

Atık ve Erkan (2017) çalışmasında, lise öğrencilerinin umut düzeylerinin yordanması ele alınmıştır. Çalışma, lise öğrencilerinin umut düzeylerini akademik öz yeterlik ve problem çözme becerilerinin nasıl etkilediğini incelemiştir. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek akademik öz yeterlik ve güçlü problem çözme becerilerinin, umut düzeylerini artırarak daha olumlu bir akademik performans sergilemelerine katkıda bulunduğunu ortaya koymuştur.

Dağbaşı (2017) çalışmasında, ilköğretim 6. sınıf öğrencilerinin matematik dersine ilişkin duyuşsal özellikleri incelenmiştir. Çalışma, öğrencilerin matematik dersine karşı duydukları duygusal tutumları, motivasyonlarını ve bu duyguların ders

başarısına olan etkilerini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin matematikle ilgili olumsuz duygularının, başarılarını engellediğini ve bu duyguların olumlu yönde değiştirilmesi için öğretim yöntemlerinin çeşitlendirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Ekinci ve Gökler (2017) çalışmasında ortaöğretim öğrencilerinin akademik öz yeterliklerinin ve akademik erteleme davranışlarının öğrenilmiş çaresizlikleri üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çalışma, ortaöğretim öğrencilerinin akademik öz yeterlikleri ile akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu faktörlerin öğrencilerin öğrenilmiş çaresizlik algıları üzerindeki etkilerini değerlendirmiştir. Sonuçlar, öğrencilerin akademik öz yeterliklerinin yüksek olmasının, erteleme davranışlarını ve öğrenilmiş çaresizlik algılarını azalttığını göstermektedir.

Kaya ve Bozkurt (2017) çalışmasında, kadercilik eğilimi ile öz-yeterlik inancı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, bireylerin kadercilik eğilimlerinin, öz yeterlik inançları ve kullandıkları savunma mekanizmalarıyla nasıl etkileşimde olduğunu araştırmıştır. Sonuçlar, kadercilik eğiliminin yüksek olan bireylerin, öz yeterlik inançlarının daha düşük olduğunu ve savunma mekanizmalarını daha yoğun kullandıklarını göstermektedir. Ayrıca, savunma mekanizmalarının, bu kişilerin psikolojik esnekliklerini etkilediği bulunmuştur.

Çakır (2016) çalışmasında üniversite öğrencilerinin iş arama yetkinlik düzeyleri incelenmiştir. Çalışma, üniversite öğrencilerinin iş arama sürecindeki yetkinliklerini değerlendirmiş ve bu yetkinliklerin öğrencilerin iş bulma başarısını nasıl etkilediğini araştırmıştır. Sonuçlar, iş arama yetkinliklerinin öğrencilerin iş bulma sürecindeki başarılarıyla doğrudan ilişkili olduğunu ve bu yetkinliklerin

arttırılmasının, öğrencilerin iş piyasasında daha etkili olmalarına yardımcı olacağını göstermektedir.

Kartopu (2016) çalışmasında üniversite öğrencilerinin öz yeterlilik ve kimlik duygusu kazanım düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi yapılmıştır. Çalışma, öğrencilerin öz yeterlik ve kimlik duygusu kazanım düzeylerini, çeşitli sosyo-demografik değişkenler (örneğin, cinsiyet, yaş) açısından incelemiştir. Sonuçlar, öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin kimlik duygusu ile doğrudan ilişkili olduğunu ve bu ilişkilerin kişisel gelişim üzerinde belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir.

Katrancı (2015) çalışmasında bireysel ve grup yazma etkinliklerinin yazma kaygısı ve yazılı ifade üzerindeki öz yeterlik algısı üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çalışma, öğrencilerin yazma kaygılarını azaltmak ve yazılı ifade becerilerini geliştirmek amacıyla yapılan bireysel ve grup yazma etkinliklerinin etkilerini incelemiştir. Sonuçlar, grup yazma etkinliklerinin öğrencilerin yazma kaygılarını daha fazla azalttığını ve yazılı ifade üzerindeki öz yeterlik algısını olumlu yönde artırdığını ortaya koymuştur.

Gülşen (2013) çalışmasında sosyal öz-yeterlik ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişki çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Çalışma, bireylerin sosyal öz-yeterlik algılarının psikolojik iyi olma durumlarıyla nasıl bir ilişki içinde olduğunu, ayrıca bu ilişkinin demografik ve psikolojik faktörler tarafından nasıl şekillendiğini araştırmıştır. Sonuçlar, yüksek sosyal öz-yeterlik algısının psikolojik iyi olma düzeyini artırdığını ve bireylerin sosyal etkileşimlerinin bu ilişkiyi güçlendirdiğini ortaya koymaktadır.

Kayış (2013) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin başarı yönelimleri incelenmiştir. Çalışma, üniversite öğrencilerinin başarıya yönelik tutumlarını ve bu

tutumların akademik başarıları üzerindeki etkilerini değerlendirmiştir. Sonuçlar, başarı yönelimlerinin, öğrencilerin akademik performanslarını etkileyen önemli bir faktör olduğunu ve başarıyı içsel olarak motive eden öğrencilerin daha yüksek başarı gösterdiğini ortaya koymuştur.

2.5 Özyeterlik Kavramı ile İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Güçlü, Draganovic ve Elen (2024) çalışmasında, çevrimiçi öğrenme öz yeterlik inançlarının, COVID-19 pandemisi sırasında üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşunu nasıl etkilediği araştırılmıştır. Çalışma, çevrimiçi eğitim sırasında öğrencilerin öğrenme öz yeterlik algılarının, onların psikolojik iyilik halleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Sonuçlar, çevrimiçi öğrenme öz yeterlik algılarının yüksek olan öğrencilerin, pandeminin olumsuz etkilerine rağmen daha yüksek öznel iyi oluşa sahip olduklarını göstermektedir.

Liu vd. (2024) çalışmasında, algılanan stres ve genel öz yeterlik arasındaki iki yönlü azalma etkileri üniversite öğrencileri üzerinde incelenmiştir. Çalışma, algılanan stres ile genel öz yeterlik arasındaki ilişkiyi incelemek için çapraz-gecikmeli bir analiz yöntemi kullanmıştır. Sonuçlar, algılanan stres ve genel öz yeterlik arasında karşılıklı bir etkileşim olduğunu, yani yüksek stresin öz yeterlik algısını azaltırken, düşük öz yeterlik de algılanan stresin artmasına yol açtığını ortaya koymuştur.

Liu vd. (2024) çalışmasında, elite üniversite öğrencilerinde stres ve akademik öz yeterlik arasındaki ilişki longitudinal bir analizle araştırılmıştır. Çalışma, prestijli üniversitelerdeki öğrencilerin stres düzeyleri ile akademik öz yeterlik algıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlar, stresin öğrencilerin akademik öz yeterlik algılarını olumsuz yönde etkilediğini ve bu ilişkinin zamanla daha belirgin hale geldiğini göstermektedir.

Mohammadnabizadeh ve Khalvati (2024) çalışmasında üniversite öğrencilerinin bağımlılık potansiyelini, mental sağlık, öz yeterlik ve algılanan sosyal destekle ilişkilendirerek tahmin etme incelenmiştir. Çalışma, üniversite öğrencilerinin bağımlılık potansiyelini, mental sağlık durumu, öz yeterlik algıları ve sosyal destek düzeyleri ile tahmin etmeyi amaçlamıştır. Sonuçlar, düşük mental sağlık ve düşük öz yeterlik düzeylerinin, öğrencilerin bağımlılık potansiyelini artırdığı, sosyal desteğin ise bu ilişkiyi olumlu yönde etkileyerek bağımlılık riskini azalttığı ortaya konmuştur.

Döş (2023) çalışmasında, mutlu okul, genel öz yeterlik, akademik öz yeterlik ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, okul ortamının öğrencilerin mutluluğu, genel öz yeterlikleri ve akademik öz yeterlikleriyle ilişkisini araştırmıştır. Sonuçlar, okul ortamının öğrencilerin yaşam memnuniyetini ve akademik başarılarını olumlu şekilde etkileyerek, genel öz yeterlik algılarının artırılmasına katkı sağladığını göstermektedir.

Kılıçarslan vd. (2023) çalışmasında, öz yeterliğin, fitness merkezlerinde egzersiz yapan bireylerde beden takdirini tahmin etmedeki etkisi incelenmiştir. Çalışma, fitness merkezlerinde egzersiz yapan bireylerin öz yeterlik algılarının beden takdirleriyle olan ilişkisini araştırmıştır. Sonuçlar, yüksek öz yeterlik algısının bireylerin bedenlerine duydukları takdiri artırdığını ve egzersiz motivasyonlarını güçlendirdiğini göstermektedir.

Li vd. (2023) çalışmasında, başarı motivasyonu ve üniversite öğrencilerinin genel öz yeterliği arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışma, başarı motivasyonunun üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik algıları üzerindeki etkisini ve bu ilişkinin nasıl mediatörler aracılığıyla şekillendiğini incelemiştir. Sonuçlar, başarı motivasyonunun, öğrencilerin genel öz yeterlik algılarını artırmada önemli bir rol

oynadığını ve bu ilişkinin belirli kişisel faktörler tarafından moderatör olarak etkilediğini ortaya koymuştur.

Brashi (2022) çalışmasında öz yeterlik algısının, GPA ve akademik bilgisayar kullanımı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma, Suudi Arabistan'daki bir üniversitenin lisans düzeyindeki çeviri öğrencilerinin öz yeterlik algılarının, akademik başarıları ve bilgisayar kullanım alışkanlıkları üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek öz yeterlik algılarının, daha yüksek akademik başarı ve bilgisayar kullanımında daha fazla etkinlik gösterdiğini, dolayısıyla eğitim süreçlerinde öz yeterlik algılarının önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

Fakhrou ve Habib (2022) çalışmasında akademik öz yeterlik ve akademik başarı arasındaki ilişki özel eğitim bölümü öğrencileri üzerinde araştırılmıştır. Çalışma, özel eğitim öğrencilerinin akademik öz yeterlik algılarının, akademik başarıları üzerindeki etkilerini incelemiştir. Sonuçlar, akademik öz yeterlik algılarının yüksek olan öğrencilerin daha yüksek akademik başarı gösterdiğini, dolayısıyla akademik öz yeterliğin başarıyı yordayan önemli bir faktör olduğunu ortaya koymuştur.

Uyar ve Güneş (2022) çalışmasında öğretmen adaylarının öz yeterlik algıları ve metakognitif becerilerinin, ölçme ve değerlendirme dersi başarısını tahmin etmedeki rolü araştırılmıştır. Çalışma, öğretmen adaylarının öz yeterlik algılarının ve metakognitif becerilerinin, ölçme ve değerlendirme dersindeki başarılarını nasıl etkilediğini incelemiştir. Sonuçlar, öğretmen adaylarının yüksek öz yeterlik algılarının ve güçlü metakognitif becerilerinin, ders başarısını artırmada etkili olduğunu ortaya koymuştur.

Al-Mwadih vd. (2021) çalışmasında öz yeterlik ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki üniversite öğrencileri üzerinde araştırılmıştır. Çalışma, üniversite öğrencilerinin

öz yeterlik algıları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuçlar, yüksek öz yeterlik algısına sahip öğrencilerin daha yüksek yaşam kalitesine sahip olduklarını ve bu iki faktörün birbirini olumlu şekilde etkilediğini ortaya koymuştur.

Atabey (2020) çalışmasında lise öğrencilerinin geleceğe yönelik beklentileri ve öz yeterliklerinin, okul aidiyet duygusunu yordayıcıları olarak incelenmiştir. Çalışma, lise öğrencilerinin geleceğe dair beklentilerinin ve öz yeterliklerinin, okulda aidiyet duygularını nasıl etkilediğini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek öz yeterlik algılarının ve olumlu geleceğe dair beklentilerinin, okul aidiyet duygusunu güçlendirdiğini ve öğrencilerin okula daha bağlı hissettiklerini göstermektedir.

Hayat vd. (2020) çalışmasında, akademik öz yeterlik, öğrenme ile ilgili duygular ve metakognitif öğrenme stratejilerinin tıp öğrencilerinin akademik performansı ile ilişkisi araştırılmıştır. Çalışma, tıp öğrencilerinin akademik performanslarını etkileyen akademik öz yeterlik, öğrenme ile ilgili duygular ve metakognitif stratejiler arasındaki ilişkileri incelemiştir. Sonuçlar, akademik öz yeterlik ve metakognitif stratejilerin, öğrencilerin akademik başarıları üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olduğunu ve öğrenme duygularının da bu ilişkiyi moderatör bir rol oynadığını ortaya koymuştur.

Bozbeyüdü ve Alev (2019) çalışmasında öğretmenlerin genel öz yeterlik algıları ile politik beceri düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, öğretmenlerin genel öz yeterlik algılarının, onların politik beceri düzeyleriyle olan ilişkisini incelemiştir. Sonuçlar, öğretmenlerin yüksek öz yeterlik algılarının, politik beceri düzeylerini geliştirdiğini ve bu becerilerin öğretmenlerin profesyonel ilişkilerini güçlendirdiğini ortaya koymuştur.

Zeytin (2019) çalışmasında öz yeterliğin akademik başarıdaki rolü araştırılmıştır. Çalışma, öz yeterlik algısının, öğrencilerin akademik başarıları

üzerindeki etkisini incelemiştir. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek öz yeterlik algılarının, onların akademik başarılarını doğrudan artırdığını göstermiştir.

Ranjbaran vd. (2016) çalışmasında sosyal fobiye ilişkin bir model geliştirilmiş ve bu modelin sosyal öz yeterlik, utangaçlık ve başa çıkma tarzı ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışma, ortaokul öğrencilerinin sosyal fobi risklerini, sosyal öz yeterlik düzeyleri, utangaçlıkları ve kullandıkları başa çıkma stratejileri ile nasıl tahmin edilebileceğini araştırmıştır. Sonuçlar, düşük sosyal öz yeterlik ve yüksek utangaçlık düzeylerinin, öğrencilerde sosyal fobiye yatkınlık oluşturduğunu ve başa çıkma stratejilerinin bu ilişkiler üzerinde belirleyici bir rol oynadığını göstermektedir.

Azizli vd. (2015) çalışmasında genel öz yeterlik, geleceğe yönelik planlama ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışma, bireylerin genel öz yeterlik düzeyleri ile geleceğe dair plan yapma eğilimleri ve yaşam memnuniyetleri arasındaki ilişkileri değerlendirmiştir. Sonuçlar, yüksek öz yeterlik algısına sahip bireylerin daha fazla geleceğe yönelik plan yapma eğiliminde olduklarını ve yaşam memnuniyetlerinin de daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Ruiz-González, Videra ve Moreno-Murcia (2015) çalışmasında, görev odaklılık, genel öz yeterlik ve öz belirlenen motivasyonun eğlence ve sıkılma üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma, bireylerin görev odaklılıkları, öz yeterlik algıları ve içsel motivasyonlarının, eğlenme ve sıkılma deneyimleri üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Sonuçlar, yüksek öz yeterlik ve içsel motivasyonun, bireylerin daha fazla eğlenmelerini sağladığını, ancak düşük görev odaklılığın sıkılma duygusunu artırdığını göstermektedir.

Saricam (2015) çalışmasında öz yeterlik algısının, öznel canlılık ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkideki aracılık rolü incelenmiştir. Çalışma, Türk ergenleri üzerinde, öznel canlılık ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkiyi, öz yeterlik algısının

aracılık edip etmediği bağlamında incelemiştir. Sonuçlar, öz yeterlik algısının, öğrencilerin okul tükenmişliğine karşı daha dirençli olmalarını sağlayarak, öznel canlılık ile okul tükenmişliği arasındaki ilişkiyi etkilediğini göstermektedir.

Behjoo (2013) çalışmasında öz yeterlik, akademik öz yeterlik, problem çözme becerileri ve yabancı dil başarıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, öğrencilerin genel öz yeterlik algılarının, akademik öz yeterlikleri, problem çözme becerileri ve yabancı dil başarıları ile nasıl ilişkili olduğunu araştırmıştır. Sonuçlar, yüksek öz yeterlik algısının, öğrencilerin problem çözme becerilerini ve yabancı dil başarılarını olumlu şekilde etkilediğini ve akademik başarıyla güçlü bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir.

2.6 Kaygı

Psikoloji biliminde bireyin içine bulunduğu ruhsal durumu anlatan kaygı ifadesi ilk olarak Freud'un söylemi ile egonun bir türevi şeklinde örneklendirilmiştir. Bu durum Freud'un önderliğinde psikolojide önemli bir yer edinmiştir. Freud'un önderliğinde yürütülen Psikanalizm'de Freud'un arkadaş grubunun da ele aldığı durumlardan birisi haline gelen kaygı, bireyin içinde bulunduğu ruhsal oluşumdan fazla manalar da eklenerek kaygı durumu daha çok özen gösterilmiştir. Kısaca tanımıyla kaygı, oluşma ihtimali olan tehlikenin korkusunun dışarıdan görünümü insanda yansıyan tedirginlik veya mantık dışı korku hali olarak tanımlanmıştır. Kaygı gözle görmeksizin olması sebebiyle korkudan farklıdır, korkunun insan veya bir durum olsun varlığı bilinir, fakat kaygının varlığı belirsizdir (Budak, 2000, akt. Manav, 2011). Kaygı halinde ki birey bir şeylerden korkmuş gibidir, bireyi rahatsız olarak tanımlana bilinir ve kötü şeylerin olabilme ihtimallerini kuran bir ruh hali içerisinde.

Kaygı, vücudun huzurunu bozan duruma geri bildirim ya da huzursuzluğa sebep olan düzeni tekrardan yoluna koyamama durumlarına ortaya çıkmaktadır (Kati, 2016). Kaygı, günlük gereksinimler giderilemediğinde meydana gelen huzursuzluk durumudur.

İnsanların yapısı gereği psikolojik olaylar ve çevresel etmenler sonucunda bireylerin verdiği kişisel tepkilerdir (Şahin, 2019).

Ele alındığında olumsuz tanımlara rağmen vücut için koruma, uyarma, harekete geçirme kriterlerini de barındırır (Dağtekin vd., 2020). Normal sınırlarda yaşanan kaygı, hayatın akışı içinde yapmak gereken sorumlulukları yerine getirmede teşvik edici yönleri olduğu sonucuna varılır.

Kaygı, psikolojik sorunlar ve travmatik durumlar ile karşılaşan kişiler de görülmemektedir. Farklı durumlar da içinde bulunduğu da meydana gelen kaygı durumu, psikolojik açıdan sağlıklı görülen kişilerde de belli dönemlerde gözlemlenir.

2.6.1 Kaygı Belirtileri

Yaygın olarak kaygı bozukluğu durumlarında gözlemlenen; duygusal, davranışsal ve fizyolojik etkileri kısaca açıklanmıştır (Akbalık, 2005).

Bilişsel belirtiler : Şaşkınlık durumu, zihin yanılmaları olabilir. Belirsizlik, ortam olağan dışı gözlemlenir. tehlikelerin odağında olma durumu olabilir. Kişi için önemli konuları hatırlamakta güçlük çekme, zihinde bulanıklık, kendini kaybedeceği hissi, düşünme zorluğu gözlemlenebilir. Hayatıyla ilgili konuları çözemeyeceği düşüncesi, fiziksel zarar göreceği, ya da ölüm korkusu, eleştirilme korkusu gibi belirtileri gözlemlenebilir.

Fizyolojik belirtiler : Göğüs bölgesinde sıkışma, titreme, kalp çarpıntısı, ellerde ve vücutta terleme, karın bölgesinde ağrı, iştah kapanması, yorgunluk, mide bulantısı gibi belirtiler gözlemlenebilmektedir .

Davranışsal belirtiler : Vücut hareketlerinde koordinasyon sıkıntısı, sabit bir noktada duramama, arka arkaya hızlı ve düzensiz nefes almak, fazla hareketlilik ya da hareketsizlik gözlemlenebilmektedir.

2.6.2 Kaygının Çeşitleri

Kaygı iki aşamalı, diğer bir söylem ile durumluk kaygı ve sürekli kaygı olmak üzere iki farklı şekilde açıklanmaktadır (Katı, 2016):

- **Durumluk Kaygı :** Bireyin tahammül zorunluluğunda olduğu zorlu durumların sebebiyet verdiği kişisel bakış açısı ile yorumladığı korku tipidir. Durumluk kaygının iyi örneklerinden birisi iş görüşmeleri ve sınavlardır. Kişinin kendisi için hayatını geri kalanında etkilerinin görüleceği durumların hemen öncesinde yaşanan kaygıya durumluk kaygı denilmektedir. Durumluk kaygı, bireyin huzursuz hissettiği bir olayda ilk verdiği duygusal tepkimedir. Kişiyi huzursuz eden olaylar yok olduğunda durumluk kaygı da ortadan kalkacaktır. Durumluk kaygı kişinin mevcut durumu ya da hadiseyi riskli bir etkenmişcesine varsayımından kaynaklı meydana gelmiştir. Durumluk kaygı olayın sonlanması ile kendiliğinden kaybolacaktır. Uzun zamanlı seyretmez, sonlanan olayla belirtileri de tamamen kaybolur. Olay bitiminde de kaygı düzeyi azalma yönünde seyir alır. Süreçle birlikte sinir sisteminin tetiklenmesi sonucunda ortaya çeşitli semptomlar da çıkmıştır. Ellerde titreme, vücutta kızarma şeklinde semptomlar gözlenmesi kişinin stres ve kaygı durumlarının yaşandığını kanıtlar niteliktedir. Bu semptomlar kaygının kriterleri arasında yerini almaktadır.
- **Sürekli Kaygı :** Bireyin yaşadığı olaya kaygılı yaklaşmasını ve olayları kaygılı olarak önlemler almasını hissettirir. Sürekli kaygısı fazla olan

bireylerde gergin olayları riskliymiş gibi düşünme hissiyatını yaşarlar. Sürekli kaygısı az olan insanlara göre durumluk kaygıya tepkisini daha başarılı verirler. Sürekli kaygı bozukluğu, kişinin normal olayları riskli ve kendisini rahatsız edecek gibi hissetmesinden oluşan duygu durumu ve mutsuzluk durumlarıdır ve hayatın tamamında bu durum hissedilmektedir.

2.6.3 Gelecek Kaygısı Kavramı

Gelecek kaygısı, bireylerin gelecekte karşılaşılabilecekleri belirsizlikler, olumsuz olaylar ve başarısızlık ihtimalleri karşısında hissettikleri endişe, korku ve huzursuzluk durumu olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram, bireyin geleceğe yönelik algılarını ve beklentilerini etkileyen önemli bir psikolojik süreç olarak değerlendirilmektedir. Gelecek kaygısı, bireyin yaşamındaki belirsizlikler ve kontrol edemediği dışsal faktörler karşısında geliştirdiği bir tepki olarak ortaya çıkmakta ve kişinin duygusal, bilişsel ve davranışsal süreçlerini doğrudan etkilemektedir. Gelecek kaygısı, bireylerin yaşamındaki belirsizliklerle ilişkilendirilmekte ve bireylerin karşılaşılabilecekleri potansiyel tehditlere dair olumsuz değerlendirmelerinden kaynaklanmaktadır. Kaygı, bireyin bir duruma karşı hazırlıklı olmasını sağlama işlevine sahip olmakla birlikte, aşırı düzeyde yaşandığında bireyin işlevselliğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Demircioğlu ve Işık, 2020). Gelecek kaygısı, bireyin geleceğe yönelik plan yapma, hedef belirleme ve bu hedeflere ulaşma konusundaki motivasyonunu zayıflatabilmekte ve bireyin psikolojik iyi oluşuna zarar verebilmektedir. Bu nedenle, gelecek kaygısı, bireyin yaşam kalitesini etkileyen önemli bir faktör olarak ele alınmaktadır.

Gelecek kaygısının oluşumunda, bireyin kişisel özellikleri, çevresel faktörler ve toplumsal beklentiler önemli bir rol oynamaktadır. Özellikle belirsizliklere karşı düşük toleransa sahip bireylerde, gelecek kaygısının daha yoğun bir şekilde yaşandığı

gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra, ekonomik koşullar, toplumsal baskılar ve hızlı değişen çevresel dinamikler, bireylerin geleceğe dair endişelerini artırmaktadır. Örneğin, ekonomik belirsizlikler, işsizlik korkusu ve kariyer hedeflerinin gerçekleşememe ihtimali, bireylerde gelecek kaygısının önemli bir kaynağı olarak değerlendirilmektedir. Gelecek kaygısı, bireylerin yaş dönemlerine göre farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır (Dicleli, 2019). Çocukluk ve ergenlik döneminde gelecek kaygısı, genellikle eğitim ve akademik başarıya ilişkin endişelerle ilişkilendirilmektedir. Üniversite öğrencileri arasında, gelecek kaygısı daha çok kariyer hedefleri, ekonomik durum ve toplumsal beklentilerle bağlantılı olarak ortaya çıkmaktadır. Yetişkin bireylerde ise bu kaygı, ekonomik istikrar, aile sorumlulukları ve yaşlanma sürecine yönelik endişelerle şekillenmektedir. Her yaş grubunda farklı şekillerde tezahür eden gelecek kaygısı, bireyin yaşadığı çevresel ve kişisel koşullardan doğrudan etkilenmektedir (Demircioğlu ve Işık, 2020; Dicleli, 2019).

Gelecek kaygısının psikolojik etkileri de dikkate değer bir öneme sahiptir. Aşırı düzeyde yaşanan gelecek kaygısı, bireyde stres, anksiyete ve depresyon gibi olumsuz duygusal durumların oluşmasına neden olabilmektedir. Bu durum, bireyin bilişsel işlevlerini ve karar alma süreçlerini olumsuz yönde etkileyerek bireyin rasyonel düşünme ve sorun çözme yeteneklerini zayıflatabilmektedir (Döş, 2023).

Belirli bir düzeyde gelecek kaygısı, bireyin kendini geliştirme çabasını desteklemekte ve bireyi gelecekte karşılaşılabileceği olası sorunlara karşı hazırlıklı olmaya yönlendirmekte ama bu kaygının yoğunluğu arttığında bireyin işlevselliği olumsuz etkilenmekte ve bireyin geleceğe yönelik olumlu bir tutum geliştirmesi zorlaşmaktadır (Ekinci ve Gökler, 2017). Bu kavram, bireyin yaşamında hem olumlu hem de olumsuz etkiler yaratabilecek bir potansiyele sahiptir. Gelecek kaygısının bireyin yaşamına olan etkilerinin anlaşılması, bireylerin bu kaygıyı yönetmelerine

yardımcı olacak stratejilerin geliştirilmesine olanak tanımaktadır. Bu bağlamda, bireyin çevresel ve kişisel faktörlerden kaynaklanan kaygılarını anlamak ve bu kaygıları yönetebilmek için uygun psikolojik destek mekanizmalarının oluşturulması gerekmektedir. Gelecek kaygısının bireyin yaşamını etkileyen önemli bir psikolojik süreç olması, bu kavramın derinlemesine incelenmesi gerektiğini göstermektedir.

Gelecek kaygısı, özellikle genç nüfus üzerinde büyük bir baskı ve strese neden olmaktadır. Bireylerin hayatlarına ne şekilde devam edeceklerini ve yaptıkları işten yeterince doyum sağlayıp sağlayamayacaklarını, çalıştıkları alanın ayakta kalıp kalamayacağı gibi sorular zihinlerini oldukça meşgul etmektedir bu durum gençlerin gelecek adına kaygı oluşturmaya sebebiyet vermektedir (Türköz, Bektaş ve Çiçek, 2021).

2.6.4 Gelecek Kaygısı Kavramının Önemi

Gelecek kaygısı, bireyin yalnızca gelecekteki olaylara yönelik endişelerini değil, aynı zamanda bu endişelerin bireyin davranışlarına, düşüncelerine ve duygularına olan etkilerini de kapsamaktadır. Bu nedenle, gelecek kaygısı bireyin hem psikolojik hem de sosyal işlevselliğini derinden etkileyen bir süreç olarak ele alınmaktadır (Döş, 2023; Ekinci ve Gökler, 2017). Gelecek kaygısı, insan yaşamında evrensel bir duygu olmasına rağmen, bu duygunun yoğunluğu ve etkileri bireyden bireye farklılık göstermektedir. Bireyler, geleceğe yönelik beklentilerinde belirsizliklerle karşılaştıklarında kaygı yaşamaktadır. Bu durum, bireyin kontrol edemediği çevresel faktörlere, geçmiş deneyimlere ve bireyin kişisel özelliklerine bağlı olarak farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır. Gelecek kaygısı, özellikle bireyin hedeflerine ulaşma motivasyonunu ve karar alma süreçlerini etkileyerek, bireyin yaşamındaki dengeyi bozabilmektedir (Emiroğlu, 2020).

Gelecek kaygısının önemi, bireyin yaşam kalitesi üzerindeki etkilerinden kaynaklanmaktadır. Kaygı, bireyin çevresel tehditlere karşı hazırlıklı olmasını sağlayan doğal bir mekanizma olmasına rağmen, yoğun olarak hissedildiğinde bireyin işlevselliğini olumsuz yönde etkilemektedir. Aşırı düzeyde yaşanan gelecek kaygısı, bireyin stres, anksiyete ve depresyon gibi psikolojik sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir. Bu durum, bireyin hem kişisel hem de sosyal yaşamını olumsuz etkileyerek, bireyin özgüvenini, karar alma süreçlerini ve yaşamdan aldığı doyumunu azaltmaktadır (Ersöz, 2018). Özellikle üniversite öğrencileri gibi hayatlarının önemli bir geçiş döneminde olan bireylerde, gelecek kaygısının yoğunluğu daha fazla hissedilmektedir. Eğitim, kariyer ve ekonomik beklentiler gibi faktörler, bu kaygının temel kaynakları arasında yer almaktadır. Gelecek kaygısının bireyin yaşamındaki önemi, aynı zamanda bireyin yaşamında oluşturduğu davranışsal değişimlerle de ilişkilendirilmektedir. Gelecekte olası tehditlere karşı bir tür uyarıcı mekanizma olarak işlev gören kaygı, bireyin kendisini geliştirme ve hedeflerine ulaşma konusunda motive olmasını sağlayabilmektedir. Eğer birey kaygıyı kontrol edebilmekteyse, bu durum bireyin kendini daha fazla çaba göstermeye yönlendirmesine neden olmaktadır (Emiroğlu, 2020; Ersöz, 2018).

Gelecek kaygısının toplumsal boyutu da dikkate alındığında, bireyin çevresel ve kültürel faktörlerden etkilenerek bu kaygıyı şekillendirdiği görülmektedir. Ekonomik belirsizlikler, hızlı teknolojik değişimler, küresel sorunlar ve toplumsal beklentiler, bireylerin gelecek kaygısını artıran önemli faktörler arasında yer almaktadır (Fakhrou ve Habib, 2022). Özellikle ekonomik krizler, işsizlik korkusu ve sosyal statü kaygısı gibi unsurlar, bireyin gelecekteki yaşamına dair olumsuz bir bakış açısı geliştirmesine yol açabilmektedir. Bu durum, bireylerin sadece bireysel düzeyde değil, aynı zamanda toplumsal düzeyde de olumsuz etkiler yaşamasına neden

olmaktadır. Gelecek kaygısının önemi, bireyin yaşam kalitesi, psikolojik sağlığı ve karar alma süreçleri üzerindeki etkileri ile ilişkilendirilmektedir. Bu kavramın bireyin yaşamındaki etkilerinin anlaşılması, bireylerin bu kaygıyı yönetebilmelerine yönelik stratejilerin geliştirilmesini gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda, bireylerin gelecek kaygısıyla başa çıkabilmeleri ve daha olumlu bir yaşam sürdürebilmeleri için uygun psikolojik destek mekanizmalarının oluşturulması önem taşımaktadır. Gelecek kaygısının bireylerin yaşamındaki rolü, bu kavramın derinlemesine incelenmesini ve bireyin hem bireysel hem de toplumsal katkılarını artıracak şekilde ele alınmasını gerekli kılmaktadır (Güler, 2019).

2.6.5 Gelecek Kaygısı Üzerinde Etkili Olan Faktörler

Gelecek kaygısı, bireylerin geleceğe yönelik algıları ve beklentileri üzerinde etkili olan çeşitli faktörlerden kaynaklanmaktadır. Bu faktörler, bireyin psikolojik, sosyal, ekonomik ve çevresel koşulları ile doğrudan ilişkilidir. Gelecek kaygısının oluşumunu ve yoğunluğunu belirleyen bu faktörler, bireylerin düşünce süreçlerini, duygusal tepkilerini ve davranışlarını şekillendirmektedir. Her bir faktör, bireyin yaşamındaki belirsizlikler karşısında verdiği tepkiler ve bu belirsizliklerle başa çıkma mekanizmaları üzerinde farklı düzeylerde etkili olmaktadır.

2.6.5.1 Psikolojik Faktörler

Bireyin gelecek kaygısını en çok etkileyen unsurlar arasında yer almaktadır. Bireyin kişilik özellikleri, öz-yeterlik algısı ve stresle başa çıkma becerileri, geleceğe yönelik kaygının yoğunluğunu belirleyen temel psikolojik bileşenlerdir (Horasan, 2022). Öz-yeterlik algısı düşük olan bireyler, gelecekteki belirsizlikler karşısında kendilerini yetersiz hissederek daha yüksek düzeyde kaygı yaşamaktadır. Bunun yanı sıra bireyin geçmişte yaşadığı travmatik deneyimler, başarısızlıklar ve hayal kırıklıkları, geleceğe yönelik olumsuz beklentiler geliştirmesine yol açarak kaygıyı

artırmaktadır. Ayrıca bireyin stresle başa çıkma becerilerinin zayıf olması, gelecek kaygısının daha yoğun bir şekilde hissedilmesine neden olmaktadır (İleri, 2019).

2.6.5.2 Sosyal Faktörler

Bireyin içinde bulunduğu sosyal çevre, aile yapısı ve destek sistemleri ile ilişkilidir. Sosyal çevrenin bireye sağladığı destek düzeyi, geleceğe yönelik algıları üzerinde doğrudan etkili olmaktadır. Aileden, arkadaşlardan ve toplumsal çevreden alınan destek, bireyin belirsizliklere karşı daha güçlü bir tutum sergilemesine yardımcı olmaktadır. Bunun aksine, sosyal destek yetersizliği, bireyin yalnızlık ve güvensizlik hislerini artırarak gelecek kaygısını derinleştirmektedir. Aile içindeki ekonomik ve duygusal sorunlar, bireyin gelecekte karşılaşabileceği risklere dair algılarını olumsuz yönde etkilemektedir (Horasan, 2022; İleri, 2019). Ayrıca, toplumsal beklentiler ve baskılar, bireylerin gelecekte başarılı olma ya da belirli standartlara ulaşma konusunda daha fazla kaygı yaşamalarına yol açmaktadır.

2.6.5.3 Ekonomik Faktörler

Bireyin maddi koşulları ve gelecekteki ekonomik güvenliği ile doğrudan ilişkilidir. Özellikle ekonomik istikrarsızlık, işsizlik korkusu ve finansal belirsizlikler, bireylerin gelecek kaygısını artıran önemli etkenler arasında yer almaktadır. Üniversite öğrencileri gibi ekonomik bağımsızlıklarını tam olarak kazanmamış bireylerde, iş bulma ve finansal sürdürülebilirlik endişesi, gelecek kaygısını daha da yoğunlaştırmaktadır. Bunun yanı sıra, ekonomik kaynaklara erişimin sınırlı olması, bireylerin geleceklerine yönelik olumsuz beklentiler geliştirmelerine neden olmaktadır. Ekonomik refahın düşük olduğu toplumlarda, bireylerin geleceğe dair daha karamsar bir bakış açısı geliştirdikleri gözlemlenmiştir (Kartopu, 2016).

2.6.5.4 Eğitimsel Faktörler

Bireyin akademik başarısı, kariyer hedefleri ve mesleki beklentileri ile ilişkilidir. Eğitim sistemi içindeki rekabet, öğrencilerin gelecek kaygılarını artıran önemli bir unsur olarak görülmektedir. Üniversite öğrencileri, mezuniyet sonrası iş bulma ve kariyerlerini şekillendirme konusunda yüksek düzeyde belirsizlik yaşamaktadır. Bu belirsizlikler, bireylerin gelecek kaygılarını artırarak, onların psikolojik iyi oluşlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca, bireylerin eğitim düzeyi, gelecek kaygısının yoğunluğu üzerinde belirleyici bir faktör olarak öne çıkmaktadır (Katrancı, 2015). Eğitim düzeyi düşük olan bireylerin, gelecekte karşılaşılabilecekleri zorluklarla başa çıkma konusunda daha fazla endişe duydukları ifade edilmektedir.

2.6.5.5 Çevresel ve Toplumsal Faktörler

Bireylerin yaşadıkları çevrenin koşulları ve toplumun genel dinamikleri ile ilişkilidir. Ekonomik krizler, doğal afetler, politik istikrarsızlıklar ve küresel sorunlar, bireylerin gelecek kaygısını artıran önemli çevresel faktörler arasında yer almaktadır. Örneğin işsizlik oranlarının yüksek olduğu veya politik belirsizliklerin yoğun yaşandığı bir toplumda bireyler, geleceğe yönelik daha fazla endişe duymaktadır (Kartopu, 2016; Katrancı, 2015). Ayrıca, teknolojik değişimler ve küresel rekabet, bireylerin gelecekteki mesleki pozisyonlarını ve yetkinliklerini sorgulamalarına neden olarak kaygıyı artırmaktadır. Toplumsal beklentiler ve sosyal normlar da bireylerin geleceğe dair algılarını şekillendirmekte, belirli standartlara ulaşamama korkusu, bireylerin kaygı düzeylerini yükseltmektedir.

Psikolojik, sosyal, ekonomik, eğitimsel ve çevresel faktörlerin her biri, bireyin geleceğe yönelik algılarını ve beklentilerini şekillendirmekte ve kaygının yoğunluğunu belirlemektedir. Bu faktörlerin her birinin etkisini anlamak, bireylerin

gelecek kaygısını yönetebilmesi için uygun stratejiler geliştirilmesine katkı sağlamaktadır. Gelecek kaygısının bireyin yaşam kalitesini ve psikolojik iyi oluşunu etkileyen önemli bir unsur olduğu dikkate alındığında, bu faktörlerin detaylı bir şekilde incelenmesi, bireylerin daha sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri için gereklilik arz etmektedir (Kaya ve Bozkurt, 2017).

2.7 Gelecek Kaygısı Kavramına İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Gelecek kaygısı, bireylerin gelecekte karşılaşılabilecekleri belirsizlikler, riskler ve olumsuzluklara yönelik hissettikleri endişeyi ifade etmektedir. Bu kavram, bireylerin psikolojik süreçlerini, karar alma mekanizmalarını ve yaşam kalitesini etkileyen çok boyutlu bir olgu olarak ele alınmaktadır. Gelecek kaygısına ilişkin kuramsal yaklaşımlar, bu kaygının bireylerin davranışları üzerindeki etkilerini ve kaygının oluşumunu belirleyen temel dinamikleri açıklamayı amaçlamaktadır (Fakhrou ve Habib, 2022; Güler, 2019). Bu bağlamda, farklı teoriler, bireyin gelecek kaygısını nasıl deneyimlediğini ve bu durumun birey üzerinde nasıl bir etki yarattığını açıklamaktadır.

Psikanalitik, bilişsel davranışçı, egzistansiyalist, sosyal bilişsel, gelişimsel ve stres temelli yaklaşımlar, gelecek kaygısının bireyin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını nasıl şekillendirdiğini açıklamaktadır. Bu yaklaşımlar, bireyin gelecek kaygısını anlamasına ve bu kaygıyı yönetmesine yönelik çeşitli araçlar sunmaktadır. Gelecek kaygısının bireyin yaşamında hem uyum sağlayıcı hem de engelleyici etkileri olabileceği dikkate alındığında, bu kavramın çok boyutlu bir şekilde ele alınması, bireylerin psikolojik iyi oluşlarını desteklemek için önemli bir temel sağlamaktadır (Hamad ve Coşkun, 2020; Hayat vd., 2020).

2.7.1 Psikanalitik Yaklaşım

Gelecek kaygısını bireyin bilinçdışı süreçleriyle ilişkilendirmektedir. Sigmund Freud'a göre, kaygı, bireyin bilinçdışında biriken korku ve çatışmaların dışavurumu olarak ortaya çıkmaktadır. Bu yaklaşım, bireylerin geçmişte yaşadıkları travmatik deneyimlerin ve çatışmaların, geleceğe yönelik kaygılar üzerinde belirleyici bir etkisi olduğunu öne sürmektedir. Freud, bireyin bilinçdışındaki çatışmaların, gelecekte karşılaşılabilecek olumsuz durumlarla birleşerek kaygı düzeyini artırabileceğini savunmuştur (Güçlü vd., 2024). Bu kurama göre, birey, gelecekte karşılaşılabileceği belirsizlikleri ve tehditleri geçmiş deneyimlerinin bir yansıması olarak algılamakta ve bu durum, gelecek kaygısını artırmaktadır.

2.7.2 Bilişsel Davranışçı Yaklaşım

Gelecek kaygısının bireylerin düşünce kalıpları ve bilişsel çarpıtmaları ile ilişkili olduğunu savunmaktadır. Bu yaklaşım, bireylerin geleceğe dair olumsuz beklentilerinin ve bu beklentileri değerlendirme biçimlerinin, kaygının temel kaynakları arasında yer aldığını öne sürmektedir. Bilişsel davranışçı teoriye göre, bireylerin belirsiz durumlara yönelik algıları, kaygı düzeylerini belirleyen en önemli faktörlerden biridir. Olumsuz düşünce kalıpları ve felaketleştirme eğilimleri, bireylerin gelecekte karşılaştıkları durumları olduğundan daha tehdit edici görmelerine neden olmaktadır. Bu yaklaşım, bireyin kaygıyı yönetebilmesi için olumsuz düşünce kalıplarını değiştirmesi gerektiğini vurgulamaktadır (Gülşen, 2013).

2.7.3 Egzistansiyalist Yaklaşım

Gelecek kaygısını bireyin varoluşsal kaygılarıyla ilişkilendirmektedir. Bu yaklaşım, bireyin geleceğe yönelik endişelerini, yaşamın anlamı, ölüm korkusu ve özgürlük arayışı gibi temel varoluşsal meselelerle ilişkilendirmektedir. Viktor Frankl ve Rollo May gibi düşünürler, bireylerin yaşamın belirsizliği karşısında hissettikleri

kaygının, onların varoluşsal durumlarının bir sonucu olduğunu savunmuştur. Bu kurama göre, birey, yaşamındaki belirsizlikler ve geleceğe dair kontrol edemediği unsurlar karşısında bir anlam arayışı içindedir. Bu anlam arayışı, bireyde bir tür kaygı yaratmakta ancak aynı zamanda bireyin daha derin bir farkındalık geliştirmesine de olanak tanımaktadır.

2.7.4 Sosyal Bilişsel Teori

Gelecek kaygısını bireyin çevresiyle etkileşimi bağlamında ele almaktadır. Albert Bandura'nın sosyal bilişsel teorisi, bireylerin gelecek kaygısını deneyimlemesinde çevresel faktörlerin ve öğrenilmiş davranışların etkili olduğunu öne sürmektedir (Güçlü vd., 2024; Gülşen, 2013). Bu yaklaşım, bireyin çevresindeki tehdit unsurlarını gözlemleyerek veya deneyimleyerek kaygı geliştirebileceğini savunmaktadır. Bandura'ya göre, bireylerin öz-yeterlik algıları, gelecek kaygıları üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Öz-yeterlik algısı düşük olan bireyler, belirsizliklere karşı daha yüksek düzeyde kaygı yaşamakta, buna karşın öz-yeterlik algısı güçlü olan bireyler, bu kaygıyı yönetmede daha başarılı olmaktadır (Hamad ve Coşkun, 2020).

2.7.5 Gelişimsel Yaklaşım

Gelecek kaygısını bireyin yaşam dönemlerine bağlı olarak ele almaktadır. Erik Erikson'un psikososyal gelişim teorisi, bireylerin yaşamlarındaki her bir gelişimsel dönemde farklı krizlerle karşılaştığını ve bu krizlerin bireyin geleceğe yönelik algılarını etkilediğini savunmaktadır. Özellikle genç yetişkinlik döneminde bireyler, kimlik oluşturma ve gelecekteki rollerini belirleme süreçlerinde yoğun kaygı yaşayabilmektedir. Bu kurama göre, bireyin gelişimsel döneme özgü ihtiyaçları ve bu ihtiyaçları karşılama kapasitesi, gelecek kaygısının yoğunluğunu belirlemektedir (Hayat vd., 2020).

2.7.6 Stres ve Başa Çıkma Yaklaşımı

Gelecek kaygısını bireyin stresle başa çıkma mekanizmaları bağlamında açıklamaktadır. Lazarus ve Folkman'ın stres teorisine göre, bireyler geleceğe yönelik belirsizlikler karşısında stres yaşamakta ve bu stres, bireyin başa çıkma becerilerine bağlı olarak kaygıya dönüşebilmektedir. Bu yaklaşım, bireyin kaynaklarının, sosyal destek sistemlerinin ve bireysel başa çıkma stratejilerinin kaygı düzeyini belirlediğini vurgulamaktadır. Stresle etkili bir şekilde başa çıkabilen bireylerin gelecek kaygısını daha düşük seviyelerde yaşadığı ifade edilmektedir.

2.8 Aile Tutumlarının Genel Özyeterlik ve Gelecek Kaygısı Üzerindeki Etkileri

Aile, bireyin gelişiminde ve psikolojik süreçlerinde temel bir rol oynamaktadır. Öz-yeterlik algısı ve gelecek kaygısı gibi bireyin yaşamını derinden etkileyen kavramların oluşumunda aile tutumları belirleyici bir etkiye sahip olmaktadır. Aile, bireyin ilk sosyal çevresi olarak, onun güven duygusunu, özgüvenini ve belirsizliklere karşı başa çıkma becerilerini şekillendirmektedir. Aile tutumları, bireyin kendine duyduğu inancı, geleceğe dair umutlarını ve kaygı düzeylerini yönlendiren önemli bir sosyal yapı olarak değerlendirilmektedir (Kayış, 2013).

Aile tutumlarının genel öz-yeterlik üzerindeki etkisi, bireyin öz-değer algısını ve yetkinlik hissini şekillendirmesi bakımından kritik bir öneme sahiptir. Destekleyici ve güven veren bir aile ortamında büyüyen bireyler, kendi kapasitelerine olan inançlarını güçlendirmekte ve karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma konusunda daha kararlı bir tutum sergilemektedir. Özellikle demokratik aile tutumları, bireylerin öz-yeterlik algısını artırmakta ve onların bağımsız karar alma becerilerini geliştirmelerine katkı sağlamaktadır. Demokratik ailelerde bireylerin fikirleri dinlenmekte, kararlarına saygı gösterilmekte ve bireyler teşvik edici bir tutumla desteklenmektedir (Kaya ve

Bozkurt, 2017; Kayış, 2013). Bu durum, bireylerin kendi yeteneklerine duydukları güvenin artmasına ve sorun çözme becerilerinin gelişmesine yol açmaktadır. Bunun aksine, otoriter ve aşırı koruyucu aile tutumları, bireyin öz-yeterlik algısını olumsuz etkilemektedir. Otoriter ailelerde bireyler genellikle cezalandırıcı ve baskıcı bir tutumla karşılaşmakta, bu da onların özgüvenlerini zayıflatmakta ve bağımsızlıklarını sınırlamaktadır. Aşırı koruyucu aileler ise bireyin sorumluluk almasını engelleyerek, bireyin kendi başına hareket etme kapasitesini zayıflatmaktadır. Bu tür aile tutumları, bireyin kendine olan inancını azaltmakta ve gelecekte karşılaşabileceği zorluklarla başa çıkma becerisini olumsuz yönde etkilemektedir. Sonuç olarak, aile tutumları, bireyin öz-yeterlik algısını güçlendiren ya da zayıflatan temel faktörlerden biri olarak değerlendirilmektedir (Keser, 2022).

Aile tutumlarının gelecek kaygısı üzerindeki etkisi, bireyin gelecekte karşılaşabileceği belirsizlikler karşısında geliştirdiği duygusal tepkileri doğrudan etkilemektedir. Destekleyici ve anlayışlı bir aile ortamında büyüyen bireyler, gelecek kaygısını daha düşük düzeyde deneyimlemektedir. Bu tür aileler, bireylerin sorunlarla başa çıkmalarında onlara rehberlik etmekte ve bireylerin geleceğe dair umutlu bir bakış açısı geliştirmelerine olanak tanımaktadır. Aile içindeki güvenli iletişim, bireylerin geleceğe yönelik beklentilerini olumlu bir şekilde şekillendirmekte ve belirsizliklere karşı daha dirençli olmalarını sağlamaktadır. Öte yandan, eleştirel, ilgisiz ya da baskıcı aile tutumları, bireylerin gelecek kaygısını artırmaktadır (Kılıçarslan vd., 2023). Eleştirel aile tutumlarında bireyler, sürekli olarak başarısızlık korkusu ve yetersizlik hissiyle mücadele etmekte, bu da onların geleceğe yönelik endişelerini derinleştirmektedir. İlgisiz ailelerde ise bireyler, yalnızlık hissi ve güvensizlik duygularıyla karşı karşıya kalmakta, bu durum bireylerin belirsizliklere karşı daha savunmasız hale gelmesine neden olmaktadır. Baskıcı aile tutumları,

bireylerin karar alma süreçlerini olumsuz yönde etkileyerek, onların geleceğe dair kontrol algısını zayıflatmaktadır. Bu tür aile ortamlarında yetişen bireylerin gelecek kaygısını daha yoğun bir şekilde deneyimlediği gözlemlenmiştir (Keser, 2022; Kılıçarslan vd., 2023).

Ayrıca, ailenin ekonomik durumu ve eğitim düzeyi gibi faktörler de bireyin genel öz-yeterlik algısı ve gelecek kaygısı üzerinde dolaylı bir etkiye sahiptir. Ekonomik olarak güçlü bir aile ortamında yetişen bireyler, kaynaklara daha kolay erişim sağlayabildikleri için kendilerine olan güvenlerini artırabilmekte ve gelecek kaygılarını daha iyi yönetebilmektedir. Bunun aksine, ekonomik zorluklarla karşı karşıya kalan ailelerde bireyler, geleceklerine dair daha yoğun bir kaygı yaşamaktadır. Benzer şekilde, eğitim düzeyi yüksek olan ailelerin bireyleri, sorunlarla başa çıkma ve belirsizlikleri yönetme konusunda daha etkili beceriler geliştirmektedir. Demokratik ve destekleyici aile tutumları, bireylerin öz-yeterlik algısını güçlendirmekte ve geleceğe dair olumlu bir tutum geliştirmelerine katkı sağlamaktadır (Kuybu, 2019). Buna karşılık, otoriter, aşırı koruyucu, ilgisiz ve eleştirel aile tutumları, bireyin öz-yeterlik algısını zayıflatmakta ve geleceğe yönelik kaygılarını artırmaktadır. Bu bağlamda, ailelerin bireylerin gelişim süreçlerindeki kritik rolü, genel öz-yeterlik algısının ve gelecek kaygısının anlaşılmasında önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Li vd., 2023).

2.8.1 Koruyucu Tutumlar

Koruyucu aile tutumları, ebeveynlerin çocuklarını aşırı derecede himaye ederek onların risklerle ve zorluklarla karşılaşmasını önlemeye çalıştığı bir yaklaşımı ifade etmektedir. Bu tür tutumlar, ebeveynlerin çocuklarını fiziksel, duygusal ve sosyal tehditlerden koruma isteği ile şekillenmektedir. Genel olarak koruyucu aile tutumları, her ne kadar iyi niyetle yapılsa da bireylerin özgüvenlerini, bağımsızlıklarını ve öz-

yeterlik algılarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Aşırı koruma, bireyin kendi başına deneyim kazanma fırsatlarını kısıtlamakta ve bireyin sorun çözme becerilerinin gelişmesini engelleyebilmektedir. Koruyucu aile tutumlarında, ebeveynler genellikle çocuklarının karşılaşılabileceği olası risklerden kaçınmalarını sağlamaya çalışmaktadır. Çocuklarının kendi kararlarını almalarına izin vermeyen, onların yerine karar veren ya da zorluklarla yüzleşmelerine fırsat tanımayan ebeveynler, bireylerin bağımsızlık duygusunu zayıflatmaktadır (Kuybu, 2019; Li vd., 2023). Bu durum, bireylerde yetersizlik hissi yaratmakta ve öz-yeterlik algısının düşmesine neden olmaktadır. Bireyler, sürekli olarak ebeveynlerinin yönlendirmesi ile hareket ettiklerinde, kendi potansiyellerine olan güvenlerini kaybetmekte ve kendi kararlarının sonuçlarına katlanma deneyimi edinmemektedir. Bu durum, bireylerin ilerleyen yaşlarında karşılaştıkları zorluklar karşısında yeterli direnç geliştirememelerine yol açmaktadır.

Koruyucu tutumların bireyin gelecek kaygısı üzerindeki etkisi de dikkat çekmektedir. Koruyucu ailelerde büyüyen bireyler, belirsizliklerle başa çıkma becerileri geliştiremedikleri için geleceğe yönelik kaygılarını daha yoğun bir şekilde deneyimlemektedir. Bu bireyler, yaşamlarındaki sorunlarla başa çıkma konusunda kendilerini hazırlıksız hissetmekte ve geleceklerine dair daha olumsuz bir bakış açısı geliştirmektedir. Aşırı koruma, bireyin kendini keşfetme ve bağımsız hareket etme süreçlerini kısıtladığından bireylerde özgüven eksikliğine ve belirsizlik karşısında kaygı artışına neden olmaktadır (Liu vd., 2024). Koruyucu tutumlar, bireyin sosyal ilişkileri üzerinde de etkili olmaktadır. Bu tür ailelerde yetişen bireyler, genellikle sosyal çevrelerinde bağımsız kararlar almada zorluk yaşamaktadır. Ebeveynlerinin aşırı müdahalesine alışmış bireyler, sosyal çevrelerinde kendi görüşlerini ifade etme ve sorumluluk alma konusunda çekingen davranmaktadır. Bu durum, bireylerin sosyal becerilerinin gelişmesini engellemekte ve bireyin sosyal ortamlardaki uyumunu

zorlaştırmaktadır. Sosyal destek eksikliği ve kendine güvenin azalması, bireylerin gelecekte karşılaşacakları sosyal ve mesleki belirsizlikler karşısında daha yüksek düzeyde kaygı yaşamalarına neden olmaktadır (Liu vd., 2024).

Koruyucu aile tutumlarının bireyin öz-yeterlik algısını zayıflatması, bireylerin yaşamlarındaki başarılarını da olumsuz etkilemektedir. Özgüven eksikliği ve bağımsız karar alma becerisinin yetersizliği, bireylerin akademik ve mesleki başarılarında düşüşe yol açabilmektedir. Ebeveynlerin sürekli rehberlik sağladığı bireyler, kendi kapasitelerini sorgulamakta ve zorluklarla başa çıkamayacaklarına inanmaktadır. Bu durum, bireylerin gelecekteki hedeflerine ulaşma konusunda motivasyon eksikliği yaşamalarına ve hedeflerini gerçekleştirememeye korkusuyla hareket etmelerine neden olmaktadır (Menekşe, 2019). Aynı zamanda, bu tutumlar bireylerin geleceğe dair endişelerini artırarak, gelecek kaygısını daha yoğun bir şekilde deneyimlemelerine neden olmaktadır. Koruyucu tutumlar, bireyin bağımsızlık geliştirme, karar verme ve sorun çözme becerilerini kısıtlamaktadır. Bu bağlamda, koruyucu aile tutumlarının bireyin psikolojik, sosyal ve akademik gelişimi üzerindeki olumsuz etkilerinin fark edilmesi ve bu tutumların dengeli bir şekilde ele alınması önem taşımaktadır. Ailelerin bireyleri koruma isteği ile bireyin özgüvenini ve bağımsızlığını destekleme gerekliliği arasında bir denge kurması, bireyin sağlıklı bir psikolojik ve sosyal gelişim göstermesi için kritik bir öneme sahiptir (Mohammadnabizadeh ve Khalvati, 2024).

2.8.2 Demokratik Tutumlar

Demokratik aile tutumları, aile üyeleri arasında karşılıklı saygı, güven ve anlayışa dayalı bir ilişki biçimini ifade etmektedir. Bu tutum, ebeveynlerin çocuklarının bireysel haklarına ve özgürlüklerine saygı duyması, onların duygularını ve düşüncelerini dikkate alması, karar alma süreçlerinde aktif bir şekilde yer almalarına olanak tanınması ile karakterize edilmektedir. Demokratik aile tutumları,

bireylerin özgüven, sorumluluk duygusu ve öz-yeterlik algılarının güçlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Aynı zamanda, bireylerin geleceğe yönelik olumlu bir bakış açısı geliştirmelerine katkı sağlamakta ve gelecek kaygısını azaltmaktadır. Demokratik tutumlar, bireyin öz-yeterlik algısını olumlu yönde etkileyen bir ortam sunmaktadır. Demokratik ailelerde, bireylerin karar alma süreçlerine katılımı teşvik edilmekte ve bağımsızlıkları desteklenmektedir (Menekşe, 2019; Mohammadnabizadeh ve Khalvati, 2024). Ebeveynler, bireyin görüşlerini ve önerilerini dinleyerek, onların kendilerini ifade etmelerine olanak tanımaktadır. Bu durum, bireylerde “değerli olma” hissini güçlendirmekte ve kendilerine olan güvenlerini artırmaktadır. Karar alma süreçlerine katılım sağlayan bireyler, kendi becerilerinin farkına varmakta ve bu becerilerini geliştirme fırsatı bulmaktadır. Ayrıca, demokratik ailelerde bireylere karşı yapılan olumlu geri bildirimler, onların öz-yeterlik algılarını güçlendirmekte ve karşılaştıkları zorluklarla daha kolay başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır (Ranjbaran vd., 2016).

Bu tutumlar, bireyin sorumluluk alma ve bağımsız hareket etme becerilerini desteklemektedir. Demokratik bir aile ortamında yetişen bireyler, kendi kararlarının sonuçlarına katlanma deneyimi kazanmakta ve bu durum onların problem çözme kapasitelerini artırmaktadır. Ebeveynler, bireyin başarısızlıklarını da olumlu bir şekilde ele alarak, bireyin hatalarından ders çıkarma ve gelişme fırsatı bulmasına olanak tanımaktadır. Bu tür bir yaklaşım, bireylerin kendi potansiyellerine olan inançlarını güçlendirmekte ve gelecekte karşılaşılabilecekleri zorluklarla daha etkili bir şekilde başa çıkmalarını sağlamaktadır (Ruiz-González vd., 2015).

Demokratik aile tutumlarının bireyin gelecek kaygısı üzerindeki etkisi de son derece olumlu bir şekilde gözlemlenmektedir. Bu tutumlar, bireylerin geleceğe yönelik umutlu ve güvenli bir bakış açısı geliştirmelerine katkı sağlamaktadır. Demokratik

ailelerde yetişen bireyler, gelecekte karşılaşabilecekleri belirsizlikleri bir tehdit olarak görmek yerine, birer fırsat olarak değerlendirme eğilimindedir. Ebeveynlerin bireylere sağladığı destekleyici ve teşvik edici yaklaşımlar, bireylerin gelecekte karşılaşabilecekleri sorunlarla başa çıkma konusunda kendilerini daha güçlü hissetmelerine yardımcı olmaktadır. Bu durum, bireylerin geleceğe yönelik kaygılarının azalmasını ve daha olumlu bir tutum geliştirmelerini sağlamaktadır. Demokratik tutumlar, bireyin sosyal ilişkilerini de olumlu yönde etkilemektedir. Bu ailelerde yetişen bireyler, sağlıklı bir iletişim becerisi geliştirmekte ve çevreleriyle daha uyumlu bir şekilde etkileşim kurmaktadır (Ranjbaran vd., 2016; Ruiz-González vd., 2015). Aile içindeki açık iletişim ve karşılıklı saygı, bireylerin sosyal ortamlarda kendilerini daha rahat ifade etmelerine ve ilişkilerinde daha başarılı olmalarına olanak tanımaktadır. Sosyal destek sistemlerinin güçlü olması, bireylerin geleceğe yönelik endişelerini azaltmakta ve kendilerini daha güvende hissetmelerini sağlamaktadır. Bu tür bireyler, yalnızca ailelerinden değil, aynı zamanda sosyal çevrelerinden de destek alarak, belirsizliklerle başa çıkma konusunda daha etkili bir tutum sergilemektedir. Demokratik aile tutumları, bireyin akademik ve mesleki başarılarına da katkı sağlamaktadır.

Bu ailelerde bireyler, kendi ilgi ve yeteneklerini keşfetme fırsatı bulmakta ve bu doğrultuda kariyer hedeflerini belirlemektedir. Ailelerin bireye yönelik teşvik edici yaklaşımları, bireylerin kendilerini geliştirme ve hedeflerine ulaşma konusundaki motivasyonlarını artırmaktadır. Demokratik ailelerde bireylerin başarıları kutlanmakta, başarısızlıkları ise birer öğrenme fırsatı olarak değerlendirilmektedir. Bu yaklaşım, bireylerin gelecek kaygılarını azaltmakta ve hedeflerine ulaşma yolunda daha cesur adımlar atmalarını sağlamaktadır. Bu tutumlar, bireylerin özgüvenini desteklemekte, bağımsızlıklarını teşvik etmekte ve problem çözme becerilerini

geliştirmelerine olanak tanımaktadır (Saricam, 2015). Ayrıca, bireylerin geleceğe yönelik pozitif bir tutum sergilemelerine ve belirsizliklerle daha güçlü bir şekilde başa çıkmalarına katkı sağlamaktadır. Demokratik aile tutumlarının bireyin psikolojik ve sosyal gelişimi üzerindeki olumlu etkileri dikkate alındığında, bu tutumların benimsenmesi, bireylerin daha sağlıklı ve başarılı bir yaşam sürdürebilmeleri için kritik bir öneme sahiptir.

2.8.3 Baskıcı Tutumlar

Baskıcı aile tutumları, ebeveynlerin çocuklarına karşı otoriter, kontrol edici ve katı bir yaklaşım sergilemesiyle karakterize edilmektedir. Bu tutumda, ebeveynler, çocuklarının davranışlarını sıkı bir şekilde denetlemekte, onların karar alma süreçlerini sınırlamakta ve genellikle çocuklarının görüşlerine ve duygularına önem vermemektedir. Baskıcı tutumlar, bireyin özgüvenini, bağımsızlık duygusunu ve problem çözme becerilerini olumsuz yönde etkileyerek hem öz-yeterlik algısında düşüşe hem de gelecek kaygısında artışa neden olmaktadır. Bu tür bir yaklaşım, bireyin psikolojik, sosyal ve akademik gelişimini kısıtlayan önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Baskıcı tutumların öz-yeterlik algısı üzerindeki etkisi genellikle olumsuz olmaktadır. Baskıcı ailelerde bireyler, sürekli olarak kontrol edilmekte ve kendi kararlarını alma fırsatı bulamamaktadır (Uyar ve Güneş, 2022). Bu durum, bireylerin kendi kapasitelerine duyduğu güveni zayıflatmakta ve onları pasif bir tutum sergilemeye yönlendirmektedir. Baskıcı ailelerde yetişen bireyler, bağımsız hareket etmek yerine ebeveynlerinin yönlendirmelerine ve talimatlarına bağlı kalmakta, bu da onların özgüvenlerini ve öz-yeterlik algılarını zayıflatmaktadır. Sürekli eleştirilen ve cezalandırılan bireylerde, başarısızlık korkusu ve yetersizlik hissi ön plana çıkmaktadır. Bu bireyler, sorunlarla karşılaştıklarında kendi başlarına çözüm üretememekte ve genellikle dışarıdan yardım beklemektedir. Bu durum, bireylerin

hem kişisel hem de mesleki yaşamlarında etkili bir şekilde hareket etmelerini zorlaştırmaktadır (Sarıcam, 2015; Uyar ve Güneş, 2022).

Baskıcı aile tutumları, bireylerin gelecek kaygısı üzerinde de derin etkiler yaratmaktadır. Bu ailelerde yetişen bireyler, sürekli olarak ebeveynlerinin beklentilerini karşılama baskısı altında hissetmekte ve bu durum, onların geleceğe dair endişelerini artırmaktadır. Baskıcı ebeveynlerin aşırı yüksek standartlar belirlemesi ve bu standartlara ulaşılmadığında eleştirel bir tutum sergilemesi, bireylerin başarısızlık korkusunu yoğunlaştırmaktadır. Bu bireyler, gelecekteki hedeflerine ulaşma konusunda kendilerini yeterli görmemekte ve belirsizliklerle başa çıkma becerilerini yetersiz bulmaktadır (Zeytin, 2019). Baskıcı tutumların neden olduğu güvensizlik ve korku, bireylerin gelecek kaygılarını daha yoğun bir şekilde yaşamalarına yol açmaktadır. Baskıcı aile tutumları, bireylerin psikolojik sağlıklarını ve sosyal ilişkilerini de olumsuz yönde etkilemektedir. Bu tutumlar, bireylerde stres, anksiyete ve depresyon gibi psikolojik sorunlara yol açabilmektedir. Ebeveynlerin katı ve cezalandırıcı tutumları, bireylerde düşük özgüven ve yüksek düzeyde stres yaratmaktadır. Ayrıca, baskıcı ailelerde yetişen bireyler, sosyal ilişkilerde çekingenlik gösterebilmekte ve kendilerini ifade etmede zorluk yaşayabilmektedir. Bu bireyler, genellikle sosyal çevrelerinde bağımsız hareket etmekte zorlanmakta ve bu durum, onların sosyal destek sistemlerinden yeterince faydalanamamalarına neden olmaktadır. Sosyal destek eksikliği, bireylerin gelecekte karşılaştacakları zorluklarla başa çıkma kapasitelerini olumsuz etkilemekte ve gelecek kaygısını artırmaktadır (Acar, 2023).

Baskıcı tutumlar, bireylerin akademik ve mesleki başarılarını da olumsuz yönde etkilemektedir. Ailelerin yüksek başarı beklentileri, bireyler üzerinde aşırı bir baskı oluşturmakta ve bu durum, bireylerin performans kaygısını artırmaktadır.

Baskıcı ailelerde yetişen bireyler, genellikle risk almaktan kaçınmakta ve hata yapma korkusuyla hareket etmektedir. Bu durum, bireylerin kendilerini geliştirme ve yeni beceriler edinme fırsatlarını sınırlamaktadır (Akarca, 2019). Ayrıca, bireyler kendi ilgi ve yeteneklerine uygun hedefler belirleyememekte ve bu durum, onların akademik ve mesleki yaşamlarında başarısızlık korkusu yaşamalarına neden olmaktadır. Sürekli olarak eleştirilen ve cezalandırılan bireyler, kendi potansiyellerine olan inançlarını kaybetmekte ve bu da öz-yeterlik algısının düşmesine ve gelecek kaygısının artmasına yol açmaktadır. Bu tutumlar, bireylerde yoğun bir gelecek kaygısı yaratmakta ve bireyin yaşamında uzun vadeli olumsuz etkiler bırakmaktadır. Baskıcı tutumlar nedeniyle bireyler, bağımsız hareket etme ve karar verme becerilerini geliştirememekte, bu durum onların yaşamın farklı alanlarındaki başarılarını ve mutluluklarını sınırlamaktadır. Bu bağlamda, ailelerin baskıcı tutumlar yerine daha destekleyici, anlayışlı ve teşvik edici bir yaklaşım benimsemeleri, bireylerin öz-yeterlik algılarını güçlendirmek ve gelecek kaygılarını azaltmak açısından son derece önem taşımaktadır (Acar, 2023; Akarca, 2019).

2.9 Gelecek Kaygısına İlişkin Yurtiçinde ve KKTC’de Yapılan Araştırmalar

Acar (2023) çalışmasında üniversite öğrencilerinin maneviyat ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, üniversite öğrencilerinin maneviyat seviyeleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmış ve bu faktörlerin öğrencilerin genel psikolojik sağlıkları üzerindeki etkilerini değerlendirmiştir. Sonuçlar, yüksek maneviyat seviyelerine sahip öğrencilerin, sürekli kaygı düzeylerinin daha düşük olduğunu ve maneviyatın kaygıyı azaltma potansiyeline sahip olduğunu göstermektedir.

Demir (2023) çalışmasında lise öğrencilerinin kariyer kaygılarında mesleki kararsızlık ve akılcı olmayan inançların rolü incelenmiştir. Çalışma, lise öğrencilerinin kariyer planlaması yaparken karşılaştıkları kaygıları ve bu kaygıların mesleki kararsızlık ile akılcı olmayan inançlardan nasıl etkilendiğini araştırmıştır. Sonuçlar, kariyer kaygısının öğrencilerin geleceğe dair belirsizliklerden kaynaklandığını ve mesleki kararsızlık ile akılcı olmayan inançların bu kaygıyı artırdığını göstermektedir.

Demir (2021) çalışmasında bir işte çalışan üniversite öğrencilerinin özgüven ve gelecek kaygısı düzeyleri incelenmiştir. Çalışma, çalışan üniversite öğrencilerinin özgüven düzeyleri ile gelecek kaygılarının nasıl etkileştiğini ve bu etkileşimin demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, iş deneyimi gibi) ile ilişkisini incelemiştir. Sonuçlar, işte çalışan öğrencilerin özgüven düzeylerinin yüksek olduğunu ancak gelecek kaygılarının genellikle yüksek olduğunu ve bu kaygıların belirli demografik faktörlere göre değişiklik gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Emiroğlu (2020) çalışmasında üniversiteye giriş sınavına hazırlanan öğrencilerin sosyal fizik kaygı ve kilofobi düzeyleri incelenmiştir. Çalışma, üniversiteye giriş sınavına hazırlanan öğrencilerin sosyal fizik kaygı ve kilofobi düzeylerinin psikolojik ve akademik başarıları üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin sınav kaygısının ve fiziksel görünüme ilişkin kaygılarının, sınav performanslarını olumsuz etkilediğini ve bu kaygıları yönetmek için psikolojik destek almanın önem taşıdığını göstermektedir.

Akarca (2019) çalışmasında ortaokul öğrencilerine yönelik geometri kaygı ölçeğinin geliştirilmesi ve geometri kaygısının bazı değişkenlere göre yordanması ele alınmıştır. Çalışma, ortaokul öğrencilerinin geometriye yönelik kaygı düzeylerini ölçmek için yeni bir ölçek geliştirmiştir ve geometri kaygısının öğrencilerin cinsiyet, akademik başarı gibi değişkenlere göre nasıl değiştiğini incelemiştir. Sonuçlar,

geometri kaygısının öğrencilerin akademik başarılarını olumsuz etkileyebileceğini ve bu kaygının belirli değişkenlerle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Alaosman (2019) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı ve başa çıkma yöntemleri araştırılmıştır. Çalışma, üniversite öğrencilerinin geleceğe dair kaygılarını ve bu kaygılarla başa çıkmak için kullandıkları yöntemleri incelemiştir. Sonuçlar, öğrencilerin geleceğe yönelik kaygı seviyelerinin yüksek olduğunu ancak bu kaygıyı yönetmede etkili başa çıkma stratejilerinin, öğrencilerin psikolojik iyilik hallerini iyileştirdiğini göstermektedir.

Bozan (2019) çalışmasında, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin psikolojik dayanıklılığı ve akademik erteleme düzeyleri incelenmiştir. Çalışma, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ile akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin psikolojik dayanıklılığının yüksek olmasının akademik erteleme düzeylerini azalttığını ve bu öğrencilerin daha az kaygı yaşadığını göstermektedir.

Kuybu (2019) çalışmasında turizm eğitimi alan öğrencilerin mesleki algı ve beklentileri ile gelecek kaygılarının sektörde çalışma isteği üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma, Antalya ilinde turizm eğitimi alan üniversite öğrencilerinin mesleki algı ve gelecek kaygılarının, turizm sektöründe çalışma isteği üzerindeki etkilerini incelemiştir. Sonuçlar, öğrencilerin mesleki algılarının ve gelecek kaygılarının, sektörde çalışma isteklerini belirlemede önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Ersöz (2018) çalışmasında psikolojik ve akademik değişkenlerin temel eğitimden ortaöğretime geçiş sınav başarısına etkisi incelenmiştir. Çalışma, öğrencilerin temel eğitimden ortaöğretime geçiş sınavına kadar olan süreçte psikolojik faktörler (örneğin, motivasyon, kaygı) ile akademik faktörlerin (örneğin, ders çalışma

alışkanlıkları) başarıları üzerindeki etkilerini değerlendirmiştir. Sonuçlar, öğrencilerin psikolojik iyilik halleri ile sınav başarıları arasında güçlü bir ilişki olduğunu ve sınav başarısının artırılmasında psikolojik desteğin önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Menekşe (2019) çalışmasında, psikolojik danışmanların bilinçli farkındalık düzeyleri ile umut ve sürekli kaygı arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma, psikolojik danışmanların bilinçli farkındalık düzeylerinin, onların umut düzeyleri ve sürekli kaygıları ile nasıl ilişkilendiğini araştırmıştır. Sonuçlar, yüksek bilinçli farkındalık düzeylerine sahip psikolojik danışmanların, daha yüksek umut düzeylerine sahip olduklarını ve sürekli kaygılarının daha düşük olduğunu göstermektedir.

2.10 Gelecek Kaygısına İlişkin Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Atabey (2020) çalışmasında lise öğrencilerinin geleceğe yönelik beklentileri ve öz yeterliklerinin, okul aidiyet duygusunu yordayıcıları olarak incelenmiştir. Çalışma, lise öğrencilerinin geleceğe dair beklentilerinin ve öz yeterliklerinin, okulda aidiyet duygularını nasıl etkilediğini araştırmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin yüksek öz yeterlik algılarının ve olumlu geleceğe dair beklentilerinin, okul aidiyet duygusunu güçlendirdiğini ve öğrencilerin okula daha bağlı hissettiklerini göstermektedir.

Rebei ve Ramadan (2020) yaptıkları araştırmada, öz yeterlik ve gelecek kaygısı kavramı arasında olumsuz bir ilişki olduğu sonucuna varmışlardır. Üniversite öğrencilerinin bölüm seçimleri, sosyal problemler, sınavlar ve başarısızlık korkusu gibi zorluklarla karşı karşıya gelmesiyle yetersizliklerini görüp kaygı seviyesinde dalgalanmalar ortaya çıkmaktadır.

Kenioua ve Boumesjed (2018) çalışmasında beden eğitimi öğrencilerinin gelecek kaygıları ve istek düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığı, beden eğitimi öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeyinin aspirasyon düzeyi üzerinde etkili olmadığı sonucuna rastlanmıştır.

Lun vd. (2018) alışmasında akademik performansları, özgüvenleri ve geleceğe yönelik umutları yüksek olan üniversite öğrencilerinin daha az depresif semptom yaşadıklarını ortaya koymuşlardır. Sosyal başarısı yüksek olan, iyi uyuyan, özgüvenli ve akademik problemler yaşamayan öğrencilerin daha az kaygı yaşadıkları sonucu ortaya çıkmıştır.

Jing, Madore ve Schacter (2016) alışmasında 18-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerden kaygılarını tetikleyen olayları sıralamaları istenmiştir. Katılımcılar; akademik konular, sağlık, kariyer ve sosyal ilişkiler olarak sıralamışlardır.

Shamsuddin vd. (2013) yapılan çalışmada, Büyük yaş gruplarının küçük yaş gruplarına göre daha yüksek stres düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Yıllar geçtikçe artan gelecek kaygısı ve başarısız olma korkusu kendisini en çok üniversiteden sonra iş bulma aşamasında gösterdiği sonucuna varılmıştır.

Sylvers vd. (2011) alışmasında, Lise öğrencilerinin benlik saygısı düzenleri ile korku ve kaygı düzeyleri v.b. gibi etkenlerle baş etme düzeyleri değerlendirilmiştir. Öğrencilerin korku ve kaygı düzeylerinin artmasıyla birlikte kaygı düzeylerinin de arttığı sonucuna varılmıştır.

Sheean (1986) ve Price (2009) alışmasında genel olarak gelecek kaygısının yirmili ve otuzlu yaşların başlarında kendisini gösterdiğini sonuç olarak on beş yaşından önce ve 35 yaşından sonra gelecek kaygısının kendisini göstermesinin çok olası bir durum olmadığını ortaya koymuşlardır.

Bölüm 3

YÖNTEM

Araştırmanın modeli, toplanan verilerin evren ve örnekleme, yararlanılan veri toplama araçları verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili bilgiler bulunmaktadır.

3.1 Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algıları ve gelecek kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile hazırlanmış, nicel araştırma desenlerinden olan ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır.

Ayrıca verilerin ölçek kullanarak toplanmasından dolayı çalışma tarama modeli bir araştırmadır.

3.2 Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırma evrenini 2023-2024 yılında Doğu Akdeniz Üniversitesi'nde öğrenim hayatlarına eğitim dili türkçe olan bölümlerde devam eden üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme yöntemini ise basit seçkisiz örnekleme yönteminden uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiş olan Eğitim fakültesi, sağlık bilimleri fakültesi, hukuk fakültesi, fen ve edebiyat fakültesinin psikoloji öğrencileri özelinde 400 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır.

Tablo 3.1: Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, sınıf ve fakülte dağılımı

		<i>f</i>	%
Cinsiyet	Erkek	221	55.3
	Kadın	179	44.8
Sınıf	1. Sınıf	121	30.3
	2. Sınıf	68	17.0
	3. Sınıf	106	26.5
	4. Sınıf	105	26.3
Fakülte	Eğitim Fakültesi	100	25.0
	Fen-Edebiyat Fakültesi	100	25.0
	Sağlık Bilimleri Fakültesi	100	25.0
	Hukuk fakültesi	100	25.0
	Total	400	100.0

Araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinin %55.3'ü ($f=221$) erkek, %44.8'i ($f=179$) kadındır. Sınıf düzeyleri dağılımı incelendiğinde %30.3'ü ($f=121$) 1. sınıf, %17'si ($f=68$) 2. sınıf, %26.5'i ($f=106$) 3. sınıf ve %26.3'ü ($f=105$) 4. sınıftır. Toplam 400 öğrencinin fakülteler açısından dağılımı incelendiğinde her fakülteye düşen oran %25 olup, her fakülteden 100' üniversite öğrencisi araştırmaya katılmıştır.

Tablo 3.2: Üniversite öğrencilerinin ebeveyn özelliklerinin dağılımı

		<i>f</i>	%
Anne Öğrenim Durumu	Hiç	10	2.5
	İlkokul	107	26.8
	Ortaokul	91	22.8
	Lise	118	29.5
	Üniversite	74	18.5
Baba Öğrenim Durumu	Hiç	1	.3
	İlkokul	116	29.0
	Ortaokul	96	24.0
	Lise	103	25.8
	Üniversite	84	21.0
Anne Baba Birliktelik Durumu	Evli	326	81.5
	Boşanmış	72	18.0
	Evli ama ayrı yaşıyor	2	.5
Anne Baba Medeni Durumu	İkisi de bekar	40	10.0
	ikisi de evli	347	86.8
	Birisi evli diğeri bekar	13	3.3

Tablo 3.2: (devam)

Aile Tutumu Algısı	Demokratik	130	32.5
	Koruyucu	139	34.8
	Baskıcı	35	8.8
	Çocuk merkezli	18	4.5
	İlgisiz	7	1.8
	Dengesiz ve kararsız	12	3.0
	Güven verici ve hoşgörülü	59	14.8
Aile Ekonomik Gelir Algısı	Düşük	53	13.3
	Orta	279	69.8
	Yüksek	68	17.0
	Total	400	100.0

Üniversite öğrencilerinin ebeveyn özellikleri incelendiğinde %2.5'inin ($f=10$) annelerinin öğrenim durumu yok iken, %26.8'inin ($f=107$) anneleri ilköğretim mezunu, %22.8'i ($f=91$) ortaokul mezununu, %29.5'inin ($f=118$) lise ve %18.5'inin ($f=74$) anneleri üniversite mezunudur.

Babalarının öğrenim durumu incelendiğinde %0.3'ünün ($f=1$) babasının eğitim durumu yok iken, %29'unun ($f=116$) ilköğretim, %24'ünün ($f=96$) ortaokul, %25.8'inin ($f=103$) lise ve %21'inin ($f=84$) üniversite mezunudur.

Anne ve babalarının birliktelik durumu incelendiğinde %81.5'inin ($f=325$) anne ve babası evli, %18'si ($f=72$) boşanmış ve %0.5'inin ($f=2$) ise evli ama ayrı yaşamaktadır.

Anne ve babalarının medeni durumu incelendiğinde %10'unun ($f=40$) ikiside bekar, %86.8'inin ($f=347$) ikiside evli ve %3.3'ünün ($f=13$) ebeveynlerinden birisi evli iken, diğeri bekarıdır.

Aile tutum algıları ise, %32.5'inin ($f=130$) demokratik, %34.8'inin ($f=139$) koruyucu, %8.8'inin ($f=35$) baskıcı, %4.5'inin ($f=18$) çocuk merkezli, %1.8'inin ($f=7$) ilgisiz, %3'ünün ($f=12$) dengesiz ve kararsız, %14.8'inin ise ($f=59$) güven verici ve hoşgörülü aile tutum algıları bulunmaktadır.

Aile ekonomik gelir algıları tutumları incelendiğinde %13.3'ünün ($f=53$) düşük, %69.8'inin ($f=279$) orta ve %17'sinin ($f=68$) yüksektir.

Tablo 3.3: Üniversite öğrencinin öğrenim gördükleri bölüme ilişkin görüşleri

		f	%
Bölüm Gelişmeleri Takip	İnternet	275	68.8
	Arkadaş	38	9.5
	Öğretim üyesi	60	15.0
	Diğer	27	6.8
İş Fırsatı Algısı	Kötü	49	12.3
	Orta	240	60.0
	İyi	111	27.8
Bölüm Tercih Sebebi	İdealler	278	69.5
	Aile	56	14.0
	Eğitim görevlisi etkisi	3	.8
	Diğer	63	15.8
	Total	400	100.0

Üniversite öğrencilerinin %68.8'i ($f=275$) öğrenim gördükleri bölümle ilgili gelişmeleri internet'ten takip ederken, %9.5'i ($f=38$) arkadaşlarından, %15'i ($f=60$) öğretim üyelerinden ve %6.8'i ($f=27$) diğer şekillerde takip etmektedir.

Öğrenim gördükleri bölüme yönelik iş fırsatı algıları incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin %12.3'ü ($f=49$) kötü, %60'ı ($f=240$) orta ve %27.8'i ($f=111$) iyi olarak algılamaktadır.

Bölüm tercih sebepleri incelendiğinde %69.5'i ($f=278$) idealler, %14'ü ($f=56$) aile %0.8'i ($f=3$) eğitim görevlisi etkisi ve %15.8'i ise ($f=63$) diğer sebeplerden ötürü bölüm tercihi yaptığını belirtmiştir.

3.3 Veri Toplama Araçları

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu 3 uzman (iki psikolojik danışmanlık ve rehberlik uzmanı ve bir ölçme değerlendirme uzmanı) görüşünden faydalanılarak oluşturulmuştur. Bu form

öğrencilerin cinsiyet, bölüm, algılanan aile tutumu, ekonomik gelir algısı ve öğrencilerin geleceğe yönelik algılarını içermektedir (EK 1).

3.3.2 Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği

Üniversite öğrencilerinde gelecek kaygısı ölçeği Geylani ve Yıldız (2022) tarafından geliştirilmiş olup geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu saptanmıştır.

Yapılan analizler sonucunda ölçek iki faktörlüdür. Birinci faktör “Gelecek Korkusu” nu, ikinci faktör ise (2, 4, 6, 8, 10 ve 12 numaralı maddeleri içerir) “Gelecekte Umutsuzluk” u ifade etmektedir.

19 maddeden oluşan ölçüm aracının tüm ölçek Cronbach's $\alpha = 0.91$, Faktör 1 Cronbach's $\alpha = 0.95$, Faktör 2 Cronbach's $\alpha = 0.88$ 'dir. Ölçekte yer alan 2, 4, 6, 8, 10 ve 12. maddeler tersten puanlanmaktadır.

Ölçeğin değerlendirilmesi; Ölçek “Hiçbir Zaman”, “Nadiren”, “Bazen”, “Sıklıkla”, “Her Zaman” şeklinde 5'li likert tipte tasarlanmış olup bir kesme değeri yoktur. Ölçekten alınan puan arttıkça gelecek kaygısı artmakta, alınan puan azaldıkça gelecek kaygısı azalmaktadır (EK 2).

3.3.3 Genel Öz Yeterlik Ölçeği

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerini belirlemek için Schwarzer ve Jerusalem'in (1995) geliştirmiş olduğu Genel Öz Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ) kullanılacaktır.

GÖYÖ'nün Türkçeye uyarlaması Aypay (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Aypay (2010) GÖYÖ'nün Türkçeye uyarlanmasında, üç farklı üniversitede öğrenim gören toplamda 693 öğrenciye ulaşmıştır. GÖYÖ'nün güvenirliği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarına bakılmış ve Alfa güvenirlik katsayısı ölçeğin toplamı için .83 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca güvenirlik için test-tekrar test yöntemi uygulanmış ve

güvenirlilik katsayısı. 80 olarak bulunmuştur. Bu veriler ışığında GÖYÖ'nün güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olduğu söylenebilir (EK 3).

3.4 Verilerin Toplanması

Araştırmanın gerçekleştirilebilmesi için öncelikle üniversite yönetiminden izin alınarak, DAÜ Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan veri toplamak için uygunluk belgesi alınmıştır. Araştırmada yer alan ölçeklerin kullanılabilmesi için gerekli izinler alındıktan sonra öğrencilere araştırma hakkında bilgi verilerek, çalışmanın gönüllülük ilkesine bağlı olarak gerçekleştiği dolayısıyla istedikleri zaman çalışmadan çekilebileceği, toplanan verilerin bilimsel bir çalışma için kullanılacağı ve içtenlikle cevaplanması gerektiği belirtildikten sonra kişisel bilgilerin verilmesinin şart olmadığı açıklandıktan sonra verilerin toplanması işlemi gerçekleştirilmiştir.

3.5 Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında genel öz yeterlik ile gelecek kaygısı ölçekleri vasıtasıyla DAÜ'de öğrenim gören 400 üniversite öğrencisinden toplanan veriler SPSS 24 veri analizi programına tanımlanmıştır. Bu 400 öğrenciye ilişkin örneklem özelliklerinin dağılımının belirlenmesinde frekansları hesaplanmıştır (Bkz. Tablo 3.1, 3.2 ve 3.3). Öz yeterlik ölçeğinin toplamı alınarak betimsel hesaplaması yapılmıştır. Gelecek kaygısı ölçeği ve alt boyutları hesaplanmadan önce, ölçekte yer alan olumsuz ifade içeren maddeler (2, 4, 6, 8, 10 ve 12) tersten kodlanmıştır. Ardından gelecek kaygısı ölçeğinin ve alt boyutlarının hesaplamaları yapılarak veri setleri betimsel analizlere hazır hale getirilmiştir. Her iki ölçeğin ortalama vb. betimsel puanlarına ek olarak çarpıklık ve basıklık puanları betimsel analizler vasıtasıyla hesaplanmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda her iki ölçekten toplanan verilerin çarpıklık ve basıklıkları referans değerleri (± 1.5) aşmaması nedeniyle normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Normal dağılıma bağlı olarak cinsiyetlere göre karşılaştırmalarda bağımsız örnekler t-

testi ile analiz yapılmıştır. Diğer bağımsız değişkenlere göre yapılan tüm karşılaştırmalarda ise tek yönlü anova ile yapılmıştır. Anaova sonucunda çıkan anlamlı farkların değerlendirilmesi için varyans homojenliği ve grup sayıları dağılımlarına bağlı olarak; Tukey testi, Gabriel's Pairwise testi, Games-Howell, Dunnett T3 ve Dunnett C olmak üzere ilgili duruma en uygun post-hoc karşılaştırmaları ile ikili karşılaştırmalar analiz edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin gelecek kaygılarını yordama düzeyinin belirlenmesinde ise doğrusal regresyon analizinden faydalanılmıştır. 400 DAÜ öğrencisinin gelecek kaygısı ve genel özyeterlik ölçeğine verdikleri yanıtların güvenirlik dercesini belirlemek amacıyla yapılan Cronbach's Alpha analizine göre 19 maddeden oluşan gelecek kaygısı ölçeğinin puanı .946 olup çok yüksek düzeyde güvenirlik göstermiş olup, aynı şekilde genel özyeterlik ölçeği ise .942 puanı ile çok yüksek güvenirlik göstermiştir.

Bölüm 4

BULGULAR

Araştırmanın amaçları doğrultusunda çözümlenen alt problemlere ilişkin bulgular sırası ile bölüm 4.1’de Öz yeterlik algılarına ilişkin bulgular, bölüm 4.2’de gelecek kaygısına ilişkin bulgular verilmiş olup, bölüm 4.3’te ise öz yeterlik algısının gelecek kaygısını yordamasına ilişkin bulgular verilmiştir.

4.1 Üniversite Öğrencilerinin Öz Yeterlik Algılarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.1: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algı düzeyleri

	N	$\bar{x}$	σ	Min.	Max.	Çarpıklık	Basıklık
Öz Yeterlik	400	29.87	7.08	11.00	40.00	-.454	-.479

Genel öz yeterlik ölçeinde her madde için verilecek en düşük puanun 1, en yüksekine ise 4 olduğu dikkate alındığında alınabilecek maksimum puan 40’tır. Tablo 4.1 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin ortalaması 29.87 bulunmuş, üniversite öğrencilerinin ortalamasının üzerinde iyi düzeyde (100 üzerinden 74.6 puan’a denk) öz yeterliğe sahip oldukları görülmüştür. Özyeterliğe ilişkin çarpıklık (-.454) ve basıklık (-.479) puanlarının ± 1.5 aralığında bulunmuş ve literatüre göre homojenliği sağlamıştır (Tabachnick vd., 2013).

Tablo 4.2: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin cinsiyet bağlamında karşılaştırılması (t-test)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	t	df	p
Öz yeterlik	Erkek	221	29.39	7.42	-1.497	398	.135
	Kadın	179	30.45	6.60			

Öz yeterlik cinsiyet bağlamında karşılaştırıldığında cinsiyet bağlamında anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.3: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin sınıf düzeyi bağlamında karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p
Öz yeterlik	1. Sınıf	121	29.65	7.08		19.159	.380	.767
	2. Sınıf	68	29.27	6.17		50.403		
	3. Sınıf	106	30.36	6.65				
	4. Sınıf	105	30.00	8.05				

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, sınıf düzeyi bağlamında tek yönlü anova analiziyle karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.4: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin fakültelere göre karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p
Öz yeterlik	Eğitim Fakültesi	100	29.18	5.74		26.787	.532	.661
	Fen-Edebiyat Fakültesi	100	29.82	7.97		50.346		
	Sağlık Bilimleri Fakültesi	100	30.08	7.98				
	Hukuk fakültesi	100	30.40	6.41				

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, fakülteler bazında tek yönlü anova analiziyle karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.5: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin anne öğrenim durumu karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Öz yeterlik	Hiç	10	28.80	6.39		140.410	2.851	.024*	Lise>ortaokul
	İlkokul	107	29.30	6.79		49.255			
	Ortaokul	91	28.21	7.71					
	Lise	118	31.23	6.72					
	Üniversite	74	30.67	6.97					

Tek yönlü anova sonuçlarına göre anne öğrenim durumu üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyinde anlamlı fark yaratmıştır ($p<0.05$). Farkın hangi öğrenim düzeyleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan post hoc gabriel's pairwise karşılaştırması sonucunda annesi lise mezunu olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyi, annesi ortaokul mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 4.6: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin baba öğrenim durumu karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p
Öz yeterlik	Hiç	1	40.0000	.		115.522	2.333	.055
	İlkokul	116	28.5172	7.30156		49.507		
	Ortaokul	96	29.8125	7.02074				
	Lise	103	31.0000	6.65244				
	Üniversite	84	30.2976	7.13684				

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, baba öğrenim durumu açısından tek yönlü anova analiziyle karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.7: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin anne-baba birliktelik durumu karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p
Öz yeterlik	Evli	326	29.7454	7.11615		19.693	.391	.676
	Boşanmış	72	30.4861	7.03311		50.322		
	Evli ama ayrı yaşıyor	2	28.0000	2.82843				

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, anne-baba birliktelik durumu açısından tek yönlü anova analiziyle karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.8: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin anne-baba medeni durumu karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p
Öz yeterlik	İkisi de bekar	40	29.62	7.56		48.378	.964	.382
	ikisi de evli	347	29.79	7.07		50.178		
	Birisi evli diğeri bekar	13	32.53	5.63				

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, anne-baba medeni durumu açısından tek yönlü anova analiziyle karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.9: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin aile tutumu algısı açısından karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Öz yeterlik	Demokratik	130	30.08	6.71	210.428	4.409	.000*	Demokratik>İlgisiz
	Koruyucu	139	30.64	6.60	47.722			Demokratik>Baskıcı
	Baskıcı	35	25.31	8.50				Koruyucu>İlgisiz
	Çocuk merkezli	18	31.22	4.58				Koruyucu>Baskıcı
	İlgisiz	7	22.57	8.77				Güven verici > Baskıcı
	Dengesiz ve kararsız	12	30.00	6.45				Güven verici >İlgisiz
	Güven verici ve hoşgörülü	59	30.69	7.40				

Aile tutumu algısı açısından üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinde anlamlı fark görülmüş olup, demokratik tutuma sahip aile algısı olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ilgisiz ve baskıcı aile algısına sahip olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$).

Koruyucu aile tutumu algısı olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ilgisiz ve baskıcı aile tutumu algısı olanlardan manidar düzeyde yüksek çıkmıştır ($p<0.05$).

Güven verici ve hoş görülü aile tutumu algısı olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ilgisiz ve baskıcı aile tutumu algısı olanlardan manidar düzeyde yüksek çıkmıştır ($p<0.05$).

Tablo 4.10: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Post-hoc
Öz yeterlik	Düşük	53	27.45	8.73	178.578	3.606	.028*	-
	Orta	279	30.25	6.68	49.522			
	Yüksek	68	30.19	6.99				

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark görülmüştür ($p<0.05$). Ancak varyans homojenliği sağlanamadığı için yapılan post-hoc testlerinin (Dunnnett T3, Games-Howell) hiçbirinde anlamlı fark çıkmamıştır. Bu bağlamda ortalamalar incelendiğinde orta ve yüksek aile ekonomik gelir algısına sahip üniversite öğrencilerinin, ailesi düşük ekonomik gelir algısı olanlara göre biraz daha yüksek öz yeterlik düzeyi olduğu görülmüştür.

Tablo 4.11: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin bölümdeki gelişmeleri takip etmeleri açısından karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p
Öz yeterlik	İnternet	275	29.44	7.09		86.908	1.742	.158
	Arkadaş	38	29.47	6.98		49.890		
	Öğretim üyesi	60	31.18	6.89				
	Diğer	27	31.81	7.20				
	İnternet	275	29.44	7.09				

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, bölümdeki gelişmeleri takip etmeleri açısından tek yönlü anova analiziyle karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.12: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin iş fırsatı algısı açısından karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p	Games-Howell Dunnett T3, C
Öz yeterlik	Kötü	49	26.02	8.80		1058.248	23.470	.000*	İyi>orta
	Orta	240	29.10	6.76		45.090			İyi>Kötü
	İyi	111	33.22	5.43					

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin iş fırsatı algısı açısından karşılaştırılması sonuçları incelendiğinde, iş fırsatı algısı iyi olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algısı diğer iki gruba (düşük, orta) göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<0.05$).

Tablo 4.13: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin bölüm tercih nedeni açısından karşılaştırılması (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ		Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Öz yeterlik	İdealler	278	30.41	6.71		166.230	3.373	.019*	İdealler>Aile
	Aile	56	27.35	8.07		49.289			
	Eğitim görevlisi etkisi	3	25.33	9.81					
	Diğer	63	29.90	7.22					

Üniversite öğrencileri arasında bölümlerini idealleri doğrultusunda seçenlerin öz yeterlik düzeyleri, aile'si nedeni ile bölüm tercihi yapanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$).

4.2 Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarına İlişkin Bulgular

Tablo 4.14: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeyleri

	N	$\bar{x}$	σ	Min	Max	Çarpıklık	Basıklık
Gelecek korkusu	400	2.69	.905	1.00	5.00	.383	-.527
Gelecekte umutsuzluk	400	2.16	1.00	1.00	5.00	.924	-.076
Gelecek kaygısı	400	2.52	.894	1.00	5.00	.576	-.413

Gelecek kaygısı ölçeğinden elde edilebilecek en yüksek ortalama puan 5, en düşük ise 1 olduğu dikkate alındığında; üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu düzeylerinin 2.69 ortalama ile orta düzeyde, gelecekte umutsuzluk düzeylerinin ise 2.16 puan ile düşük düzeyde olduğu görülmektedir. 2.52 ortalama ile üniversite öğrencilerinin gelecek kaygı düzeylerinin düşük düzeyde olduğu ancak orta düzeyden çok az aşağıda bir seviyede olduğu görülmüştür. Gelecek kaygısına ilişkin çarpıklık (-.576) ve basıklık (-.413) puanlarının ± 1.5 aralığında bulunması sebebiyle homojenliği sağladığı görülmektedir (Tabachnick vd., 2013).

Tablo 4.15: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin cinsiyet açısından değerlendirilmesi (t-testi)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	t	df	p
Gelecek korkusu	Erkek	221	2.74	.986	1.268	398	.205
	Kadın	179	2.62	.792			
Gelecekte umutsuzluk	Erkek	221	2.26	1.08	2.104	398	.036*
	Kadın	179	2.05	.897			
Gelecek kaygısı	Erkek	221	2.59	.968	1.628	398	.104
	Kadın	179	2.44	.787			

Üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu ile gelecek kaygıları cinsiyet bağlamında anlamlı fark göstermemiştir ($p>0.05$). Ancak erkek üniversite öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk düzeyleri kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$).

Tablo 4.16: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin sınıf düzeyi açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Post-Hoc (Tamhane)
Gelecek korkusu	1.sınıf	121	2.49	.804	2.918	3.630	.013*	3>1
	2.sınıf	68	2.65	.871	.804			
	3.sınıf	106	2.87	.896				
	4.sınıf	105	2.76	1.00				
Gelecekte umutsuzluk	1.sınıf	121	1.95	.804	3.444	3.444	.017*	4>1
	2.sınıf	68	2.10	.898	1.000			
	3.sınıf	106	2.27	1.06				
	4.sınıf	105	2.35	1.179				
Gelecek kaygısı	1.sınıf	121	2.32	.766	2.934	3.747	.011*	3>1
	2.sınıf	68	2.47	.842	.783			
	3.sınıf	106	2.68	.882				
	4.sınıf	105	2.63	1.030				

Üniversite 3. sınıf öğrencilerinin gelecek korkusu 1. sınıflara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$). Üniversite 4. Sınıf öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk düzeyleri 1. sınıflara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$).

Üniversite 3. sınıf öğrencilerinin gelecek kaygıları 1. sınıflara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$).

Tablo 4.17: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin fakülte açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Post-Hoc (Tukey)
Gelecek korkusu	Eğitim Fakültesi	100	2.89	.729	3.697	4.633	.003*	Eğitim>Sağlık Eğitim>Hukuk
	Fen-Edebiyat Fakültesi	100	2.81	.932	.798			
	Sağlık Bilimleri Fakültesi	100	2.55	.930				
	Hukuk fakültesi	100	2.50	.960				
Gelecekte umutsuzluk	Eğitim Fakültesi	100	2.36	.800	2.202	2.181	.090	-
	Fen-Edebiyat Fakültesi	100	2.20	1.09	1.009			
	Sağlık Bilimleri Fakültesi	100	2.01	.989				
	Hukuk fakültesi	100	2.10	1.09				
Gelecek kaygısı	Eğitim Fakültesi	100	2.72	.695	3.065	3.919	.009*	Eğitim>Sağlık Eğitim>Hukuk
	Fen-Edebiyat Fakültesi	100	2.61	.934	.782			
	Sağlık Bilimleri Fakültesi	100	2.38	.908				
	Hukuk fakültesi	100	2.37	.972				

Eğitim fakültesi öğrencilerinin gelecek korkuları ve gelecek kaygıları, sağlık fakültesi ile hukuk fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$). Eğitim fakültesi öğrencileri geleceğe yönelik daha fazla kaygı çekmektedir.

Tablo 4.18: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne öğrenim düzeyi açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Gelecek korkusu	Hiç	10	3.00	1.06	4.776	6.125	.000*	İlk>lise İlk>Üni.
	İlkokul	107	2.96	.94	.780			
	Ortaokul	91	2.79	.95				
	Lise	118	2.50	.796				
	Üniversite	74	2.43	.799				
Gelecekte umutsuzluk	Hiç	10	2.33	.909	4.348	4.416	.002*	İlk>lise
	İlkokul	107	2.42	1.11	.985			
	Ortaokul	91	2.29	1.064				
	Lise	118	1.93	.820				
	Üniversite	74	2.00	.969				
Gelecek kaygısı	Hiç	10	2.78	.989	4.570	6.003	.000*	İlk>lise İlk>Üni
	İlkokul	107	2.79	.950	.761			
	Ortaokul	91	2.63	.952				
	Lise	118	2.32	.761				
	Üniversite	74	2.29	.798				

Annesinin öğrenim durumu ilkökullü olan üniversite öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk düzeyi annesi lise mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$).

Annesinin öğrenim durumu ilkökullü olan üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu ile gelecek kaygısı annesi lise ve mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$).

Tablo 4.19: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin baba öğrenim düzeyi açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p
Gelecek korkusu	Hiç	1	1.61	.	5.882	7.654	.000*
	İlkokul	116	3.05	.950	.768		
	Ortaokul	96	2.65	.925			
	Lise	103	2.50	.784			
	Üniversite	84	2.48	.818			
Gelecekte umutsuzluk	Hiç	1	1.00	.	5.983	6.181	.000*
	İlkokul	116	2.50	1.11	.968		
	Ortaokul	96	2.21	1.00			
	Lise	103	1.95	.851			
	Üniversite	84	1.93	.914			
Gelecek kaygısı	Hiç	1	1.42	.	5.863	7.838	.000*
	İlkokul	116	2.87	.964	.748		
	Ortaokul	96	2.51	.907			
	Lise	103	2.32	.761			
	Üniversite	84	2.31	.785			

Babasının öğrenim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyleri ve gelecek kaygıları, babasının öğrenim durumu lise ve üniversite olan üniversite öğrencilerinden daha yüksektir ($p<0.05$).

Tablo 4.20: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne-baba birliktelik durumu açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p
Gelecek korkusu	Evli	326	2.71	.912	.437	.532	.588
	Boşanmış	72	2.59	.883	.822		
	Evli ama ayrı yaşıyor	2	2.84	.326			
Gelecekte umutsuzluk	Evli	326	2.19	.985	.631	.618	.539
	Boşanmış	72	2.05	1.120	1.020		
	Evli ama ayrı yaşıyor	2	2.08	.117			
Gelecek kaygısı	Evli	326	2.55	.899	.481	.601	.549
	Boşanmış	72	2.42	.881	.801		
	Evli ama ayrı yaşıyor	2	2.60	.186			

Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeyleri ve alt boyutları anne-baba birliktelik durumu açısından anlamlı fark göstermemiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.21: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne-baba birliktelik durumu açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Gelecek korkusu	İkisi de bekar	40	2.85	.917	1.460	1.789	.169	-
	İkisi de evli	347	2.68	.903	.817			
	Birisi evli diğeri bekar	13	2.30	.851				
Gelecekte umutsuzluk	İkisi de bekar	40	2.42	1.20	4.804	4.808	.009*	İkisi bekar>birisi ile evli, diğeri bekar
	İkisi de evli	347	2.16	.986	.999			
	Birisi evli diğeri bekar	13	1.43	.546				
Gelecek kaygısı	İkisi de bekar	40	2.71	.952	4.804	4.808	.009*	İkisi bekar>birisi ile evli, diğeri bekar
	İkisi de evli	347	2.52	.888	.999			
	Birisi evli diğeri bekar	13	2.03	.693				

Gelecek korkusu açısından anne-baba medeni durumunda anlamlı fark görülmemiştir ($p<0.05$).

Anne ve babasının her ikisinin bekar olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk ve gelecek kaygılarının, birisi evli, diğeri bekar diyenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.05$).

Tablo 4.22: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin algılanan aile tutumu açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Gelecek korkusu	Demokratik	130	2.65	.86	5.987	8.082	.000*	Baskıcı>kor. Baskıcı>Dem. Baskıcı>Çocuk m. Baskıcı>Güven
	Koruyucu	139	2.60	.85	.741			
	Baskıcı	35	3.49	.88				
	Çocuk merkezli	18	2.52	.63				
	İlgisiz	7	3.46	1.18				
	Dengesiz ve kararsız	12	3.10	1.13				
	Güven verici ve hoşgörülü	59	2.39	.80				
Gelecekte umutsuzluk	Demokratik	130	2.14	1.00	12.572	14.93	.000*	Baskıcı>kor. Baskıcı>Dem. Baskıcı>Çocuk m. Baskıcı>Güven
	Koruyucu	139	2.04	.840	.842			
	Baskıcı	35	3.24	1.08				
	Çocuk merkezli	18	1.78	.648				
	İlgisiz	7	3.52	1.46				
	Dengesiz ve kararsız	12	2.80	1.14				
	Güven verici ve hoşgörülü	59	1.70	.699				
Gelecek kaygısı	Demokratik	130	2.48	.876	7.775	11.22	.000*	
	Koruyucu	139	2.42	.804	.693			
	Baskıcı	35	3.41	.904				
	Çocuk merkezli	18	2.28	.565				
	İlgisiz	7	3.48	1.23				
	Dengesiz ve kararsız	12	3.01	.978				
	Güven verici ve hoşgörülü	59	2.17	.730				

Algılanan aile tutumuna göre baskıcı aile algısına sahip üniversite öğrencilerinin; gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyi ve gelecek kaygıları,

diğer algılanan aile tutumlarına (koruyucu, demokratik, çocuk merkezli ve güven verici hoş görülü) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir ($p<0.05$). Baskıcı aile tutumu gelecek kaygısını arttırmaktadır.

Tablo 4.23: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Gelecek korkusu	Düşük	53	3.43	.97	20.204	27.980	.000*	Düşük>her ikisi Orta>Yüksek
	Orta	279	2.64	.84	.722			
	Yüksek	68	2.29	.75				
Gelecekte umutsuzluk	Düşük	53	2.88	1.23	16.421	17.456	.000*	Düşük>her ikisi
	Orta	279	2.09	.89	.941			
	Yüksek	68	1.91	1.03				
Gelecek kaygısı	Düşük	53	3.26	1.03	18.824	26.566	.000*	Düşük>her ikisi Orta>Yüksek
	Orta	279	2.47	.81	.709			
	Yüksek	68	2.17	.78				

Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından değerlendirilmesi incelendiğinde en yüksek gelecek korkusu, en yüksek gelecekte umutsuzluk düzeyi ve en yüksek gelecek kaygısı düşük ekonomik geliri olan aile algısına sahip üniversite öğrencilerinde görülmektedir ($p<0.05$). Bu bulgulara göre ailenin ekonomik geliri düştükçe gelecek kaygısı artmakta iken aile ekonomik gelir algısı yükseldikçe gelecek kaygısı azalmaktadır.

Tablo 4.24: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm gelişmelerini takip etmeleri açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p
Gelecek korkusu	İnternet	275	2.69	.879	.022	.027	.994
	Arkadaş	38	2.70	.947	.826		
	Öğretim üyesi	60	2.66	.967			
	Diğer	27	2.70	1.01			
Gelecekte umutsuzluk	İnternet	275	2.12	.977	1.408	1.387	.246
	Arkadaş	38	2.37	1.16	1.015		
	Öğretim üyesi	60	2.10	.960			
	Diğer	27	2.43	1.17			

Tablo 4.24: (devam)

Gelecek kaygısı	İnternet	275	2.51	.865	.184	.229	.876
	Arkadaş	38	2.59	.959	.804		
	Öğretim üyesi	60	2.48	.933			
	Diğer	27	2.62	1.03			

Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm gelişmelerini takip etmelerine göre anlamlı fark görülmemiştir ($p>0.05$).

Tablo 4.25: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin iş fırsatları algısı açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Gelecek korkusu	Kötü	49	3.72	.838	43.413	71.737	.000*	Kötü>Her ikisi Orta>iyi
	Orta	240	2.73	.799	.605			
	İyi	111	2.13	.700				
Gelecekte umutsuzluk	Kötü	49	3.38	1.01	54.447	72.679	.000*	Kötü>Her ikisi Orta>iyi
	Orta	240	2.18	.904	.749			
	İyi	111	1.59	.690				
Gelecek kaygısı	Kötü	49	3.61	.834	46.688	82.167	.000*	Kötü>Her ikisi Orta>iyi
	Orta	240	2.56	.779	.568			
	İyi	111	1.96	.652				

Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin iş fırsatları algısı açısından değerlendirdiğinde, iş fırsatı algısı kötü olanların gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluğu ve gelecek kaygısı diğer iki gruba oranla anlamlı düzeyde yüksektir ($p<0.05$). En düşük gelecek kaygısı ise iş fırsatları algısının iyi olduğu üniversite öğrencilerinde olduğu görülmüştür ($p<0.05$).

Tablo 4.26: Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm tercihi sebepleri açısından değerlendirilmesi (Anova)

	Grup	N	$\bar{x}$	σ	Kare Ort.	F	p	Gabriel's Pairwise
Gelecek korkusu	İdealler	278	2.53	.84	9.405	12.461	.000*	İdealler<hepsi
	Aile	56	3.13	.93	.755			
	Eğitim görevlisi etkisi	3	4.15	.55				Eg>Diğer
	Diğer	63	2.93	.92				

Tablo 4.26: (devam)

Gelecekte umutsuzluk	İdealler	278	1.97	.86		13.197	14.250	.000*	İdealler<hepsi
	Aile	56	2.73	1.16		.926			Eg>diğer
	Eğitim görevlisi etkisi	3	3.72	.509					
	Diğer	63	2.42	1.15					
Gelecek kaygısı	İdealler	278	2.35	.80		10.516	14.489	.000*	İdealler<hepsi
	Aile	56	3.00	.94		.726			Eg>diğer
	Eğitim görevlisi etkisi	3	4.01	.48					
	Diğer	63	2.77	.95					

İdealleri nedeniyle bölüm tercihi yapan üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyi ve gelecek kaygısı diğer tüm gruplara göre anlamlı düzeyde daha düşüktür ($p<0.05$). Eğitim görevlisinin etkisine bağlı bölüm tercihi yapanların ise gelecek kaygı düzeyleri diğer sebeplerle tercih yapanlara göre yüksektir ($p>0.05$).

4.3 Öz Yeterlik Algısının Gelecek Kaygısını Yordamasına İlişkin Bulgular

Bu bölümde öncelikle genel özyeterlik ve gelecek kaygısı arasındaki ilişkinin korelasyon analizi sonrasında ise ne derece yordadığını belirlemek için regresyon analizine yer verilmiştir.

Tablo 4.27: Genel özyeterlik ve Gelecek kaygısı arasındaki ilişki

		Gelecek Kaygısı
Genel Özyeterlik	r	-.519**
	p	0.00
	N	400

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlikleri ile gelecek kaygıları arasında anlamlı ilişki olup, bu ilişki orta düzeyde ters yönlü bir ilişkidir ($p<0.05$). Pearson's korelasyon analizi sonuçları açısından üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe gelecek kaygıları azalmaktadır.

Tablo 4.28: Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algılarının yaşadıkları gelecek kaygısını yordama derecesi (Doğrusal regresyon)

Model	Katsayılar				
	Standardize edilmemiş		Standardize edilmemiş	t	p
	B	Std. hata	β		
(Sabit)	4.484	.166		27.009	.000
Öz yeterlilik	-.066	.005	-.519	-12.111	.000*
R= -.519	$R^2 = .269$		Düzeltilmiş $R^2 = .267$		
df:=1	F=146.668		P = .000*		

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algıları algıları gelecek kaygılarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($p<0.05$). Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algıları yükseldikçe ($r=-.519$) ters yönlü ilişki artmakta olup gelecek kaygıları anlamlı düzeyde düşmektedir ($p<0.05$). Bu sonuçlara göre öz yeterlik düzeyinin artması, gelecek kaygısının düşmesi üzerinde yordayıcı bir etkiye sahiptir.

Bölüm 5

TARTIŞMA VE YORUM

5. Bölümde araştırma değişkenlerine ilişkin bulgular literatür katkısı ile birlikte tartışılacak ve yorumlanacaktır.

5.1 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik ve Gelecek Kaygısı Düzeylerinin Yorumlanması

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algıları ve gelecek kaygıları arasındaki ilişki detaylı bir şekilde incelenmiştir öz-yeterlik algısının bireylerin yaşamlarındaki zorluklarla başa çıkma kapasitelerini artırdığı ve geleceğe yönelik daha olumlu bir tutum geliştirmelerine olanak sağladığı görülmüştür. Buna karşın düşük öz-yeterlik algısının bireylerde başarısızlık korkusunu ve yetersizlik hissini artırarak gelecek kaygısına yol açtığı tespit edilmiştir. Bu bulgular, bireylerin kendi potansiyellerine olan inançlarının gelecek kaygıları üzerinde doğrudan bir etkisi olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırma bulguları, öz yeterlik düzeylerinin, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları zorluklara karşı koyma yeteneklerini ve geleceğe dair olumlu bakış açılarını şekillendirdiğini göstermektedir. Özellikle demokratik aile ortamında yetişen bireylerin öz yeterlik algılarının daha yüksek olduğu ve buna bağlı olarak gelecek kaygılarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, aile yapısının bireyin psikolojik gelişimi üzerindeki belirleyici rolünü vurgulamaktadır. Demokratik bir aile tutumu, bireylerin kendilerini ifade etmelerine olanak tanırken, öz güvenlerini artırmakta ve problem çözme becerilerini desteklemektedir. Buna karşın baskıcı ve

aşırı koruyucu aile tutumlarının bireylerin öz-yeterlik algılarını zayıflattığı ve geleceğe yönelik endişelerini artırdığı tespit edilmiştir. Bu tür aile ortamlarında yetişen bireylerin belirsizliklere karşı daha savunmasız olduğu ve gelecek kaygılarını daha yoğun bir şekilde deneyimlediği belirlenmiştir.

Cinsiyet değişkeni ile öz yeterlik algıları arasında anlamlı bir fark bulunmaması, bireylerin öz yeterlik algılarının toplumsal cinsiyet rollerinden bağımsız bir şekilde şekillendiğini göstermektedir. Bununla birlikte, , erkek öğrencilerin gelecek kaygılarının kadınlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, toplumsal cinsiyet rollerinin ve beklentilerinin kadınlar üzerindeki baskısını tam olarak yansıtmadığı görüşü ağır basmaktadır. Erkek öğrenciler, özellikle kariyer ve gelecek planlaması gibi konularda daha fazla kaygı yaşamaktadır. Bu durum, erkeklerin sorumluluk duygusu ve ev geçindirme gibi görevlerinden kaynaklandığı ve endişeye sebep olduğu sonucunu ortaya çıkarabilir.

Araştırma bulguları, öğrencilerin okudukları bölüm ile gelecek kaygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu ortaya koymuştur. Öğrencilerin gelecek kaygılarının daha çok ekonomik belirsizlikler ve işsizlik oranları gibi makro düzeydeki faktörlerden etkilendiği anlaşılmıştır. Bu sonuç, bireylerin sadece akademik seçimlerinden değil, aynı zamanda toplumsal ve ekonomik şartlardan da etkilendiklerini göstermektedir. İşsizlik kaygısının özellikle mezuniyet sonrası iş bulma beklentilerini olumsuz etkilediği görülmüştür. Bu nedenle, üniversite öğrencilerinin iş bulma beklentilerini destekleyecek kariyer rehberliği hizmetlerinin artırılması gerekmektedir.

Ayrıca, öz yeterlik algılarının yüksek olduğu bireylerin geleceğe daha umutla baktığı ve gelecek kaygılarının düşük olduğu belirlenmiştir. Öz yeterlik algısı, bireylerin stresle başa çıkma becerilerini artırmakta ve akademik başarılarını olumlu

yönde etkilemektedir. Bu durum, bireylerin yaşamda karşılaştıkları zorluklar karşısında daha dirençli olmalarını sağlamaktadır.

Genel olarak bu çalışma, öz-yeterlik algısı ile gelecek kaygısı arasındaki ilişkinin bireylerin yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Öz-yeterlik algısının güçlendirilmesi, bireylerin gelecek kaygılarının azaltılmasında etkili bir strateji olarak görülmektedir.

5.2 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Tartışılması

Araştırma bulguları, DAÜ öğrencilerinin öz yeterlik algıları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir. Kadın öğrencilerin sosyal roller nedeniyle daha fazla kaygı yaşadığına dair genel kanılara rağmen, bu araştırmada bu durum yansıtılmamaktadır. Öz yeterlik algısının bireyin cinsiyetinden ziyade kişisel deneyim ve yeteneklerine dayalı olarak şekillendiği görüşünü desteklemektedir. Bu durumda ülkemizde geleneksel kadın rollerinin değişime uğradığı ve kadınlarında erkekler gibi fırsatlara ulaşmasının yolunun açılmasıyla özgüvenlerinin pozitif bir etkiye uğradığı görüşü savunulabilir niteliktedir.

Hackett (2002) ve Yılmaz ve Bökeoğlu'nun (2008) çalışmalarında da öz yeterlik algısının cinsiyet ayrımından bağımsız olduğu vurgulanmıştır.

Akbaş ve Çelikkaleli (2006) yaptıkları araştırmada sınıf öğretmeni adaylarının öz yeterlik düzeyinin cinsiyet bağlamında bir fark göstermediğini tespit ederek benzer bir sonuç elde etmişlerdir. Türkiye’de karma eğitim düzeninin bulunmasıyla öğrencilerin cinsiyet ayırt edilmeksizin aynı hedefler üzerine eğitim almaları benzer bir kimlik geliştirmelerini sağladığı görüşü üzerinde durulmuştur.

Kartal, Temelli ve Şahin (2018) çalışmalarında ortaokul matematik öğretmenlerinin bilişim teknolojileri öz yeterlik düzeylerini incelerken erkekler lehine anlamlı bir fark tespit etmişlerdir

Gökyer ve Bakcak (2018) yaptıkları çalışmada erkek öğretmenlerin öz yeterlik düzeyinin kadın öğretmenlerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Bu yönde birçok araştırmalar ve farklı sonuçlar bulunmaktadır. Kişisel deneyim ve yaşantıların yanı sıra aile ve çevre ile olan iletişimde cinsiyetten bağımsız olarak kişiliği şekillendirerek kişinin öz yeterlik düzeyini şekillendirdiği düşünülmektedir.

5.3 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Tartışılması

Bulgulara göre DAÜ öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, sınıf düzeyi bağlamında karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır. Öz yeterlik kavramının üst sınıflarda tecrübe ve bilgiye bağlı olarak artacağı düşünülse de bulgular öz yeterlik düzeyinin sınıf düzeyinden bağımsız olarak tecrübe ve yaşantılar ile şekillendiğine göre yorumlanabilir.

Çalışkan, Selçuk ve Özcan (2010) Yaptıkları araştırmada 1. Sınıf öğretmen adaylarının problem çözme özyeterliklerinin 2-3-4-5 sınıf öğrencilerine göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun açıklaması olarak mezuniyete yaklaşan öğretmen adaylarının kendisine daha çok güvendiği yorumu yapılmıştır.

Durdukoca (2010) Yaptığı araştırmada, Sınıf öğretmeni adaylarının sınıf düzeyleri yükseldikçe öz yeterlik düzeyinin de yükseldiği sonucuna varmıştır. Bu durumu ise öğretmen adaylarının sınıf yükseldikçe alan derslerini almaya başladığını ve bilgisi artarak öz yeterlik düzeyinin yükseldiği şeklinde yorumlamıştır.

Çevik (2011) Araştırmasında, Sınıf öğretmeni adaylarının müzik öğretimi öz yeterlik inançlarının sınıf düzeyine göre dikkate alındığında 3. Sınıf öğrencilerin öz yeterlik düzeyleri 2. Sınıf öğrencilerin öz yeterlik düzeyine göre daha yüksek bulunmuştur.

Yenice (2012) Araştırmasında, öğretmen adaylarının öz yeterlik düzeyinin sınıf düzeyi değişeninden bağımsız olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Saracaloğlu, Yenice ve Özden (2013). Araştırmasında, fen bilgisi, sosyal bilgiler ve sınıf öğretmeni adaylarının öz yeterlik puanlarının anlamlı bir fark göstermediği sonucuna varmıştır.

Farklı araştırma sonuçlarına rastlanmış olması farklı tecrübe ve yaşantılar düşüncesini doğrular niteliktedir.

5.4 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Fakülte Değişkenine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, fakülteler karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır.

Karaduman (2015) Araştırmasında, üniversite öğrencilerinin fakülteler bağlamında öz yeterlik düzeylerinde anlamlı bir fark olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre, Eğitim ve iktisat fakültesi öğrencileri arasında iktisat fakültesi lehine, mühendislik ve beden eğitimi bölümü öğrencileri arasında beden eğitimi bölümü öğrencileri lehine anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır.

Farklı sonuçlar çıkmasında farklı etkenler etkili olmuş olabilir. Karaduman (2015) araştırmasında beden eğitimi öğrencilerinin öz yeterlik düzeyini daha yüksek bulmuş olması spor geçmişi olan öğrencilerinin bulunduğu varsayımıyla hareket edildiği zaman bu durumun öğrencilerin öz yeterlik düzeyinde etkili bir rol oynamış olabileceği söylenebilir.

5.5 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Anne-Baba Öğrenim Düzeyi Değişkenine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, Anne öğrenim durumu DAÜ öğrencilerinin öz yeterlik düzeyinde anlamlı fark yaratmıştır. Annesi lise mezunu olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyi, annesi ortaokul mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Karaduman (2015) Araştırmasında, üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim düzeyinin bireylerin öz yeterlik düzeyine herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, baba öğrenim durumu açısından karşılaştırılması sonucunda ise anlamlı fark saptanmamıştır.

Karaduman (2015), üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim düzeyinin bireylerin öz yeterlik düzeylerine herhangi bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Farklı sonuçlar ortaya çıkmış olmasına rağmen eğitim düzeyi yüksek olan ailelerin bireylere daha iyi güven aşılayarak olumlu bir kimlik oluşturmalarına katkı sağladığı düşüncesinin yanı sıra kültür bakımından zengin durumda olan ebeveynler bireylere karşı daha iyi fırsatlar sunarak istenilen yönde pozitif etkiler sağlanabilir.

5.6 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Anne-Baba Birliktelik ve Medeni Durumları Değişkenine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, DAÜ öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, anne-baba birliktelik durumlarının karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır.

Üreyen ve Ünal (2022) Araştırmalarına göre parçalanmış aileden gelmek bireylerin akademik başarılarını olumsuz olarak etkilemektedir. Bu bireylerin eğitim hayatlarında fazlaca devamsızlık yapmasının yanı sıra hedef belirlemede de

problemler yaşadığı bu yüzden de başarısızlığın beklenen bir durum olduğu belirtilmiştir.

Araştırma sonuçlarının farklı çıkmasının sebebinin katılımcılar arasındaki yaş farkı olma olasılığı yüksek gözlemlenmiştir yine de farklı çıkan sonuçları incelediğimiz zaman bireyin kendisini yalnız hissettiği takdirde hem eğitimsel hem de davranışsal olarak geriye gidebileceği ama bu durum büyük oranda ailenin kontrolünde olacağı savunması yapılabilir. Boşanma gerçekleşmiş olsa bile bireyin sorumluluklarını yerine getirebilme ve sağlıklı bir aile yaşantısı sunmak imkansız olarak görülmeyeceği söylenebilir bu şekilde bireyin ruhsal olarak daha az hasarla süreci tamamlaması sağlanabilir.

5.7 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Algıladıkları Aile Tutumları Değişkenine Göre Tartışılması

Araştırma, demokratik aile tutumuna sahip öğrencilerin öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek ve gelecek kaygılarının daha düşük olduğunu göstermiştir. Bu durum, Bandura'nın (1986) sosyal öğrenme teorisiyle de uyumlu olarak, bireyin öz yeterlik algısının ailevi destek mekanizmalarına bağlı olduğunu ortaya koymaktadır. Koruyucu ve baskıcı aile tutumlarının özgüveni üzerinde olumsuz etkileri olduğu ve bu durumun öğrencilerin gelecek kaygılarını olumsuz olarak etkilediği tespit edilmiştir.

5.8 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Algıladıkları Ekonomik Gelir Durumu Değişkenine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, DAÜ öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından karşılaştırılması sonucunda orta ve yüksek aile ekonomik gelir algısına sahip üniversite öğrencilerinin, ailesi düşük ekonomik gelir algısı olanlara göre biraz daha yüksek öz yeterlik düzeyi olduğu görülmüştür. Buna göre, ailenin

bireye verdiği güvenin yanı sıra, sağladığı fırsatların da bireyin öz yeterlik düzeyinin oluşmasında etkili olduğu sonucuna varılabilir.

Saraç (2015) araştırmasında ailenin gelir düzeyi arttıkça hissedilen kaygının düştüğü sonucuna varmıştır.

Karaduman (2015) araştırmasında üniversite öğrencilerinin aylık gelir durumlarının öz yeterlik algıları üzerine anlamlı bir fark yaratmadığı ortaya çıkmıştır.

Araştırmaların farklı sonuçlar vermesinin nedeni farklı dönemlerde yapılan çalışmalar olmasıyla açıklanabilir.

5.9 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Fakülte Gelişmelerini Takip Etme Değişkenine Göre Tartışılması

Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, bölümdeki gelişmeleri takip etmeleri açısından karşılaştırılması sonucunda anlamlı fark saptanmamıştır. Bununla ilgili literatürde de doyurucu sonuçlara rastlanmamıştır.

Bireylerin bölüm gelişmelerini takip etme yolları birbirlerinden farklılaşabilmektedir. İnternette araştırma yapmak konusunda ilgili olan bireyler araştırma yolu ile, çevre ile iyi etkileşimi iyi durumda olanlar sosyal yollarla bölümleri hakkında son detayları öğrenebilirler. Bu durumun öz yeterlik algısı kavramından bağımsız olduğu düşünülmektedir.

Bu durumda elde edilen sonuçlar ile birlikte üniversite öğrencilerin bölüm gelişmelerini takip ettiği kaynağın öz yeterlik üzerinde herhangi bir etkisi olmadığı sonucu ortaya çıkabilir.

5.10 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin İş Fırsatları Algısı Değişkenine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, DAÜ öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin iş fırsatı algısı açısından karşılaştırılması sonuçları incelendiğinde, iş fırsatı algısı iyi olan üniversite

öğrencilerinin öz yeterlik algısı diğer iki gruba (düşük,orta) göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

İş fırsatı algısının düşük olduğu öğrencilerin öz yeterlik yönünden de sorun yaşaması asıl problemin iş fırsatı yönünden değil de düşük öz yeterlik düzeyinden kaynaklanabileceği konusunda varsayımlar oluşmasını sağlayabilir.

5.11 DAÜ Öğrencilerinin Öz Yeterlik Düzeylerinin Bölüm Tercih Sebepleri Değişkenine Göre Tartışılması

DAÜ öğrencileri arasında bölümlerini idealleri doğrultusunda seçenlerin öz yeterlik düzeyleri, ailesinin etkisi ile bölüm tercihi yapanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bu durumun öz yeterlik düzeyi yüksek olsan öğrencilerin kendi ideallerini oluşturdukları ve hayatının önemli noktalarında sorumluluk alabildikleri gerçeğini yansıttığı varsayılabilir. Benzer yönde araştırmalar da bu sonucu destekler niteliktedir.

Özdemir (2008) Araştırmasında, Öğretmenliği kendi isteği ile seçen öğretmen adaylarının öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Ünlü, Kaşkaya ve Kızılkaya (2017) bölümlerini isteyerek tercih eden öğretmen adaylarının bölümlerini başka etkenlerle seçen öğretmenlere göre öz yeterlik inancının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gerçek vd. (2006) yaptıkları araştırmada kendi isteği ile tercih yapanların öz yeterlik düzeyleri başka etmenler ile tercih yapan öğrencilerden yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

5.12 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Cinsiyet Değişkenine Göre Tartışılması

Araştırma da cinsiyet değişkeninin yaşanan kaygı düzeyine olan etkisi incelenmiştir ve üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu ile gelecek kaygıları cinsiyet bağlamında anlamlı fark göstermemiş olmasına rağmen erkek üniversite

öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk düzeyleri kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Şanlı Kula ve Saraç' ın (2016) yaptıkları araştırmaya göre bu araştırmanın aksine kız öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinin erkek öğrencilere göre anlamlı bir şekilde yüksek olarak bulunmuştur bu farklı sonuçların araştırmanın yapıldığı bölgesel ve farklı değişkenlerden kaynaklandığı söylenebilir.

Erkek öğrencilerin gelecek kaygılarının kadınlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiş olması toplumsal cinsiyet rollerinin ve beklentilerinin kadınlar üzerindeki baskısını tam olarak yansıtmadığı görüşü ağır basmaktadır. Erkek öğrenciler, özellikle kariyer ve gelecek planlaması gibi konularda daha fazla kaygı yaşamaktadır. Bu durum, erkeklerin sorumluluk duygusu ve ev geçindirme gibi görevlerinden kaynaklandığı ve endişeye sebep olduğu sonucunu ortaya çıkarabilir.

5.13 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Sınıf Düzeyleri Değişkenine Göre Tartışılması

Araştırmanın sonuçlarına göre eğitimlerini sürdürmekte olan üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre yaşamakta oldukları gelecek kaygılarında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır buna göre 3. Sınıfta öğretimlerini sürdüren öğrencilerin gelecek korkusu 1. Sınıf öğrencilerine oranla daha yüksektir. 4. Sınıf öğrencilerinin ise gelecekte umutsuz olma düzeyi 1. Sınıf öğrencilerine oranla anlamlı bir şekilde daha yüksek bir durumdadır. Üniversite 3. Sınıf öğrencilerinin gelecek kaygıları ise yine 1. Sınıf öğrencilerine oranla anlamlı düzeyde daha yüksek olarak bulunmuştur..

Yapılan araştırma Çakmak ve Hevedanlı (2004, 2005) yaptıkları araştırmalar ile benzerlik göstermektedir bu araştırmalarda da sınıf düzeyine göre kaygı düzeyinde anlamlı bir fark olduğu ortaya konmuştur. Bu durum mezuniyet dönemi yaklaştıkça

öğrencilerin kaygılarının ve gelecek adına korkularının yükseldiğini ortaya koyduğu söylenebilir.

5.14 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Eğitimlerine Devam Ettikleri Fakülte Değişkenine Göre Tartışılması

Araştırma bulguları, okunan bölümün üniversite öğrencilerinin gelecek kaygıları üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunduğunu göstermiştir. Özellikle iş olanakları açısından farklı bölümlerde okuyan öğrenciler arasında gelecek kaygısı düzeyleri değişiklik göstermektedir.

Araştırma sonuçlarına göre eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin gelecek konusunda korku ve gelecek kaygıları, sağlık fakültesi ile hukuk fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Eğitim fakültesi öğrencileri diğer bölümlere oranla daha fazla kaygı çekmektedir. Bu sonuç, Bozkur ve diğerlerinin (2020) meslek seçiminin kaygı düzeyi üzerindeki etkilerini ele alan çalışmalarıyla örtüşmektedir. Ancak, öğrencilerin işsizlik oranı gibi dışsal faktörlerin, bölüm farkından daha etkili olduğu da söylenebilir.

Şanlı Kula ve Saraç' ın (2016) yaptıkları araştırmaya göre FTR bölümü öğrencileri yani sağlık fakültesi öğrencilerinin çektikleri kaygı eğitim fakültesi öğrencilerinin çektikleri kaygıya göre anlamlı bir şekilde daha düşük durumdadır sonuç olarak burada da benzer bir sonuç bulunmuştur dolayısıyla eğitim fakültesinde öğrenimlerini sürdüren üniversite öğrencilerinin sağlık fakültesi öğrencilerine oranla geleceğe yönelik olan kaygılarının daha fazla olduğu çıkarımı yapılabilir.

Bu noktada gelecek kaygılarının gelecekte yapılacak olan mesleğin iş olanakları ile doğru orantılı olduğu görüşü ağır basmaktadır. Mesleki anlamda yaşanacak muhtemel zorluklar oluşan gelecek kaygılarının kaynağı olarak yorumlanabilir.

5.15 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Anne -Baba Öğrenim Düzeyi Değişkeninine Göre Tartışılması

Bulgulara Göre, annesinin öğrenim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu ile gelecek kaygısı annesi lise ve mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Babasının öğrenim durumu ilkokul olan DAÜ öğrencilerinin gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyleri ve gelecek kaygıları, babasının öğrenim durumu lise ve üniversite olan öğrencilerden daha yüksektir. Öğrencilerin annelerinin eğitim durumuna yönelik bulgular ise benzer bir niteliktedir.

Literatürde doyurucu sonuçlara rastlanmamış olsa bile bireylerin sağlıklı bir kimlik geliştirebilmesi için ailenin desteği ve sunduğu fırsatlar oldukça değerli görülmektedir. Bu bulguların ortaya çıkmasında eğitim düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarına yaklaşımı küçük yaşlardan itibaren daha bilinçli bir şekilde gerçekleştiği varsayımını ortaya çıkabilir.

5.16 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Anne-Baba Birliktelik ve Medeni Durumları Değişkeninine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, DAÜ öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeyleri ve alt boyutları anne-baba birliktelik durumu açısından anlamlı fark göstermemiştir ama anne ve babasının her ikisinin bekar olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk ve gelecek kaygılarının, birisi evli, diğeri bekar diyenlere göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Literatürde doyurucu sonuçlara rastlanmamıştır fakat Anne ve babası birlikte olmayan öğrencilerin gelecekte umutsuzluk ve gelecek kaygılarının birisi evli, diğeri bekar diyenlere göre daha yüksek olması aile kavramının önemini ortaya çıkardığı düşünülmektedir. Bu durumda birey bir noktada aile ortamı içerisinde bulunup pozitif

yönde etkilenmiş olabilir. Parçalanmış aile içerisinde bulunan birey ise ihmal edilmiş ve bazı gereksinimlerini karşılayamamış olabilir bu durumda gelecek adına biraz daha kaygılı olması doğal bir durum olarak karşılanabilir.

5.17 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Algıladıkları Aile Tutumları Değişkeninine Göre Tartışılması

Araştırma sonuçlarına göre, Algılanan aile tutumuna göre baskıcı aile algısına sahip üniversite öğrencilerinin; gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyi ve gelecek kaygıları, diğer algılanan aile tutumlarına (koruyucu, demokratik, çocuk merkezli ve güven verici hoş görülü) göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir dolayısıyla baskıcı aile tutumu gelecek kaygısını arttırmaktadır.

Bu durum baskıcı aile tutumunun öğrenciler açısından olumsuz bir ruh hâli oluşturması açısından kanıt niteliğinde olduğu söylenebilir. Koruyucu, demokratik, çocuk merkezli ve güven verici hoş görülü aile tutumuna sahip öğrencilerin baskıcı aileye göre gelecek kaygısını daha az etkilemesinin sebebinin öğrencilerin tercih ve isteklerine verilen önemin bir sonucu olduğu varsayılmaktadır.

Çakmak ve Hevedanlı'nın (2004, 2005) sonuçlara rastlanmıştır. Buna göre, otoriter tutumu benimseyen ailelere oranla demokratik aile tutumunu benimseyen ailelere sahip üniversiteli öğrencilerin gelecek kaygılarının daha düşük düzeyde olduğunun tesbiti yapılmıştır.

5.18 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Algıladıkları Ekonomik Gelir Durumları Değişkeninine Göre Tartışılması

Şanlı Kula ve Saraç'ın (2016) yaptıkları araştırmada da benzer nitelikte sonuçlar bulunmuştur. Buna göre düşük gelirli aileye sahip olan üniversiteli öğrencilerin yaşadıkları gelecek kaygısı daha yüksek gelirli olan ailelere sahip öğrencilere oranla anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Aydın ve Tiryaki (2017) tarafından yapılan bir başka araştırmaya göre ise ailelerin gelir durumlarının öğrencilerin yaşadığı kaygı düzeylerini anlamlı bir şekilde etkilemediği ortaya konmuştur.

Ailelerin ekonomik düzeylerinin öğrencilere verilen fırsatlar açısından incelendiğinde önemli bir etkiye sahip olduğu varsayılmaktadır yine aynı şekilde maddi olarak daha iyi durumda olan ailelerin öğrencilerden olan beklentileri daha farklı bir durumdadır ve bu durum öğrencinin geleceğe yönelik kaygılarını doğrudan etkilediği düşünülmektedir.

5.19 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Bölüm Gelişmelerini Takip Etme Değişkeninine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, DAÜ öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm gelişmelerini takip etmelerine göre anlamlı fark görülmemiştir. Literatürde doyurucu sonuçlar bulunmamasına rağmen yapılan araştırmada öğrencilerin bölüm gelişmelerini takip ettikleri kaynakların yaşadıkları gelecek kaygısından bağımsız olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

Bireylerin bölüm gelişmelerini takip etme yolları birbirlerinden farklılaşabilmektedir. İnternette araştırmak yapmak konusunda ilgili olan bireyler araştırma yolu ile, çevre ile etkileşimi iyi durumda olanlar çevre yoluyla bölümleri hakkında son detayları öğrenebilirler. Bu durumun gelecek kaygısı kavramından bağımsız olduğu düşünülmektedir.

5.20 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Algıladıkları İş Fırsatları Değişkeninine Göre Tartışılması

Bulgulara göre, DAÜ öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin iş fırsatları algısı açısından değerlendirdiğinde, iş fırsatı algısı kötü olanların gelecek korkusu,

gelecekte umutsuzluğu ve gelecek kaygısı diğer iki gruba oranla anlamlı düzeyde yüksektir.

En düşük gelecek kaygısı ise iş fırsatları algısının iyi olduğu üniversite öğrencilerinde olduğu görülmüştür.

Bıkmaz ve Yağan (2020) yaptıkları araştırmada Son sınıf üniversite öğrencilerinin okunulan bölümlere bağlı kalarak, cinsiyet, yaş, ekonomik koşullar, yaşanılan şehrin iş bulma olanakları, kişisel yetersizlik duygusu gibi etkenlerin sürekli kaygı düzeyini arttırdığı tespit edilmiştir.

Araştırma sonuçları incelendiği zaman bölümünün vadettiği iş olanaklarından umutlu olan öğrencilerin gelecek kaygısı daha düşük durumdayken okuduğu bölüme yönelik umutları daha düşük olan öğrencilerin geleceğe yönelik kaygıları daha yüksek bulunmuştur. Bu durum öğrencilerin tercih yaparken hata yaptıklarını düşünmelerine de zemin hazırlayarak mental olarak daha kötü bir duruma gelerek yaşadıkları kaygının artmasını sağlayabilir.

5.21 DAÜ Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarının Bölüm Tercih Sebepleri Değişkenine Göre Tartışılması

İdealleri nedeniyle bölüm tercihi yapan üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyi ve gelecek kaygısı diğer tüm gruplara göre anlamlı düzeyde daha düşük bir durumda olduğu tespit edilmiştir. Deveci vd. (2012) yaptığı araştırmanın sonuçları da benzer bir nitelik taşımaktadır.

Bölüm tercihini bağımsız bir şekilde kendi istekleriyle şekillendiren öğrencilerin yaşadıkları kaygının daha düşük olduğu ortaya konmuştur. Gelecekte yapılması planlanan mesleğin kişinin ilgi ve yetenekleriyle doğru orantılı olması gerekmektedir. Aile baskısı vb. Sebeplerle bölüm tercihi yapan öğrencilerin gelecek adına kaygılanmasının doğal bir durum olduğu söylenebilir.

5.22 Öz Yeterlik Algısının Gelecek Kaygısını Yordamasına İlişkin Tartışma

DAÜ öğrencilerinin öz yeterlik algıları gelecek kaygılarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algıları yükseldikçe gelecek kaygıları anlamlı düzeyde düşmektedir. Araştırma sonuçlarına göre öz yeterlik düzeyinin artması, gelecek kaygısının düşmesi üzerinde yordayıcı bir etkiye sahiptir.

Kansu ve Hızlısayar (2018) ifadesine göre öz yeterlik kavramı bireyin karşılaştığı zorluklara rağmen kendi potansiyelini ortaya koyarak başarılı olacağına dair inancını ifade etmektedir.

Bireyin öz yeterlik düzeyinin iyi bir seviyede olması hem başarıyı hem de uğraşlarından doyum almasını büyük ölçüde etkilediği söylenebilir. Başarılı olacağına dair inancı yüksek olan öğrencilerin mesleklerinde iyi bir noktaya gelme ihtimali kendisine yönelik öz yeterlik algısı düşük olan bireye göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Bozkur vd. (2020) Yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinin kendilerine yönelik öz yeterlik algılarının yüksek bir düzeyde olması geleceğe yönelik kaygılarını azalttığını ortaya koymuşlardır.

Yapılan benzer bir araştırmada, Yemenici, Bozkurt ve Taşkın (2020) üniversite öğrencilerinin öz yeterlikleri ve girişimci davranışlarının hissedilen gelecek kaygısını azalttığını ifade etmişlerdir.

Bilişsel kuram, insanların yaşadıkları kaygı durumunun umutsuzluk ve kızgınlık gibi duyguların yaşanma şekilleri sebebiyle ortaya çıktığını savunmaktadır. Kişinin yaşanan olaylar karşısında duygularını abartılı bir şekilde yaşaması kaygı durumunu arttırırken kişinin geçmiş tecrübeleri de eklenince verilen tepkiler ona göre şekil alarak kendisini göstermektedir (Savaşır, Soygüt ve Kabakçı, 2003).

Bu durumda başarıya dair inanç düzeyleri düşük olan üniversite öğrencilerinin karşılarına çıkan engellere yönelik olumsuz düşünce kalıpları geliştirmeleri olası bir durum olarak düşünülmektedir. Bilişsel yaklaşıma göre öz yeterlik düzeyi düşük olan bireyler yaşadıkları kaygı durumunu düşünce kalıplarının değişimiyle yönetebilecekleri söylenebilir.

Bilişsel kuram ışığında incelediğimiz zaman ortaya çıkan bulguların öz yeterlik algıları düşük olan bireylerin karşılaştıkları engeller karşısında olumsuz düşünceler geliştirerek bu engelleri kafalarında büyüterek yaşanan gelecek kaygısını yordama durumunu açıklayabileceği gözlemlenmiştir.

Bölüm 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

6. Bölümde araştırma sonuçlarının yanı sıra araştırmacılara, uygulayıcılara ve kurumlara yönelik önerilerde bulunulacaktır.

6.1 Sonuçlar

- Öz yeterlik düzeyleri cinsiyet bağlamında karşılaştırıldığında cinsiyet anlamında anlamlı bir fark saptanmamıştır.
- Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, sınıf düzeyi ve fakülte bağlamında anlamlı bir farka rastlanmamıştır.
- Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, baba eğitim durumlarına göre anlamlı bir fark göstermeyip anne eğitim durumuna göre fark yarattığı ortaya çıkmıştır. Buna göre, annesi lise mezunu olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyi, annesi ortaokul mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.
- Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, anne-baba birliktelik ve medeni durumlarına göre anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.
- Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, aile tutumu algısı açısından anlamlı bir fark gösterdiği ortaya çıkmıştır. Buna göre, demokratik aile tutumu algısı olan üniversite öğrencilerin öz yeterlik düzeyleri ilgisiz ve baskıcı aile tutumu algısı olanlardan daha yüksek düzeyde çıkmış, Koruyucu aile tutumu algısı olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ilgisiz ve baskıcı aile tutumu algısı olanlardan daha

yüksek, Güven verici ve hoş görülü aile tutumu algısı olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ilgisiz ve baskıcı aile tutumu algısı olanlardan daha yüksek çıkmıştır.

- Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından karşılaştırılması sonucunda biraz fark ortaya çıkmıştır. Buna göre, ekonomik düzey algısı orta ve yüksek olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeyi ekonomik düzey algısı düşük olanlara göre biraz daha yüksek olarak bulunmuştur.
- Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin, bölümdeki gelişmeleri takip etmeleri açısından anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.
- Üniversite öğrencilerinin öz yeterlik düzeylerinin iş fırsatı algısı açısından karşılaştırılması sonuçları incelendiğinde, iş fırsatı algısı iyi olan üniversite öğrencilerinin öz yeterlik algısı diğer iki gruba (düşük, orta) göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.
- Üniversite öğrencileri arasında bölümlerini idealleri doğrultusunda seçenlerin öz yeterlik düzeyleri, aile'si nedeni ile bölüm tercihi yapanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygıları cinsiyet bağlamında anlamlı bir fark göstermemiş, erkek üniversite öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk düzeyleri kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olarak bulunmuştur.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygıları sınıf düzeylerine göre anlamlı bir fark göstermiştir. Buna göre, Üniversite 3. sınıf öğrencilerinin gelecek korku ve kaygıları 1. sınıflara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Üniversite 4. Sınıf öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk düzeyi de 1 sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin fakülte bağlamında incelenmesi sonucunda anlamlı fark ortaya çıkmıştır. Buna göre, Eğitim fakültesi öğrencilerinin gelecek korkuları ve gelecek kaygıları, sağlık fakültesi ile hukuk fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha yüksektir. Eğitim fakültesi öğrencilerinin geleceğe yönelik kaygıları daha yüksektir.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne öğrenim düzeyi açısından incelenmesi sonucunda anlamlı fark ortaya çıkmıştır. Buna göre, Annesinin öğrenim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk düzeyi annesi lise mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Annesinin öğrenim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu ile gelecek kaygısı annesi lise ve mezunu olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin baba öğrenim düzeyi açısından değerlendirilmesi sonucunda ise, Babasının öğrenim durumu ilkokul olan üniversite öğrencilerinin gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyleri ve gelecek kaygıları, babasının öğrenim durumu lise ve üniversite olan üniversite öğrencilerinden daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin anne-baba birliktelik durumu açısından değerlendirilmesi sonucunda anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.
- Gelecek korkusu açısından anne-baba medeni durumunda anlamlı fark görülmemiştir.

- Anne ve babasının her ikisinin bekar olduğunu belirten üniversite öğrencilerinin gelecekte umutsuzluk ve gelecek kaygılarının, birisi evli, diğeri bekar diyenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin algılanan aile tutumu açısından değerlendirildiğinde baskıcı aile algısına sahip üniversite öğrencilerinin; gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluk düzeyi ve gelecek kaygıları, diğeri algılanan aile tutumlarına (koruyucu, demokratik, çocuk merkezli ve güven verici hoş görölü) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir sonuç olarak baskıcı aile tutumu gelecek kaygısının artışına sebep olmaktadır.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin aile ekonomik gelir algısı açısından değerlendirilmesi incelendiğinde en yüksek gelecek korkusu, en yüksek gelecekte umutsuzluk düzeyi ve en yüksek gelecek kaygısı düşük ekonomik geliri olan aile algısına sahip üniversite öğrencilerinde görülmektedir. Buna göre, ailenin ekonomik gelir durumunun düşmesi gelecek kaygılarını arttırırken ekonomik gelir durumunun yükselmesi gelecek kaygılarını azaltmaktadır.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm gelişmelerini takip etmeleri açısından değerlendirilmesi sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm gelişmelerini takip etmelerine göre anlamlı fark görülmemiştir.
- Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin iş fırsatları algısı açısından değerlendirdiğinde, iş fırsatı algısı kötü olanların gelecek korkusu, gelecekte umutsuzluğu ve gelecek kaygısı diğeri iki gruba oranla

anlamli düzeyde yüksektir. En düşük gelecek kaygısı ise iş fırsatları algısının iyi olduğu niversite ğrencilerinde olduğu sonucuna varılmıştır.

- Üniversite ğrencilerinin gelecek kaygısı düzeylerinin bölüm tercihi sebepleri açısından değerlendirildiğinde İdealleri nedeniyle bölüm tercihi yapan niversite ğrencilerinin gelecek korkusu, gelecekten umutsuzluk düzeyi ve gelecek kaygısı diğer tüm gruplara göre anlamli düzeyde daha düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Eğitim görevlisinin etkisine bağlı bölüm tercihi yapanların ise gelecek kaygı düzeyleri diğer etkenlere tercih yapanlara göre yüksektir.
- Üniversite ğrencilerinin öz yeterlik algılarının yaşadıkları gelecek kaygısını yordama derecesi incelendiğinde ise niversite ğrencilerinin öz yeterlik algıları algılarıgelecek kaygılarını anlamli bir şekilde yordadığı sonucuna varılmaktadır. Buna göre, re öz yeterlik düzeyinin artması, gelecek kaygısının düşmesi üzerinde yordayıcı bir etkiye sahiptir.

6.2 neriler

Bu bölümde araştırmadan elde edilen sonuçlarla ilgili olarak araştırmacılar a uygulamacılara ve kurumlara yönelik önerilerde bulunulacaktır.

6.2.1 Araştırmacılar a Yönelik neriler

- Bu araştırma KKTC’de bulunan Doğu Akdeniz niversitesi’nde Türkçe eğitim gören 400 öğrenciden oluşan veriler ile gerçekleşmiştir. Farklı niversiteler ve bölümlerde eğitimini sürdüren öğrenciler ile ilgili çalışmalar yapılması yararlı olacaktır.
- Bu araştırma KKTC’de Gazimağusa ilçesinden elden edilen veriler ile sınırlıdır. Farklı yerleşim yerlerinden elde edilen sonuçlar farklı sonuçlar doğurabilir.

- Farklı etnik kökenli öğrenciler arasında benzer çalışmalar yapılabilir.
- Bu araştırmada Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği ve Genel Öz Yeterlik Ölçeği kullanılarak Üniversite öğrencileri hedef kitle olarak belirlenmiştir. Farklı hedef kitlesi ve ölçme araçları kullanılarak alınan sonuçlar karşılaştırılabilir.
- Kültürel etkenler ve politik ortam zaman içerisinde değişiklik gösterebilir. Öz yeterlik düzeyleri ve Gelecek kaygıları bu değişikliklerden etkilenebilir. Bu nedenle Gelecek Kaygısı Ölçeği ve Genel Öz Yeterlik Ölçeği farklı zamanlarda farklı değişkenler ile tekrar uygulanabilir.

6.2.2 Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

- Ailelere yönelik farkındalık programlarının geliştirilmesi de önem taşımaktadır. Ailelerin bireylerin gelişim süreçlerindeki rollerinin vurgulanması ve destekleyici tutumlar benimsemeleri için eğitimler düzenlenmesi önerilmektedir. Demokratik aile tutumlarının teşvik edilmesi, bireylerin öz-yeterlik algılarının güçlenmesini ve gelecek kaygılarının azalmasını sağlamaktadır.
- Öğrencilerin mezuniyet sonrası iş bulma kaygısını azaltmak için kariyer rehberlik merkezleri kurulabilir.
- Psikolojik destek hizmetlerinin bireylerin stres ve kaygı yönetiminde etkin bir şekilde kullanılmasının teşvik edilmesi gerekmektedir. Gelecek kaygısıyla başa çıkmakta zorlanan bireylere yönelik bireysel ve grup terapilerinin düzenlenmesi, onların belirsizliklerle başa çıkma kapasitelerini artırmaktadır. Bu süreçte, bireylerin stresle başa çıkma becerilerinin geliştirilmesi ve öz-yeterlik algılarını güçlendiren stratejilerin kazandırılması önemli bir yere sahiptir.

- Cinsiyet ayrımı gözetmeksizin her bireyin kendi yeteneklerini keşfetmesini teşvik edecek eğitim politikaları benimsenmelidir.
- Ekonomik destek programlarının ve kariyer danışmanlığı hizmetlerinin yaygınlaştırılması, bireylerin ekonomik kaygılarını azaltarak geleceklerine daha güvenle bakmalarını sağlamaktadır.
- Ekonomik belirsizliklerin etkilerini hafifletmek için öğrencilere ekonomik danışmanlık hizmetleri sunulmalıdır.
- Demokratik tutumu teşvik eden ebeveyn rehberlik kitapçıkları ve seminerleri oluşturulmalıdır.

6.2.3 Kurumlara Yönelik Öneriler

- Bireylerin öz-yeterlik algılarını güçlendirmek için eğitim kurumlarında rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin daha etkili bir şekilde yapılandırılması gerekmektedir. Üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını destekleyici programların yanı sıra, özgüvenlerini artırmaya yönelik kişisel gelişim etkinliklerinin düzenlenmesi önerilmektedir.
- Eğitim kurumlarında toplumsal cinsiyet farkındalığı oluşturacak rehberlik programları uygulanmalıdır.
- Bölüm tanıtımları sırasında öğrencilerin iş olanakları hakkında kapsamlı bilgi almaları sağlanmalı, iş dünyasıyla işbirliği içinde staj programları artırılmalıdır.
- Üniversiteler, öğrencilerin ailelerinden aldıkları desteği artırmak için aile-öğrenci etkileşimini güçlendirecek sosyal etkinlikler planlamalıdır.
- Üniversiteler, öğrencilerin mezuniyet sonrası iş bulma kaygısını azaltmak için kariyer rehberlik merkezleri kurmalıdır.

- Öz yeterlik algısını artırmaya yönelik etkinlikler ve atölyeler cinsiyete özel ayırım gözetmeksizin tüm öğrencilere sunulmalıdır.
- Bireylerin öz-yeterlik algılarını güçlendirmek için eğitim kurumlarında rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin daha etkili bir şekilde yapılandırılması gerekmektedir. Üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını destekleyici programların yanı sıra, özgüvenlerini artırmaya yönelik kişisel gelişim etkinliklerinin düzenlenmesi önerilmektedir.
- Bireylerin sosyal destek sistemlerinden daha fazla faydalanmalarını sağlamak amacıyla, üniversitelerde sosyal etkinliklerin artırılması ve öğrenci topluluklarının desteklenmesi gerekmektedir. Sosyal ilişkilerin güçlenmesi, bireylerin kendilerini daha güvende hissetmelerine ve geleceğe dair daha olumlu bir tutum geliştirmelerine yardımcı olmaktadır.

KAYNAKLAR

- Acar, R. (2023), *Üniversite Öğrencilerinin Maneviyat ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, İ.Z.Ü.
- Akarca, H. N. (2019), *Ortaokul Öğrencilerine Yönelik Geometri Kaygı Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Geometri Kaygısının Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*, Yüksek Lisans Tezi, GAÜN.
- Akbalık, Ö. (2005), *Üniversite Öğrencilerinde Kaygı Belirtileri ve İç-Dış Kontrol Odağı İnancı ile Öğrenilmiş Güçlülük Arasındaki İlişkiler*, Yüksek Lisans Tezi, D.Ü.
- Akbaş, A. ve Çelikkaleli, Ö. (2006), *Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fen Öğretimi Özyeterlik İnançlarının Cinsiyet, Öğrenim Türü ve Üniversitelerine Göre İncelenmesi*, Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2(1), 98-110.
- Akkoyun, F. ve Dökmen, Ü. (1989), *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Problem Alanlarına Göre Sürekli Kaygı Düzeyleri*, Ankara: AÜ Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.
- Aktaş, H. (2017), *Akademik Güdülenme ile Akademik Öz Yeterlik Arasındaki İlişki: İlahiyat Fakültesi Öğrencileri Üzerine Ampirik Bir Araştırma*, İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 6(3), 1376-1398.

Alaosman, F. B. (2019), *Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Başa Çıkma Yöntemleri*, Yüksek Lisans Tezi, Y.D.Ü.

Al-Mwadih, R., Adheisa, M., Alomyan, H. ve Al-Badri, A. (2021), *The Relationship between Self-Efficacy and Quality of Life Among University Students*, An-Najah University Journal for Research (Humanities), 35(9), 1531-1552.

Altunbaş, F. (2018), *Üniversite Öğrencilerinin Özyeterlik Düzeyleri ile Spora Katılım Motivasyonları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, T.R.Ü.

Atabey, N. (2020), *Future Expectations and Self-Efficacy of High School Students as a Predictor of Sense of School Belonging*, Education and Science, 45(201), 125–141. <https://doi.org/10.15390/EB.2020.8918>

Atik, G. ve Erkan, A. Z. (2017), *Lise Öğrencilerinin Umut Düzeylerinin Yordanması: Akademik Öz-Yeterlik ve Problem Çözmenin Rolü*, Eğitim ve Bilim, 42(190), 157-169.

Aydemir, L. (2018), *Üniversite Öğrencilerinin Meslek Tercihlerini Belirleyen Faktörlere Yönelik Bir İnceleme*, Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 6(5), 713-723.

Aydın, F. (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Uyku Kalitesi, Yaşam Kalitesi ve Akademik Öz Yeterlikleri Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, İ.G.Ü.

- Aydın, A. ve Tiryaki, S. (2017), *Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerini Etkileyen Faktörleri Belirlemeye Yönelik Bir Çalışma (KTÜ Örneği)*, Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi, 17(4), 715-722.
- Aypay, A. (2010), *Genel Öz Yeterlik Ölçeği'nin (GÖYÖ) Türkçe'ye Uyarlama Çalışması*, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(2), 113-132.
- 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.
- Bandura, A. (1986), *Social Foundations of Thought and Action: A Social Theory*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bardakçı, S. (2019), *Öğrencilerin Üniversite ve Bölüm Tercihlerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Hizmetleri MYO Örneği*, Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi, 20(2), 356-373.
- Behjoo, B. M. (2013), *The Relationship Among Self-Efficacy, Academic Self-Efficacy, Problem Solving Skills and Foreign Language Achievement*, Yüksek Lisans Tezi, H.Ü.
- Bıkmaz, F. H. (2004), *Sınıf öğretmenlerinin Fen Öğretiminde Öz Yeterlilik İnancı Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*, Milli Eğitim Dergisi, 161(28.04).

- Bıkmaz, Z., ve Yağan, N. A. (2020), *Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeylerinin İncelenmesi*, Pearson Journal, 5(8), 169-181.
- Bozan, I. G. (2019), *Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılığının ve Akademik Erteleme Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, AKDÜ.
- Bozbeyündü, F. ve Alev, S. (2019), *An Analysis of the Relationship between the General Self-Efficacy Perceptions of Teachers and Their Political Skill Levels*, International Journal of Progressive Education, 15(2), 1–12.
- Bozkur, B., Kıran, B. ve Cengiz, Ö. (2020), *Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Gelecekte İş Bulmaya Yönelik Algı ve Öz-Yeterliklerinin İncelenmesi*, Kastamonu Education Journal, 28(6), 2401-2409.
- Brashi, A. (2022), *Self-Efficacy in the Prediction of GPA and Academic Computer Use in Undergraduate Translation Students at a Saudi University*, Frontiers in Psychology, 13, 865581. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865581>
- Budak, S. (2000), *Psikoloji Sözlüğü*, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Çakır, M. A. (2016), *Üniversite Öğrencilerinin İş Arama Yetkinlik Düzeylerinin İncelenmesi*, The Journal of Academic Social Science Studies (JASSS), 50, 217-231. <https://doi.org/10.9761/jasss3549>

Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M. (2004), *Biyoloji Öğretmen Adaylarının Kaygılarını Etkileyen Etmenler*, XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 6(9), 1-11.

Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M. (2005), *Eğitim ve Fen Edebiyat Fakülteleri Biyoloji Bölümü Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 4(14), 115-127.

Çalışkan, S., Selçuk, G. S. ve Özcan, Ö. (2010), *Fizik Öğretmen Adaylarının Özyeterlik İnançları: Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve Akademik Başarının Etkileri*, Kastamonu Education Journal, 18(2), 449-466.

Çevik, D. B. (2011), *Sınıf Öğretmeni Adaylarının Müzik Öğretimi Özyeterlik Düzeylerinin İncelenmesi*, Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 12(1), 145-168.

Çiftçi, G. E., Bülbül, S. F., Bayar Muluk, N., Çamur Duyan, G. ve Yılmaz, A. (2011), *Sağlık Bilimleri Fakültesini Tercih Eden Öğrencilerin, Üniversite ve Meslek Tercihlerinde Etkili Olan Faktörler (Kırıkkale Üniversitesi Örneği)*, Kartal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi, 22(3), 151-160.

Çokluk, Ö. (2000), *Örgütlerde Tükenmişlik: Yönetimde Çağdaş Yaklaşımlar*, C. Elma ve K. Demir (Ed.), Ankara: Anı Yayıncılık.

Dağbaşı, G. (2017), *İlköğretim 6. Sınıf Öğrencilerinin Matematik Dersine İlişkin Duyuşsal Özelliklerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, D.A.Ü.

- Dağtekin, G., Dalkılıç, M., Çakıcı, F., Çakır, A., Ekin, A. E., Öztünç, D. ve Işıklı, B. (2020), *Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı, Depresyon ve Stres İlişkisinin Değerlendirilmesi*, Türk Tıp Öğrencileri Araştırma Dergisi, 2(3), 135-142.
- Demir, Y. K. (2021), *Bir İşte Çalışan Üniversite Öğrencilerinin Özgüven ve Gelecek Kaygısı Düzeylerinin Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, D.A.Ü.
- Demir, Z. (2023), *Lise Öğrencilerinin Kariyer Kaygılarında Mesleki Kararsızlık ve Akılcı Olmayan İnançların Rolü*, Yüksek Lisans Tezi, KAEÜ.
- Demircioğlu, H. ve Işık, E. (2020), *Üniversite Öğrencilerinin Öz Yeterlik Algılarının İncelenmesi*, Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 49(1), 163-184.
- Deniz, L. ve Algan, C. (2007), *Eğitimde Bilgi Teknolojileri Kullanımı Öz-Yeterlilikleri Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları*, Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 25(25), 87-107.
- Deveci, S. E., Çalmaz, A. ve Açık, Y. (2012), *Doğu Anadolu'da Yeni Açılan Bir Üniversitenin Öğrencilerinde Kaygı Düzeylerinin Sağlık, Sosyal ve Demografik Faktörler ile İlişkisi*, Dicle Tıp Dergisi, 39(2), 189-196.
- Dicleli, E. (2019), *Ergenlerin, Bazı Sosyodemografik Verilerinin, Öz-Yeterlilik Algıları İle Akran Zorbalığı Üzerindeki Yordayıcı Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Y.D.Ü.

- Döş, İ. (2023), *Relationship between Happy School, General Self-Efficacy, Academic Self-Efficacy and Life Satisfaction*, European Journal of Educational Management, 6(1), 31–43. <https://doi.org/10.12973/eujem.6.1.31>
- Durdukoca, Ş. F. (2010), *Sınıf Öğretmeni Adaylarının Akademik Özyeterlik Algılarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi 10(1), 69-77.
- Dursun, S. ve Aytaç, S. (2009), *Üniversite Öğrencileri Arasında İşsizlik Kaygısı*, Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 28(1), 71-81.
- Ekinci, E. ve Gökler, R. (2017), *Ortaöğretim Öğrencilerinin Akademik Öz Yeterliklerinin ve Akademik Erteleme Davranışlarının Öğrenilmiş Çaresizlikleri Üzerine Etkisi*, Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 10(50), 378-385.
- Emiroğlu, D. (2020), *Üniversiteye Giriş Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Sosyal Fizik Kaygı ve Kilo fobi Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, A.D.Ü.
- Ersöz, O. (2018), *Psikolojik ve Akademik Değişkenlerin Temel Eğitimden Ortaöğretime Geçiş Sınav Başarısına Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, İ.Ü.
- Ertek, E. (2014), *Müzik Eğitimi Bölümlerindeki Şan Öğrencilerinin Özyeterlik Algılarına Yönelik Görüşleri*, Yüksek Lisans Tezi, D.E.Ü.

Fakhrou, A. ve Habib, L. H. (2022), *The Relationship between Academic Self-Efficacy and Academic Achievement in Students of the Department of Special Education*, International Journal of Higher Education, 11(2), 1–12.

Flannagan, J. S. (2007), *A Study of Student Achievement Based on Autonomous Learning and Self-Efficacy*, Doktora Tezi, Regent University.

Gerçek, C., Yilmaz, M., Köseoğlu, P. ve Soran, H. (2006), *Biyoloji Eğitimi Öğretmen Adaylarının Öğretiminde Öz Yeterlik İnançları*, Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education, 39(1), 57-73.

Geylani, M. (2024), *Gelecek Kaygısı Yaşayan Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Aile Danışmanlığı Programının Kaygı ve Bilinçli Farkındalık Düzeyine Etkisi*, Doktora Tezi, İ.Ü.

Geylani, M. ve Yıldız, C. Ç. (2022), *Üniversite Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması*, İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi, 10(1), 284-300.

Gökyer, N. ve Bakcak, S. (2018), *Ortaokul Öğretmenlerinin Özyeterlik Düzeyleri: Elazığ İli Örneği*, Turkish Journal of Educational Studies, 5(3), 82-98.

Güçlü, M., Draganović, S. ve Elen, M. A. (2024), *Online Learning Self-Efficacy Beliefs Predict Subjective Well-Being of College Students During COVID-19 Pandemic*, Journal of Educational Technology & Online Learning, 7(3), 334-345.

- Güdücü, S. A. ve Özerk, H. (2022), *Türkiye’de Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygılarıyla İlintili Olarak 1996-2020 Yılları Arasında Yapılan Araştırmaların İncelenmesi ve Değerlendirilmesi*, Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi, 5(6), 748-769.
- Güler, Y. (2019), *Ergenlerde Öznel İyi Oluş, Kimlik Statüleri ve Aile Bütünlük Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, İTİCÜ.
- Gülşen, M. (2013), *Sosyal Öz-Yeterlik ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, S.A.Ü.
- Hackett, G. (2002), Self-Efficacy in Career Choice and Development, A. Bandura (Ed.), *Self-Efficacy in Changing Societies* (s. 232-258), Cambridge: Cambridge University Press.
- Hamad, A. B. M. ve Coşkun, Ö. F. (2020), *Üniversite Öğrencilerinin Akademik Öz-Yeterlilik ve Yaşam Kalitelerinin Fiziksel Aktivite Yapma Durumlarına Göre İncelenmesi*, Türkiye Spor Bilimleri Dergisi, 4(1), 21-29.
- Hayat, A. A., Shateri, K., Amini, M. ve Shokrpour, N. (2020), *Relationships between Academic Self-Efficacy, Learning-Related Emotions, and Metacognitive Learning Strategies with Academic Performance in Medical Students: A Structural Equation Model*, BMC Medical Education, 20, Article 76. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-01995-9>

- Horasan, N. (2022), *Okul Öncesi Öğretmenlerinin Öz Yeterlilik Algısı ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Projesi, P.A.Ü.
- İbiş, S., Şengel, Ü., Batman, O. ve Zengin, B. (2016), *Turizm Öğrencilerinin Bölüm Tercihinde Genel Bilgi Düzeylerinin Rolü*, International Congress of Tourism & Management Researches, Antalya (s. 478-492).
- İleri, M. (2019), *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Akademik Öz Yeterliliklerinin Gelecek Beklentisi Üzerine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, K.M.Ü.
- Jing, H. G., Madore, K. P. ve Schacter, D. L. (2016), *Worrying about the Future: An Episodic Specificity Induction Impacts Problem Solving, Reappraisal, and Well- Being*, Journal of Experimental Psychology, General, 145(4), 402–418.
- Kansu, A. F. ve Sayar, G. H. (2018), *Öz Yeterlik, Yaşam Anlamı ve Yaşam Bağlılığı Kavramları Üzerine Bir İnceleme*, Etkileşim, (1), 78-89.
- Kara, N. O., Akın, G. ve Alp, S. (2020), *Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ile Sınav Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma*, SDÜ Sağlık Yönetimi Dergisi, 2(2), 150-169.
- Karaduman, A. (2015), *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Boyu Öğrenme Eğilimleri ile Özyeterlilik Algıları Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi.

- Kartal, O. Y., Temelli, D. ve Şahin, Ç. (2018), *Ortaokul Matematik Öğretmenlerinin Bilişim Teknolojileri Öz-Yeterlik Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi*, Journal of Theoretical Educational Science, 11(4), 922-943.
- Kartopu, S. (2016), *Üniversite Öğrencilerinin Öz Yeterlilik ve Kimlik Duygusu Kazanım Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi: Gümüşhane Üniversitesi Örneği*, Journal of International Social Research, 9(45), 481,500.
- Katı, Ş. (2016), *Miyofasiyal Ağrı-Disfonksiyon Sendromu ile Durumluk-Sürekli Kaygının İlişisinin Tedavi Öncesi ve Sonrası Değerlendirilmesi*, Doktora Tezi, A.Ü.
- Katrancı, M. (2015), *The Effect of Individual And Group Writing Activities on Writing Anxiety and Self-Efficacy Perception of Written Expression*. Route Educational And Social Science Journal, 2(2), 40-55.
- Kaya, A. ve Bozkurt, B. (2017), *Kadercilik Eğilimi ile Öz-Yeterlik İnancı Ve Savunma Mekanizmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Ege Eğitim Dergisi, 18(1), 124-145.
- Kayış, A. R. (2013), *Üniversite Öğrencilerinin Başarı Yönelimlerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, ANAÜ.
- Kenioua, M. ve Boumesjed, A. E. (2018), *Future Anxiety and its Relationship to Level of Aspiration Among Physical Education Students*, Revue Sciences et Pratiques des Activités, 1, 328-338.

Keser, D. (2022), *Ankara İli Kamu ve Özel Lise Öğrencilerinin Gelecek Beklentileri ve Öz Yeterlikleri Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, H.Ü.

Kılıçarslan, F., Güngör, N. B., Durhan, T. A. ve Kurtipek, S. (2023), *The Effect of Self Efficacy on Predicting Body Appreciation in Individuals Exercising in Fitness Centers*, International Journal of Human Sciences, 20(4), 1–12.
<https://doi.org/10.14687/ijhs.v20i4.12345>

Koç, M. ve Polat, Ü. (2006), *Üniversite Öğrencilerinin Ruh Sağlığı*, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 3(2), 1-22.

Kotaman, H. (2008), *Özyeterlilik İnancı ve Öğrenme Performansının Geliştirilmesine İlişkin Yazın Taraması*, Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21(1), 111-133.

Kuybu Rol, E. P. (2019), *Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Mesleki Algı ve Beklentileri ile Gelecek Kaygılarının Sektörde Çalışma İsteği Üzerine Etkisi: Antalya İlinde Turizm Eğitimi Alan Yükseköğretim Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama*, Yüksek Lisans Tezi, ALKÜ.

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.

Li, N., Yang, Y., Zhao, X. ve Li, Y. (2023), *The Relationship between Achievement Motivation and College Students' General Self-Efficacy: A Moderated*

Mediation Model, *Frontiers in Psychology*, 13, 1031912.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1031912>

Liu, X., Zhu, C., Dong, Z. ve Luo, Y. (2024), *The Relationship between Stress and Academic Self- Efficacy Among Students at Elite Colleges: A Longitudinal Analysis*, *Behavioral Sciences*, 14(7), 537.

Lun, K. W., Chan, C. K., Ip, P. K., Ma, S. Y., Tsai, W. W., Wong, C. S., and Yan, D. (2018), *Depression and Anxiety Among University Students in Hong Kong*, *Hong Kong Med J*, 24(5), 466-472.

Macleod, A., Williams, J. ve Bekerian, D. (1991), *Worry is Reasonable: The Role of Explanations in Pessimism about Future Personal Events*, *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 478-486. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.478>

Manav, F. (2011), *Kaygı Kavramı*, *Toplum Bilimleri Dergisi*, 5(9), 201-211.

Menekşe, M. (2019), *Psikolojik Danışmanların Bilinçli Farkındalık Düzeyleri ile Umut ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, H.K.Ü.

Mohammadnabizadeh, S. ve Khalvati, M. (2024), *Prediction of Addiction Potential in University Students Based on the Role of Mental Health, Self-Efficacy, and Perceived Social Support*, *Ankara Medical Journal*, 2(2), 166–177.
<https://doi.org/10.5505/amj.2024.76736>

- Özdemir, S. M. (2008), *Sınıf Öğretmeni Adaylarının Öğretim Sürecine İlişkin Öz-Yeterlik İnançlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 54(54), 277-306.
- Pajares, F. (2002), *Overview of Social Cognitive Theory and of Self-Efficacy*, <http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/eff.html> (30 Nisan 2024).
- Price, B. (2009). *Differentiating Future Time Perspective and Future Anxiety as Distinct Predictors of Intimate Partner Violence*, Doktora Tezi, Northern Illinois University.
- Rabei, S., Ramadan, S. ve Abdallah, N. (2020), *Self-efficacy and Future Anxiety Among Students of Nursing and Education Colleges of Helwan University*, Middle East Current Psychiatry, 27(1), 1-5.
- Ranjbaran, R., Reyshahri, A. P., Pourseifi, M. S. ve Javidi, N. (2016), *The Pattern to Predict Social Phobia Based on Social Self-Efficacy, Shyness and Coping Style in the Secondary School Students*, International Journal of Medical Research & Health Sciences, 5(9S), 275–281.
- Ruiz-González, L., Videra, A. ve Moreno-Murcia, J. A. (2015), *Predictive Power of Task Orientation, General Self-Efficacy and Self-Determined Motivation on Fun and Boredom*, Motriz: Revista de Educação Física, 21(4), 361–369. <https://doi.org/10.1590/S1980-65742015000400004>

- Saracaloğlu, A. S., Yenice, N. ve Özden, B. (2013), *Fen Bilgisi, Sosyal Bilgiler ve Sınıf Öğretmeni Adaylarının Öğretmen Öz-Yeterlik Algılarının ve Akademik Kontrol Odaklarının İncelenmesi*, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 34(2), 227-250.
- Saraç, T. (2015), *Ahi Evran Üniversitesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, KAEÜ.
- Sarıkaya, T. ve Khorshid, L. (2009), *Üniversite Öğrencilerinin Meslek Seçimini Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi: Üniversite Öğrencilerinin Meslek Seçimi*, Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 7(2), 393-423.
- Saricam, H. (2015), *Mediating Role of Self-Efficacy on the Relationship between Subjective Vitality and School Burnout in Turkish Adolescents*, The International Journal of Educational Researchers, 6(1), 1–12.
- Savaşır, I., Soygüt, G. ve Kabakçı, E. (2003), *Bilişsel Davranışçı Terapiler*, 3. Basım, Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Schwarzer, R. ve Jerusalem, M. (1995), Generalized Self-Efficacy Scale. J. Weinman, S. Wright ve M. Johnston (Ed.), *Measures in Health Psychology: A User's Portfolio. Causal and Control Beliefs* (ss. 35-37). Windsor, UK: NFER-Nelson.
- Senemoğlu, N. (2015). *Gelişim, Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya*, 24. Basım, Ankara: Yargı Yayınları.

- Shamsuddin, K., Fazdil, F., İsmail, W. S. W., Shal, S. A., Omar, K., Muhammad, N.A., Jaffar, A., İsmail, A. ve Mahadevan, R. (2013), *Correlates of Depression, Anxiety and Stress Among Malaysian University Students*, Asian J. Psychiatry, 6(4), 318-323.
- Sheehan, D. (1986), *The Anxiety Disease*, New York: Bantam Books.
- Sylvers, P., Lilienfeld, S. O. ve LaPrairie, J. L. (2011), *Differences between Trait Fear and Trait Anxiety: Implications for Psychopathology*, Clinical Psychology Review, 31(1), 122-137.
- Şahin, İ., Zoraloğlu, Y. R. ve Fırat, N. Ş. (2011), *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları, Eğitsel Hedefleri Üniversite Öğreniminden Beklentileri ve Memnuniyet Durumları*, Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 3(3), 429-452.
- Şahin, M. (2019), *Korku, Kaygı ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları*, Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 6(10), 117-135.
- Şanlı Kula, K. ve Saraç, T. (2016), *Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı*, Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 13(33), 227-242.
- Şen-Baz, D. (2019), *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunu Yordamada Kariyer Kararı Öz-Yeterliği ve Umudun Rolünün İncelenmesi*, Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2(2), 144-165.

Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2013), *Using Multivariate Statistics* (Cilt 6), Boston, MA: Pearson.

Tayfun, A. N. T. ve Korkmaz, A. (2016), *Üniversite Öğrencilerinde İşsizlik Kaygısı: Süleyman Demirel Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma*, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 8(17), 534-558.

Tayfun, A., Silik, C. E., Dülger, A. S. ve Margazieva, N. (2022), *Üniversite Öğrencilerinin Özyeterlik Algıları ile Gelecek Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Türkiye-Kırgızistan Örneği*, Türk Turizm Araştırmaları Dergisi, 6(2), 570-590.

Türköz, O., Bektaş, M. ve Çiçek, H. (2021), *Lisansüstü Eğitim Alan Öğrencilerde Gelecek Kaygısı*, Bucak İşletme Fakültesi Dergisi, 4(2), 132-152.

Uyar, Ş. ve Güneş, N. Ö. (2022), *Pre-service Teachers' Self-efficacy Perceptions and Metacognitive Skills in Predicting the Measurement and Evaluation Course Achievement*, Psycho-Educational Research Reviews, 11(3), 692–705.

Ünlü, İ., Kaşkaya, A. ve Kızılkaya, M. F. (2017), *Sosyal Bilgiler Öğretmen Adaylarının Öz-Yeterlik İnançlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(2), 651-667.

- Üreyen, S. ve Ünal, A. (2022), *Ortaöğretim Yönetici ve Öğretmenlerinin Parçalanmış Aile Çocuklarının Eğitiminde Karşılaştığı Sorunlar*, Trakya Eğitim Dergisi, 12(1), 148-164.
- Yanikkerem, E., Altınparmak, S. ve Karadeniz, G. (2004), *Gençlerin Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler ve Benlik Saygıları*, Nursing Forum Dergisi, 7(2), 61-62.
- Yemenici, A. D., Bozkurt, Ö. ve 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.
- Yenice, N. (2012), *Öğretmen Adaylarının Öz-Yeterlik Düzeyleri ile Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi*, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 11(39), 36-58.
- Yılmaz, K. ve Bökeoğlu Çokluk, Ö. (2008), *İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Yeterlik İnançları*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 41(2), 143-167.
- Zaleski, Z. (1996), *Future Anxiety: Concept, Measurement, and Preliminary Research*, Personality and Individual Differences, 21(2), 165-174.
- Zeytin, S. (2019), *The Role of Self-Efficacy in Academic Achievement*, Journal of Educational Research, 38(3), 123-134.

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Formda kişisel bilgileriniz istenmektedir. Sizden istenen bilgiler araştırma amaçlı olup isim yazmanız gerekmemektedir. Verdiğiniz cevaplar araştırma haricinde kullanılmayacaktır. Araştırmanın gerçekçi sonuçlar verebilmesi için anketi doğru içten ve eksiksiz olarak yanıtlamanız istenmektedir.

Hakan SÖNER

Doğu Akdeniz Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Öğrencisi

1-Cinsiyetiniz nedir?

Kadın () Erkek ()

2- Eğitim hayatınıza kaçınıcı sınıfta devam etmektesiniz?

1 () 2 () 3 () 4 ()

3- Okuduğunuz fakülte?

4- Okuduğunuz bölüm?

5- Anne öğrenim durumu?

Hiç () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()

6- Baba öğrenim durumu?

Hiç () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite ()

7- Anne-Baba birliktelik durumu?

Evli () Boşanmış () Evli ama ayrı yaşıyor () Boşanmış ama birlikte yaşıyor ()

8- Anne-Baba medeni durumu?

İkisi de bekar () İkisi de evli () Birisi evli diğeri bekar ()

9- Algıladığınız aile tutumunuz nedir?

Demokratik () Koruyucu () Baskıcı () Çocuk merkezli ()

İlgisiz () Dengesiz ve kararsız () Güven verici ve hoşgörülü ()

10-Aile ekonomik gelir durumunuza yönelik algınız nedir?

Düşük () Orta () Yüksek ()

11-Okuduğunuz bölüm ile ilgili gelişmeleri nereden takip etmektesiniz?

İnternet () Arkadaş () Öğretim üyesi () Diğer ()

12-Okuduğunuz bölümün iş fırsatlarına yönelik algınız nedir?

Kötü () Orta () İyi ()

13-Okuduğunuz bölümü tercih etme sebebiniz nedir?

İdealler () Aile () Eğitim görevlisi etkisi () Diğer ()

Ek 2: Üni. Öğrencilerinde Gelecek Kaygısı Ölçeği

Yönerge: Bu ölçek, üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Aşağıda geleceğe yönelik kaygı düzeyiyle ilgili ifadeleri yanıtlarken her bir ifadeyi dikkatle okuyarak, size uygunluk derecesine göre “Hiçbir Zaman”, “Nadiren”, “Bazen”, “Sıklıkla”, “Her Zaman” seçeneklerinden birini seçerek , işaretleyiniz. Yanıtlar arasında doğru ya da yanlış seçenek yoktur. Bu nedenle okuduğunuz cümle üzerinde uzun süre düşünmeden, aklınıza gelen ilk cevabı işaretlemeniz beklenmektedir. Tüm ifadeleri okuyup, eksik işaretleme yapmamaya özen gösteriniz.	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her Zaman
1. Yaşadığım sorunların uzun süre devam edecek olma ihtimalinden korkuyorum					
2. Gelecekte daha mutlu olacağımı düşünüyorum					
3. Gelecekte başarısız olmaktan korkuyorum					
4. Gelecekte arzu ettiğim şeylere kavuşabileceğimi umuyorum					
5. Hayatımda işlerin kötüye doğru gitmesinden korkuyorum					
6. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı					
7. Gelecekte zorlukların üstesinden gelememekten korkuyorum					
8. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum					
9. Her şey yolunda giderken bile, bir aksilik yaşama ihtimalinden korkuyorum					
10. Yapmayı çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var					
11. İşler iyi gittiginde bile kötü bir şey olacak düşüncesine kapılıyorum					
12. Gelecekte hedeflerimi gerçekleştirebileceğime inanıyorum					
13. Geleceğin ne getireceğinden korkuyorum					
14. Aileme maddi olarak iyi koşullar sunamama kaygısı yaşıyorum					
15. Planlarımın yarım kalma düşüncesi beni mahvediyor					
16. Gelecek benim için bulanık ve belirsiz görünüyor					
17. Ekonomik ve politik değişikliklerin geleceğimi tehdit edeceğinden korkuyorum					
18. Gelecekte önemli karar alma düşüncesinden korkuyorum					
19. Yakında büyük bir felaket olmasından korkuyorum					

Ek 3: Genel Özyeterlik Ölçeği

	Tamamen Yanlış	Biraz doğru	Orta düzeyde doğru	Tamamen doğru
1) Yeterince çaba harcarsam, zor sorunları çözmenin bir yolunu daima bulabilirim.....	☐	☐	☐	☐
2) Bana karşı çıkıldığında, istediğimi elde etmemi sağlayacak bir yol ve yöntem bulabilirim.....	☐	☐	☐	☐
3) Amaçlarıma bağlı kalmak ve bunları gerçekleştirmek benim için kolaydır.....	☐	☐	☐	☐
4) Beklenmedik olaylarla etkili bir biçimde başa çıkabileceğime inanıyorum.....	☐	☐	☐	☐
5) Yeteneklerim sayesinde beklenmedik durumlarla nasıl başedebileceğimi biliyorum.....	☐	☐	☐	☐
6) Gerekli çabayı gösterirsem, birçok sorunu çözebilirim.....	☐	☐	☐	☐
7) Baş etme gücüme güvendiğim için zorluklarla karşılaştığımda soğukkanlılığımı koruyabilirim....	☐	☐	☐	☐
8) Bir sorunla karşılaştığımda, genellikle birkaç çözüm yolu bulabilirim.....	☐	☐	☐	☐
9) Başım dertte olduğunda, genellikle bir çözüm düşünebilirim.....	☐	☐	☐	☐
10) Önüme çıkan zorluk ne olursa olsun, üstesinden gelebilirim.....	☐	☐	☐	☐