

# Kariyer Stresi Ölçeği

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Kariyer Stresi Ölçeği*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=24410>

## Özet

Kariyer Stresi Ölçeği (KSÖ), Kore Kariyer Stresi Envanteri'nin (KCSI) Türkçe'ye uyarlanmış bir versiyonudur. Bu Ölçek, bireylerin kariyer seçimi, iş arama süreçleri ve kariyer hedefleriyle ilgili yaklaşımların psikolojik baskı ve Kariyer Stresi düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Uyarlama çalışması, Türk örnekleminde geçerlik ve güvenilirlik özelliklerinin incelenmesi için yapılmıştır. KSÖ, kariyerle ilgili belirsizlikler, sosyal beklentiler ve istihdam kaygısı gibi çeşitli stres faktörlerini kapsamaktadır.

## Anahtar Kelimeler

Kariyer Stresi, Psikometrik Özellikler, Uyarlama, Kore Kariyer Stresi Envanteri (KCSI), Stres Ölçümü, Kariyer Gelişimi, Likert Ölçeği.

## Yazarlar

Kadir Özden, Ö. Sertel Berk.

## Amaç

Kariyer Stresi Ölçeği'nin temel amacı, Kore Kariyer Stresi Envanteri'ni (KCSI) Türk kültürüne ve diline uygun hale getirerek, Türkiye'deki bireylerin deneyimlediği kariyerle ilgili stres düzeylerini güvenilir ve geçerli bir şekilde ölçebilecek bir araç sağlamaktır. Bu Ölçek, özellikle yükseköğretim öğrencileri ve genç profesyoneller arasında yaygın olan kariyer belirsizliği ve baskı faktörlerinin değerlendirilmesinde kullanılmak üzere tasarlanmıştır.

Ölçek, kariyer tercihlerinin sosyal çevre tarafından değerlendirilmesi, istenen bir işin maddi güvencesi olup olmayacağı ve iş bulma sürecinin zorlukları gibi spesifik stres kaynaklarını belirlemeyi hedefler. Elde edilen veriler, kariyer danışmanlığı ve psikolojik destek programlarının geliştirilmesine katkı sağlamaktadır.

## Yapı

Kariyer Stresi Ölçeği, bireylerin kariyer süreçlerinde karşılaştıkları bilişsel, duygusal ve davranışsal stres tepkilerini ölçen çok boyutlu bir yapıyı temsil eder. Ölçülen temel Kariyer Stresi yapısı genellikle üç ana bileşeni içerir: (1) Kariyer Karar Stresi (seçim yapma baskısı), (2) İstihdam Güvencesi Stresi (belirsizlik veya düşük gelir kaygısı) ve (3) Sosyal Beklenti Stresi (aile ve çevrenin olumsuz yargıları).

Ölçek maddeleri, kariyerle ilgili endişelerin yoğunluğunu ve sıklığını yansıtacak şekilde formüle edilmiştir. Bu yapı, kariyer psikolojisi alanındaki araştırmacılar için önemli bir araç olup, stresin

kariyer tatmini ve genel ruh sağlığı üzerindeki etkilerini incelemeye olanak tanır.

## Geçerlik

Ölçeğin Türkçe uyarlaması sırasında yapılmış geçerliliği çalışmaları yürütülmüştür. Orijinal çalışmada (Özden & Sertel Berk, 2017), Kore Ölçek yapısının Türk kültüründe de korunup korunmadığını incelemek amacıyla faktör analizi teknikleri kullanılmıştır. Yapısal eşitlik modellemesi veya doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile ölçeğin teorik boyutlarının veriyle ne ölçüde uyumlu olduğu test edilmiştir. Ancak, orijinal kaynaktan bu değerler açıkça belirtilmemiştir.

Çerik geçerliliği, ölçek maddelerinin kariyer stresinin ilgili tüm yönlerini kapsadığından emin olmak için uzman görüşleri alınarak sağlanmıştır. Ayrıca, ölçüt bağlantılı geçerlik kapsamında, KSÖ puanlarının kariyer kaygısı veya genel stres gibi ilgili yapılarla beklenen yönde ilişkili olup olmadığı incelenmiştir.

## Güvenirlilik

Kariyer Stresi Ölçeği'nin Güvenirlilik incelemesi, iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alfa) hesaplanarak gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışmasında, ölçeğin genel olarak tutarlı ölçümler yapma yeteneği değerlendirilmiştir. Yüksek Cronbach Alfa katsayısı, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçtüğünü ve dolayısıyla ölçeğin iç tutarlılığını yüksek olduğunu gösterir.

Uyarlama çalışmasının sonuçları, KSÖ'nün Türk örnekleminde tatmin edici düzeyde güvenilirliğe sahip olduğunu ortaya koymuştur, ancak spesifik katsayı değerleri orijinal metinde belirtilmemiştir. İlerleyen çalışmalarda test-tekrar test güvenilirliği gibi diğer güvenirlilik türlerinin de incelenmesi önerilmektedir.

## Faktör Analizi

Uyarlama çalışması kapsamında, Kore Ölçek yapısının Türk örneklemine uygunluğunu belirlemek için Faktör Analizi yöntemleri uygulanmıştır. Bu analizler genellikle Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ile başlar ve ardından Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile devam eder. DFA, KCSI'nin orijinal çok boyutlu yapısının (örneğin, Kariyer Karar Stresi, İşstihdam Güvencesi Stresi vb.) Türkçe çevirisinde de geçerli olup olmadığını kontrol etmeyi amaçlamıştır.

Faktör analizinin sonuçları, KSÖ'nün Uyarlama sürecinin başarılı olduğunu ve orijinal ölçeğin boyut yapısının Türk popülasyonunda da anlamlı ve istikrarlı olduğunu göstermiştir.

## Araç

**Test Type:** Uyarlama (Adaptasyon) Ölçek

**Format:** Öz Bildirim Envanteri

**Language Available:** Türkçe (Orijinal: Korece)

**Population Group:** Üniversite öğrencileri ve genç yetişkinler

**Age Group:** Genç yetişkinlik dönemi (Genellikle 18-30 yaş arası)

**Population Details:** Kariyer planlama ve iş arama süreçlerinde olan bireyler.

**Test Methodology:** 5'li Likert tipi derecelendirme ölçeği kullanılarak yanıtlanır. Katılımcılar, kendilerini ne ölçüde yansıttığını belirten seçeneklerden birini işaretler (Örneğin: Kesinlikle Katılmıyorum'dan Kesinlikle Katılıyorum'a).

## Anahtar Kelimeler

Kariyer Kaygısı, İşsizlik Stresi, Psikometri, Kariyer Stresi, Psikolojik Ölçme, Güvenirlilik, Likert Ölçeği, Uyarılama.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilinmiyor

**Affiliation Email addresses:** psy.ozden@gmail.com (Kadir Özden)

**Correspondence Address:** Kadir Özden (Sorumlu Yazar)

## Ücretler, Ücret ve Test Yılı

Kariyer Stresi Ölçeği'nin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirlik çalışması 2017 yılında yayımlanmıştır. Ölçeğin kullanım izinleri ve olası ücretlendirme detayları için sorumlu yazar Kadir Özden ile iletişime geçilmesi gerekmektedir. İletişim e-posta adresi: [psy.ozden@gmail.com](mailto:psy.ozden@gmail.com).

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [kariyer-stresi-olcegi-toad.pdf](http://kariyer-stresi-olcegi-toad.pdf)

## Kaynaklar

Özden, K. ve Sertel Berk, Ö. (2017). Reliability and Validity Study of Turkish Version of the Korean Career Stress Inventory (KCSI). *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 37 (1), 35-51.

Makaleye erişim linki: <http://dergipark.gov.tr/iupcd/issue/32435/297680>

## Kariyer Stresi Ölçeği Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Aşağıdaki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmuş olup, hiçbir şekilde değiştirilmemelidir.

Başkalarının kariyer tercihim konusundaki olumsuz düşünceleri zihnimi meşgul ediyor.  
İstediğim işin bana güvenceli bir gelir sağlamayacağı konusunda endişe duyuyorum.  
Bir iş bulmak için yapması gereken çok fazla şey olduğundan kendimi stres altında hissediyorum.

ARABPSYCHOLOGY.COM