

Subject Area  
Sports Sciences

Year: 2022  
Vol: 8 Issue: 102  
PP: 3052-3060

Arrival  
09 July 2022  
Published  
30 September 2022  
Article ID Number  
64508

Article Serial Number  
22

Doi Number  
<http://dx.doi.org/10.2922/8/ssj.64508>

**How to Cite This Article**  
Akıncı, A. Y. (2022).  
“Beden Eğitimi ve Spor  
Aday Öğretmenlerinin  
Yirmi Birinci Yüzyıl  
Beceri ve Kariyer  
Stresleri Arasındaki  
İlişki” International  
Social Sciences Studies  
Journal, (e-ISSN:2587-  
1587) Vol:8, Issue:102;  
pp:3052-3060



Social Sciences Studies  
Journal is licensed under  
a Creative Commons  
Attribution-  
NonCommercial 4.0  
International License.

## Beden Eğitimi ve Spor Aday Öğretmenlerinin Yirmi Birinci Yüzyıl Beceri ve Kariyer Stresleri Arasındaki İlişki

### The Relationship Between Physical Education and Sports Teacher Candidates' Twenty-First Century Skills and Career Stresses

Abdullah Yavuz Akıncı<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Doç. Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Isparta, Türkiye

#### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının yirmi birinci yüzyıl beceri ve kariyer stresleri arasındaki ilişkisinin incelenmesidir.

Araştırmaya 2021-2022 eğitim öğretim yılı Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde eğitim alan basit tesadüfî yöntem ile seçilmiş gönüllü 102 öğrenci katılmıştır. Araştırmada kişisel bilgi formu, Çok Boyutlu 21. Yüzyıl Becerileri Ölçeği ve Kariyer Stresi ölçekleri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistiksel yöntemler olarak sayılar, yüzdeler, ortalama değerler ve standart değerler kullanılmış, sürekli değişkenler için ise Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Sonuç olarak beden eğitimi aday öğretmenlerinin 21. YY becerileri alt başlıklarından BTOB ile KBBİ ve Kariyer stresi toplam arasında orta; DÇ ve İBB arasında düşük düzeyde pozitif yönde;

GİB ile KBBİ ve Kariyer Stresi Toplam arasında orta düzeyde ve DÇ ile İBB arasında düşük düzeyde pozitif yönde;

SSLB ile KBBİ arasında orta düzeyde ve DÇ ile Kariyer stresi toplamı arasında düşük düzeyde pozitif yönde;

KB ile KBBİ ve Kariyer Stresi Toplamı arasında orta düzeyde ve DÇ arasında düşük düzeyde pozitif yönde;

21. YY Becerileri toplam puanı ile KBBİ ve Kariyer Stresi Toplamı arasında orta düzeyde ve DÇ ile İBB arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir.

Bu durumun da 21. Yy becerileri düşük olan öğrencilerin, Kariyer Belirsizliğinden kaynaklanan stres ile başa çıkamamalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi ve Spor, Öğretmen Adayı, 21. YY Becerileri, Kariyer Stresi

#### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the relationship between physical education and sports teacher candidates' twenty-first century skills and career stress.

102 students voluntarily selected by random method, studying in the Department of Physical Education and Sports Teaching at Süleyman Demirel University Faculty of Sports Sciences in the 2021-2022 academic year, participated in the research.

Personal information form, Multidimensional 21st Century Skills Scale and Career Stress Scales were used as data collection tools in the study. In the analysis of data, numbers, percentages, mean values and standard values were used as descriptive statistical methods, and Pearson correlation analysis was applied for continuous variables.

As a result, between the sub-headings of 21st century skills of physical education novice teachers, ITLS and CULK and Career stress are moderate; Low level positive between EC and JFP; Moderately positive between EIS and CULK and Career Stress Total and low positive between EC and JFP; Moderately positive between SRLS and CULK, and low positive between EC and Career stress sum; Moderately positive between CA and CULK and Career Stress Sum, and between EC low level of positive; A moderate positive correlation was found between 21st Century Skills total score and CULK and Career Stress Total, and a low level positive correlation between EC and JFP. It is thought that this situation is due to the inability of students with low 21st century skills to cope with the stress caused by career uncertainty.

**Keywords:** Physical Education and Sports, Teacher Candidate, 21st Century Skills, Career Stress

## 1. GİRİŞ

Tarım Çağından Sanayi Çağına ve günümüz Bilgi Çağına kadar yaşanan endüstriyel değişimle, işler giderek azalmakta ve otomatik hale gelmektedir (Trilling ve Fadel, 2009). Bilgi tabanlı ve teknoloji destekli yeni dünyada istihdam edilebilir olmak için, öğrencilerin aranan becerilerde kendilerini kanıtlamaları gerekmektedir. 21. yüzyıl becerileri olarak adlandırılan kavram bilgi ve iletişim teknolojisi okuryazarlığı ve yaşam becerileri (Çimen ve Akıncı, 2021; Çelenk, 2021) konularında öğrenme ve düşünmeyi içerir (Trilling ve Fadel, 2009). Öğrenme ve yenilikçilik becerileri, 21. yüzyılda giderek daha karmaşık bir yaşam ve çalışma ortamına hazırlanan öğrencileri ayıran beceriler olarak giderek daha fazla kabul görmektedir. Bu beceri grubuna iletişim ve iş birliği, eleştirel düşünme ve problem çözme ile yaratıcılık ve yenilik, konuları da eklenmektedir.

Mevcut bilgi bolluğuna erişmek için yeni araçlarla giderek daha fazla bağlantılı olan iş dünyasına farklı bir alan olarak bilgi, medya ve teknoloji becerileri de eklenmektedir. 21. yüzyılda başarılı olabilmek için bireylerin bilgi, medya ve teknoloji ile ilgili bir dizi eleştirel ve işlevsel düşünme becerilerini sergileyebilmeleri gerekmektedir. Bilgi okuryazarlığı kapsamında bireylerden bilgiye erişmeleri, bunları değerlendirmeleri, kullanmaları ve yönetmeleri beklenir. Medya okuryazarlığında öğrenciler medyayı analiz edecek ve medya ürünleri yaratacak, bilgi, iletişim ve teknoloji okuryazarlığında yetkinlik göstermek için, teknolojiyi etkili ve etik bir şekilde

uygulayacaklardır. Günümüz hayat ve iş ortamı düşünme becerilerinden ve alan bilgisinden çok daha fazlasını gerektirmektedir. Rekabetin öne çıktığı bilgi çağında karmaşık yaşam ve çalışma ortamlarında başarılı olmaları, yeterli yaşam ve kariyer becerilerini geliştirmelerine bağlıdır.

Gardner (2010) 21. Yüzyıl için gerekli olan beş tür zihin olduğunu, bunlardan üçünün doğası gereği öncelikle bilişsel olan disiplinli zihin, sentezleyen zihin ve yaratan zihin olduğunu belirtmiştir. Diğer ikisinin ise saygı ve etik olduğunu söylemiştir. Bu özelliklere sahip öğrencilerin sorunlara farklı yorumlayabilen ve işbirlikçi kararlara alabilen bireyler olacağını belirtmiştir. Günümüz öğrencileri, dijital dünyaya doğan bir nesil olmaları nedeniyle, dijital nesil olarak adlandırılırlar. Bu neslin evlerinde bilgisayar ve internet erişimi, kendilerinin veya ebeveynlerinin cep telefonları bulunmakta ve cep telefonu ile mesajlaşabilen ilk nesil olarak karşımıza çıkmakta, televizyonlarında yüzlerce kanal bulunmakta, dolayısıyla hayatlarını dijital bir dünyada geçiren ilk çocuklar olmaktadır. Herkesten daha hızlı bir şekilde bilgiye ulaşabilen bu nesil, odaklanma ve konsantrasyon sorunları yaşamaktadır (Houle ve Cobb, 2011).

Öğrencilerin memnuniyetsizliğinin ve ilgisizliğinin yaygın doğasına ilişkin kapsayıcı hipotez “Gençlerin yüzleşmeleri gereken gerçekler hızla değişirken, eğitimleri konusundaki fikirlerimizin hâlâ geleneksel beklentilere göre şekillendirilmesidir” (Csikszentmihalyi ve Schneider, 2000). Shernoff vd., (2003) yaptıkları çalışmada bu hipotezi doğrularak, öğrencilerin okuldaki zamanlarının %81'inin ders dinleyerek, oturarak, sınavda veya sosyal medyada geçtiğini ortaya koymuş, Fisher (2009) ise ders saatinin %63'ü dinleme, not tutma gibi etkinliklere harcadığını ve %17'sinin ise öğretmeni bekleyerek geçtiğini belirtmiştir. Son yıllarda yapılan araştırmalar ise, öğretimde öğrenci merkezli yaklaşımlara doğru bir kayma olmasına rağmen, klasik yaklaşımların hala daha kavramsal yaklaşımlara göre üstün olduğunu göstermektedir (Kim, 2019). Bu etkinliklerin pasif doğası, öğrencilerin okulda öğrendiklerini 21. yüzyıl yaşamının karmaşıklığına uyumlarını zorlaştırmakta, bu durum eğitim deneyimlerinin temel yaşamlarıyla alakasız olmasına neden olmaktadır (Shernoff vd., 2003).

Günümüz gençleri, ebeveynlerinin yaşamadığı birçok zorlukla karşı karşıyadır. Ergenler 21. yüzyılın baskılarıyla başa çıkmakta zorlanmakta ve bu tür stresörlerle başa çıkabilmek için eğitim programları talep etmektedirler (Frydenberg vd., 2004). Dijital nesil için sosyal medyanın iletişimde artan bir rolü bulunmaktadır. Her an bağlantı kurabilme imkânı, bir kısıtlaması olmaksızın 24 saat iletişim talebini ortaya çıkarmıştır (Houle ve Cobb, 2011). Bu durum eğitimcilerin ve öğrenme ortamlarının dönüştürülmesi ihtiyacını ortaya çıkarmaktadır. Bunun için eğitim kurumlarının vizyon, misyon gibi değerlerinin uyumlu hale getirilmesi gereklidir. Teknoloji kullanımı bağlantılı mesleki gelişimle ilgili, sadece kaynağın veya aracın nasıl kullanılacağı değil, aynı zamanda öğrencinin gelişimi ve başarısı için standartlara dayalı bir derse, araç veya teknolojinin nasıl uyarlanacağı konusu da önemlidir. Bu doğrultuda amaç sunulan standart, içerik, beceri veya yönerge ile bağlantıyı güçlendirmek için teknolojinin bir araç olarak kullanılması olmalıdır. Bu amaca ulaşmak için profesyonel gelişim, paydaşların desteklendiği uzun vadeli, sürekli bir yaklaşım benimsenmelidir.

Eğitim sisteminde lise dengi okullar ile üniversitelerde eğitim gören öğrenciler ergen olarak sınıflandırılmaktadır. Bu dönemde yaşadıkları hızlı fiziksel değişimler ve zihinsel gelişim nedeniyle kendi iç dünyalarında ya da sosyal çevreleriyle uyum sorunları yaşayabilmekte, yaşadıkları sorunlar psikolojik sıkıntılara neden olabilmektedir. Günümüzde stres hayatın vazgeçilemez bir parçası olmuştur. Stres kavramı Pinel (2003) tarafından algılanan tehdiye fizyolojik olarak verilen tepki şeklinde ifade edilmekte olup, baskı ve olumsuz etkileri ortaya çıkarmakta (Benson ve Stuart, 1992) ve uyum sağlama işlevi gören nörolojik ve fizyolojik tepkiler olarak ifade edilmektedir (Franken, 1994). Dolayısıyla rutin yaşamda yeniden düzenleme gerektiren herhangi bir değişiklik stresli olarak değerlendirilebilir.

Birçok öğrenci okul, iş, aile ve sosyal çevrelerinde yaşadıkları yoğunluk nedeniyle stresle karşı karşıya kalmaktadır. Ne acıdır ki, stres bazı öğrenciler için neredeyse bir yaşam biçimi haline gelmiştir. Ağır stresin olumsuz etkilerinin başarısızlığa sebep olabilmemesi nedeniyle, stresin üniversite öğrencisinin yaşam biçimi haline gelmesine izin vermek gerçekten tehlikelidir.

Beynin strese aşinalığı, fiziksel bir reaksiyonu tetikleyerek, hafızaya kolaylıkla zarar verebilir, dolayısıyla daha fazla zihinsel reaksiyona veya hataya yol açabilir. Öğrencilerde başarıma zorunluluğu, okul baskısı, gelecek belirsizliği ve üniversite ortamına uyum zorlukları, farklı türde stresörlere sebep olur. Bu durumdaki öğrenciler, akademik performanslarını etkileyebilecek fiziksel, sosyal, duygusal ve ailevi sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır (Fish ve Nies, 1996; Chew-Graham vd., 2003). David (2009) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin stres seviyelerinin, herhangi bir insandan daha yüksek olduğunu, öğrencilerinin üniversite hayatlarında depresyon yaşamaya daha yatkın olduklarını ortaya koymuştur.

Sağlıklı bir yaşam için, stres en önemli düşmandır. Bir baskı veya başa çıkabilme yeteneği zayıfladığında stres ortaya çıkar. Dolayısıyla stres fiziksel, zihinsel veya duygusal bir uyum veya tepki gerektiren bir değişikliğe verilen

tepkidir. Günümüzde sınırlı bir zamanda ortaya çıkan akademik baskı ve ebeveyn beklentisi, öğrencilerin stres seviyelerini tehlikeli bir şekilde yükseltmektedir. Yüksek stresin öğrencilerin sağlığını etkilemesi muhtemeldir (Elizabeth, 2003).

Başa çıkma stratejilerinin bireyde stres düzeyini etkilediği bilinmektedir. Çoğu öğrenci için üniversite ortamında stresi yönetmek zor olabilir. Ancak stresi nasıl yönetebileceklerini öğrenmeleri, öğrencilerin sosyal ve akademik baskılarla başa çıkabilmelerine ve sağlıklı bir üniversite deneyimine sahip olmasına yardımcı olabilir. Etkili zaman yönetimi stratejileri, akademik performansı artırması (Campbell ve Svenson, 1992) nedeniyle sıklıkla önerilir. Etkili zaman yönetim programları, önemli işleri son tarihten önce başlatmayı, küçük parçalara ayırmayı ve daha az önemli olanları programlı bir şekilde yapmayı önerse de öğrenciler bu durumu görmezden gelir ve sınav öncesi kaçınılmaz bir şekilde bu sıkıntıyı yaşarlar (Brown, 1991).

Öğrenciler, stres yaşamalarına neden olan çeşitli faktörlerin baskısı altındadır (Strong vd., 2008). Ortaöğretimden üniversite düzeyine kadar tüm eğitim sistemlerinde öğrenciler çeşitli zorluklarla karşı karşıya kalmaktadır. Üniversite öğrencileri, dar zamanda tamamlamaları gereken ödevler ve ortamın zorlu şartları nedeniyle strese maruz kalabileceklerini anlamalıdır. Üniversite ortamında ödev, sınav, proje gibi görevlerin tamamlanmasını sağlamak için zaman doğru yönetilemezse, stres yaşanması kaçınılmazdır. Üniversite dönemi öğrencilerin önemli kararlar almak zorunda kaldıkları, yetişkinliğe girecekleri kritik bir dönemdedir, çünkü sonrasında hem kendi geçimlerini sağlamak hem de ailelerini desteklemek için bir işe ihtiyaçları vardır. Dolayısıyla öğrencilik dönemlerinde olduğu gibi, meslek hayatlarında da sağlıklı bir yaşam sürebilmeleri için stres yönetimi becerilerini geliştirmeleri gerekmektedir (David, 2009).

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada, mevcut durumu ortaya koymaya yarayan tarama yöntemi ile iki ve daha fazla değişken arasında, birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan ilişkisel yöntem kullanılmıştır (Karasar, 2007).

### 2.2. Araştırma Grubu

Araştırmada Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde 2021-2022 öğretim yılında öğrenim gören basit tesadüfî yöntem (Çıngı, 1994) ile seçilmiş 102 gönüllü öğrenci yer almıştır.

**Tablo 1.** Araştırmaya Katılanların Demografik Bilgileri

	Değişkenler	N	%
Cinsiyet	Erkek	66	64,7
	Kadın	36	35,3
	Toplam	102	100
Yaş	20 yaş ve altı	33	32,4
	21-23 yaş	55	53,9
	24 yaş ve üstü	14	13,7
	Toplam	102	100,0
Sınıf	2	36	35,3
	3	35	34,3
	4	31	30,4
	Toplam	102	100,0
Genel Akademik Not Ortalaması	2,00-2,99	54	52,9
	3,00-4,00	48	47,1
	Toplam	102	100,0

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre %64,7'sinin erkek, %35,3'ünün kadın olduğu, yaş guruplarına göre ise %32,4'ünün 20 yaş ve altı, %53,9'unun 21-23 yaş arası, %13,7'sinin 24 yaş ve üstü olduğu anlaşılmıştır. Öğrenim görülen sınıf düzeyine göre %35,3'ünün 2. Sınıf, %34,3'ünün 3. Sınıf, %30,4'ünün 4. Sınıfta olduğu, Genel Akademik Not Ortalamasına göre ise %52,9'unun 2,00-2,99 arasında, %47,1'inin ise 3,00-4,00 arasında olduğu anlaşılmıştır.

### 2.3. Veri Toplama Araçları ve Yöntemi

*Kişisel Bilgi Formu:* Çalışmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş, üniversite, bölüm, sınıf ve genel akademik not ortalaması bilgilerini elde etmeyi amaçlayan 6 soru içermektedir.

*Çok Boyutlu 21. Yüzyıl Becerileri Ölçeği:* Çevik ve Şentürk (2019) tarafından geliştirilen, 5 alt boyut ve 41 sorudan oluşan ölçeğin birinci ve ikinci uygulamalardaki ortalama ölçek puanları ve standart sapma değerleri sırasıyla 3.89, 18.21 ve 3.58 ve 22.19 olarak bulunmuştur. Tutarlılık katsayısı ise (Cronbach Alfa) 0,86'dır (Çevik ve Şentürk,

2019). Alt Boyutlar (BTOB) Bilgi ve Teknoloji Okuryazarlığı Becerileri, (EDPÇB) Eleştirel Düşünme ve Problem Çözme Becerileri, (GİB) Girişimcilik ve İnovasyon Becerileri, (SSLB) Sosyal Sorumluluk ve Liderlik Becerileri, (KB) Kariyer Bilinci isimleriyle oluşmuştur.

*Kariyer Stresi Ölçeği*: Özden ve Sertel-Berk (2017) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan, 3 alt boyut ve 20 sorudan oluşan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .94, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .81 olarak hesaplanmıştır. Alt Boyutlar (KBBİ) Kariyer Belirsizliği ve Bilgi Eksikliği, (DÇ) Dışsal Çatışma, (İBB) İş Bulma Baskısı isimleriyle oluşmuştur.

#### 2.4. Verilerin Analizi

Kolmogorov-Smirnov testi, istatistiksel verilerin normalliğini incelemek için kullanılan yöntemlerden bir tanesidir. Bu çalışmadan elde edilen istatistiksel verilere göre çarpıklık ve basıklık dağılımları Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2.** Ölçek Puanlarının Çarpıklık-Basıklık Düzeyi

	n	Çarpıklık	Basıklık	Kolmogorov-Smirnov
<b>BTOB</b>	102	-,406	-1,290	,000
<b>EDPÇB</b>	102	,076	-1,441	,000
<b>GİB</b>	102	,263	-,742	,000
<b>SSLB</b>	102	-,211	-,865	,000
<b>KB</b>	102	-,433	-1,179	,000
<b>21. yy Becerileri Toplam</b>	102	-,330	-1,334	,000
<b>KBBİ</b>	102	-,451	-,192	,000
<b>DÇ</b>	102	,281	-,604	,003
<b>İBB</b>	102	-,540	-,418	,002
<b>Kariyer Stresi Toplam</b>	102	-,679	,430	,000

Kolmogorov-Smirov Testi sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların 21. YY Becerileri ile Kariyer Stresi ölçeklerinden aldıkları puanların normallikten sapmaların anlamlı düzeylerde olduğu görülmektedir (Tablo 2). Normal dağılım eğrilerine bakıldığında normallikten aşırı sapmalar olmadığı görülmüştür. Literatürde Demir, Saatçioğlu ve İmrol (2016), çarpıklık ve basıklık indekslerinin  $\pm 2$  sınırları içinde olması normal dağılımın varlığına kanıt olarak değerlendirmektedir. Katılımcıların kişisel bilgiler ve ölçekten elde ettikleri puanları ve faktör puanları frekans(f) ve yüzde (%) değerleri tespit edilerek verilmiştir. Beden Eğitimi Öğretmenliği öğrencilerinin 21.YY Becerileri ve Kariyer Stresi Ölçeklerinden elde ettikleri puanların ilişkisi Pearson Korelasyon testi ile ölçülmüştür.

### 3. BULGULAR

**Tablo 3.** Öğrencilerin Ankete Verdiği Cevapların Betimsel İstatistiği

	n	Minimum	Maximum	X+Ss
<b>BTOB</b>	102	23,00	75,00	51,745±17,205
<b>EDPÇB</b>	102	6,00	30,00	16,892±7,548
<b>GİB</b>	102	17,00	50,00	33,020±9,288
<b>SSLB</b>	102	6,00	19,00	12,677±3,453
<b>KB</b>	102	6,00	30,00	20,480±8,457
<b>21. yy Becerileri Toplam</b>	102	66,00	197,00	134,814±37,986
<b>KBBİ</b>	102	10,00	50,00	30,147±9,437
<b>DÇ</b>	102	4,00	20,00	11,265±4,516
<b>İBB</b>	102	7,00	30,00	22,128±5,981
<b>Kariyer Stresi Toplam</b>	102	22,00	100,00	63,539±17,226

Katılımcıların 21. YY Becerileri ölçeğinin alt boyutlarından, BTOB 51,745±17,205, EDPÇB 6,892±7,548, GİB 33,020±9,288, SSLB 12,677±3,453, KB 20,480±8,457 ve ölçek toplam puanının 134,814±37,986 skorlarına sahip olduğu, Kariyer Stresi ölçeği alt boyutlarından KBBİ 30,147±9,437, DÇ 11,265±4,516, İBB 22,128±5,981 ve ölçek toplam puanının 63,539±17,226 skorlarına sahip olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3).

**Tablo 4.** Öğrencilerin Ankete Verdiği Cevapların İlişki Tablosu

	KBBİ	DÇ	İBB	Kariyer Stresi Toplam
<b>BTOB</b>	r	,608**	,348**	,283**
	p	,000	,000	,004
	n	102	102	102
<b>EDPÇB</b>	r	,093	-,053	-,005
	p	,353	,596	,959
	n	102	102	102
<b>GİB</b>	r	,490**	,205*	,213*
	p	,000	,039	,032
	n	102	102	102
<b>SSLB</b>	r	,364**	,211*	,100
	p	,000	,033	,318
	n	102	102	102
<b>KB</b>	r	,571**	,225*	,185
	p	,000	,023	,063
	n	102	102	102
<b>21. yy Becerileri Toplam</b>	r	,574**	,267**	,229*
	p	,000	,007	,020
	n	102	102	102

Tablo 4 incelendiğinde, beden eğitimi öğretmenliği bölümü öğrencilerinin 21. YY becerileri alt başlıklarından; BTOB ile KBBİ (r=,608, p=,000), Kariyer stresi toplam (r=,523, p=,000) arasında orta ve DÇ (r=,348, p=,000) ve İBB (r=,283, p=,004) arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

GİB ile KBBİ (r=,490, p=,000) ve Kariyer Stresi Toplam (r=,396, p=,000) arasında orta düzeyde ve DÇ (r=,205, p=,039) ile İBB (r=,213, p=,032) arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

SSLB ile KBBİ (r=,364, p=,000) arasında orta düzeyde ve DÇ (r=,211, p=,033) ile Kariyer stresi toplamı (r=,290, p=,003) arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

KB ile KBBİ (r=,571, p=,000) ve Kariyer Stresi Toplamı (r=,436, p=,000) arasında orta düzeyde ve DÇ (r=,225, p=,023) arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

21. YY Becerileri toplam puanı ile KBBİ (r=,574, p=,000) ve Kariyer Stresi Toplamı (r=,464, p=,000) arasında orta düzeyde ve DÇ (r=,267, p=,007) ile İBB (r=,229, p=,020) arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Günümüzde üniversite eğitimi, bireylerin akademik başarıları ve başarılarını hayatlarının sonraki aşamalarına aktarmaları açısından yaşamlarını etkileyen çok kritik bir aşamadır.

Öğrencilerin temel bir vatandaşlık bilgisine ihtiyaçları olmasına rağmen, ezberci öğrenme yeterli bir yol olmayıp, eleştirel düşünen vatandaşlarla nasıl ve neden etkileşime gireceklerini de öğrenmeleri gerekir; böylece, hayatı doğru analiz ederek problem çözme becerilerini geliştirebilir. Görüşlerini aleni olarak paylaşabilmeleri, haklarını savunabilmeleri, yeni politika önerebilmeleri için sözlü ve yazılı olarak etkili bir şekilde iletişim kurabilmeleri gerekir (Saavedra, 2012). Bu doğrultuda 21. yüzyıl becerileri olmadan vatandaşlar sağlıklı bir topluma katkıda bulunan hak ve sorumlulukları yerine getiremezler. Dolayısıyla 21. yüzyıl becerileri günlük yaşamda uygulanabilir olursa, becerilerin gelişimi sağlanmış olur. Böylece problem çözme becerisine sahip öğrenciler hem üniversite dönemlerinde hem iş hayatında hem de sosyal yaşantılarında daha başarılı olacaklardır.

Dijital çağ olarak adlandırılan günümüzde bilgiye ulaşımın kolaylaşması, iletişim kanallarının çeşitliliği, teknoloji kullanımının artışı, yüzleşilen problemlerin daha karmaşık bir yapıda olmasına yol açmaktadır (Sayın ve Seferoğlu, 2016). Bu karmaşık durum ile mücadele edebilmek ve uyum sağlamak için 21. yüzyıl becerilerine ihtiyaç duyulmaktadır. 21. yüzyıl becerileri, bilgi iletişim teknolojilerini kullanma, sosyal yaşam, düşünme-problem çözme ve öğrenme becerileri gibi çeşitli başlıklar altında sınıflandırılmaktadır (Viinikka vd., 2019). Problem çözme becerisi, düşünme becerileri ve öğrenme becerileri gibi yetkinlikleri de barındırabildiği için, çok boyutlu bir yapıya sahiptir (Üzümcü ve Bay, 2018). Problemlerini çözüme konusunda yetersiz bireylerin, problem çözme becerisi yüksek bireylere nazaran, daha güvensiz ve kaygılı oldukları, diğerlerinin beklentilerini anlama noktasında yetersiz kaldıkları ve duygusal problemlerinin daha fazla olduğu saptanmıştır. Bunun yanı sıra, etkisiz problem çözümenin, stres verici durumlara, psikolojik uyumsuzluklara ve umutsuzluğa neden olacağı da belirtilmektedir (Oğuztürk vd., 2011). Ayrıca Johnson (2009), 21. yüzyıl becerilerinin sadece teknolojik okuryazarlıktan daha fazlası olmadığını, aynı zamanda işte ve hayatta başarılı olmak için gerekli olan problem çözme ve stresle mücadeleyi de içerdiğini vurgulamıştır.

Günümüz problemlerinin karmaşık yapıları göz önüne alındığında stres ile mücadele edebilmek için söz konusu karmaşık yapıya uyum sağlaması gerekmektedir.

Ekonomik, sosyal ve toplumsal koşulların hızla değişmesi çeşitli örneklem gruplarındaki bireylerin kaygı (Kumartaşı vd. 2020; Arıkan ve Çimen, 2020; Arısoy vd. 2020) veya stres (Koçyiğit ve Özdiç, 2021; Savcı & Aysan; 2014; Odacı ve Çıkrıkçı, 2017) düzeylerini artırmaktadır. Üniversite öğrencilerinin özellikle mesleki kariyerlerinin başındaki gelecek kaygısı, stres düzeyinin daha da artmasına neden olmaktadır. Çevresel faktörler ve kişilik özellikleri de stres üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkilere sahiptir.

Stres yaşayan bireylerde baş ve karın ağrıları, uyku bozuklukları, avuç içi terlemeleri, bağışıklık sisteminin zayıflaması, yüksek tansiyon, kalp krizi, kötü ruh hali, sinirlilik ve öfke gibi durumlar ortaya çıkabilir (Alpertonga vd., 2016). Demirci vd. (2013)'e göre öğrencilerde strese neden olan faktörlerin öğrencilerin öğrenme başarılarını olumsuz etkilediği düşünüldüğünde, endişe ve kaygı kaynakları etkisiz hale getirilmeli, stres ve strese neden olan faktörler ortadan kaldırılmalıdır.

Öte yandan üniversite öğrencilerinin ülkemizdeki kariyerleri ile ilgili yaşadıkları en önemli sorunlar; kendilerini belirli kararlar almada yeterli görmemeleri, kendilerini yeterince tanımamaları ve uygun hedefler belirlemede zorlanmaları olarak sıralanabilir (Işık, 2010). Bunun bir yansıması olarak, kendini olumlu değerlendiren ve girişimci niyetlere sahip öğrencilerin kariyer stresi ile daha iyi baş edebilecekleri, kendi içlerinde daha fazla direnme ve dayanma gücünü bulabilecekleri düşünülmektedir. Ayrıca kişisel gelişime odaklanılarak girişimcilğe vurgu yapılmasının nedeninin insanları bir bütün olarak algılamaları ve farklı becerilere ihtiyaç duyulabileceğini algılamaları olduğu düşünülmektedir.

Öğrencilerin iletişim becerilerini geliştirmelerinin stresle baş etmelerini sağlayarak psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasını engelleyebileceğini söylemek mümkündür (Durak Batıgün ve Atay Kayış, 2014).

Araştırmamızda beden eğitimi öğretmenliği bölümü öğrencilerinin 21. YY becerileri alt başlıklarından Bilgi ve Teknoloji Okuryazarlığı Becerileri ile Kariyer Belirsizliği ve Bilgi Eksikliği, Kariyer stresi toplam arasında orta düzeyde ve Dışsal Çatışma ve İş Bulma Baskısı arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunurken; Girişimcilik ve İnovasyon Becerileri ile Kariyer Belirsizliği ve Bilgi Eksikliği ve Kariyer Stresi Toplam arasında orta düzeyde ve Dışsal Çatışma ile İş Bulma Baskısı arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Bu durumun 21. Yy becerileri ile girişimcilik ve inovasyon becerileri düşük olan öğrencilerin, artan Kariyer Belirsizliği ve İş Bulma baskısını ile baş edememelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sosyal Sorumluluk ve Liderlik Becerileri ile Kariyer Belirsizliği ve Bilgi Eksikliği arasında orta düzeyde ve Dışsal Çatışma ile Kariyer stresi toplamı arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunurken; Kariyer Bilinci ile Kariyer Belirsizliği ve Bilgi Eksikliği ve Kariyer Stresi Toplamı arasında orta düzeyde ve Dışsal Çatışma arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Ortaya çıkan durumun Sosyal Sorumluluk ve Liderlik Becerileri yeterli olmayan öğrencilerin kariyer beklentisi ve dış kaynaklı stres ile baş edememelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Alan yazında mevcut çalışmayı destekler nitelikte 21. YY becerileri (Chu vd., 2021; Rios vd., 2020; Rahman, 2019; Stehle & Peters-Burton 2019; Wrahatnolo, 2018) ve Kariyer Stresi (Chowdhury vd., 2022; Lee, 2021; Iodice vd., 2021; Yaşar ve Turgut 2019) konularında çalışmalar yer almaktadır.

Bunların yanında 21. YY Becerileri toplam puanı ile Kariyer Belirsizliği ve Bilgi Eksikliği ve Kariyer Stresi Toplamı arasında orta düzeyde ve Dışsal Çatışma ile İş Bulma Baskısı arasında düşük düzeyde pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Bu durumun da 21. Yy becerileri düşük olan öğrencilerin, Kariyer Belirsizliğinden kaynaklanan stres ile başa çıkamamalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

#### 4.1. Öneriler

Öğrencilerin demografik özellikleri ile kariyer stresine neden olan faktörler arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve üniversitelerin kariyer merkezleri, kariyer danışmanlığı ve kariyer rehberliği gibi uygulamalarda kullanılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Öğrencilerin kariyer stresini etkileyen faktörlerin belirlenmesinin yanı sıra kariyer stresine neden olan bu faktörlerin ortadan kaldırılmasına veya en aza indirilmesine yönelik çözüm önerilerine yönelik nitel araştırmalar, konuyla ilgili araştırmaları ve ilgili değişkenleri literatürde daha net ortaya koyacak bilgiler sağlayacaktır.

**KAYNAKÇA**

1. Alpertonga, H, Ünsar, A, & Koldere Akin, Y. (2016). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin kaygı ve stres düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir alan araştırması. Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi 16, 71-83.
2. Arıkan, G. & Çimen, E. (2020). Üniversite Adaylarının Spor Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, Eurasian Research in Sport Science, 5 (2), 118-127.
3. Arısoy, A., Pepe, O., & Karaoğlu, B. (2020). Covid 19 sürecinde futbola dönüş öncesi futbolcuların durumluk kaygı düzeyleri ile psikolojik performansları arasındaki ilişki belirlenmesi: Isparta örneği. Yalvaç Akademi Dergisi, 5(1), 55-63.
4. Benson H., Stuart E.L. (1992). The Wellness Book: The comprehensive guide to maintaining health and treating stress-related illness. New York: Carol Publishing Group.
5. Brown R.T. (1991). Helping students confront and deal with stress and procrastination. J. Coll. Student Psychother. 6(2):87-102.
6. Campbell, R.L., Svenson, L.W. (1992). Perceived level of stress among university undergraduate students in Edmonton, Canada. Percept. Mot. Skills 75:552-554.
7. Çevik, M. & Şentürk C. (2019). Multidimensional 21th century skills scale: Validity and reliability study. Cypriot Journal of Educational Sciences. 14(1), 011-028.
8. Chew-Graham, C.A., Rogers, A., Yassin, N. (2003). 'I wouldn't want it on my CV or their records': medical students' experiences of help-seeking for mental health problems. Med. Educ. 37:873-880.
9. Chowdhury, U., Suvro, M.A.H., Farhan, S.M., & Uddin, M.J. (2022). Depression and stress regarding future career among university students during COVID-19 pandemic. Plos one, 17(4), e0266686.
10. Chu, S.K.W., Reynolds, R.B., Tavares, N.J., Notari, M., & Lee, C.W.Y. (2021). 21st century skills development through inquiry-based learning from theory to practice. Springer International Publishing.
11. Csikszentmihalyi, M., & Schneider, B. (2000). Becoming adult: How teenagers prepare for the world of work. New York, NY: Basic Books.
12. Çelenk, Ç. (2021). Motivation Affects Sports and Life Skills in Physical Disabled People. Propósitos y Representaciones, 9(SPE3), 1161.
13. Çingı, H. (1994). Örneklem Kuramı. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Basımevi.
14. Çimen, E & Akıncı A.Y. (2021). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yaşam Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Akdeniz Bölgesi Örneği). Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 4(3), 359-370. DOI:10.38021/asbid.1014641
15. David, M. (2009). Student life independent newspaper in Washington University in St Louis. 30 October.
16. Demir, E., Saatçioğlu, Ö. ve İmrol, F. (2016). Uluslararası dergilerde yayımlanan eğitim araştırmalarının normallik varsayımları açısından incelenmesi. Current Research in Education, 2 (3), 130-148.
17. Demirci, N., Engin, A.O., Bakay, İ., & Yakut, Ö. (2013). Stres ve Stresi Ortaya Çıkaran Durumların Öğrenci Üzerindeki Etkisi. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 2 (3), 288-296.
18. Durak Batıgün, A. ve Atay Kayış, A. (2014). Üniversite öğrencilerinde stres faktörleri: Kişilerarası ilişki tarzları ve problem çözme becerileri açısından bir değerlendirme. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29(2), 69-80.
19. Elizabeth, V. (2003). The Hindu, "Concern over high stress levels among students.
20. Fish, C., Nies, M.A. (1996). Health promotion needs of students in a college environment. Public Health Nurs. 13:104-111.
21. Fisher, D. (2009). The use of instructional time in the typical high school classroom. The Educational Forum, 73, 168-176. <https://doi.org/10.1080/00131720902739650>
22. Franken, R.E. (1994). Human Motivation. 3rd ed. Belmont, CA: Brooks/Cole Publishing Company.

23. Frydenberg, E., Lewis, R., Bugalski, K., Cotta, A., McCarthy, C., Luscombe-Smith, N. (2004). Prevention is better than cure: Coping skills training for adolescents at school. *Educ. Psychol. Pract.* 20:117-134.
24. Gardner, H. (2010). Five minds of the future. In J. Bellanca & R. Brandt (Eds.), *21st century skills: Rethinking how students learn* (pp. 9-21). Bloomington, IN: Solution Tree Press.
25. Houle, D., & Cobb, J. (2011). *Shift ED: A call to action for transforming k-12 education*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
26. Iodice, D.E.A., Iannario, M., & Romano, R. (2021). Distance learning, stress and career-related anxiety during the Covid-19 pandemic: a students perspective analysis. *Preface XIX 1 Plenary Sessions*, 177.
27. Işık, E. (2010). Sosyal Bilişsel Kariyer Teorisi temelli bir grup müdahalesinin üniversite öğrencilerinin kariyer kararı yetkinlik ve mesleki sonuç beklenti düzeylerine etkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
28. Johnson, P. (2009). The 21st century skills movement. *Educational Leadership*, 67(1), 11.
29. Karasar, N. (2007). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (17 b.). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
30. Kim, Y. (2019). Global convergence or national variation? Examining national patterns of classroom instructional practices. *Globalisation, Societies and Education*, 17, 1–25. <https://doi.org/10.1080/14767724.2019.1584033>
31. Koçyiğit, B. & Özdiç, M. (2021). Pandemi Sürecinde Ders Zorunluluğu olan Öğrencilerin Covid-19 Korku ve Stres Düzeylerinin İncelenmesi, *Bilimsel Spor 4* (Ed.; Mehmet Özdemir, Gökmen Kılınçarslan), Serüven Yayınevi, İzmir.
32. Kumartaşlı, M., Erbaş, İ., Yılmaz., E., ve Koçyiğit, B. (2020). Elit Atletlerin Anksiyete Düzeylerinin Başarı Motivasyonu Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 456-467.
33. Lee, H. (2021). The influences of college life adaptation and career decision self-efficacy on career achievement stress: Focus on students majoring in piano performance in South Korea. *International Journal of Music Education*, 02557614211050991.
34. Odacı, H., & Çıkrıkçı, Ö. (2017). Problemler internet kullanımında depresyon, kaygı ve stres düzeyine dayalı farklılıklar. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4(1), 41-61.
35. Oğuztürk, Ö., Akça, F., & Şahin, G. (2011). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler üzerinden incelenmesi, *Klinik Psikiyatri*, 14; 173-184.
36. Özden, K., & Sertel-Berk, O. (2017). Reliability and validity study of Turkish version of the Korean career stress inventory (KCSI). *Studies In Psychology-Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 37(1), 35-51.
37. Pinel, J.P.T. (2003). *Biopsychology* (5th ed). United States of America: Allyn and Bacon.
38. Rahman, M. (2019). 21st century skill'problem solving': Defining the concept. Rahman, MM (2019). 21st Century Skill "Problem Solving": Defining the Concept. *Asian Journal of Interdisciplinary Research*, 2(1), 64-74.
39. Rios, J.A., Ling, G., Pugh, R., Becker, D., & Bacall, A. (2020). Identifying critical 21st-century skills for workplace success: A content analysis of job advertisements. *Educational Researcher*, 49(2), 80-89.
40. Saavedra, A.R. (2012). Dry to dynamic civic education curricula. *Making civics count: Citizenship education for a new generation*, 135-160.
41. Savcı, M., & Aysan, F. (2014). Üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ile stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2014(3), 44-56.
42. Sayın, Z. & Seferoğlu, S.S. (2016). Yeni bir 21. yüzyıl becerisi olarak kodlama eğitimi ve kodlamanın eğitim politikalarına etkisi. *Akademik Bilişim Konferansı*, 3-5 Şubat, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
43. Shernoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Shneider, B., & Shernoff, E. S. (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. *School Psychology Quarterly*, 18, 158–176. <https://doi.org/10.1521/scpq.18.2.158.21860>
44. Stehle, S.M., & Peters-Burton, E.E. (2019). Developing student 21 st Century skills in selected exemplary inclusive STEM high schools. *International Journal of STEM education*, 6(1), 1-15.



45. Strong, B., Devault, C., Cohen, T.F. (2008). The marriage and family experience: Intimate relationships in a changing society (10th ed.). Belmont, CA: Thomson Learning, Inc.
46. Trilling, B., & Fadel, C. (2009). 21st century skills: Learning for life in our times. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
47. Üzümcü, Ö., & Bay, E. (2018). Eğitimde yeni 21. yüzyıl becerisi: Bilgi işlemsel düşünme. Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi, 3(2), 1-16.
48. Viinikka, K.K., Ubani, M., Lipiäinen, T., & Kallioniemi, A. (2019). 21st century skills and Finnish student teachers' perceptions about the ideal RE teacher today and in the future. International Journal of Learning, Teaching and Educational Research, 18(8), 75-97.
49. Wrahatnolo, T. (2018). 21st centuries skill implication on educational system. In IOP Conference Series: Materials Science and Engineering, 296(1); 012036, IOP Publishing.
50. Yasar, O.M., & Turgut, M. (2019). Sport science college students and career stress. Cypriot Journal of Educational Sciences, 14(4), 580-589.