Pozitif Psikoloji Temelli Psikoeğitim Programının Ortaokul Öğrencilerinin Meslek Kararı Verme Yetkinliklerine Etkisi

Şeyma GÜLDAL, İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi, ORCID ID: 0000-0002-6590-9122
Gülçin TAŞKIN, Üsküdar Rehberlik ve Araştırma Merkezi, ORCID ID: 0009-0001-1557-5662

Öne Çıkanlar

- Pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programı 7. sınıf öğrencilerine uygulanmıştır.
- Deney grubu sontest puanları anlamlı düzeyde artış göstermiştir.
- Program, mesleki karar verme yetkinliğini geliştirmede etkili bulunmuştur.

Öz

Bu araştırmanın amacı pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programı uygulamasının ortaokul 7. sınıf öğrencilerinin mesleki karar verme yetkinliklerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmada öntest-sontest kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Araştırma, İstanbul'da Üsküdar ilçesindeki bir ortaokulda öğrenim gören öğrencilerle yürütülmüştür. Araştırmanın deney grubuna 2022-2023 eğitim öğretim yılında Üsküdar'da bir devlet okulundaki 7. sınıfta öğrenim gören ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan 12 öğrenci katılmıştır. Kontrol grubu da aynı okuldaki 7.sınıflardan rastgele seçilen 12 öğrenciden oluşturulmuştur. Veri toplama aracı olarak "Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği (MKVYÖ)" kullanılmıştır. Deney grubuna yaklaşık 40 dakika süren sekiz oturumluk grup çalışması uygulanmış, kontrol grubundaki öğrenciler ise rutin sınıf rehberliği etkinliklerine katılmıştır. Deney grubunun öntest-sontest puanları arasındaki farklılaşma Wilcoxon Uyumlu Çiftler İşaretli Sıralar Testi ile yapılmıştır. Deney ve kontrol grubunun sontest puanlarındaki farklılaşmanın incelenmesi için ise Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre deney grubunun sontest meslek kararı verme yetkinlik puanı kontrol grubuna kıyasla anlamlı düzeyde artmıştır. Bulgular pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programının ortaokul öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinliklerini artırmada etkili olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Meslek kararı verme öz-yeterliği, pozitif psikoloji, psikoeğitim programı.

İnönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi
Cilt 26, Sayı 2, 2025
ss. 971-994
DOI
10.17679/inuefd.1581592

Makale Türü
Araştırma Makalesi

Gönderim Tarihi
19.11.2024

Kabul Tarihi
08.07.2025

Önerilen Atıf

Güldal, Ş. ve Taşkın, G. (2025). Pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programının ortaokul öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinliklerine etkisi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *26*(2), 971-994. DOI: 10.17679/inuefd.1581592

Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

1. Giriş

Eğitim, bireyin bir bütün olarak gelişmesi ve yaşamdaki tüm rollerine uyumu için gerekli özellikleri kazanmasına yönelik bir süreçtir (Yeşilyaprak, 2013). Eğitimde rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri Türk Millî Eğitimi'nin genel amaçlarında; "kendini tanıyan, kendine sunulan eğitsel ve mesleki fırsatları değerlendirebilen, sorumluluk alabilen bireyler yetiştirilmesini ve bireylerin toplum içinde sağlıklı bir şekilde yaşamlarını sürdürebilmeleri için sosyal duygusal, akademik ve kariyer gelişimlerini destekleme" olarak ifade edilmektedir (Millî Eğitim Bakanlığı, 2020). Öğrencinin ilgi, yetenek, değer ve kişilik özelliklerini tanıması, meslekleri tanıması, mesleklerin gerektirdiği özelliklerle kendi özellikleri arasında ilişki kurması kariyer gelişimi alanına girmektedir ve okullarda verilen mesleki rehberlik hizmetlerine dâhildir. Türkiye'de eğitim kurumlarında çalışan okul psikolojik danışmanlarından/rehber öğretmenlerden beklenen en önemli görevlerden biri öğrencilerin meslek ve kariyerlerine yönelik seçimler yapmasında, kararlar almasında ve gerekli hazırlıklarda yardımcı olmasıdır (Yeşilyaprak, 2019). Meslek seçimi kısa sürede verilen bir karar olmayıp okul öncesi dönemden başlayıp bireyin kendisine ve mesleklere dair geliştirdiği algı ve koşulların etkileşimi ile oluşan bir süreçtir (Yeşilyaprak, 2013).

Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri ilkesel olarak değişiklik göstermemekle birlikte farklı öğretim kademelerindeki öğrencilerin ihtiyaçları ve gelişimsel özellikleri göz önünde bulundurularak belirlenir. Ortaokul kademesinde mesleki rehberlik çalışmalarının odağında öğrencinin hem kendini hem meslekleri biraz daha iyi tanıması, keşfetmesi, güçlü ve zayıf yönlerini fark ederek kariyer hedefleri doğrultusunda üst öğrenim kurumlarına yönelmesi yer almaktadır (Yeşilyaprak, 2013). Ancak meslek seçimi karmaşık bir karar verme davranışı olup bu kararın verilmesinde çeşitli psikolojik ve sosyal faktörler etkili olmaktadır (Kuzgun, 2004). Öte yandan, Türkiye'de güncel uygulamalarda mesleki rehberlik, kariyer gelişimi alanı içerisinde değerlendirilmektedir. Bu alan; "bireyin ilgi, yetenek, değer ve kişilik özelliklerini tanımasını, mesleki seçenekleri fark etmesini, mesleklerin gerektirdiği niteliklerle kendi kişisel özellikleri arasında ilişki kurmasını, mesleklere yönelik olumlu tutum geliştirmesini, kariyer farkındalığı kazanmasını, iş yaşamı ile eğitim arasındaki ilişkiyi ve yaşam boyu öğrenmenin kariyer gelişimindeki önemini kavramasını amaçlayan bir gelişim alanıdır." (Millî Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yönetmeliği, 2020). Türkiye eğitim sisteminde öğrenciler kariyerleri ile ilgili ilk seçimi 8. sınıfın ardından girdikleri Liselere Geçiş Sınavı ile yapmaktadır. Çeşitli lise türleri arasında bir seçim yapan öğrenci, sonraki eğitim hayatı ve meslek seçimlerini de büyük ölçüde belirlemektedir (Ulas-Kilic vd., 2020). Öte yandan, mesleki gelişim süreci açısından ele alındığında ortaokul dönemi öğrencilerin, birey ile mesleklerin ortak ve farklı özelliklerine dair daha ayrıntılı bilgi sahibi olmaya ve bazı meslekleri benimsemeye başladığı bir dönemdir (Özgüven, 2000). Dolayısıyla bu dönemde öğrencinin kendini tanıma ve meslekleri araştırma konusunda kazanacağı bilgi ve beceriler ileride vereceği kararlar için önemlidir.

Yaşamın pek çok alanında olduğu gibi öz-yeterlik, bireyin kariyer gelişimi sürecinde ve meslek seçiminde önemli bir rol oynamaktadır. Bandura (1977), öz-yeterlik kavramını bireylerin belirli sonuçlara ulaşmak için gerekli davranışları başarılı bir şekilde yapıp yapamayacaklarına ilişkin inançları olarak ifade etmektedir ve bu inançların bireylerin davranışlarını doğrudan etkilediğini ileri sürmektedir. Öz-yeterliğin kariyer alanındaki yansıması olan "meslek kararı verme yetkinliği" kavramı kişinin kariyer kararı vermede kendi yetenekleri hakkındaki inançlarını ifade etmektedir (Taylor ve Betz, 1983). Ortaokul öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinliğinde cinsiyet, sınıf, anne-baba eğitim düzeyi, ebeveynlerin meslek seçimi sürecindeki tutumu ve algılanan akademik başarı gibi faktörler rol oynamaktadır (Bozgeyikli vd., 2009; Öksüz ve Karalar, 2020; Sevim, 2016).

Kariyer öz-yeterliği yüksek öğrencilerin kariyer planlamasını daha iyi yaptığı ileri sürülmektedir (Pambudi vd., 2018). Birey daha yüksek öz-yeterlik seviyesine sahip olduğunda,

kariyeriyle ilgili karar verme konusunda daha yeterli hissetme eğiliminde olup kararsızlık düzeyi daha düşüktür (Kasperzack vd., 2014). Kariyer gelişiminin çocuklukta başlayıp yaşam boyu devam eden dinamik bir süreç olduğu (Ginzberg vd., 1951; Gottfredson, 2002; Super, 1953) göz önünde bulundurulduğunda ortaokul seviyesinde dahi olsa ergenlerin başarılı bir kariyer planlaması yapabilmesi için kariyer öz-yeterliklerinin desteklenmesi önemlidir.

Pozitif psikoloji, okul psikolojik danışmanlarının gelişim odaklı müdahaleler tasarlarken yararlanabilecekleri kapsamlı bir literatür sunmaktadır ve okul psikolojik danışmanlığının kanıta dayalı yaklaşımlar geliştirmesine katkı sağlamaktadır (Carey vd., 2008). Okullarda öğrencilerin kariyer gelişimini desteklemek için pozitif psikoloji yaklaşımı önemli bir potansiyele sahiptir. Pozitif psikolojinin güçlü yanları geliştirmeye yaptığı vurgu okullarda gelişimsel rehberlik anlayışı ile tutarlıdır ve öğrencilerin bütüncül gelişimi için bir çerçeve sunmaktadır. Öğrencilerin güçlü yönlerini fark etmesi, olumlu duygu ve akış deneyimlerini artırması, geleceğe dair umutla yaklaşmaları öğrencilerin akademik performansları üzerinde önemli ölçüde kontrol sahibi olduklarını fark etmelerine yardımcı olabilmektedir (Aulthouse vd., 2017). Öte yandan, bireylerin kariyer kararlarını verirken değerlerini fark etmesi, yaşam anlamları ve amaçları ışığında bir rota çizmeleri doyum sağladıkları bir meslek yaşamı için önemli bir rol oynamaktadır (Dik vd., 2014). Güncel araştırmalar, pozitif psikoloji yaklaşımını benimseyen grup temelli kariyer ve mesleki rehberlik uygulamalarının etkinliğini göstermektedir. Aşçıoğlu-Önal ve Yeşilyaprak (2020), üniversite öğrencileriyle pozitif psikoloji temelli bir kariyer danışmanlığı grubu uygulamış ve katılımcılar arasında kariyer iyimserliğinin arttığı ve hedef belirleme becerilerinin iyileştiği görülmüştür. Schellenberg ve arkadaşlarının (2022) araştırması ise ergenleri kariyer seçimlerine hazırlamak için grup çalışması ile akran desteği ve karşılıklı yardımlaşmayı vurgulayan "Pozitif Akran Kültürü" yaklaşımını incelemiştir. Bu yöntem yalnızca kariyerle ilgili zorlukları ele almakla kalmamış, aynı zamanda katılımcıların psikolojik sağlamlığını da desteklemiştir. Amaçlı ve anlamlı yaşamı vurgulayan Peng (2015) pozitif psikoloji ile spiritüel boyutu entegre ederek uyguladığı güçlü yanlara odaklı grup kariyer danışmanlığı çalışmasının, katılımcıların kaygı düzeylerinin düşmesine katkıda bulunduğunu belirtmektedir. Sonuç olarak, güncel bulgular pozitif psikolojiye dayalı grup müdahalelerinin kariyer gelişimini iyileştirme potansiyelinin altını çizmektedir (Panc, 2015).

Bu çalışma, öğrencilerin güçlü yönlerini, değerlerini ve akış deneyimlerini keşfetmelerini desteklemek amacıyla pozitif psikoloji yaklaşımı benimsenerek tasarlanmıştır. Pozitif psikoloji alanındaki araştırmalardan elde edilen bulguların, okullardaki mesleki rehberlik ve kariyer gelişim alanı uygulamalarıyla bütünleştirilmesinin kanıta dayalı uygulamalar açısından önemli bir katkı olacağı düşünülmektedir. Bu genel çerçevede araştırmanın amacı pozitif psikoloji yaklaşımını temel alarak hazırlanan mesleki grup rehberliği çalışmasının ortaokul 7. sınıf öğrencilerinin mesleki karar verme yetkinliklerine etkisinin incelenmesidir. Mesleki grup rehberliği çalışmasına katılan öğrencilerin mesleki karar verme yetkinlik düzeylerinde artış olması beklenmektedir. Çalışmanın hipotezleri aşağıda ifade edilmiştir:

- H0 hipotezi: Deney ve kontrol grubunun ön-test puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.
- H1 hipotezi: Pozitif psikoloji temelli mesleki grup rehberliği uygulanmasından sonra deney grubunun son-test MKVYÖ puanları, ön-test puanlarına göre anlamlı düzeyde artacaktır.
- H2 hipotezi: Pozitif psikoloji temelli mesleki grup rehberliği uygulanmasından sonra deney ve kontrol gruplarının son-test MKVYÖ puanları arasında deney grubu lehine anlamlı düzeyde bir fark oluşacaktır.
- H3 hipotezi: Kontrol grubunun ön-test ve son-test MKVYÖ puanları arasında anlamlı bir fark yoktur.

2. Yöntem

Araştırma, ortaokul 7. sınıf öğrencilerine yönelik tasarlanan pozitif psikoloji temelli mesleki grup rehberliği çalışmasının öğrencilerin meslek kararı verme düzeylerine etkisini incelemek amacıyla ön-test son-test kontrol gruplu deneysel desende tasarlanmıştır. Deney grubuna 8 hafta boyunca haftada bir kırkar dakikalık pozitif psikoloji temelli mesleki grup rehberliği çalışması uygulanmıştır. Kontrol grubu ise 7. sınıfların rutin sınıf rehberliği çalışmalarına katılmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni pozitif psikoloji temelli mesleki grup rehberliği çalışması, bağımlı değişkeni ise öğrencilerin meslek kararı verme düzeyidir.

2.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın deney grubuna 2022-2023 eğitim öğretim yılında Üsküdar'da bir devlet okulunda 7.sınıfta öğrenim gören ve çalışmaya katılmaya gönüllü olan 12 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin 5'i erkek, 7'si kızdır. Kontrol grubunu da aynı okuldan rastgele seçilen 12 öğrenci oluşturmuştur. Kontrol grubunda da 5 erkek, 7 kız öğrenci yer almıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği (MKVYÖ): Ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin kendilerini meslek kararı vermede yetkin görme düzeylerini belirlemek için Bozgeyikli (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, sosyal bilişsel kariyer kuramı ve yetkinlik kuramına dayalı olarak geliştirilmiş olup 27 maddelik 5'li Likert tipi bir ölçek olup 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları 480 ilköğretim 8. sınıf öğrencisinden elde edilen veriler üzerinden yapılmıştır. Alt boyutları arasında "Bireysel ve Mesleki Özellikleri Doğru Olarak Değerlendirme (BMÖDD) (11 madde)", "Mesleki Bilgi Toplama (MBT) (8 madde)" ve "Gerçekçi Plan Yapma (GPY) (8 madde)" yer almaktadır. Ölçek bireysel veya gruplar hâlinde uygulanabilmekte olup ölçekten alınabilecek en yüksek puan 135, en düşük puan ise 34'tür. Ölçeğin alt boyutlarına ait iç tutarlık katsayıları. 81 ila. 89 arasında bulunmuştur. Test tekrar test sonuçları ise. 68 ila. 79 arasında değer almıştır. Ölçeğin tümünün ve alt ölçeklerinin madde toplam korelasyonlarına bakılmıştır. Ölçeğin tümünde madde toplam korelasyonları. 45 ile. 64 arasında bulunmuştur. Araştırmanın kuramsal temelinde ileri sürülen meslek kararı yetkinliğinin farklı yetkinlik örüntülerinden oluşacağı görüşü faktör analizi sonuçları ile desteklenmiştir.

2.3. Uygulama/İşlem

Çalışma, Üsküdar'da bir devlet okulunda gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın duyurusu okuldaki 7.sınıf öğrencilerine yapılmış, gönüllülük esasına göre deney grubu katılımcıları belirlenmiştir. Yapılan duyuru sonucu 7.sınıflardan çalışmaya katılmaya gönüllü olan 12 öğrenci deney grubuna atanmıştır. Katılımcılara çalışma hakkında bilgi verilmiş ve katılım için hem kendi onamları hem veli onamları alınmıştır. Kontrol grubuna atanan 12 öğrenci ise rutin sınıf rehberliği çalışmalarına katılmıştır. Çalışma 8 hafta boyunca devam etmiş ve her bir oturum 40 dakika sürmüştür. Grup çalışmasına okulun psikolojik danışmanı liderlik etmiştir. Çalışmalara başlamadan deney ve kontrol grubuna MKVYÖ uygulanmış, 8 hafta sonunda tekrar MKVYÖ uygulanmıştır. Oturumlar 2022-2023 eğitim öğretim yılının birinci döneminde gerçekleştirilmiştir.

Psikoeğitim grupları, eğitsel, beceri odaklı ve amaçlı etkinliklerin yer aldığı gruplardır ve ergenlere bilgi, beceri, anlayış, rehberlik ve destek sunmak için psikoeğitim grupları etkili bir yoldur. (Brown, 1988). Bu araştırma kapsamında tasarlanan mesleki rehberlik programı pozitif psikoloji yaklaşımı benimsenerek hazırlanmıştır. Bu bağlamda katılımcıların olumlu kişisel özelliklerini, güçlü yanlarını (2.oturum) ve değerlerini (3.oturum) keşfetmeleri, akış deneyimlerini fark etmeleri (4.oturum), anlamlı ve amaçlı yaşam üzerine farkındalıklarının artması (5.oturum) ve kariyer planlarını yaparken bunları gözetmeleri (6. ve 7. oturum) hedeflenmiştir (Robertson, 2018). Katılımcıların yaşları ve tekniklerin etkililiği gözetilerek

oturumlar canlandırma, hareket etkinlikleri gibi yaratıcı drama tekniklerinden faydalanılarak geliştirilmiştir (Ergin ve Akfırat, 2013; Jennings, 2010; Karataş ve Yavuzer, 2009).

Uygulanan psikoeğitim programına içerik oluşturulurken okullarda pozitif psikoloji yaklaşımı benimsenerek uygulanan programlar incelenmiş ve etkili olduğuna dair kanıtları bulunan uygulamalardan esinlenilmiştir. Programa dâhil edilen uygulamalar ve etkinlikler için kültüre ve yaşa uygunluğu okul psikolojik danışmanlığı alanında uzman iki kişi tarafından incelenerek programa son hâli verilmiştir. Öte yandan uygulamaların etkililiğini artırmak için ev ödevleri verilmiştir. Geliştirilen psikoeğitim programının oturumlarına dair bilgiler, amaç ve uygulamalar Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1.

Pozitif Psikoloji Temelli Mesleki Grup Rehberliğinin Oturumları

Oturum	Amaç	Uygulama	Ev Ödevi
1. Oturum	Tanışma, programı tanıtma, grup kurallarının oluşturulması.	1.Isınma Etkinliği: İsim Zinciri + Sıfat + hareket 2.Grup Kuralları belirleme: grup kontratı ve grup logosu oluşturma 3.Niyet mektubu etkinliği 4.Değerlendirme: Nesneli değerlendirme	
2. Oturum	Kendini ve duygularını fark etme ve grup içinde ifade etme.	1.Isınma Etkinliği: Sıcak Patates 2.Eller havaya 3.Tanıtım filmi 4.Değerlendirme: Post-it	
3. Oturum	Geçmiş deneyimlerden yola çıkarak değerlerinin farkına varma.	1.Isınma Etkinliği: Ben Buradayım O Nerede? 2.Sayı Sayma Oyunu 3.Geleceğe Bakış: Yönlendirmeli Görselleme ile Gelecek Hayali Kurma ve Film Adı Oluşturma 4.Değerlendirme: Fotoğraf anı	
4. Oturum	Yaşam vizyonu oluşturma.	1.Isınma Etkinliği: Sıralanma Oyunu 2.Akış Etkinliği 3.Değerlendirme: Sayılarla Özellik Söyleme	Kişisel Logo Tasarımı
5. Oturum	Gelecek hayalinin oluşturulması.	4.Isınma Etkinliği: El Örgüsü 5.Güvenli Yer Çizimi 6.Değerlendirme: Sözel Değerlendirme	Meslekleri Araştırma

6.	Oturum	Üst öğrenim kurumları ve meslekler hakkında düşünme ve uygun alternatifler belirleme.	1.Isınma Etkinliği: Kaygı Çizelgesi (0-10) 2.Üst Öğrenim Kurumları 3.Meslekler Mandalası 4.Değerlendirme: Sözel Değerlendirme
7.	Oturum	Kendine uygun gerçekçi hedefler belirleyerek gelecek eylem planı oluşturma.	1.Isınma Etkinliği: Duygunu değiştir 2.Aylık Aksiyon Planı Oluşturma 3.Yıllık Aksiyon Planı Oluşturma 4.Değerlendirme: Post-it
8.	Oturum	Değerlendirme, son test uygulanması, kapanış.	1.Isınma: Sevgi Bombardımanı 2.Niyet Mektuplarının Yazılması 3.Önceki Niyet Mektuplarıyla Birlikte Gözden Geçirilmesi 4.Son Testlerin Uygulanması Değerlendirme: Sözel değerlendirme

2.4. Verilerin Analizi

Uygulanan psikoeğitim programının etkililiğinin sınanması için deney ve kontrol gruplarının ön-test ve son-test puanlarından elde edilen veriler SPSS 29 programı ile analiz edilmiştir. Deney grubunun MKVYÖ son-test ve ön-test puanları arasındaki farklılaşmayı incelemek için Wilcoxon Uyumlu Çiftler İşaretli Sıralar Testi yapılmıştır. Deney ve kontrol grubunun MKVYÖ son-test puanları arasındaki farklılaşmanın belirlenmesi için ise Mann Whitney U testi yapılmıştır. Büyüköztürk ve diğerleri (2015), veriler normal dağılım göstermediğinde ve küçük örneklem gruplarında çalışılırken, aynı gruptan elde edilen iki ölçümün farkının test edilmesinde Wilcoxon Uyumlu Çiftler İşaretli Sıralar testinin kullanımını; bağımsız iki ölçüm arasındaki farkın test edilmesinde ise Mann Whitney U testinin kullanımını önermektedir. Bu çalışmada da analizler için bu testlerden faydalanılmıştır.

3. Bulgular

Bu bölümde araştırma hipotezlerine uygun olarak gerçekleştirilen veri analizlerinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Öntest ve sontest olarak Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği kullanılarak elde edilen veriler, deney grubunun öntest-sontest puanlarının farklılaşmasının, kontrol grubunun öntest-sontest puanlarının farklılaşmamasının ve deney grubunun sontest puanlarının kontrol grubununkinden farklılaşmasının incelenmesi için analiz edilmiştir.

Öncelikle, deney ve kontrol grubu katılımcılarının Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği (MKVYÖ) öntestinden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olup olmadığının incelenmesi için Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Tablo 2'de ilgili bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 2.

Deney ve Kontrol Gruplarının MKVYÖ Öntest Puanlarının Mann Whitney-U Testi Analizi Sonuçları

Puan	Grup	*N*	$\bar{x}_{sira}$	$\sum_{sira}$	*U*	*z*	*p*
Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği Puanı	Deney	12	14.00	168.00	54.000	-1.041	.298
	Kontrol	12	11.00	132.00			
	Toplam	24					

Tablo 2'de belirtildiği üzere, yapılan Mann Whitney-U analizi sonucunda deney ve kontrol grubunun Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği öntest puanlarının sıralama ortalamaları arasındaki farklılıklar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (z= -1.041; *p*> .05). Sonuçlara göre deney ve kontrol grubundaki katılımcıların mesleki karar verme yetkinlik düzeyleri birbirine benzerdir.

Araştırmanın ilk hipotezi, deney grubunun Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği sontest puanlarının öntest puanlarına göre anlamlı düzeyde artacağı yönünde oluşturulmuştur. Bu hipotezin Wilcoxon testi ile değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3.

Deney Grubu MKVYÖ Öntest- Sontest Puanlarının Wilcoxon Testi Analizi Sonuçları

Puan	Grup	*N*	$\bar{x}_{sira}$	$\sum_{sira}$	*z*	*p*
Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği Puanı	Azalanlar	3	4.67	14.00	-1.970	.049
	Artanlar	9	7.11	64.00		
	Eşit	0				
	Toplam	12				

Tablo 3'te görüldüğü üzere, Wilcoxon testi sonucuna göre deney grubunun MKVYÖ öntest ve sontest puanlarının sıralama ortalamaları arasındaki farklılık sontest lehine anlamlı bulunmuştur (z= -1.970; *p*<.05). Yani, pozitif psikoloji temelli mesleki grup rehberliği çalışmasına katılan 7.sınıf öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinlikleri anlamlı şekilde artmıştır.

Çalışmanın diğer hipotezi, deney grubu MKVYÖ sontest puanının kontrol grubunun sontest puanına kıyasla anlamlı düzeyde artacağı yönündedir. Bu hipotezin testi için Mann Whitney-U testi yapılmış ve elde edilen bulgular Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4.

Deney ve Kontrol Gruplarının MKVYÖ Sontest Puanlarının Mann Whitney-U Testi Analizi Sonuçları

Puan	Grup	*N*	$\bar{x}_{sira}$	$\sum_{sira}$	*U*	*z*	*p*
Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği Puanı	Deney	12	16.13	193.50	28.500	-2.515	.012
	Kontrol	12	8.88	106.50			
	Toplam	24					

Tablo 4'te görüldüğü üzere, Mann Whitney-U analizi sonucunda deney ve kontrol grubunun MKVYÖ sontest puanlarının sıralama ortalamaları arasındaki farklılıklar istatistiksel

olarak anlamlı bulunmuştur (z= -2.515; *p*< .05). Buna göre deney grubundaki katılımcıların mesleki karar verme yetkinlik düzeyleri kontrol grubundakilere kıyasla anlamlı düzeyde artmıştır.

Son olarak, kontrol grubunun *MKVYÖ* sontest puanlarının öntest puanlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmayacağı yönündeki hipotez Wilcoxon analizi ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 5'te yer almaktadır.

Tablo 5.

Kontrol Grubu MKVYÖ Öntest- Sontest Puanlarının Wilcoxon Testi Analizi Sonuçları

Puan	Grup	*N*	$\bar{x}_{sira}$	$\sum_{sira}$	*z*	*p*
Meslek Kararı Verme Yetkinlik Ölçeği Puanı	Azalanlar	6	7.17	43.00	-.315	.753
	Artanlar	6	5.83	35.00		
	Eşit	0				
	Toplam	12				

Tablo 5'te belirtildiği üzere, Wilcoxon testi sonucunda kontrol grubunun *MKVYÖ* öntest ve sontest puanlarının sıralama ortalamaları arasındaki farklılık anlamlı bulunmamıştır (z= -.315; *p*>.05). Yani, pozitif psikoloji temelli mesleki grup rehberliği çalışmasına katılmayan 7.sınıf öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinliklerinde anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı görülmüştür.

4. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada, pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programının ortaokul 7. sınıf öğrencilerinin mesleki karar verme yetkinliklerine etkisi incelenmiştir. Araştırmada öncelikle deney ve kontrol gruplarının mesleki karar verme yetkinlik düzeyleri karşılaştırılmış ve gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Çalışmanın hipotezlerine göre psikoeğitim programına katılan öğrencilerin mesleki karar verme düzeylerinin anlamlı düzeyde artacağı hipotezi ileri sürülmüştür. Çalışmada kontrol grubu rutin sınıf rehberliği çalışmalarına katılmıştır. Elde edilen bulgular pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programının 7. sınıf öğrencilerinin mesleki karar verme yetkinliğini artırdığını göstermektedir. Kontrol grubuna kıyasla bu artışın deney grubu lehine olması psikoeğitim programının mesleki kararı verme yeterliklerini artırmada etkili olduğunu destekler niteliktedir.

Bozgeyikli (2008) 8. sınıf öğrencileriyle gerçekleştirilen 14 oturumluk mesleki rehberlik çalışması sonucunda, bireysel ve mesleki özelliklerin doğru değerlendirilmesi, meslekler hakkında bilgi toplanması ve gerçekçi planlama becerilerinde anlamlı bir artış gözlenmiş, bu da çalışmanın öğrencilerin mesleki karar verme yetkinliklerini desteklediğini ortaya koymuştur. Benzer şekilde Seçer ve arkadaşlarının (2013) 8. sınıf öğrencileriyle gerçekleştirdiği mesleki yetkinlik düzeyini yükseltmeyi amaçlayan 8 oturumluk grup rehberliği çalışmasından elde ettiği bulgular uygulamanın etkililiğini göstermektedir. Bu çalışma da ortaokul öğrencileri ile gerçekleştirilmiş olması açısından benzer olup sınava hazırlanan 8. sınıf öğrencileri yerine henüz tamamen sınava odaklanmamış ve meslekleri keşfetmekte olan 7. sınıf öğrencileriyle gerçekleştirilmiştir. Lise öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeylerinin geliştirilmesi ihtiyacı (Çoban, 2005) göz önünde bulundurulduğunda henüz ortaokulda olan öğrencilerin mesleki gelişimlerinin desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir.

Diğer yandan, Millî Eğitim Bakanlığının rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri ilkeleri gereğince (Millî Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yönetmeliği, 2020), araştırmalardan elde edilen bulguların okullardaki mesleki rehberlik ve kariyer gelişim alanı uygulamaları ile bütünleştirilmesinin kanıta dayalılık ve hesap verebilirlik açısından önemli

olduğu düşünülmektedir. Ayrıca grup çalışmasında oturumlarda hedeflere ulaşmak için canlandırma, hareket etkinlikleri gibi yaratıcı drama tekniklerinden de faydalanılmıştır. Öğrencilerin mesleki hedef belirlemede kendilerini yetkin görme düzeylerini ve mesleki olgunluğu artırmada grupla yapılan yaratıcı drama uygulamalarının etkili olduğu ifade edilmektedir (Ergin ve Akfırat, 2013; Karataş ve Yavuzer, 2009).

Ergenlik döneminde bireylerin mesleki karar verme süreçlerinin gelişiminde sosyal destek, öz güven ve olumlu benlik algısının önemli bir rol oynadığı vurgulanmaktadır (Gati ve Levin, 2014; Super, 1980). Nitekim, pozitif psikoloji ilkelerine dayalı grup müdahaleleri, bireylerin güçlü yönlerine odaklanarak öz-yeterlik algılarını ve kendilik değerlerini desteklemekte, böylece mesleki karar verme süreçlerine ilişkin yetkinliklerini artırmaktadır (Seligman vd., 2005). Bu bağlamda, çalışmamızın bulguları, pozitif psikoloji temelli müdahalelerin bireylerin mesleki yönelimlerinde daha bilinçli ve kendine güvenen tercihler yapmalarını sağlayarak, gençlerin mesleki gelişim süreçlerinde olumlu etkiler yarattığını öne süren literatürle tutarlıdır.

Ortaokul düzeyinde öğrencilerin kariyerle ilgili farkındalıklarının arttırılması ve kariyer yaşantılarının zenginleştirilmesine yönelik kariyer gelişim alanına yönelik faaliyetlerin planlanması ve gerçekleştirilmesi önemlidir (Sevim, 2016). Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre pozitif psikoloji temelli psikoeğitim programı, mesleki kararsızlık yaşayan ortaokul öğrencilerinde meslek kararı verme yetkinliğini desteklemek için okul psikolojik danışmanları tarafından kullanılabilir. Ancak çalışmanın yalnızca bir okulda 24 öğrenci ile Üsküdar'da bir devlet okulda gerçekleştirilmiş olması sınırlılığı göz önünde bulundurularak sonuçların genellenebilirliğini artırmak amacıyla daha büyük çalışma gruplarıyla tekrarlanması önerilmektedir.

Araştırma sonuçlarından yola çıkarak ileride yapılacak çalışmalarda farklı yaş gruplarında etkililiği sınanabilir ve programın uzun vadeli etkileri takip edilerek, öğrencilerin ilerleyen yıllardaki mesleki karar süreçlerine olan katkısı değerlendirilebilir. Öte yandan, farklı yaklaşımlar benimsenerek hazırlanmış programlarla etkililiği kıyaslanabilir. Okul rehber öğretmen ve psikolojik danışmanları ise kariyer gelişim alanı uygulamaları kapsamında bu çalışmada uygulanan programdan faydalanabilir, farklı öğrenci gruplarına uyarlayabilir ve mesleki karar verme sürecinde öğrencilere destek olmaları için öğretmen ve velilerin de sürece dâhil olduğu çalışmalar tasarlanabilir.

Sonuç olarak, bu çalışmanın bulguları, öğrencilerin kariyer gelişim alanına yönelik pozitif psikoloji temelli çalışmaların, özellikle genç yaş gruplarında, mesleki karar verme yetkinliklerini artırmada etkili olabileceğini desteklemektedir. Bu bağlamda, eğitimcilerin, psikolojik danışmanlık ve rehberlik uzmanlarının, pozitif psikoloji ilkelerini rehberlik uygulamalarına entegre etmeleri önerilmektedir.

Etik Komite Onayı: Bu araştırma için İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan 05.12.2022 tarihinde 2022/12-7 no'lu etik izin alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Yazar Katkıları: Yazarlar; bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayımlanması için eşit düzeyde katkı sağlamışlardır.

Çıkar Çatışması: Yazarlar bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayımlanmasına ilişkin herhangi bir potansiyel çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayımlanması için herhangi bir finansal destek almamıştır.

Yapay Zekâ Kullanımı Bildirimi: Yazar (lar)**,** bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayınlanması için dil düzeltmesi yapan yapay zekâ araç/araçlarından faydalanmıştır.

Kaynakça

Aşçıoğlu Önal, A., & Yeşilyaprak, B. (2020). Pozitif Psikolojiye Dayalı Kariyer Danışmanlığı Grup Uygulamasının Etkililiğinin İncelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches, 16*(28), 879-908. https://doi.org/10.26466/opus.666871

Aulthouse, M., Kolbert, J. B., Bundick, M. J. & Crothers, L. M. (2017). Positive psychology and career development. *Journal of School Counseling*, *15*(15), 1-38.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191.

Bozgeyikli, H. (2004). Meslek kararı verme yetkinlik ölçeğinin geliştirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 18*, 221-234.

Bozgeyikli, H. (2008). Mesleki grup rehberliğinin ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinlik düzeylerine etkisi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, *18*, 36-58.

Bozgeyikli, H., Bacanlı, F. & Doğan, H. (2009). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin mesleki karar verme yetkinliklerinin yordayıcılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *21*, 125-136.

Brown, N. W. (1998). *Psychoeducational groups.* Taylor-Francis.

Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. & Köklü, N. (2015). *Sosyal bilimler için istatistik.* Pegem.

Carey, J. C., Dimmitt, C., Hatch, T. A., Lapan, R. T. & Whiston, S. C. (2008). Report of the national panel for evidence-based school counseling: Outcome research coding protocol and evaluation of student success skills and second step. *Professional School Counseling*, *11*(3), 197-206. https://doi.org/10.1177/2156759X080110030

Çoban, A. (2005). Lise son sınıf öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeylerinin yordayıcı bazı değişkenlere göre incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6*(10), 39-54.

Dik, B. J., Duffy, R. D., Allan, B. A., O'Donnell, M. B., Shim, Y., & Steger, M. F. (2015). Purpose and meaning in career development applications. *The Counseling Psychologist, 43*(4), 558-585. https://doi.org/10.1177/0011000014546872

Ergin, D. A., & Akfırat, N. (2013). Eğitsel/mesleki hedef belirleme sürecinde yaratıcı drama ve grupla danışmanın etkililiğinin incelenmesi. *Yaratıcı Drama Dergisi, 8*(15), 48-70.

Gati, I., & Levin, N. (2014). Counseling for career decision-making difficulties: Measures and methods. *The Career Development Quarterly, 62*(2), 98-113.

Ginzberg, E., Ginsburg, S., Axelrad, S. & Herma, J.L. (1951). *Occupational choice: An approach to a general theory.* Columbia University Press.

Gottfredson, L. S. (2002). *Gottfredson's theory of circumscription, compromise, and self-creation.* D. Brown (Ed.). *Career choice and development* içinde. The Jossey-Bass.

Jennings, S. (2010). *Creative drama in groupwork.* Routledge.

Karataş, Z., & Yavuzer, Y. (2009). Yaratıcı drama temelli mesleki grup rehberliğinin lise öğrencilerinin mesleki olgunluk puanlarına etkisi. *Journal of Educational Sciences & Practices*, 8(15), 83-98.

Kasperzack, D., Ernst, A. L., & Pinquart, M. (2014). Ambivalence during and after career decision making of high school graduates. *Journal of Career Assessment, 22*(2), 248–260. https://doi.org/10.1177/1069072713493765

Kuzgun, Y. (2004). *Meslek rehberliği ve danışmanlığına giriş.* Nobel.

Milli Eğitim Bakanlığı (2020). *Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yönetmeliği.* T.C. Resmi Gazete (31213, 14 Ağustos 2020). https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/08/20200814-2.htm

Öksüz, Y., & Karalar, M. (2020). Ortaokul öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinliğinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi, 9*(1), 158-174.

Özgüven, İ. E. (2000). *Çağdaş Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberlik.* Sistem Ofset.

Panc, I. R. (2015). Positive psychology interventions – evidence-based resources for students' career development. *Journal of Educational Sciences & Psychology, 5*(2), 51-61.

Pambudi, A. T., Mulawarman, M., & Japar, M. (2018). Psychoeducational group with modelling technique to improve career adaptability through career decision self-efficacy. *Jurnal Bimbingan Konseling, 8*(1), 20-31.

Peng, H. (2015). Infusing positive psychology with spirituality in a strength-based group career counseling to evaluate college students' state anxiety. *International Journal of Psychological Studies, 7*(1), 75-84. https://doi.org/10.5539/ijps.v7n1p75

Robertson, P. J. (2018). Positive psychology and career development. *British journal of guidance & counselling, 46*(2), 241-254.

Schellenberg, C., Steinebach, C., & Krauss, A. (2022). Empower Peers 4 Careers: Positive Peer Culture to Prepare Adolescents' Career Choices. *Frontiers in Psychology, 13*, 806103.

Sevim, F. (2016). *7. ve 8. sınıf öğrencilerinin meslek kararı verme davranışlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gaziantep Üniversitesi.

Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American psychologist, 60*(5), 410.

Super, D. E. (1953). A theory of vocational development. *American Psychologist, 8*, 185-190.

Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior, 16*(3), 282-298.

Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior, 22*(1), 63–81. https://doi.org/10.1016/0001-8791(83)90006-4

Ulas-Kilic, O., Peila-Shuster, J. J., Demirtas-Zorbaz, S. & Kizildag, S. (2020). Career decision-making self-efficacy of young adolescent students in Turkey. *International Journal of School & Educational Psychology, 8*(sup1), 38-48. https://doi.org/10.1080/21683603.2018.1552220

Yeşilyaprak, B. (2013). *21. yüzyılda eğitimde rehberlik hizmetleri*. Nobel.

Yeşilyaprak, B. (2019). Türkiye'de mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı hizmetleri: güncel durum ve öngörüler. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2*(2), 73-102.

The Effect of Positive Psychology-Based Psychoeducation Program on the Career Decision-Making Competencies of Secondary School Students

Şeyma GÜLDAL, İstanbul 29 Mayıs University, ORCID ID: 0000-0002-6590-9122
Gülçin TAŞKIN, Üsküdar Guidance and Research Center, ORCID ID: 0009-0001-1557-5662

Highlights

- The positive psychology-based psychoeducation program was implemented with 7th-grade students.
- Posttest scores in the experimental group showed a significant increase.
- The program was found to be effective in improving career decision-making competence.

Abstract

This study aims to examine the effect of positive psychology-based psychoeducation programs on the career decision-making efficacy of 7th-grade students. An experimental design with a pretest-posttest control group was used in the research. The study was carried out with students studying in a secondary school in Üsküdar, Istanbul. 12 students who were studying in the 7th grade of a public school in Üsküdar in the 2022-2023 academic year and volunteered to participate in the study participated in the experimental group of the research. The control group consisted of 12 students randomly selected from the same school. The "Career Decision Making Self-Efficacy Scale (CDMSES)" was used as a data collection tool. Eight sessions of group work lasting approximately 40 minutes were applied to the experimental group, while the students in the control group participated in routine classroom guidance activities. Wilcoxon test was used to analyze the difference between pretest and posttest scores of the experimental group. The Mann Whitney-U test was conducted to determine the significance of the difference between the experimental and control groups' pretest and posttest scores. According to the findings of the study, the posttest score of career decision-making self-efficacy of the experimental group increased significantly compared to the control group. Findings show that a positive psychology-based psychoeducation program is effective in increasing middle school students' career decision-making efficacy.

Keywords: Career decision-making self-efficacy, positive psychology, psychoeducation program.

İnönü University
Journal of the Faculty of Education
Vol 26, No 2, 2025
pp. 971-994
DOI
10.17679/inuefd.1581592

Article Type
Research Article

Received
19.11.2024

Accepted
08.07.2025

Suggested Citation

Güldal, Ş., & Taşkın, G. (2025). The effect of positive psychology-based psychoeducation program on the career decision-making competencies of secondary school students, *İnönü University Journal of the Faculty of Education*, *26*(2), 971-994. DOI: 10.17679/inuefd.1581592

1. Introduction

Education is a process designed to enable individuals to acquire the qualities necessary for their holistic development and adaptation to all roles in life (Yeşilyaprak, 2013). In the general objectives of Turkish National Education, guidance and psychological counseling services are described as "raising individuals who know themselves, who can make use of the educational and vocational opportunities offered to them, who can take responsibility, and supporting their social-emotional, academic, and career development so that they can live healthily within society" (Ministry of National Education, 2020). The processes of students recognizing their interests, abilities, values, and personality traits, becoming familiar with occupations, and making connections between their own characteristics and the requirements of those occupations fall under the domain of career development and are included within vocational guidance services provided in schools. One of the most important responsibilities expected from school counselors working in educational institutions in Türkiye is to assist students in making choices, decisions, and necessary preparations regarding their careers (Yeşilyaprak, 2019). Career choice is not a decision made in a short period; rather, it is a process that begins in the preschool years and emerges through the interaction between an individual's perceptions about themselves and occupations, and the conditions they experience (Yeşilyaprak, 2013).

Although the principles of guidance and psychological counseling services remain constant, the needs and developmental characteristics of students at different educational levels are taken into account when determining these services. At the middle school level, the focus of vocational guidance efforts is to help students become more familiar with themselves and various occupations, recognize their strengths and weaknesses, and align themselves with higher educational institutions that align with their career goals (Yeşilyaprak, 2013). However, career choice is a complex decision-making behavior influenced by various psychological and social factors (Kuzgun, 2004). In current practice in Türkiye, vocational guidance is considered part of the career development domain. This domain aims to help individuals "recognize their interests, abilities, values, and personality traits; become aware of vocational options; make connections between the qualifications required by occupations and their characteristics; develop positive attitudes toward occupations; gain career awareness; understand the relationship between work life and education; and grasp the importance of lifelong learning in career development" (Ministry of National Education Regulation on Guidance and Psychological Counseling Services, 2020). In the Turkish education system, students make their first career-related choice after 8th grade through the High School Entrance Examination. Choosing among various types of high schools largely determines the student's subsequent educational path and career options (Ulas-Kilic et al., 2020). From the perspective of the career development process, the middle school period is when students begin to acquire more detailed knowledge about the common and distinct characteristics of individuals and occupations and start adopting certain professions as potential career goals (Özgüven, 2000). Therefore, the knowledge and skills students gain during this period in self-understanding and occupational exploration are crucial for the decisions they will make in the future.

As in many areas of life, self-efficacy plays a significant role in an individual's career development process and career choice. Bandura (1977) defines self-efficacy as individuals' beliefs in their capabilities to successfully perform the behaviors necessary to produce specific outcomes, and he argues that these beliefs directly influence their behaviors. The concept of "career decision-making self-efficacy," which reflects self-efficacy in the career domain, refers to an individual's beliefs about their abilities to make career-related decisions (Taylor & Betz, 1983). Factors such as gender, grade level, parents' education level, parental attitudes during the career choice process, and perceived academic achievement play a role in middle school

students' career decision-making self-efficacy (Bozgeyikli et al., 2009; Öksüz & Karalar, 2020; Sevim, 2016).

It has been suggested that students with higher career self-efficacy are better at career planning (Pambudi et al., 2018). Individuals with higher levels of self-efficacy tend to feel more competent in making career-related decisions and have lower levels of indecision (Kasperzack et al., 2014). Considering that career development is a dynamic process that begins in childhood and continues throughout life (Ginzberg et al., 1951; Gottfredson, 2002; Super, 1953), it is important to support adolescents' career self-efficacy even at the middle school level to enable successful career planning.

Positive psychology offers school counselors a comprehensive body of literature for designing development-focused interventions and contributes to the development of evidence-based approaches in school counseling (Carey et al., 2008). The positive psychology approach holds significant potential for supporting students' career development in schools. Its emphasis on building strengths is consistent with the developmental guidance perspective in schools and provides a framework for the holistic development of students. Helping students recognize their strengths, increase positive emotions and flow experiences, and approach the future with hope can assist them in realizing that they have substantial control over their academic performance (Aulthouse et al., 2017). Furthermore, recognizing personal values and charting a path in light of one's life meaning and purpose play an important role in achieving a fulfilling career (Dik et al., 2014). Recent studies have demonstrated the effectiveness of group-based career and vocational guidance practices adopting a positive psychology approach. Aşçıoğlu-Önal and Yeşilyaprak (2020) implemented a positive psychology-based career counseling group with university students, finding increases in participants' career optimism and improvements in goal-setting skills. Schellenberg et al. (2022) examined the "Positive Peer Culture" approach, which emphasizes peer support and mutual assistance, as a group intervention to prepare adolescents for career choices. This approach not only addressed career-related challenges but also supported participants' psychological resilience. Highlighting purposeful and meaningful living, Peng (2015) integrated a spiritual dimension into positive psychology in a strengths-focused group career counseling program, which contributed to lowering participants' anxiety levels. Overall, current findings underscore the potential of positive psychology-based group interventions to enhance career development (Panc, 2015).

This study was designed by adopting a positive psychology approach to support students in discovering their strengths, values, and flow experiences. It is believed that integrating findings from positive psychology research into vocational guidance and career development practices in schools will make a significant contribution to evidence-based practice. Within this framework, the aim of the study is to examine the effect of a vocational group guidance program based on the positive psychology approach on the career decision-making self-efficacy of 7th-grade middle school students. It is expected that students participating in the vocational group guidance program will show an increase in their career decision-making self-efficacy levels. The hypotheses of the study are stated below:

- **H0 Hypothesis:** There is no significant difference between the pre-test scores of the experimental and control groups.
- **H1 Hypothesis:** After the implementation of the positive psychology-based vocational group guidance program, the post-test CDMSES scores of the experimental group will be significantly higher than their pre-test scores.
- **H2 Hypothesis:** After the implementation of the positive psychology-based vocational group guidance program, there will be a significant difference between the post-test

CDMSES scores of the experimental and control groups in favor of the experimental group.

- **H3 Hypothesis:** There is no significant difference between the pre-test and post-test CDMSES scores of the control group.

2. Method

The present study employed a pretest–posttest control group experimental design to examine the effect of a positive psychology-based vocational group guidance program on the career decision-making levels of 7th-grade middle school students. The experimental group participated in an eight-week program, with one 40-minute session conducted each week. The control group continued with their regular classroom guidance activities for 7th graders. The independent variable was the positive psychology-based vocational group guidance program, and the dependent variable was students' career decision-making levels.

2.1. Participants

The experimental group consisted of 12 students (5 boys, 7 girls) enrolled in the 7th grade at a public school in Üsküdar during the 2022–2023 academic year, who volunteered to participate. The control group was composed of 12 students (5 boys, 7 girls) randomly selected from the same school.

2.2. Instruments

Career Decision-Making Self-Efficacy Scale (CDMSES): Developed by Bozgeyikli (2004), the CDMSES measures middle school students' perceived competence in making career decisions. Grounded in social cognitive career theory and self-efficacy theory, the scale consists of 27 items rated on a 5-point Likert scale, with three subscales: Accurately Assessing Individual and Vocational Characteristics (AIVC; 11 items), Gathering Vocational Information (GVI; 8 items), and Making Realistic Plans (MRP; 8 items). It can be administered individually or in groups, with possible scores ranging from 34 to 135. Validity and reliability studies, conducted with 480 8th-grade students, yielded internal consistency coefficients ranging from .81 to .89 for the subscales and test–retest reliability coefficients between .68 and .79. Item–total correlations ranged from .45 to .64. Factor analysis supported the theoretical premise that career decision-making competence comprises distinct but related skill domains.

2.3. Procedure

The study was conducted at a public school in Üsküdar, Türkiye. Following an announcement to all 7th-grade students, 12 volunteers were assigned to the experimental group. Both student and parental consent were obtained. The control group, also comprising 12 students, participated in routine classroom guidance activities. The intervention spanned eight weeks, with each session lasting 40 minutes, and was facilitated by the school counselor. The CDMSES was administered to both groups prior to the intervention and again at its conclusion. Sessions were conducted during the first semester of the 2022–2023 academic year.

Psychoeducational groups, which integrate educational, skills-based, and goal-oriented activities, are considered an effective method for providing adolescents with knowledge, skills, understanding, guidance, and support (Brown, 1988). The vocational guidance program in this study was designed using a positive psychology framework. The program's objectives were to help participants identify their personal strengths (Session 2), clarify their values (Session 3), recognize flow experiences (Session 4), and increase awareness of purposeful and meaningful living (Session 5), with an emphasis on incorporating these insights into career planning (Sessions 6 and 7) (Robertson, 2018). In light of participants' developmental levels and the effectiveness of selected methods, creative drama techniques—such as role-play and

movement activities—were incorporated (Ergin & Akfırat, 2013; Jennings, 2010; Karataş & Yavuzer, 2009).

The program content was informed by a review of existing school-based interventions grounded in positive psychology, focusing on those with empirical support for effectiveness. All activities were reviewed for cultural and age appropriateness by two experts in school counseling before finalization. Homework assignments were included to reinforce learning and enhance intervention impact. Detailed information on session objectives, content, and activities is presented in Table 1.

Table 1.
Sessions of the Positive Psychology-Based Career Group Guidance Program

Session	Objective	Implementation	Homework
1st session	Introduction, presenting the program, establishing group rules.	1. Warm-up Activity: Name Chain + Adjective + Movement 2. Setting Group Rules:Creating a group contract and group logo 3. Intention Letter Activity 4. Evaluation: Object-Based Evaluation	
2nd session	Increasing awareness of oneself and one's emotions, and expressing them within the group.	1. Warm-up Activity: Hot Potato 2."Hands in the Air" Activity 3.Introductory Video 4.Evaluation: Post-it Notes	
3rd session	Recognizing one's values based on past experiences.	1. Warm-up Activity: "I Am Here, Where Is He/She?" 2.Counting Game 3.Looking to the Future: Guided Visualization to Imagine the Future and Creating a Movie Title 4.Evaluation: Photo Moment	
4th session	Creating a life vision.	1. Warm-up Activity: Ordering Game 2.Flow Activity 3.Evaluation: Describing Traits with Numbers	Personal Logo Design

5th session	Developing an imagination for the future.	1. Warm-up Activity: Hand Weaving 2.Drawing a Safe Place 3.Evaluation: Oral Feedback	Researching Occupations
6th session	Considering high school education and professions, identifying suitable alternatives.	1. Warm-up Activity: Anxiety Scale (0–10) 2.High Schools 3.Professions Mandala 4.Evaluation: Oral Feedback	
7th session	Setting realistic personal goals and creating a future action plan.	1. Warm-up Activity: Change Your Emotion 2.Creating a Monthly Action Plan 3.Creating an Annual Action Plan 4.Evaluation: Post-it Notes	
8th session	Evaluation, administration of the post-test, termination.	1. Warm-up Activity: Love Bombardment 2.Writing Intention Letters 3.Reviewing Together with Previous Intention Letters 3.Administering Post-tests 4.Evaluation: Oral Feedback	

2.4. Data Analysis

To examine the effectiveness of the implemented psychoeducational program, the data obtained from the pre-test and post-test scores of the experimental and control groups were analyzed using SPSS 29. To investigate the differences between the post-test and pre-test scores of the experimental group on the CDMSES, the Wilcoxon Signed-Rank Test for Related Samples was conducted. To determine the difference between the post-test scores of the experimental and control groups, the Mann-Whitney U Test was used.

Büyüköztürk et al. (2015) recommend using the Wilcoxon Signed-Rank Test when data are not normally distributed and the sample size is small, for testing the difference between two measurements obtained from the same group; and using the Mann-Whitney U Test to examine differences between two independent measurements. In line with these recommendations, these tests were employed in the present study.

3. Results

This section presents the findings obtained from data analyses conducted in accordance with the research hypotheses. Data obtained using the Career Decision-Making Competence Scale as a pretest and posttest were analyzed to examine the difference between the pretest and posttest scores of the experimental group, the lack of difference between the pretest and posttest scores of the control group, and the difference between the posttest scores of the experimental group and the control group.

First, the Mann Whitney-U test was conducted to determine whether there was a significant difference between the Career Decision-Making Competence Scale (CDMES) pretest scores of the experimental and control group participants. Table 2 presents the relevant findings.

Table 2.

Results of the Mann Whitney-U Test Analysis of the CDMES Pretest Scores of the Experimental and Control Groups

Score	Group	*N*	Mean Rank	Sum of Ranks	*U*	*z*	*p*
Career Decision-Making Competence Scale	Experimental	12	14.00	168.00	54.000	-1.041	.298
	Control	12	11.00	132.00			
	Total	24					

As shown in Table 2, the Mann Whitney-U analysis revealed that the differences between the mean ranks of the pretest scores on the Career Decision-Making Competence Scale for the experimental and control groups were not statistically significant (z= -1.041; p> .05). The results indicated that the participants in the experimental and control groups had similar levels of career decision-making competence.

The first hypothesis of the study was that the posttest scores on the Career Decision-Making Competence Scale for the experimental group would increase significantly compared to their pretest scores. This hypothesis was evaluated using the Wilcoxon test, and the findings are presented in Table 3.

Table 3.

Wilcoxon Test Analysis Results of the Pretest and Posttest Scores on the CDMES Pretest and Posttest Scores of the Experimental Group

Score	Group	*N*	Mean Rank	Sum of Ranks	*z*	*p*
Career Decision-Making Competence Scale	Negative Ranks	3	4.67	14.00	-1.970	.049
	Positive Ranks	9	7.11	64.00		
	Ties	0				
	Total	12				

As seen in Table 3, according to the Wilcoxon test results, the difference between the mean ranks of the pretest and posttest scores of the experimental group on the CDMES was found to be significant in favor of the posttest (z= -1.970; p<0.05). In other words, the career decision-making competencies of the 7th-grade students who participated in the positive psychology-based vocational group guidance program increased significantly.

The other hypothesis of the study was that the posttest scores of the experimental group on the CDMES would increase significantly compared to the posttest scores of the control group. A Mann Whitney U test was conducted to test this hypothesis, and the findings are presented in Table 4.

Table 4.

Results of the Mann Whitney-U Test Analysis of the CDMES *Posttest Scores of the Experimental and Control Groups*

Score	Group	*N*	Mean Rank	Sum of Ranks	*U*	*z*	*p*
Career Decision-Making Competence Scale	Experimental	2	16.13	193.50	28.500	-2.515	.012
	Control	2	8.88	106.50			
	Total	4					

As shown in Table 4, the Mann Whitney-U analysis revealed statistically significant differences between the mean ranks of the CDMES posttest scores of the experimental and control groups (z= -2.515; p< .05). Accordingly, the career decision-making competence levels of the participants in the experimental group increased significantly compared to those in the control group.

Finally, the hypothesis that the CDMES posttest scores of the control group would not differ significantly from the pretest scores was tested with Wilcoxon analysis. The findings are presented in Table 5.

Table 5.

Wilcoxon Test Analysis Results of the CDMES *Pretest-Posttest Scores of the Control Group*

Score	Group	*N*	Mean Rank	Sum of Ranks	*z*	*p*
Career Decision-Making Competence Scale	Negative Ranks	6	7.17	43.00	-.315	.753
	Positive Ranks	6	5.83	35.00		
	Ties	0				
	Total	12				

As indicated in Table 5, the Wilcoxon test results indicated that the difference between the mean ranks of the control group's pretest and posttest scores on the CDMES was not significant (z= -0.315; p>0.05). In other words, there was no significant difference in the career decision-making competencies of 7th-grade students who did not participate in the positive psychology-based vocational group guidance study.

4. Discussion, Conclusion and Recommendations

This study examined the impact of a positive psychology-based psychoeducation program on the career decision-making competencies of 7th-grade middle school students. Initially, the career decision-making competency levels of the experimental and control groups were compared, revealing no significant difference between the groups. Based on the study's hypotheses, it was anticipated that the career decision-making levels of students participating in the psychoeducation program would significantly increase. While the control group

participated in routine classroom guidance activities, the findings indicated that the positive psychology-based psychoeducation program enhanced the career decision-making competencies of 7th-grade students. This improvement was greater in the experimental group compared to the control group supports the conclusion that the psychoeducation program was effective in enhancing career decision-making skills.

Bozgeyikli (2008) found that, following a 14-session career guidance intervention with 8th-grade students, there was a significant improvement in the accurate assessment of individual and vocational characteristics, gathering information about professions, and realistic planning skills—findings that support the enhancement of students' career decision-making competencies. Similarly, Seçer et al. (2013) reported the effectiveness of an eight-session group guidance program aimed at improving the vocational competencies of 8th-grade students. This study shares similarities in being conducted with middle school students; however, it differs in that it was implemented with 7th-grade students who had not yet fully focused on exam preparation and were still in the process of exploring professions, rather than with 8th-grade students preparing for high school entrance exams. Considering the need to improve the vocational maturity levels of high school students (Çoban, 2005), it is deemed important to support the career development of students as early as middle school.

Furthermore, in line with the principles of the Ministry of National Education regarding guidance and psychological counseling services (Ministry of National Education Regulation on Guidance and Psychological Counseling Services, 2020), integrating research findings into career guidance and career development practices in schools is considered essential for evidence-based practice and accountability. The group sessions in this study also incorporated creative drama techniques, such as role-playing and movement-based activities, to achieve session objectives. Previous studies showed that creative drama applications conducted in groups are effective in enhancing students' perceived self-efficacy in career goal-setting and in promoting vocational maturity (Ergin & Akfırat, 2013; Karataş & Yavuzer, 2009).

Adolescence is a developmental stage in which social support, self-confidence, and positive self-perception play a critical role in career decision-making processes (Gati & Levin, 2014; Super, 1980). Positive psychology-based group interventions focus on individuals' strengths, thereby supporting self-efficacy beliefs and self-worth, and in turn, improving competencies related to career decision-making (Seligman et al., 2005). In this regard, the findings of the present study are consistent with the literature suggesting that positive psychology-based interventions help individuals make more informed and self-assured choices in their career orientations, thus positively contributing to youth career development.

At the middle school level, it is important to plan and implement activities in the career development domain that aim to increase students' career awareness and enrich their career experiences (Sevim, 2016). Based on the results of this study, the positive psychology-based psychoeducation program can be utilized by school counselors to support career decision-making competencies among middle school students experiencing career indecision. However, considering the limitation that the study was conducted with only 24 students in a single public school in Üsküdar, it is recommended that future research replicate the program with larger samples to improve generalizability.

Drawing from these findings, future studies could test the program's effectiveness with different age groups and evaluate its long-term effects by tracking its contribution to students' career decision-making processes in subsequent years. Moreover, comparative studies could be conducted with programs designed using different theoretical approaches. School pychological counselors may adapt the program to various student groups, integrate it into career development activities, and design interventions in which teachers and parents are also

involved to provide students with more comprehensive support during the career decision-making process.

In conclusion, the findings of this study support the effectiveness of positive psychology-based interventions in enhancing career decision-making competencies, particularly among younger age groups. In this context, it is recommended that educators, school counselors, and guidance professionals integrate the principles of positive psychology into their career guidance practices.

Ethics Committee Approval : Ethical permission (number 2022/12-7) was received for this research from the Scientific Research and Publication Ethics Committee of İstanbul 29 Mayıs University on December 5, 2022.

Peer-review: Externally peer-review.

Author Contributions: The authors contributed equally to the research, authorship, and publication of this article.

Conflict of Interest: The authors declare no potential conflicts of interest related to the research, authorship and publication of this article.

Financial Disclosure: The authors has received no financial support for the research, authorship and publication of this article.

Notice of Use of Artificial Intelligence: The authors utilised language check artificial intelligence tool for the publication of this article.

References

Aşçıoğlu Önal, A., & Yeşilyaprak, B. (2020). Pozitif Psikolojiye Dayalı Kariyer Danışmanlığı Grup Uygulamasının Etkililiğinin İncelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches, 16*(28), 879-908. https://doi.org/10.26466/opus.666871

Aulthouse, M., Kolbert, J. B., Bundick, M. J. & Crothers, L. M. (2017). Positive psychology and career development. *Journal of School Counseling*, *15*(15), 1-38.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191.

Bozgeyikli, H. (2004). Meslek kararı verme yetkinlik ölçeğinin geliştirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 18*, 221-234.

Bozgeyikli, H. (2008). Mesleki grup rehberliğinin ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinlik düzeylerine etkisi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, *18*, 36-58.

Bozgeyikli, H., Bacanlı, F. & Doğan, H. (2009). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin mesleki karar verme yetkinliklerinin yordayıcılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *21*, 125-136.

Brown, N. W. (1998). *Psychoeducational groups.* Taylor-Francis.

Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. & Köklü, N. (2015). *Sosyal bilimler için istatistik.* Pegem.

Carey, J. C., Dimmitt, C., Hatch, T. A., Lapan, R. T. & Whiston, S. C. (2008). Report of the national panel for evidence-based school counseling: Outcome research coding protocol and evaluation of student success skills and second step. *Professional School Counseling*, *11*(3), 197-206. https://doi.org/10.1177/2156759X080110030

Çoban, A. (2005). Lise son sınıf öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeylerinin yordayıcı bazı değişkenlere göre incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 6*(10), 39-54.

Dik, B. J., Duffy, R. D., Allan, B. A., O'Donnell, M. B., Shim, Y., & Steger, M. F. (2015). Purpose and meaning in career development applications. *The Counseling Psychologist, 43*(4), 558-585. https://doi.org/10.1177/0011000014546872

Ergin, D. A., & Akfırat, N. (2013). Eğitsel/mesleki hedef belirleme sürecinde yaratıcı drama ve grupla danışmanın etkililiğinin incelenmesi. *Yaratıcı Drama Dergisi, 8*(15), 48-70.

Gati, I., & Levin, N. (2014). Counseling for career decision-making difficulties: Measures and methods. *The Career Development Quarterly, 62*(2), 98-113.

Ginzberg, E., Ginsburg, S., Axelrad, S. & Herma, J.L. (1951). *Occupational choice: An approach to a general theory.* Columbia University Press.

Gottfredson, L. S. (2002). *Gottfredson's theory of circumscription, compromise, and self-creation.* D. Brown (Ed.). In *Career choice and development*. The Jossey-Bass.

Jennings, S. (2010). *Creative drama in groupwork.* Routledge.

Karataş, Z., & Yavuzer, Y. (2009). Yaratıcı drama temelli mesleki grup rehberliğinin lise öğrencilerinin mesleki olgunluk puanlarına etkisi. *Journal of Educational Sciences & Practices*, 8(15), 83-98.

Kasperzack, D., Ernst, A. L., & Pinquart, M. (2014). Ambivalence during and after career decision making of high school graduates. *Journal of Career Assessment, 22*(2), 248–260. https://doi.org/10.1177/1069072713493765

Kuzgun, Y. (2004). *Meslek rehberliği ve danışmanlığına giriş.* Nobel.

Milli Eğitim Bakanlığı (2020). *Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yönetmeliği.* T.C. Resmi Gazete (31213, 14 Ağustos 2020). https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/08/20200814-2.htm

Öksüz, Y., & Karalar, M. (2020). Ortaokul öğrencilerinin meslek kararı verme yetkinliğinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi, 9*(1), 158-174.

Özgüven, İ. E. (2000). *Çağdaş Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberlik.* Sistem Ofset.

Panc, I. R. (2015). Positive psychology interventions – evidence-based resources for students' career development. *Journal of Educational Sciences & Psychology, 5*(2), 51-61.

Pambudi, A. T., Mulawarman, M., & Japar, M. (2018). Psychoeducational group with modelling technique to improve career adaptability through career decision self-efficacy. *Jurnal Bimbingan Konseling, 8*(1), 20-31.

Peng, H. (2015). Infusing positive psychology with spirituality in a strength-based group career counseling to evaluate college students' state anxiety. *International Journal of Psychological Studies, 7*(1), 75-84. https://doi.org/10.5539/ijps.v7n1p75

Robertson, P. J. (2018). Positive psychology and career development. *British journal of guidance & counselling, 46*(2), 241-254.

Schellenberg, C., Steinebach, C., & Krauss, A. (2022). Empower Peers 4 Careers: Positive Peer Culture to Prepare Adolescents' Career Choices. *Frontiers in Psychology, 13*, 806103.

Sevim, F. (2016). *7. ve 8. sınıf öğrencilerinin meslek kararı verme davranışlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. [Master thesis, Gaziantep University].

Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American psychologist, 60*(5), 410.

Super, D. E. (1953). A theory of vocational development. *American Psychologist, 8*, 185-190.

Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior, 16*(3), 282-298.

Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior, 22*(1), 63–81. https://doi.org/10.1016/0001-8791(83)90006-4

Ulas-Kilic, O., Peila-Shuster, J. J., Demirtas-Zorbaz, S. & Kizildag, S. (2020). Career decision-making self-efficacy of young adolescent students in Turkey. *International Journal of School & Educational Psychology, 8*(sup1), 38-48. https://doi.org/10.1080/21683603.2018.1552220

Yeşilyaprak, B. (2013). *21. yüzyılda eğitimde rehberlik hizmetleri*. Nobel.

Yeşilyaprak, B. (2019). Türkiye'de mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı hizmetleri: güncel durum ve öngörüler. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2*(2), 73-102.

İletişim/Correspondence
Dr. Öğr. Üyesi Şeyma GÜLDAL
sguldal@29mayis.edu.tr

Psikolojik Danışman Gülçin TAŞKIN
tskngulcin@gmail.com