



**T.C.  
GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK  
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**LEVİNSON'UN KURAMI AÇISINDAN İLK YETİŞKİNLİK  
DÖNEMİNDEKİ BİREYLERİN YAŞAM YAPILARININ  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Yahya AKTU**

**TOKAT  
Eylül, 2015**



**T.C.  
GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK  
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**LEVİNSON'UN KURAMI AÇISINDAN İLK YETİŞKİNLİK  
DÖNEMİNDEKİ BİREYLERİN YAŞAM YAPILARININ  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Yahya AKTU**

**Danışman: Doç. Dr. Tahsin İLHAN**

**TOKAT  
Eylül, 2015**

## ETİK SÖZLEŞME

Bu belge ile bu tezdeki bütün bilgi toplama ve raporlaştırma sürecinin Gaiosmanpaşa Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğine, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kılavuzuna genel akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak gerçekleştirildiğini; bu tez çalışmasını "intihali engelleme" programı ile taradığımı, bana ait olmayan tüm bilgi, düşünce ve bulgulara atıf yaptığımı ve kaynağını gösterdiğimi beyan eder, sorumluluğun tarafıma ait olduğunu kabul ederim.

Tarih:../.../2015

Yahya AKTU

İMZA

## Jüri Üyelerinin İmza Sayfası

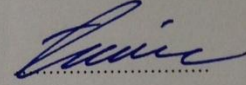
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Yahya AKTU'nun Levinson'un Kuramı Açısından İlk Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerin Yaşam Yapılarının İncelenmesi adlı çalışması 18/09/2015 tarihinde jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı'nda yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

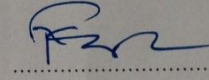
Adı Soyadı

İmza

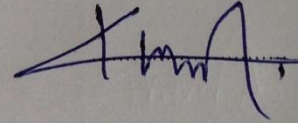
Başkan (Tez Danışmanı): Doç. Dr. Tahsin İLHAN



Üye: Yrd. Doç. Dr. Fatih KAYA



Üye : Yrd. Doç. Dr. Kemal BAYTEMİR



Onay

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

18/09/2015

Doç. Dr. Adem İŞCAN

Enstitü Müdürü

## ÖNSÖZ

Yaşam, deneyimlerin ve becerilerin kazanıldığı zorlu bir süreçtir. Yaşamın en doyurucu ve zahmetli yıllarını oluşturan ilk yetişkinlik dönemi, insana birçok olanaklar tanımaktadır. Yaşamı anlama ve anlamlandırma sürecinde olan ilk yetişkinlik dönemindeki birey bu olanakları değerlendirmeye, daha farklı tercihlerde bulunmaya yönelebilmektedir. Sözü edilen dönemde bireylerin bireysel olarak yöneldikleri bu durumların, yaşamlarındaki değişimlerin nedeni araştırmacı tarafından merak edilmiştir. Bu durum tez danışmanıya paylaşılmış ve araştırma sorusu derinleştirilmiştir. Daha sonra buna ilişkin olarak düşünülen Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramı bağlamında bu araştırma gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda bu çalışmanın yerel alanyazına biraz da olsa katkıda bulunabileceği ihtimali ve ilk yetişkin bireylerin yaşamlarının daha iyi anlaşılmasına bir nebze de olsa yardım edebileceği düşüncesi araştırmacıyı sevindirmektedir.

Levinson'un deyimiyile 30 yaş geçişinde olan araştırmacı, tanıştığı ilk günden bu yana gelişimi için araştırmacının potansiyelini zorlayan, önyargılarını yıkan, yüksek lisans ders ve tez dönemi boyunca bir bebeği yaşama bağlar gibi elinden tutan, yüreklendiren ve gece gündüz yardımını esirgemeyen Doç. Dr. Tahsin İLHAN'a müteşekkirdir. Akademik birikimi, alçak gönüllülüğü, kişiliği ile örnek olan Prof. Dr. Recep KOÇAK'a, araştırmacıyı yüreklendiren Doç. Dr. Gülşah BAŞOL'a, değerli vakitlerini ayırarak araştırmacının tezini inceleyip değerlendiren jüri üyeleri Yrd. Doç. Dr. Fatih KAYA'ya ve Yrd. Doç. Dr. Kemal BAYTEMİR'e teşekkürlerini sunmaktadır. Nitel araştırmalarla ilgili derin fikirlerini paylaşan Doç. Dr. Mustafa ÇAKIR'a, Nvivo programını öğrenmeye yönelten Yrd. Doç. Dr. Sibel ŞENTÜRK'e, araştırmacıyı çalışmaya güdüleyen meslektaşları ve sınıf arkadaşları olan Yahya ŞAHİN'e ve Enes RAHAT'a, mesai arkadaşı Bedrettin VAROL'a, tezi anlam bakımından gözden geçiren Yrd. Doç. Dr. Şahap BULAK'a teşekkür etmektedir. Araştırmacı kendisini bu günlere getiren tüm fedakar öğretmenlerine teşekkürü bir borç bilmektedir.

Son olarak, araştırmacı kendisini okuma aşkıyla tanıştıran annesi Gül'e, desteğini esirgemeyen babası Mustafa'ya, zor zamanlarında yaşama daha sıkı bağlamaya çalışan eşi Vildan'a, yaşamı daha anlamlı ve renkli kılan çocukları Mustafa Yasin ve Muhammet Salih'e, bu süreçte araştırmacıyı destekleyen tüm dost ve akrabalarına muhabbetlerini sunar.

## ÖZET

### LEVİNSON'UN KURAMI AÇISINDAN İLK YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDEKİ BİREYLERİN YAŞAM YAPILARININ İNCELENMESİ

AKTU, Yahya

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Tahsin İLHAN

Eylül 2015, xi + 90 sayfa

İlk yetişkinlik, alanyazında yaşam boyu gelişim çerçevesinde ele alınan önemli dönüm noktalarından biridir. İlk yetişkinlik dönemi, psikolojik olarak yaşamın en doyumlu ve bir o kadar da yıpratıcı yıllarını oluşturmaktadır. Öteden beri ilk yetişkinliği açıklamaya çalışan kuramların evrenselliği tartışılmaktadır. Bu açıdan, Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramı ile ilgili farklı kültürleri ve bireysel farklılıkları gözeterek çalışmaların yapılması gerektiği önerilmektedir. Bu noktadan hareketle bu araştırmanın amacı, Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramına göre ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam yapılarını, yaşam akışlarını ve yaşam döngülerini incelemektir.

Nitel desende olan bu araştırma olgu bilim (fenomenolojik) yaklaşımına dayanmaktadır. Çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme ile belirlenmiştir. Çalışma grubu Türkiye'nin yedi farklı coğrafik bölgesinde yaşayan ilk yetişkinlik dönemindeki 28 bireyden oluşmaktadır. Verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından geliştirilen Bireysel Yaşam Yapısını Değerlendirme Formu (Yarı-yapılandırılmış görüşme formu) kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde ise, bilgisayar destekli nitel veri analizi programından (NVivo) yararlanılmış ve içerik analizi yöntemi kullanılarak veriler analiz edilmiştir.

Bu çalışmada yapılan içerik analizi sonucunda, *yaşam yapısı*, *yaşam akışı* ve *yaşam döngüsü* kategorilerine bağlı olarak dört tema ve bu temalara ait on dört alt tema elde edilmiştir. Yaşam yapısı kategorisinin altında benlik tasarımı ve sosyal ilişkiler temaları; yaşam akışı kategorisi altında öznel yaşantı teması ve yaşam döngüsü kategorisi altında genel yaşantı teması yer almıştır. Araştırma sonuçları, katılımcıların yaşamlarının bir geçiş döneminde (28-33 ve 40-45 yaş) var olan yaşam yapılarını değiştirme ve bir yerleşik dönemde (34-39 yaş) ise var olan yaşam yapılarını koruma görevini yerine getirdiklerini göstermektedir. Bir geçiş döneminde olan katılımcılar değişim odaklı ve bir yerleşik dönemde olan katılımcılar istikrar odaklı metafor

kurdukları görölmektedir. Katılımcılar yaşam yapılarının merkezinde ailenin olduğunu düşünmektedirler. Katılımcıların yaşam akışlarındaki evlilik ve meslek yaşamlarında kriz yaşadıkları; krizle başa çıkma yöntemi olarak ise, problem odaklı krizle başa çıkma yöntemlerini denedikleri sonucuna ulaşılmaktadır. Katılımcıların yaşam döngülerinde aile kurmanın ve çocukların aileye dâhil olmasının birer dönüm noktası olarak gördükleri bulunmuştur.

**Anahtar Sözcükler:** Levinson'un Yaşam Yapısı Kuramı, Yaşam Yapısı, Yaşam Akışı, Yaşam Döngüsü, İlk Yetişkinlik

## **ABSTRACT**

### **EXAMINING LIFE STRUCTURES OF INDIVIDUALS IN EARLY ADULTHOOD PERIOD BASED ON LEVINSON'S THEORY**

AKTU, Yahya

MA, Department of Psychological Counseling and Guidance

Advisor: Associated Professor Dr. Tahsin ILHAN

September 2015, XI + 90 pages

Early adulthood is one of the important defining periods considered within life-long development in the relevant literature. Early adulthood period consists of psychologically the most satisfying as well as turbulent years of one's life. Universality of theories explaining early adulthood has long been discussed. In this respect, studies to be conducted on various cultures and individual differences relevant to Levinson's theory of individual life structure are recommended for consideration. Based on these, the purpose of current research is to study life structures, life course, and life cycles of individuals in the early adulthood period, regarding Levinson's theory of individual life structure.

The current study in qualitative design is based on a phenomenology approach. Participants have been selected via maximum variety sampling, a purposive sampling method. Participants consist of 28 early adults living in seven different geographical regions in Turkey. Individual Life Structure Evaluation Form (semi-structured interview form) developed by the researcher was used to collect data. To analyze the data, a computer-supported qualitative data analysis software (NVivo) was used and data were analyzed through content-analysis method.

Via the content analysis, four themes based on *life structure*, *life course*, and *life cycle* categories and fourteen sub-themes belonging to these categories were obtained. Self-concept and social relationships themes under life structure category; subjective living theme under life course category; and overall living theme under life cycle category were included. Research results show that participants perform the tasks of changing their current life structures during a transition period (28-33 and 40-45) and preserving their current life structures during a settled period (34-39) in their lives. It is observed that participants in a transition period make up metaphors focused on change and those in a settled period do so focusing on stability. Participants consider family in



the center of their lives. It is concluded that participants experience crisis in their marriages and professional life within life course and they try problem-based coping methods to solve their crisis. It was found that participants considered starting a family and children included in the family as turning-points within their life cycles.

**Key Words:** Levinson's Theory of Life Structure, Life Structure, Life Course, Life Cycle, Early Adulthood

# İÇİNDEKİLER

ETİK SÖZLEŞME.....	İ
JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI.....	İİ
ÖNSÖZ.....	İİİ
ÖZET.....	İV
ABSTRACT.....	VI
İÇİNDEKİLER.....	Vİİİ
TABLolar LİSTESİ.....	X
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	Xİ
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
Problem Durumu.....	1
Araştırmanın Amacı.....	4
Araştırmanın Önemi.....	6
Sayıltı.....	8
Sınırlılıklar.....	8
Tanımlar.....	9
Kısaltmalar.....	9
BÖLÜM II.....	10
KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	10
Yetişkinlik.....	10
Yetişkinlik Kuramları.....	11
Bühler'in İnsan Yaşamının Akışı Kuramı.....	12
Gould'un Dönüşümler Kuramı.....	13
Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı.....	15
Levinson'un Yaşam Yapısı Kuramı.....	17
İlk Yetişkinlikte Gelişim.....	24
İlk Yetişkinlikte Psikososyal Gelişim.....	24
İlk Yetişkinlikte Kişilik Gelişimi.....	29
İlk Yetişkinlikte Yaşam Yapısı, Yaşam Akışı ve Yaşam Döngüsü.....	30
İlgili Araştırmalar.....	34
BÖLÜM III.....	41
YÖNTEM.....	41
Araştırma Modeli.....	41

Çalışma Grubu .....	41
Veri Toplama Aracı .....	44
Veri Toplama Süreci .....	44
Araştırmada Yapılan Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları .....	45
Araştırmada Alınan Etik Önlemler .....	47
Araştırmacının Pozisyonu .....	48
Verilerin Çözümlemesi .....	49
BÖLÜM IV .....	51
BULGULAR .....	51
Yaşam Yapısı Kategorisine İlişkin Bulgular .....	52
Benlik Tasarımı Temasına İlişkin Bulgular .....	52
Sosyal İlişkiler Temasına İlişkin Bulgular .....	54
Yaşam Akışı Kategorisine İlişkin Bulgular .....	56
Öznel Yaşantı Temasına İlişkin Bulgular .....	56
Yaşam Döngüsü Kategorisine İlişkin Bulgular .....	57
Genel Yaşantı Temasına İlişkin Bulgular .....	58
BÖLÜM V .....	60
TARTIŞMA .....	60
Yaşam Yapısı .....	60
Benlik Tasarımı .....	60
Sosyal İlişkiler .....	63
Yaşam Akışı .....	66
Öznel Yaşantı .....	66
Yaşam Döngüsü .....	68
Genel Yaşantı .....	68
BÖLÜM VI .....	71
SONUÇ VE ÖNERİLER .....	71
Sonuçlar .....	71
Öneriler .....	73
KAYNAKÇA .....	76
EKLER .....	87

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Böhler'in İnsan Gelişimi Dönemleri.....	12
Tablo 2. Gould'un Yetişkin Gelişimi Dönemleri.....	14
Tablo 3. Erikson'un Psikososyal Gelişim Dönemleri.....	15
Tablo 4. Levinson'un Yetişkin Gelişimi Dönemleri.....	20
Tablo 5. Katılımcıların Çeşitli Özelliklere Göre Dağılımı.....	42
Tablo 6. Kategori, Tema ve Alt Temalar.....	51

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Yaşam Yapısının Öğeleri.....	21
Şekil 2. Yapı-kurma ve Yapı-değiştirme Sırası.....	23
Şekil 3. İlk Yetişkinliğin Evreleri.....	32
Şekil 4. Benlik Tasarımı Teması.....	52
Şekil 5. Sosyal İlişkiler Teması.....	54
Şekil 6. Öznel Yaşantı Teması.....	56
Şekil 7. Genel Yaşantı Teması.....	58

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, amacı, alt amaçları, önemi, sayılı, sınırlılıkları, tanımları ve kısaltmalarına yer verilmiştir.

#### **Problem Durumu**

İnsan, dünyaya geldiği andan itibaren yaşamı boyunca çeşitli gelişim dönemlerinden geçmektedir. İnsan gelişimi, felsefe alanında yaşamdaki değişimlere uyum sağlama, yaşamı anlama kapsamında kendine yer bulmaktadır (Bkz., Platon, 2006). Yaşam dönemleri birçok sınıflandırmaya tabi tutulsa da değişen dünyada değişen bireyi anlamaya çalışma görevi verilen psikoloji biliminin (Onur, 2000) yaşam boyu gelişim yaklaşımına göre, döllenmeyle başlayan ve ölümle son bulan yaklaşık 15 gelişim dönemi kabul görmektedir. Bu dönemlerden beş tanesi ergenlik öncesi olan doğum öncesi, bebeklik, ilk çocukluk, orta çocukluk, son çocukluktur. Üç tanesi de ilk ergenlik, orta ergenlik, son ergenliktir. Diğer dönemler ise ilk (genç/erken) yetişkinlik, orta yetişkinlik, ileri yetişkinlik, erken yaşlılık, orta yaşlılık, ileri yaşlılık ve ölüm olarak sıralanabilir (Elkind, 1970; Huang, 2013; Murdy, Gibson ve Yiannakis, 2003; O'Rand ve Kreeker, 1990; Overton, 2010; Santrock, 2006; Sayıl, 2012).

İnsan gelişiminin dönemleriyle ilgili sözü edilen sıralama, tüm bireylerin yaşamı için söz konusu olsa da bu sıralamada bireysel farklılıklar da bulunmaktadır. Bireysel farklılıkların belirleyicileri, içinde yaşanılan çevre ve yaşam dönemi etmenleridir (Özdemir, Vatandaş ve Torlak, 2009). Yaşam dönemlerindeki değişimler; bireysel farklılaşmaya bağlı olarak tutumları, davranışları ve rolleri yeniden yapılandırabilmektedir (Levinson, 1986). Dolayısıyla yaşamın her dönemine atfedilen çeşitli yaşamsal görevler bulunmaktadır.

Gelişim görevi, bireyin içinde bulunduğu yaşam döneminde üstesinden gelinmesi gereken bazı görevleri, sorumlulukları, kazanılması gereken özellikleri ve geliştirilmesi gereken davranışları belirtmektedir (Bacanlı, 1998). Gelişim görevi kavramını geliştiren Havighurst (1972), bunları yaşamın belli dönemlerinde ortaya çıkan, başarılığında yaşamın devamındaki dönemlerde mutluluğa, başarılmadığında

mutsuzluğa yol açan, toplum tarafından onaylamaya ihtiyaç görülen görevler olarak tanımlamaktadır.

Alanyazında gelişim görevlerini açıklamaya çalışan birçok kuramcıya rastlanmaktadır. Alanyazında kabul gören ve yetişkinlik yıllarına önemle eğilen Havighurst'la birlikte Bühler, Jung, Gould, Vaillant, Erikson gibi kuramcılarının olduğu görülmektedir. Alanyazında yetişkinlik yıllarına önem veren bir diğer kuramcı ise Levinson'dur. İnsan gelişimini yaşam akışı çerçevesinde açıklayan Levinson (1976/1986), orta yetişkinlik dönemindeki erkekleri inceleyerek bireysel yaşam yapısı kuramını oluşturmuştur. Sonraki yıllarda (1987/1996) çalışmalarına ilk yetişkinlik dönemindeki kadınları da ekleyerek kuramını geliştirmiştir.

Levinson yetişkin gelişimini incelerken ortaya koyduğu bireysel yaşam yapısı kuramında yaşam akışı, yaşam döngüsü, yetişkin gelişimi ve yaşam yapısı kavramlarına vurgu yapmaktadır. İlk öge olan yaşam akışı kavramı (*life course*), yaşamın başlangıcından bitimine kadar süren zaman içerisinde gelişimin görülebilir özellikleridir. Bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyolojik gelişimin etkisiyle yaşamdaki inişleri, çıkışları, ilerleme ve gerilemeleri içermektedir. Yaşamdaki sosyal ilişkiler, bireysel talep ve beklentiler, fiziksel değişimler, aile, iş gibi etmenler ve bunların birbiriyle etkileşimleri yaşam akışını içermektedir. Yaşam akışı içerisindeki her evrenin kendine özgü nitelikleri ve yaşam akışının tümüne katkısını belirten özelliklerini içermektedir (Levinson, 1996).

Bireysel yaşam yapısı kuramındaki ikinci öge olan yaşam döngüsü (*life cycle*), yaşam akışının belirli bir sıra ve düzen içerisinde değişimini ve dönüşümünü ifade etmektedir. Levinson (1986, 1996) yaşam döngüsünü dört temel çağda ele almaktadır. Sözü edilen çağlar sırasıyla yetişkinlik öncesi, ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik ve ileri yetişkinlik çağlarıdır. Bu çağlar yaklaşık olarak yaşamın yirmişer yılını içermektedir. Yaşamı şekillendiren yaşam döngüsü çağlarından herhangi birinin görevlerini tamamlamadığında, birey bir sonraki evreye geçişte değişimin doğası olan ve üstesinden gelmesi gereken bir durum olan zorlanmayı ve sarsılmayı yaşayabilmektedir (Donn, 2005; Levinson, 1986; O'Connor ve Wolfe, 1991; Sugarman, 2004).

Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramında sözünü ettiği üçüncü öge yetişkin gelişimidir. Yetişkin gelişimi yaşam döngüsünde yerleşik evreler ve geçiş evreleri

olmak üzere dokuz dönemden oluşmaktadır. Yetişkin gelişimi, sözü edilen dönemlerde önemli değişimler geçirmektedir. Geçiş dönemleri yaklaşık olarak 5-7 yıl arasında sürmektedir. Bir geçiş evresi, önceki yaşam yapısını bitirir ve bir yenisi için fırsatlar oluşturur (Levinson, 1986, 1996; Smithson, 2011; Rickards, 2005; Robinson, 2008).

Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramında sözünü ettiği son öge ise, yaşam yapısı (*life structure*) kavramıdır. Yaşam yapısı, bireyin sorumlulukları, aile ilişkileri, iş yaşamındaki tercihleri, yaşam tarzı gibi toplumsal (dışsal) süreçleri ve beklentileri, umutları, hedefleri, durumlara yüklediği anlamlar ve kişisel değerleri içine alan bireysel (içsel) süreçlerinin tümüdür (Levinson, 1986, 1996). Levinson'a (1986) göre bireyin varoluş doğasında değişime ve gelişime bağlı olarak yaşam yapısı sıralı ve döngüselidir.

Yaşam yapısının ilk, orta ve ileri yetişkinlik yılları süresince yaşa göre değişen yerleşik ve geçiş dönemleriyle göreceli olarak düzenli bir sıra içinde geliştiği belirtilmektedir. Bu sıra, genel olarak yapı kurma (*structure-building*) ve yapı değiştirme (*structure-changing*) örüntüsünü ifade etmektedir. Yapı kurma döneminde bireyin ilk ve temel görevi, bir yaşam yapısı oluşturmasıdır. Ardından bireysel ve toplumsal yaşamını oluşturduğu bu yaşam yapısına göre ayarlamasıdır. Beş ile yedi yıl süren yapı değiştirme evresinde birey varolan yaşam yapısını sorgular, gözden geçirir ve onu değiştirmeye çalışır. Bu geçiş döneminin sonlarında birey geçişin ürünü olan önemli tercihlerde bulunur ve onlara anlamlar yüklemeye çalışır. Yapı değiştirme evresindeki benlik tasarımı (kendisiyle barışık olma vb.) ve sosyal yaşamı (iş, evliliği iyileştirme, seçenekli yaşam biçimlerini keşfetme vb.) ile ilgili süreçleri değiştirme eğiliminde olur (Carpenter, 1992; Donn, 2005; Levinson, 1986, 1996; Smithson, 2011).

Yaşam yapısı, yaşam akışı ve yaşam döngüsü ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında, Levinson (1978, 1986, 1996), orta yaş yetişkin farklı meslekleri icra eden erkek ve kadınlar ile derinlemesine yapılan görüşmeler sonucunda her iki cinsiyet için de yaşam yapısındaki yerleşik ve geçiş evrelerinin varlığını tespit etmiştir. Smart ve Peterson (1994), ilk yetişkinlik dönemindeki annelik ve hamilelik değişkenleriyle birlikte kadınların erkeklere göre daha farklı yaşam yapılarının olduğunu bulmuşlardır. Kopelman ve Glass (1979), Rolland (1987) gibi Carpenter (1992, 2005), orta yaş yetişkinlerle yaptığı nitel araştırmalarda yaşam yapısındaki yapı kurma ve yapı değiştirme evrelerini incelemiştir. Benzer bir biçimde Huang (2013), Gordon, Beatty ve Whelan-Berry (2002), Minter ve Samuels (1998), O'Connor ve Wolfe (1991), Rickards



(2005), Stumpf (2012), Young'un (2013) orta yaş geçişini inceledikleri görülmektedir. Bu bağlamda bu araştırmanın konusu olan ilk yetişkinlik döneminin sınırlı sayıda incelendiği görülmektedir. Bu nedenle bu çalışmanın alanyazındaki sözü edilen sınırlılığın giderilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yaşam yapısı, yaşam akışı ve yaşam döngüsü ile farklı konulara bakıldığında Rush, Peacock ve Milkovich (1980), Caine (1980), Gothard (1996) ve Shi (2011) kariyer gelişimi ile bireysel yaşam yapısını incelediklerine rastlanmaktadır. Ayrıca Smithson (2011) orta yetişkinlikte yaşam yapısı ile yaşamda anlam, mutluluk ve sosyal ilişkiler konularını işlerken Robinson ve Smith (2010)'in ilk ve orta yetişkinlikte görülen krizler ile yaşam yapısını inceledikleri görülmektedir. Donn (2005), psikolojik iyi oluş ve yetişkin gelişimi kapsamında yaşam yapısını incelemiştir. Green (2006), Karen Horney'in öz yaşamını bireysel yaşam yapısını yaşam dönemlerine göre incelediği görülmüştür.

Roberts ve Newton'un (1987) ilk yetişkinlik dönemindeki kadınlar üzerinde yaptıkları araştırmayla bireysel yaşam yapısını şekillendirmede büyük öneme sahip olan hayallerin erkeklere göre daha farklı ve daha az yoğunlukta olduğunu bulmuşlardır. Benzer olarak Kittrell (1998), Hedlund ve Ebersole (1983) ilk yetişkinlik geçişi evresi ile hayalleri incelemişlerdir. Newton (1994), insan ilişkilerinin ve sosyal kurumların bireysel yaşam yapısı dışında olduğunu bulguladığını ifade etmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda alanyazında çok sayıda araştırma yapılmasına karşın yerel alanyazında herhangi bir araştırmaya rastlanmamaktadır. Bu nedenle bu çalışmanın ülkemiz alanyazınında kuramsal ve uygulamaya dönük önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Araştırmanın Amacı**

Bireysel yaşam yapısı ile ilgili yapılan araştırmalar (Levinson, 1986, Levinson, 1996; Carpenter, 1992; Smithson, 2011) farklı cinsiyetlere, farklı yaş gruplarına, farklı kültürlere yönelik yaşam yapılarının nasıl olduğunun araştırılması önerisinde bulunmaktadır. Bu öneriler doğrultusunda bireysel yaşam yapısıyla ilgili görece bireyselleşimin egemen olduğu toplumlarda çalışmaların doyurucu nitelikte olduğu görülmekle birlikte toplulukçu bir kültür içinde gösterilen Türkiye toplumunda herhangi

bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Bu nedenle bu araştırmanın yapılması değerli görülmüştür.

Ülkemizdeki ilk yetişkinlik dönemi oranının artış eğilimi gösterdiği ve gelişim psikolojisi ile rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanyazınlarında çocukluk ve ergenliğe gösterilen ilginin giderek yetişkinlik ve yaşlılığa yöneldiği son zamanlarda bu çalışma ile yetişkin gelişimi, yetişkinlik psikolojisi ve terapisi alanlarına kuramsal ve uygulamaya dönük olarak yeni kavram, açıklamalar ve uygulamalar gibi önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Bireysel yaşam yapısı ile birlikte ele alınan bir kavram olan yaşam akışı, bir yaşam çizgisi üzerindeki inişli çıkışlı öznel durumları ayrıntısıyla incelemeyi içermektedir. Yaşam akışı, bireyin edindiği tecrübeler, geçmişi değerlendirme şekli ve yaşadığı krizlerle başa çıkma yöntemlerini bireyin bireysel tarzına göre ele almayı gerekli kılmaktadır. Alanyazın incelendiğinde yaşam akışı ile ilgili sınırlı sayıda araştırmanın (Green, 2006; Levinson, 1996) olduğu görülmektedir. Yaşam yapısıyla birlikte ele alınan bir kavram olması açısından Levinson'un kuramına göre ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam akışlarının nasıl olduğunun araştırılması önem arz etmektedir. Ayrıca bu çalışma ile psikolojik yardım hizmeti sunan alan çalışanlarının yetişkin bireye sunulan hizmetlerin kalitesinin daha iyi arttırabileceği ön görülmektedir.

Levinson'un kuramında belirttiği bir diğer kavram olan yaşam döngüsü, bir yaşam çizgisi üzerindeki önemli olayların geçtiği mevsimlerin düzenli sıralamasını içermektedir. Yaşam döngüsü yetişkin bireyin yaşam özetini, içinde olduğu yerleşik veya geçici evreyi ve yaşamın kilit noktalarını bireysel bakış açısından öte genel yaşantı tarzına göre ele almayı gerekli kılmaktadır. Yaşam döngüsü ile ilgili araştırmalara bakıldığında sınırlı sayıda çalışmanın (Levinson, 1996) olduğu görülmektedir. Yaşam yapısıyla birlikte ele alınan bir kavram olması açısından Levinson'un kuramına göre ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam döngülerinin nasıl olduğunun araştırılması önem arz etmektedir. Bu bağlamda bu çalışma ile yetişkin gelişiminin yerleşik ve geçici evrelerinin izlenmesinin ve anlaşılmasının kolaylaştırabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak, alanyazındaki araştırmaların sonuçları, sınırlılıkları ve önerilerinden hareketle bu araştırmanın amacı "Levinson'un kuramına göre ilk

yetişkinlik dönemindeki bireylerin bireysel yaşam yapıları, yaşam akışları ve yaşam döngüleri nasıldır?” sorusunu incelemektir. Burada ifade edilen genel amaca bağlı olarak alt problemler aşağıda sıralanmıştır:

1. Levinson’un kuramına göre katılımcıların ilk yetişkinlik dönemine ait yaşam yapıları nasıldır?

2. Levinson’un kuramına göre katılımcıların ilk yetişkinlik dönemine ait yaşam akışları nasıldır?

3. Levinson’un kuramına göre katılımcıların ilk yetişkinlik dönemine ait yaşam döngüleri nasıldır?

### **Araştırmanın Önemi**

Bu çalışmanın önemli görülen taraflarından biri, gelişim psikolojisi ile rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanlarındaki çalışmalara olacak katkılarıdır. Sözü edilen her iki alanyazında yaşam boyu gelişim yaklaşımının benimsenmesiyle birlikte bireyin yaşamını evreler halinde ele almanın ve her bir evrenin bilişsel, fiziksel ve psikososyal ihtiyaçlarının ve gelişimlerinin veya değişimlerinin dikkate alınmasını önemli kılmaktadır. İlk yetişkinlik dönemine girmekle bireysel ve sosyal yaşamda birçok yeni gelişim görevini beraberinde getirmektedir. Bu görevlerden birisi de yaşamın anlamını ve amacını bilmektir. Bu görev bireysel farklılıklara bağlı olarak bireyin psikolojik iyi oluşunu (Ryff, 1989) etkileyebilmektedir. Yaşamın anlamını ve amacını bilmek, sadece çocukluk döneminde kalmayıp hayatın her döneminde var olan problemlerin üstesinden gelmede koruyucu bir etkiye sahiptir. Bu yüzden araştırmadan elde edilen sonuçlara dayalı olarak, yetişkin bireyin yaşamın anlamını ve amacını bilme gelişim görevini yerine getirmede katkısı olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın önemli görülen taraflarından biri de mesleki rehberlik alanındaki yetişkin eğitimi çalışmalarına olacak katkılarıdır. Bireyin yaşam yapısı onun ilgilerini, iş ve meslek tercihlerini etkileyebilmektedir. Bilindiği gibi meslek seçimi bireyin yaşamının yarısını ilgilendiren zor ve zahmetli bir süreçtir. Örneğin, ülkemizde üniversiteyi bitirme yaşı ve askerlik gibi zorunlu görevleri yerine getirme nedeniyle bir mesleği icra etme ilk yetişkinlik (Arnett, 2000) döneminde gerçekleşmektedir. Bireyin mesleğinde doyum sağlayamaması, işini icra edememesi, ekonomik sıkıntılar gibi

durumlarda iş değişikliği söz konusu olabilmektedir. Dahası ilk yetişkinlikte birçok insanın ilgileri ve uğraş alanları değişebilmektedir. Örneğin, bu dönemdeki ev hanımları çeşitli eğitim kurslarına gitmeye, iş sahibi olanlar ikinci bir iş öğrenmeye başlamaktadırlar. Bu yüzden araştırmadan elde edilen sonuçlara dayalı olarak, halk eğitim merkezleri, Türkiye İş Kurumu [İŞKUR] ve belediyeler gibi yetişkin eğitiminin (Knowles, 1970; Knox, 1980) verildiği kurumlarda yetişkin bireylerin yaşam yapılarının bilinmesi, yaşam boyu öğrenme, mesleki ve teknik eğitim programlarının kalitesini arttıracakları öngörülmektedir.

Bu çalışmanın önemli görülen taraflarından bir diğeri de elde edilecek sonuçların psikoloji ile rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanyazınlarına ve uygulamalarına sağlayacağı katkılardır. Yaşam akışında etkili olan savaş, toplumsal hareketler ve değişimler gibi tarihsel zaman faktörü yaşam yapısını şekillendirebilmektedir. İlk yetişkinlik döneminde geçirilen fiziksel ve psikolojik yapının değişimi bireylerarası benzerlikleri ve farklılıkları ortaya çıkarmaktadır. İlk yetişkinlikteki yaşam akışı boyunca davranışta ortaya çıkan değişim ve kararlılık durumları bilindiği takdirde, esnekliğin ve değişimin derecesi ve koşulları hakkında bilgi sahibi olunabilecektir. Türkiye İstatistik Kurumu'nun [TUİK] 2013 verilerine göre, ilk yetişkinlik oranının artış eğilimi gösterdiği göz önüne alındığında, yaşam yapısı kapsamında krizle baş etme (Erikson, 1984) ve yaşamı sorgulama (Levinson, 1986) yoğun bir şekilde bireyin zamanını aldığı görülmektedir. Buna karşın yaşam yapısı kavramı beraberinde bazı soruları gündeme getirmektedir. Örneğin, yaşam yapıları evrensel midir? Kültürlerin görece bireyci/toplulukçu olmaları yaşam yapılarını ne düzeyde farklılaştırmaktadır? İlk yetişkinlerin var olan yaşam yapısı nasıldır? Ve yetişkinler yeni bir yaşam yapısının esasını oluşturan kritik tercihler belirlemeye nasıl yönelmektedir? Alanyazında bu soruların daha çok sayıda ve farklı kültürlerde araştırma yaparak anlaşılabilceği vurgulanmaktadır. Yaşam yapıları uzun yıllardır farklı kültürlerde araştırılmasına karşın yerel alanyazında bu konuda henüz bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda, bu çalışmadan elde edilen bulguların kültürlerarası psikoloji çalışmalarına da katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çünkü bireyci kültürlerin varsayımlarına göre tanımlanan ve ölçülmeye çalışılan yaşam yapısı kavramının, görece olarak toplulukçu bir kültüre sahip olan Türk toplumunda gözden geçirilmesi ve Türk toplumu dinamiklerine göre ele alınması gerekmektedir.

Alanyazında çocukluk ve ergenliğe gösterilen ilginin giderek yetişkinlik ve yaşlılığa yöneldiği görülmektedir. Günümüzde yetişkinlerin nasıl düşündükleri, nelere değer verdikleri, yaşamlarında hangi tercihleri ön plana aldıkları araştırma konuları arasında yer edinmeye başlanmıştır. Bu bağlamda ilk ve orta yetişkinlik dönemlerini ayrıntılı bir şekilde ele alan Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramı alanyazında yoğun bir ilgi görmüştür. Birçok toplumda bu kurama dayanarak kariyer gelişimi, yaşam amaçları, yaşamsal ve gelişimsel krizler ve geçiş dönemleri gibi birçok çalışma yapılmıştır. Ancak yerel alanyazında sınırlı çalışmaya rastlanmaktadır. Bu çalışmanın ülkemizde Levinson'un bireysel yaşam yapısı dönemlerini inceleyen nitel çalışmalara rastlanılmaması nedeniyle bu alandaki eksikliği gidereceği düşünülmektedir. Böylece araştırmadan elde edilen sonuçlara dayalı olarak, ülkemiz alanyazınına kuramsal bir temel hazırlamada öğretim elemanlarına ve lisansüstü/doktora öğrencilerine dayanak oluşturacağı düşünülmektedir. Uygulamaya yönelik olarak da ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlara ilk yetişkinlikte yaşam yapılarının, tarihsel zamana bağlı değişen geçiş evrelerinin yaşam boyu gelişim yaklaşımı ve psikolojinin koruyucu ve önleyici ruh sağlığı işlevi çerçevesinde yetişkinlere yönelik psikolojik yardım hizmeti sunmada önemli bir katkısı olacağı düşünülmektedir.

### **Sayıtlı**

Örnekleme olarak her coğrafi bölgeden bir il olmak üzere seçilen 7 ilin Türkiye'deki tüm coğrafi bölgelerini temsil ettiği varsayılmaktadır.

### **Sınırlılıklar**

Bu çalışmanın dikkate alınması gereken çeşitli metodolojik sınırlılıkları bulunmaktadır.

**1.** Bu çalışma kesitsel bir çalışmadır. Çalışmanın bütün katılımcıları 28-45 yaş arası yetişkinlerden oluşmaktadır ve bunlar tüm yetişkin nüfusu temsil etmemektedir. Dolayısıyla sonuçlarının genellenebilirliği bu çerçevede değerlendirilmelidir.

**2.** Bu araştırma olgu bilim (fenomenolojik yaklaşım) deseni kullanılan nitel bir çalışmadır. Bu çalışmada örneklemede amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi ve veri toplamada yarı yapılandırılmış görüşme tekniği

kullanılmıştır. Bu yüzden sonuçlar karşılaştırırken ve genellenirken bu sınırlılığa dikkat edilmelidir.

3. Yaşam yapısı, yaşam akışı ve yaşam döngüsü kavramları bu çalışmanın kuramsal dayanağını oluşturan Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramıyla sınırlıdır.

### **Tanımlar**

**İlk yetişkinlik dönemi:** Ergenlik dönemi ile orta yetişkinlik dönemleri arasında kalan yaklaşık olarak 22-45 yaş arasında kalan dönem olarak tanımlanabilir (Levinson, 1996).

**Yaşam yapısı:** Bireyin sorumlulukları, aile ilişkileri, iş yaşamındaki tercihleri, yaşam tarzı gibi toplumsal (dışsal) süreçleri ve beklentileri, umutları, hedefleri, durumlara yüklediği anlamlar ve kişisel değerleri gibi bireysel (içsel) süreçlerinin toplamı olarak tanımlanabilir (Levinson, 1996).

**Yaşam akışı:** Yalnızca belirli bir an üzerinde odaklanmaktan çok yaşamı süresi içerisinde incelemek ve öznel sıraları yaşamın tamamında derinlemesine izlemektir (Levinson, 1996).

**Yaşam döngüsü:** Yaşamın ilk anından sonuna dek süren yaşam akışı içerisindeki önemli olayların geçtiği dönemlerin\çağların düzenli sıralaması olarak tanımlanabilir (Levinson, 1996).

### **Kısaltmalar**

İŞKUR: Türkiye İş Kurumu

TUİK: Türkiye İstatistik Kurumu

ISCO-88: Uluslararası Standart Meslek Sınıflaması

DMK: Türkiye Cumhuriyeti Devlet Memurları Kanunu

## BÖLÜM II

### KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde, öncelikle yetişkinlik kavramı açıklanmış, ardından yetişkinlik kuramları, ilk yetişkinlikte gelişim, ilk yetişkinlikte yaşam akışı, yaşam döngüsü ve yaşam yapısı kavramları açıklandıktan sonra konuyla ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

#### Yetişkinlik

Yetişkin, bilişsel ve bedensel gelişimini tamamladığı ergenlik ile yaşamın geri kalan dönemlerinde yaşayan ve yaşamdaki değişimlere uyum sağlayabilen birey olarak tanımlanabilir (Erikson, 1984; Levinson, 1996). Bu tanımdan da anlaşılacağı üzere yetişkin birey, bedensel gelişimini tamamlamış, fiziksel açıdan yeterliliğe ve olgunluğa erişmiş olmanın yanı sıra ruhsal ve duygusal açıdan yaşamdaki değişen koşullara uyum sağlayabilen ve esnek bir yaşam sergileyebilen kişidir. Bir başka tanıma göre yetişkin birey, yaşam boyu gelişim anlayışı çerçevesinde olgunluğun ve psikososyal gelişim görevlerinin yerine getirildiği yaşamın en uzun gelişim dönemindeki kişidir (B.L. Neugarten ve D.A. Neugarten, 1996). Görüldüğü üzere yetişkin olmak yaş, tarihsel zaman ile ilişkilendirilmekle birlikte psikososyal açıdan kültüre ve bireye göre yetişkinliğe atfedilen tanım değişebilmektedir.

Yetişkinlik birçok araştırmacı için sosyal roller ve yetişkinlik görevleri çerçevesinde ele alınmaktadır. Yetişkinliği psikolojik olgunlaşma açısından tanımlayan araştırmacılar, kendi sorumluluğunu alma, yaşamsal sorunlarla gerçekçi çözümler bulma, kendi değer yargılarını yaşama, duygularında dengeli ve gerçekçi bir benlik yapısına sahip olma (Turner ve Helms, 1989; akt. Gross, 2012), kendine güvенеbilme ve topluma katkı sağlayabilme (Andrew, Eggerling-Boeck, Sandefur ve Smith, 2006) özelliklerine yetişkinin sahip olduğunu bildirmektedirler (Aiken, 1998; Bentley, 2007; Davis, Sabella, Smith ve Costa, 2011; Vural-Yüzbaşı, 2012).

Yetişkinlik döneminin başlangıç ve bitişinin hangi yaşlarda olduğu sorusu önemli bir sorundur (B.L. Neugarten ve D.A. Neugarten, 1996). Yaşa bağlı değişimlerin yanı sıra olgunlaşma, kişilik gibi etkenlerin söz konusu olması yetişkinliği belli bir yaş aralığına sokmayı zorlaştırmaktadır. Yetişkinliğin başlangıcı birçok kültür için öğrenim yaşamını bitirme, bir işe girme ve evlenme ile tanımlanmaktadır. Bu özellikler kesin

yazılı kurallarla belirlenmemekle birlikte, yetişkinliğe geçişin zamanlamasında toplumsal etkinin varlığı net olarak bilinmektedir (Arnett, 2007; Atak, 2011; Davis ve diğerleri, 2011; Eryılmaz, 2013; Shanahan, Porfeli, Mortimer ve Erickson, 2005). Genel kabul gören yaklaşıma göre, oy kullanma yaşı olarak bilinen 18 ile emekli olma yaşı olarak bilinen 65 yaş arası yetişkinlik dönemidir (Baltes, Reese ve Nesselroade, 2014; Karacan, 2007; Robinson, 2008).

Yetişkinlik, yaşamın en karmaşık ve sarsıcı dönemlerinden biridir (Davis ve diğerleri, 2011; Linzdey, Thompson ve Spring, 1988). Yetişkinlik, yaşam boyu yaklaşım anlayışı ile daha iyi anlaşılabilir. Alanyazında yeni değerler sistemi (Eryılmaz, 2011) kapsamında geliştirilen yaşam boyu gelişim yaklaşımı insan gelişimi açısından pek çok öneme sahiptir (Cüceloğlu, 1999; B.M. Newman ve P.R. Newman, 2010; Terzi, 2013). Yaşam boyu gelişim yaklaşımında her dönemin kendine özgü (Cüceloğlu, 1999) değerlendirilmesi gerektiği söz konusudur. Bu yaklaşıma göre gelişim, dölleme, bebeklik, çocukluk ve ergenliğin yanı sıra yetişkinlik ve yaşlılık dâhil tüm yaşam sürecinde devam eden yaşa bağlı değişimleri olarak tanımlanmaktadır (Baltes ve diğerleri, 2014; Eryılmaz, 2011; Onur, 2000; Terzi, 2013). Bu bağlamda yetişkinlik dönemini yaşam boyu gelişim yaklaşımı çerçevesinde ele alan kuramları ele almakta yarar bulunmaktadır.

### **Yetişkinlik Kuramları**

Günümüzde çocukluk, ergenlik gibi gelişim dönemlerini açıklayan birçok kuram bulunurken yetişkinliği derinlemesine açıklayan kuram sayısı sınırlıdır. Ayrıca yetişkinlik, ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik ve ileri yetişkinlik kavramları bilimsel dil açısından belirsizliğini korumaktadır. Alanyazında yetişkinliği açıklamaya çalışan yaklaşık on kurama rastlanılmaktadır. Bunlardan ilk yetişkinlik dönemini yaşam boyu yaklaşım ile açıklamaya çalışan ve yaşam yapısıyla ilgili görülen dört kuram ele alınmıştır. Bunlar, Bühler'in insan yaşamının akışı, Gould'un dönüşümler, Erikson'un psikososyal gelişim ve Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramlarıdır. Sırasıyla bu kuramlar aşağıda ele alınmıştır.



## Bühler'in İnsan Yaşamının Akışı Kuramı

Yetişkin gelişimini açıklamaya çalışan kuramlardan biri Bühler'in İnsan yaşamının akışı kuramıdır. Bühler, Frenkel ve Kuhlen (1936) yaşam akışını, yaşam öyküsü ve öz yaşam öyküsü ile ilgili çalışmalarına dayanarak geliştirmişlerdir (Bühler, 1969; McAdams, 2001). Sözü edilen kuramcılar yaşam döngüsü boyunca düzenli bir şekilde ortaya çıkan olaylar, tutumlar ve ortaya koydukları başarı değişimlerine dayanarak evreler halinde yaşamın akışını incelemişlerdir (Eryılmaz, 2013). Eldeki zengin bulgulara dayanarak biyolojik yaşam akışını beş dönemde ele almışlardır. Sözü edilen dönemler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. *Bühler'in İnsan Gelişimi Dönemleri*

Evre	Yaşlar	Dönemler	Özellikler
1	0-15	İlerleyici büyüme	Evdeki çocuk, kendi belirlediği amaçlardan yoksun olma
2	15-25	Büyümenin cinsel üretme yeteneğiyle birlikte sürmesi	Genişleme hazırlığı ve kendi belirlediği amaçları deneme
3	25-45	Büyümede kararlılık	Amaçlarını özel ve kesin biçimde kendisinin belirleme
4	45-65	Cinsel üretme yeteneğinin yitirilmesi	Amaçları için çabalamanın sonuçlarını kendisinin değerlendirme
5	65 ve sonrası	Gerileyen büyüme ve biyolojik iniş	Geri kalan yaşamını boş zaman vb. uğraşlarla ya da geçmiş yaşamının eksik kalan yönellerine geri dönme

Kaynak: Bühler, 1969

İnsan yaşam akışındaki ilk dönem olan ilerleyici büyüme dönemi, bebekliğin başladığı sıfır yaş ile ergenliğin orta yılına denk gelen 15 yaş arasındadır. Ev ortamında yetişen çocuk kendi amaçlarını ortaya koyma konusunda yetersizdir. Yaşama ve insanlara karşı geçici tutumlar içerisindedir. İkinci dönem olan büyümenin cinsel üretme yeteneğiyle birlikte sürdüğü dönem, ergenliğin orta yılına denk gelen 15 yaş ile genç yetişkinlik dönemine denk gelen 25 yaş aralığındadır. Bu dönemde birey genişleme hazırlığındadır ve kendi belirlediği amaçlarını denemeye çalışmaktadır. Üçüncü dönem olan büyümede kararlılık dönemi, genç yetişkinliğin orta yılına denk gelen 25 yaş ile orta yetişkinlik dönemine denk gelen 45 yaş aralığındadır. Bu dönemde büyümede yükselme ve kararlılık söz konusudur. Öz yeterliliğe ilişkin amaçlarını kesin bir biçimde kendisi belirler. Yaşama karşı tutumun en üst düzeyde olmasının ötesinde bu tutumun özelliği ve yönü önem kazanır (Bühler, 1969).

Dördüncü dönem olan cinsel üretme yeteneğinin yitirildiği dönem, orta yetişkinlik dönemine denk gelen 45 yaş ile ileri yetişkinlik dönemine denk gelen 65 yaş aralığındadır. Bu dönemde öz yeterliliğe ilişkin amaçlarının ne kadarını nasıl gerçekleştirdiğini, çabalarının sonuçlarını kendisi değerlendirir ve gözden geçirir. Bu dönemde fiziksel ve biyolojik yeteneklerin azalmasıyla bir kriz yaşanır, ancak yaşamın üretkenliği ve yararları konusundaki ilgi ve çabaları yükselmektedir. Son dönem olan gerileyen büyüme ve biyolojik iniş dönemi ise, ileri yetişkinlik dönemine denk gelen 65 yaş ve üstü yılları aralığındadır. Bu dönemde doyum ve başarısızlık yaşanması söz konusudur. Geri kalan yaşamını boş zaman vb. uğraşlarla ya da geçmiş yaşamının eksik kalan yönelimlerine geri dönme eğilimindedir. Bu dönemde ölüm ve yalnızlık düşünceleriyle uğraşma sonucunda dinsel eğilimler önem kazanmaktadır (Bühler, 1969).

Özetle, Bühler'in (1969) kuramı yaşam boyu gelişim yaklaşımı çerçevesinde bireyin psikososyal gelişimini açıklayan kuramlardan birisidir. Bühler'e benzer olarak insanın biyolojik gelişimi büyüme, genişleme ve gerileme kavramlarıyla kavramlaştırılabildiği söylenebilir. Ancak Erikson ve Levinson gibi kuramcıların belirttiği gibi psikososyal gelişimi açıklamak için daha çok psikolojik ve toplumsal süreçlerin ortaya konulmasıyla bireyin bireysel yaşamı anlaşılabilir. Yetişkin gelişimini açıklayan bir diğer kuram Gould'un dönüşümler kuramıdır.

### **Gould'un Dönüşümler Kuramı**

Gould (2002) yetişkin gelişimi konusunda dönüşümler kuramını ortaya koymuştur. Gould yetişkin gelişiminin her evresinde çocukluk döneminden kalma mantıksal olmayan düşüncelerin terk edilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Gould yetişkin gelişimini altı evre ile açıklamaktadır. Her dönemde baş edilmesi gereken mantıksal olmayan inançlar veya yanlış varsayımlar bulunmaktadır. Sözü edilen dönemler Tablo 2'de sunulmuştur.

Gould'un kuramındaki ilk aşama olan anne babanın dünyasını terk etme dönemi, ergenliğin orta yıllarına denk gelen 16 yaş ile genç yetişkinlik aşamasındaki 22 yaş aralığında yer almaktadır. "Her zaman anne babamla yaşayacağım" varsayımı veya mantıksal olmayan düşüncesi bu dönemin yanlış inancıdır. Bu dönemde birey, anne babadan daha çok ayrı kalarak bağımsız kararlar almaya çalışır. İkinci aşama olan

kimsenin bebeği olmama dönemi, genç yetişkinlik aşamasındaki 22 yaş ile beliren yetişkinliğin 28 yaş aralığında yer almaktadır. “Anne babam gibi davranarak istediğim sonuca ulaşacağım ve güçlü olacağım” varsayımı veya mantıksal olmayan düşüncesi bu dönemin yanlış inancıdır. Birey kendi başlarına bağımsız kararlar alarak ilgi duyduğu mesleğe ve eşe yönelir (Gould, 2002).

Tablo 2. *Gould'un Yetişkin Gelişimi Dönemleri*

Evre	Yaşlar	Dönemler	Temel Yanlış Varsayım
1	16-22	Anne babanın dünyasını terk etme dönemi	“Her zaman anne babamla yaşayacağım”
2	22-28	Kimsenin bebeği olmama dönemi	“Anne babam gibi davranarak istediğim sonuca ulaşacağım ve güçlü olacağım”
3	28-34	İçindekileri dışarıya çıkarma dönemi	“Yaşam basittir ve kontrolüm altındadır”
4	35-45	Orta yaş dönemi	“Dünyada ölüm veya kötü bir durum yoktur”
5	45-55	Uyum sağlama dönemi	-
6	55-60	Kabullenme dönemi	-

Kaynak: Gould, 2002

Üçüncü aşama olan içindekileri dışarıya çıkarma dönemi, beliren yetişkinlikteki 28 yaş ile orta yaş öncesi 34 yaş aralığında yer almaktadır. “Yaşam basittir ve kontrolüm altındadır” varsayımı veya mantıksal olmayan düşüncesi bu dönemin yanlış inancıdır. Birey hiçbir zaman çatışma, rol karmaşası yaşamayacağını düşünür. Ancak karar verdiği meslek ve eş ile ilgili karmaşalar yaşayarak mesleki ve ailesel doyumu sağlama konusunda benliğini yeniden değerlendirir. Dördüncü aşama olan orta yaş dönemi, orta yaş öncesi 35 yaş ile orta yaş olarak kabul edilen 45 yaş arasında yer almaktadır. “Dünyada ölüm veya kötü bir durum yoktur” varsayımı veya mantıksal olmayan düşüncesi bu dönemin yanlış inancıdır. Bu dönemde birey yaşam amaçlarını gerçekleştirmek için çok az zamanı kaldığı ve amaçlarını gerçekleştirmek için hızlı yol alması gerektiğinin farkındadır. Çalışmanın anlamı, evlilik, aile ve meslek konusunda daha az doyum almaya başlar (Gould, 2002).

Beşinci aşama olan uyum sağlama dönemi, orta yaş olarak kabul edilen 45 yaş ile orta yaşın sonu kabul edilen 55 yaş arasında yer almaktadır. Bu dönemde önceki dönemdeki karmaşalarla baş etmiş, yanlış inançlarından kurtulmuş ve artık yaşama alışmış durumdadır. Altıncı ve son aşama olan kabullenme dönemi ise, orta yaşın sonu kabul edilen 55 yaş ile ileri yetişkinlik öncesi 60 yaş arasında yer almaktadır. Bu

dönemde birey ölümün herkes için var olduğunu bu nedenle daha çok hoşgörülü ve sevecen olması gerektiğini kabul eder. Artık geçmişi yanlışlarıyla birlikte kabul eder ve olgun bir şekilde yaşamını değerlendirir (Gould, 2002).

Yukarıda görüldüğü üzere, Gould (2002) yetişkin gelişiminin bir dizi dönüşümden geçtiğini vurgulamaktadır. Gould, Erikson, Bühler, Levinson gibi kuramcılara benzer olarak yetişkinliği bir değişim zamanı olarak görmektedir. Bireyler her dönüşümde benliklerini yeniden biçimlendirir, yaşadıkları çatışmaları yeniden çözerler. Gould'a benzer olarak yetişkin gelişimini açıklamanın bireysel yaşam bakış açısıyla kavramlaştırılabileceği söylenebilir. Yetişkin gelişimini açıklayan bir diğer kuram Erikson'un psikososyal gelişim kuramıdır.

### **Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı**

Erikson'un psikososyal gelişim kuramı, yaşam boyu gelişim yaklaşımına göre bireyin bilişsel, duyuşsal ve toplumsal yönlerinin arasında ilişkiler kurarak açıklamaya çalıştığı kapsamlı bir kuramdır. Erikson, çevre etkileşiminin bireyin benliği ve psikolojik sağlığı için psikososyal gelişim dönemlerindeki çatışmalarındaki rolünü vurgulamıştır (Erikson, 1977, 1984; Akgül, 2002). Erikson bu gelişimin kendisine özgü gereksinimleri, yerine getirilecek görevleri, çözülecek sorunları, duyarlı yönleri, dönüm noktaları ve özgül bunalımlarının (*kriz*) olduğu sekiz evrede gerçekleştiğini varsaymaktadır (Erikson, 1977, 1984). Sözü edilen dönemler Tablo 3'te sunulmuştur.

*Tablo 3. Erikson'un Psikososyal Gelişim Dönemleri*

<b>Evre</b>	<b>Yaşlar</b>	<b>Dönemler</b>	<b>Anlamli ilişkiler</b>
1	0-1	Güvene karşı Güvensizlik	Anne
2	2-3	Özerkliğe karşı Utanç ve Kuşku	Anne-baba
3	3-6	Girişkenliğe karşı Suçluluk	Aile
4	6-12	Çalışkanlık ve Başarıya karşı Aşağılık Duygusu	Okul ve komşular
5	12-18	Kimlik Kazanmaya karşı Rol Karmaşası	Arkadaşlar, rol modelleri
6	18-35	Yakınlığa karşı Yalıtılmışlık	Eş ve dostlar
7	35-60	Üretkenliğe karşı Durgunluk	Ev, arkadaşlar ve iş
8	60 ve üstü	Benlik Bütünlüğüne karşı Umutsuzluk	Tüm insanlar

Kaynak: Erikson, 1984

Sözü edilen ilk evre olan güvensizliğe karşı temel güven evresi, bebeğin doğumundan ilk yaşına kadar sürmektedir. Bebeğin temel psikososyal görevi güvenmeyi öğrenmesidir. Bebek yaşamın bu ilk zamanında dış dünyası olan annesiyle dünyada kendisini güvende hissetmeye veya güvensiz bulmaya ilişkin bir yaklaşım içerisindedir. Annenin bebeğin beslenmesi, dinlenmesi gibi ihtiyaçlarını gidererek dokunması ve sevgi, ilgi gibi duygusal ihtiyaçlarını gidererek ilgilenmesi çok önemlidir. İkinci evre olan utanç ve kuşkuya karşı özerklik evresi, bireyin iki yaşından üç yaşına kadar sürmektedir. Çocuklar bu evrede, kendi başlarına karar verme eğilimde olurlar ve ebeveyn ile sosyalleşmeye çalışırlar (Erikson, 1977, 1984).

Üçüncü evre olan suçluluk duygusuna karşı girişkenlik evresi, çocuğun üç yaşından beş yaşına kadar sürmektedir. Büyüme için salgılanan hormonlar sonucunda çocuklar enerjik ve hareketli olurlar. Okul çağındaki bu çocuklar enerjilerinin büyük bir kısmını eğitim yaşantılarına dönüştürürlerse sağlıklı ve akılcı bir yöneltmeden yararlanmış olurlar. Dördüncü evre olan aşağılık duygusuna karşı başarı ve çalışkanlık evresi, çocuğun altı yaşından on iki yaşına kadar sürmektedir. Çocuğun çevresinde bulunan öğretmenler, akranları, aile ve komşular önem verilen sosyal çevresidir. Okulda çocuğun olumlu akademik benliğinin oluşabilmesi için öğretmenlerin etkili geribildirimler vermeleri, desteklemeleri, rahat bir öğrenme ortamı sağlamaları gerekmektedir (Erikson, 1977, 1984).

Beşinci evre olan rol kargaşasına karşı kimlik evresi, çocuğun on iki yaşından on sekiz yaşına kadar sürmektedir. Ergen birey çeşitli rol karmaşaları yaşar, kim olduğu ve nasıl davrandığı konusunda bunalım yaşar. Ergen soyut düşünme yeteneğinin yanı sıra karşı cinsle duygusal bağlanımlar gibi kimlik edinmesine yardımcı olacak eğilimlere yönelebilir. Altıncı evre olan yalnız kalmaya karşı yakınlık kurma evresi, bireyin on sekiz yaşından otuz beş yaşına kadar sürmektedir. Genç yetişkin birey, uzun süreli arkadaşlıklar ve yakın ilişkilerde bulunabileceği bir hayat arkadaşı arayışında olur. Kendi kimliğine uygun biriyle yakın ilişkiye girmede ve evlenmede gönüllü olur. Bu süreçte başarısız genç yetişkinler yalıtılmışlık, kendine yabancılaşma, hayal kırıklığı duygularını yaşarken başarılı olanlar diğer insanlarla olan beraberliklerinde yakınlık duygusu yaşarlar (Erikson, 1977, 1984).

Yedinci evre olan duraklamaya karşı üretkenlik evresi, bireyin otuz beş yaşından altmış yaşına kadar sürmektedir. Bu evrenin olumlu çözümü üretkenlikle olmaktadır.

Üretkenlik, çocuk sahibi olmayı, iş yaşamında verimli ve yaratıcı olmayı, arkadaş ve dostluk ilişkilerinde ilerlemeyi ve topluma yararlı olmayı içermektedir. Bu dönemde gelecek nesilleri inşa etmek, onlara rehberlik etmek üretkenlikle ilişkilidir. Sekizinci ve son evre olan umutsuzluğa karşı benlik bütünlüğü evresi, bireyin altmış yaşından yaşamın sonuna kadar sürmektedir. Son yetişkinlik veya ileri yetişkinlik dönemi olarak bilinen bu evrede, ölümün kaçınılmaz olduğunu gören birey benlik sorgulamalarını ve değerlendirmelerini yapmaktadır. Birey bu yaşamda neleri doğru yaptığını, neleri yanlış yaptığını, yapılmaması gereken neleri yaptığı, yapılması gereken neleri yapmadığı gibi sorgulamaları yapar (Erikson, 1977, 1984).

Yukarıda sözü edildiği gibi, Erikson'un kuramı psikososyal gelişimi yaşam boyu yaklaşım çerçevesinde en iyi açıklayan kuramlardan birisidir. Tüm insanların ve kültürlerin benzer aşamalardan geçtiği görüşüne karşın görece toplulukçuluğun egemen olduğu ve bireysel rollerin toplum tarafından denetlendiği doğu toplumlarında Erikson'un vurguladığı bağımsız kararlar verme, tercihlerde bulunma gibi bireyselliğin görülmesi beklenmemektedir. Ancak insanın psikososyal gelişimine ışık tutan ideal bir yaklaşım olduğu söylenebilir. Yetişkin gelişimini açıklayan bir diğer kuram ise Levinson'un yaşam yapısı kuramıdır.

### **Levinson'un Yaşam Yapısı Kuramı**

Yetişkin gelişimini yaşam akışı veya süresi çerçevesinde açıklayan Levinson, orta yetişkin erkekleri inceleyerek bireysel yaşam yapısı kuramını oluşturmuştur (Levinson, 1978, 1986). İlerleyen yıllarda (1987/1996) ise buna ilk ve orta yetişkin kadınları ekleyerek kuramını geliştirmiştir. Levinson'a (1978, 1986, 1996) göre, her değişim evresinin kendisine özgü yapısını oluşturan psikolojik özellikler, sosyal grup, kurum özellikleri ve sergiledikleri roller bulunmaktadır. Levinson yetişkin gelişiminin psikoloji bilimi için anlamlı bir sorun olduğunu belirtmiştir. Yetişkin gelişimi, psikoloji, sosyoloji, tarih, biyoloji gibi diğer disiplinler arası önemli bir bağlantı noktasıdır (Levinson, 1986, 1996). Bu açıdan sözü edilen bilimlerin ortak olarak yetişkinliği ele almaları gerekmektedir. Levinson yetişkin gelişimini incelerken ortaya koyduğu bireysel yaşam yapısı kuramında yaşam akışı, yaşam döngüsü, yetişkin gelişimi ve yaşam yapısı kavramlarına vurgu yapmaktadır.

**Yaşam akışı.** Bu kavram, bir insanın yaşamının başlangıcından bitimine kadar olan gelişiminin görülebilir özellikleridir. Yaşam akışı dalgalanmaları, ilerlemeleri ve gerilemeleri içerdiği için anlaşılması basit ve sürekli bir süreç değildir. Yalnızca belirli bir anı veya birbiriyle ilişkili olmayan birkaç evreyi incelemek, yeterli değildir. Birey, yaşam boyunca tüm yönleri ile incelenmelidir. Örneğin, beklentileri, yaşam amaçları, bedensel değişimleri, zor zamanları, toplumsal rolleri gibi anlamlı tüm yönleri ele alınmalıdır. Yaşam akışı incelenirken biyo-psiko-sosyal etmenler birlikte değerlendirilmelidir. Böylece yetişkin birey, ahlak gelişimi, biyolojik yaşlanma, mesleki tercihler, strese uyum sağlama, yetişkin sosyalleşmesi gibi değişik kuramsal yaklaşımları birlikte ele alınarak daha iyi anlaşılabilir (Kittrell, 1998; Levinson, 1986, 1996; Minter ve Samuels, 1998). Bunların ötesinde yaşam akışının niteliksel olarak yaşamdaki kararlılığı ve değişimi içeren farklı evreleri bulunmaktadır. Bireysel farklılıklara ve toplumsal etkenlere göre sözü edilen süreçler niteliksel açıdan farklılaşabilir. Ancak sıralama yaşam akışı içerisinde yaş ile yakın ilişkilidir. Levinson'un kuramında ele alınan ikinci kavram “yaşam döngüsü” dür.

**Yaşam döngüsü.** Bu kavram, mevsimler veya çağlar sıralaması, düzenlemesi olarak belirtilmektedir. Yaşam döngüsü, yaşam akışının belirli bir sıra içerisinde gelişimini ve değişimini ifade etmektedir. Her insanın yaşamının düzenini sağlayan ve bireysel farklılıkları oluşturan yaşam döngüsünün yapısı, çağların ve geçiş dönemlerinin toplamından oluşmaktadır. Levinson'a (1986, 1996) göre her çağın/mevsimin kendi içinde biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutları bulunmaktadır. Bu boyutların her biri yaşam yapısına farklı katkılarda bulunmaktadır. Yaşam döngüsündeki çağlar dört evreden oluşmaktadır.

Ön yetişkinlik çağı, bireyin doğumundan yaklaşık olarak 22 yaşına kadar sürmektedir. Bu çağda birey, bebeklik, çocukluk ve ergenlik dönemlerinden geçerek bağımlılıktan bağımsızlığa doğru bir yol alır. Bu çağda birey en hızlı biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimi ve değişimi geçirir. Bu çağ, yetişkinliğe hazırlıktır. Birey bu çağda, annesinden, ailesinden ve akran gruplarından ayrı bir birey olduğunu fark ederek benlik yatırımını, kendilik değerini oluşturur. Böylece, birey bireyselleşme için ilk adımı atmış olur (Levinson, 1986, 1996).

İlk yetişkinlik çağı, ilk yetişkinliğe geçiş dönemiyle başlayan ve orta yaş geçişi ile son bulan yaklaşık 17-45 yaş arasında yer almaktadır. Bu çağ çok büyük bolluğun ve

fazla enerjinin, fırsatların ve ödüllerin olduğu zaman dilimidir. Bu çağ biyolojik açıdan 30 yaşa kadar yaşam döngüsünün zirve yıllarıdır (Levinson, 1986). Yine bu çağ, psikolojik açıdan cinsellik, aşk, aile yaşamı, meslekte ilerleme, yaratıcılık ve yaşam amaçlarını gerçekleştirme konusunda yaşam doyumunun yüksek olduğu yıllardır. Sosyal açıdan ise bu çağ, toplumsal rollerin yerine getirilmesi, bir aile kurulması, toplumda daha saygınlık kazanılması konusunda zengin ilişkilerin gerçekleştiği yıllardır. Öte yandan, bu çağ en büyük çelişkilerin, streslerin, risklerin, bedellerin ve hayal kırıklıklarının olduğu mevsimdir. Birey, bireysel tutkuların, isteklerin, beklentilerin gerçekleşmediği gördüğünde yaşamdan darbe yemiş gibi olur (Arnett, 2000; Levinson, 1986, 1996; Shanahan ve diğerleri, 2005).

Orta yetişkinlik çağı, orta yaş ile ileri yaş geçiş dönemleri arasında kalan yaklaşık 40-65 yaş diliminde yer almaktadır. Bu çağda biyolojik açıdan duraksama veya gerileme görülürken, psikolojik açıdan doyum verici ve yeterli ve sosyal açıdan değerli bir yaşamı sürdürme görülebilmektedir. Bu çağda yeni nesilleri yetiştirme ve sonraki kuşaklara deneyimlerini paylaşma görevi yerine getirilerek sosyal açıdan verimli geçirilir. Bu bakımdan orta yetişkinlik döneminde birey, yaşam yapısında bir yapı kurma veya bir yapıyı değiştirme örüntüsünü sergileyebilmektedir (Levinson, 1986, 1996).

İleri (son/geç) yetişkinlik çağı ise, son yetişkinlik geçiş dönemi ile ileri yetişkinlik sonrası dönem arasında kalan yaklaşık 65 ve üstü yaşları arasında yer almaktadır. Emeklilik ve sağlık sorunlarıyla baş etmesini sağlayacak yeni bir yaşam yapısı kurar. Örneğin, hobi bahçesi, deneyimleriyle ilgili bir kitap yazma bu sorunlarla baş etmek için tercih edilen eğilimler olabilir. Öte yandan gençlik dönemindeki kayıplarla ilgili psikolojik konulara eğilirler (Levinson, 1986, 1996). Levinson'un kuramında ele alınan üçüncü kavram "yetişkin gelişimi" dir.

**Yetişkin gelişimi.** Yetişkin gelişimi yaşam döngüsünde yerleşik evreler ve geçiş evreleri olmak üzere dokuz dönemden oluşmaktadır. Yetişkin yaşam döngüsündeki yerleşik dönemler ilk yetişkinlik için yaşam yapısına giriş (22-28 yaş), ilk yetişkinlik için yaşam yapısını sonuçlandırma (33-40 yaş), orta yetişkinlik için yaşam yapısına giriş (45-50 yaş), orta yetişkinlik için yaşam yapısını sonuçlandırma (55-60 yaş) olmak üzere dört evreden oluşmaktadır. Yetişkin yaşam döngüsündeki geçiş dönemleri ise, ilk yetişkinliğe geçiş (17-22 yaş), 30 yaş geçişi (28-33 yaş), orta yaş geçişi (40-45 yaş), 50



yaş geçişi (50-55 yaş) ve son yetişkinlik geçişi (60-65 yaş) olmak üzere beş evreden oluşmaktadır (Levinson, 1978, 1986). Sözü edilen dönemler Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4. Levinson'un Yetişkin Gelişimi Dönemleri

		İleri Yaş Geçişi: 60-65	
		Orta yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma: 55-60	<b>GEÇ (İLERİ) YETİŞKİNLİK ÇAĞI: 60-?</b>
		50 yaş geçişi: 50-55	
		Orta yetişkinlik için yaşam yapısına giriş: 45-50	
		Orta Yaş Geçişi: 40-45	
		İlk yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma: 33-40	<b>ORTA YETİŞKİNLİK ÇAĞI: 40-65</b>
		30 yaş geçişi: 28-33	
		İlk yetişkinlik için yaşam yapısına giriş: 22-28	
İlk Yetişkinlik Geçişi: 17-22			
		<b>İLK YETİŞKİNLİK ÇAĞI: 17-45</b>	

**ÖN YETİŞKİNLİK ÇAĞI: 0-22**

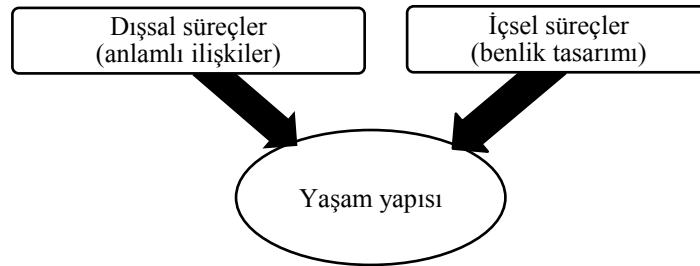
Kaynak: Levinson, 1996

İlk yetişkinlik çağının ilk üç evresi (ilk yetişkinliğe geçiş, ilk yetişkinlik için yaşam yapısına giriş ve 30 yaş geçişi) bu dönemin başlangıç, alışma, acemilik evresini oluşturur. Bu dönemler, ergenlikten yetişkinliğe geçme, oluşturulması zorunlu olan ve sürekli olmayan bir yaşam yapısını biçimlendirme ve bu yapının neleri kazandığının fırsatını sunar. Bu çağın son iki evresi (ilk yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma ve orta yaş geçişi) ise, bu dönemin çabalarının getirdiği sonuçlandırma evresini oluşturur (Levinson, 1986, 1996).

Orta yetişkinlik çağının ilk üç evresi (orta yaş geçişi, orta yetişkinlik için yaşam yapısına giriş ve 50 yaş geçişi) bu dönemin başlangıç, çiraklık, acemilik evresini oluşturur. Bu dönemlerde birey, ilk yetişkinliğin olgunluk ve orta yetişkinliğin çiraklık durumu içindedir. Bu çağda bir yaşam yapısını kurma, sınama ve değiştirme imkanı bulunana kadar denemeler sürdürülür. Bu çağın son iki evresi (orta yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma ve ileri yaş geçişi) ise, bu dönemin çabalarının getirdiği

sonuçlandırma evresini oluşturur. Bu iki evre, bir sonraki aşamaya geçişin hazırlığını oluşturur (Levinson, 1986, 1996). Levinson'un kuramında ele alınan dördüncü ve son kavram “yaşam yapısı”dır.

**Yaşam yapısı.** Bu kavram, bireyin yaşadığı kendilik yatırımı (benlik tasarımı/bireysel) ile sosyal rollerinin (diğerleri ile anlamlı ilişkiler/toplumsal) toplamından oluşur. Kendilik yatırımı (bireysel/içsel) süreçleri, bireysel beklentileri, umutları, hedefleri, becerileri, yaşam amaçları, değerleri ve durumlara yüklediği anlamları, yorumlamalarını içerir. Sosyal (dışsal) süreçler ise, toplumsal sorumlulukları, üstlendiği rolleri, üyelikleri, aile ilişkileri, iş yaşamındaki tercihleri, boş zaman etkinlikleri, arkadaşlık ilişkileri, yaşam tarzları, sosyo-ekonomik yaşam tercihlerinin tümünü içermektedir (Levinson, 1986, 1996). Şekil 1'de yaşam yapısının öğeleri sunulmuştur.



Şekil 1. Yaşam Yapısının Öğeleri

Dışsal süreçler (anlamlı ilişkiler), karşılıklı bireylerin istek, enerji, değerler, amaçları vb. kendilik değer yatırımlarını, bu yatırımlarını biçimlendiren toplumsal bağlamı içine alır. Bu ilişkiler aracılığıyla birey topluma katılır ve yaşam akışına biçim verir. Dostlar, eşler, anne babalar ve çocuklar, amirler ve iş arkadaşları, öğretmenler ve öğrenciler, ölmüş bir insan, simgesel bir grup, topluluk, dini cemaat, sendika, kuruluş, doğa, evren, yer ve özel bir nesne anlamlı başkasını ifade etmektedir. Her ilişki yaşam döngüsü içindeki değişimleri ve istikrarları gösterir. Yaşam yapısının değişmesiyle birlikte bireyin yaşamında bu ilişkilerin değişik işlevleri bulunmaktadır. Böylece, yaşam yapısı kavramı yaşam akışı içerisindeki değişimi, benlik tasarımı ve diğerleriyle olan anlamlı ilişkilerini incelemeyi gerekli kılmaktadır (Levinson, 1978, 1986, 1996).

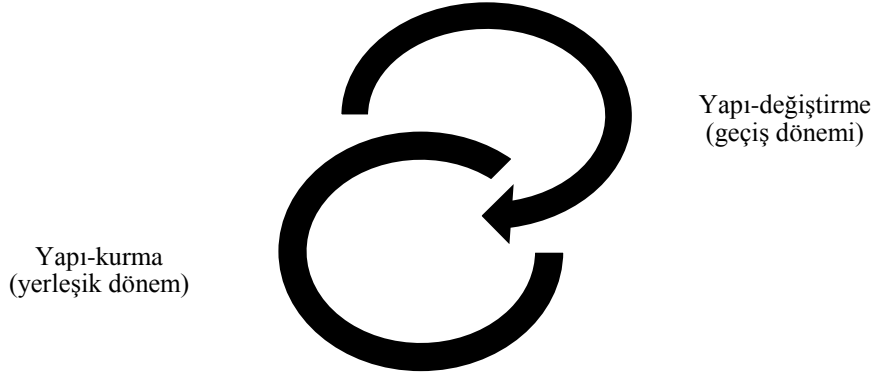
Levinson'a (1986, 1996) göre yaşam yapısı kavramı, kişilik terimiyle karşılaştırılarak daha iyi anlaşılabilir. Kişilik kuramları somut olarak bireyin nasıl bir insan olduğuyla ilgilenirken, yaşam yapısı kuramı şu anda nasıl bir yaşam olduğuyla

ilgilenmektedir. Kişilik kuramları, yetenekler, benlik imgeleri, değer yapıları, düşünce biçimleri gibi özelliklere göre bir çıkarsamada bulunurlar. Yaşam yapısı kuramı ise, yaşama neleri katmak istendiğine, yaşamın önemli evrelerinin nasıl bir bağlantı içerisinde olduğuna, yaşamı daha doyumlu kılmak için hangi ilişkilerinin olduğuna göre bir çıkarsamada bulunur. Sözü edilenlere ek olarak zamanın ve yoğunluğun çoğunlukla nerede ve nasıl geçtiği, şimdi önemsenmeyen ancak yaşamın ilerleyen aşamalarında yapmayı arzuladığı ilişkiler ve ilgi alanlarına göre de çıkarsamada bulunur. Böylelikle, bireyin yaşam yapısının dışsal süreçleri olan en anlamlı yönlerini keşfetmeye başlar. Bu dışsal süreçlerin birbirleriyle ilişkilerini belirler ve bu ilişkilerin örüntüsünü değerlendirir (Levinson, 1978, 1986).

Levinson'a (1986, 1996) göre bireysel yaşam yapısı, yaşam döngüsü içerisinde ilk, orta ve ileri yetişkinlik yılları süresince yaşa göre değişen yerleşik ve geçiş dönemleriyle görece düzenli bir sıra ve değişmez bir örüntü içinde gelişmektedir. Bu düzenli sıra ve değişmez örüntü benlik, ahlaki ve mesleki gelişimde, aile ve toplumsal yönlerde görülmezken bireysel yaşam yapısında yer alması ilgi çekicidir. İnsan varoluşunun doğasındaki periyodik değişim ile yaşam yapısı sürekli değişmektedir (Levinson, 1986).

İnsan yaşamında sürekli bir değişimin olduğu ilk, orta ve ileri yetişkinlik dönemlerinde görülen yerleşik ve geçiş evrelerinin dönüşüm sırası bulunmaktadır. Sıra kavramı, genel olarak yetişkin bireyin bir yapı kurma ve yapı değiştirme örüntüsünü, dolayısıyla periyodik değişimini ifade etmektedir. Yaşam döngüsündeki yerleşik dönemlerde (*building periods*) birey bir yapı kurma görevini gerçekleştirir. Bu çağdaki bir yaşam yapısı kurma sıkıntılı ve zorlu bir iştir, dolayısıyla beklenildiği gibi doyum sağlanamayabilir. Yapı kurma evresi, genellikle 5-10 yıl sürer. Yeni bir çağın başlangıcı önceki bir çağın bitimiyle çakışabilir. İki çağ arasında genellikle beş yıl süren bir geçiş dönemi bulunur. Bir çağdan diğerine geçişte yaşamda önemli değişimler olmaktadır (Levinson, 1986, 1996).

Yapı kurma evresinde bireyin ilk ve temel görevi, bir yaşam yapısı oluşturmaktır. İkinci görevi ise, amaçları, beklentileri, kendilik değeri vb. benlik yatırımlarını ve arkadaşlık, aile, çocuklar, iş yaşamı, toplumsal roller vb. sosyal yaşamını bu yaşam yapısı içine koyması, temel seçimleri yapmasıdır (Levinson, 1996). Yapı kurma ve yapı değiştirme sırası Şekil 2'de sunulmuştur.



Şekil 2. Yapı-kurma ve Yapı-değiştirme Sırası

Yetişkinlik dönemindeki bireyler geçiş dönemlerinde (*transitional periods*) bir yapı değiştirme görevi gerçekleştirilir. Geçiş dönemi, var olan yapıyı değiştirmenin yanı sıra yeni bir yapı için olanak tanır. Bu dönemde yetişkinin birinci görevi, mevcut yapıyı gözden geçirmek, benlik tasarımı ve sosyal ilişkilerinde değişim fırsatlarını araştırmak ve bir sonraki dönemin yaşam yapısına esas olacak tercihlere yönelmektir. Genellikle beş yıl süren geçiş dönemleri, gelişimseldir ve yetişkinlik yaşamının yaklaşık yarısını oluşturmaktadır. Bireyin yaşamını şekillendiren yaşam döngüsü çağlarından (Levinson, 1986, 1996) herhangi birinin görevlerini tamamlamadığında, bir sonrakine geçişinde (yapı-değiştirme evresi) zorlanma ve sarsılma yaşayabilmektedir.

Yukarıda ifade edilenleri özetlemek gerekirse, Levinson'un yaşam yapısı kuramı çeşitli mesleklerden orta yetişkinlik dönemindeki erkeler ile sonraki yıllarda ilk ve orta yetişkinlik dönemindeki farklı mesleklerdeki kadınlar ve ev hanımları ile yaptığı sonraki çalışmaları sonucunda kuramını şekillendirmiştir. Levinson'un belirttiği gibi, insan yaşamı süresi boyunca evlilik, iş ve aile yaşamı bireyin yaşamının merkezi öğeleri olduğu söylenebilir. Bühler, Erikson ve Gould gibi Levinson da ilk yetişkinlik döneminin sonlarında bireylerin yaşamlarını gözden geçirdiklerini, farklı amaçlar geliştirerek orta yaş geçişini gerçekleştirdiklerini ifade etmektedir. Levinson'un kuramının Erikson'un kuramı gibi yaşam süresi boyunca ayrıntılı ve psikososyal gelişimi açıklamaya çalışan ideal bir kuram olduğu söylenilebilir.

Sonuç olarak, ilk yetişkinlik çoğu kültüre göre yaşamın en önemli dönüm noktası olarak ifade edilmektedir (Levinson, 1996). Diğer taraftan, yapı-değiştirme görevinin yerine getirildiği geçiş dönemlerinin bedensel ve ruhsal zorlanmaların yaşandığı dönemler olduğu konusunda görüş birliğine varılamamıştır (Arnett, 2000; B.L. Neugarten ve D.A. Neugarten, 1996; Onur, 2000; Smithson, 2011). Günümüz

dünyasında tüm kültürlere ve insanlara tam uygulanabilecek evrensel kuramların (Onur, 2000) yerine kültüre özgü psikolojik kavramlar (Kağıtçıbaşı, 2000) ve bireysel yaşam biçimleri (Adler, 2003) giderek önem kazanmaktadır. Yaşam döngüsü evrelerinin evrensel olduğu görüşü, yerini tarihsel zaman ve bireysel farklılıklar açısından topluma göre değişen, ancak evrelerin sıralı yapısının değişmediği anlayışına (Levinson, 1996) alanyazında yer edinmeye başlanmıştır. Bu açıdan, bireysel yaşam yapısı ile ilgili farklı kültürleri ve bireysel farklılıkları gözetecek çalışmaların yapılması gerektiği söylenebilir.

### **İlk Yetişkinlikte Gelişim**

Yaşam boyu gelişim yaklaşımına göre yetişkinlik; ilk, orta ve ileri yetişkinlik dönemleri olarak üçe ayrılmaktadır. Kuramcılar farklı yaş dilimlerine göre ilk yetişkinlik dönemini sınırlama gereği duymuşlardır. Bu dönem Havighurst'e göre 18-35, Neugarten ve Moore' a göre 20-30, Erikson'a göre 20-40, Bühler'e göre 22-45 yaşları arasındadır (Zastrow ve Kirst-Ashman, 2015). Sözü edilen kuramcılara göre erken/genç yetişkinlik olarak tanımlanan ilk yetişkinlik, Levinson'a (1996) göre 22-40 yaş diliminde yer almaktadır. Bu yaş diliminin öncesindeki ve sonrasındaki beş yıl bir sonraki döneme geçiş evreleri olarak ele alınmaktadır. Buna göre ergenliğin bitimiyle başlayan ilk yetişkinlik dönemi orta yaş krizinin başlamasıyla son bulmaktadır. Bu dönemde eş seçme, aile kurma, ekonomik bağımsızlığını kazanma, meslek sahibi olma, çocuk yetiştirme, sosyal ortamlara girme ve sürdürme gibi gelişim görevleri bulunmaktadır (Havighurst, 1972). İlk yetişkinlik döneminde fiziksel, bilişsel, psikososyal, duygusal ve kişilik gelişimi söz konusudur. Bu gelişim alanlarının bireysel yaşam yapısıyla ilgili olduğu düşünülen psikososyal ve kişilik gelişiminin ele alınmasında yarar bulunmaktadır (Vander-Zanden, T.L. Crandell ve C.H. Crandell, 2011).

### **İlk Yetişkinlikte Psikososyal Gelişim**

İlk yetişkinlik dönemi ile birlikte duygusal bağımsızlığa ulaşan bir birey olan yetişkin (Havighurst, 1972), ergenlik dönemindeki iç dünyaya yönelmesinden daha fazla dış dünya ve diğerleri ile ilgilenmektedir. Sözelimi, aile içinde, iş yaşamında ve arkadaş çevresinde karmaşık ilişkiler yaşanmaktadır (Onur, 2000; Vander-Zanden ve diğerleri, 2011). Bu dönemde psikososyal gelişim benlik gelişimi, duygusal gelişim,

evlilik ve aile, sosyal ilişkiler, iş yaşamı ve kariyer düzenlemesi gibi değişkenlerle ifade edilmektedir (Havighurst, 1972; Levinson, 1986).

İlk yetişkinlikte ele alınan psikososyal gelişimin bir değişkeni benlik gelişimidir. Levinson'a (1978) göre, ilk yetişkinlik döneminde birey anne babasının yuvayı belli bir süreliğine terk ederek ayrı bir yerde yaşamaya başlar. Böylece aileden ayrılarak bağımsız olmaya çalışır. Bu dönemde bağımsız olma isteği ile birlikte sorumluluklar da artmaktadır. Bir iş ve evlilik yaşamıyla birlikte yetişkin dünyasına katılır. Bu bağlamda bir yaşam hayali ve bu hayaline ulaştıracak bir danışman (mentör) bulmaya çalışır. Otuzlu yıllarda ilk yetişkinlik dönemindeki birey, yaşam hayalini gerçekleştirme eğiliminde olur. Bu hayaline ulaşamadığını düşündüğünde hayal kırıklıkları yaşar, yaşamında sert değişimler olur. Bu dönemin sonlarına doğru birey ölümün etkisini hissetmeye, eşi ve işi arasındaki ilişkilerini düzenlemeye ve kendisine özgü edindiği değerlerle yeniden değerlendirmeye eğilimli olur.

İlk yetişkinlikte ele alınan psikososyal gelişimin diğer bir değişkeni duygusal gelişimdir. Duygu, bireyin niyetini belli eden ve ifade edildiğinde diğerlerini etkileyen birincil iletişim sistemi olarak tanımlanmaktadır (Greenberg, 2004). İlk yetişkinlikte duygular, arkadaşlık, kardeşlik, aşk, bağlanma vb. yakın ilişkilerde, evlilik ve aile gibi yetişkin yaşam biçimlerinde kendisini göstermektedir. İlk yetişkinlik döneminde birey, duygusal gelişimini romantik aşkla ilgili görmesine rağmen; iş arkadaşlığı, sosyal arkadaşlık, kardeş ilişkileri gibi diğer karşılıklı ilişkiler yoluyla da duygusal ihtiyaçlarını giderebilmektedir (Erikson, 1984; Marcia, 2002; Vander-Zanden ve diğerleri, 2011). İlk yetişkinlik döneminde birey, sadece karşısındaki insanda samimi davranmasını değil, aynı zamanda kendisine mesafeli davranmasının niteliklerini öğrenir. Bununla birlikte kendisinin başkaları tarafından algılanan çekici, itici, sıkıcı yönlerini keşfeder. Böylece ilk yetişkinlik dönemindeki birey, yakın ilişkilerde ve iş konusunda becerilerini yerine getirmede hayal kırıkları yaşayabilmektedir. Dolayısıyla olumlu duygular gibi olumsuz duygular da yaşanabilmektedir (Arnett, 2000; Atak ve Taştan, 2012).

İlk yetişkin dönemindeki birey, benzer değer ve tutumları olan, kolay ulaşabildiği, sosyal açıdan kendisini onaylayan ve zor zamanlarında kendisine destek olan yaşlılarını arkadaş/dost olarak tercih eder (Bagwell ve diğerleri, 2005; Marcia, 2002). Bu dönemde birey düzenli olarak yaşamının belli bir kısmını arkadaşlık ilişkilerine ayırmaktadır. İlk yetişkinlikte arkadaşlık gibi yoğun olarak yaşanan bir

duygu da bağlanmadır. Bağlanma, bireyin değerli gördüğü diğer insanlara yönelik geliştirdiği güçlü duygusal bağlar olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1980). Bağlanma duygusu yaşam süresi boyunca yaşanmasına rağmen, ilk yetişkinlik dönemiyle birlikte yetişkinlik yaşamı boyunca bazı farklılıkları içermektedir. Bunlardan ilki bağlanmanın yetişkinlikte karşılıklı olması, karşı tarafın tepkilerine göre bağlanmanın şekillenmesidir. Bir diğeri bireyin bireyselleşmesiyle birlikte bağlanma yakın ilişkide bulunan bir dost, arkadaşına veya yaşamını paylaştığı bir eşe yöneliktir (Yıldız, 2012).

Hazan ve Shaver (1994), güvenli, kaygılı ve kaçınan olmak üzere üçlü bağlanmanın stiline yetişkinler için söz konusu olduğunu öne sürmektedirler. Güvenli bağlanmada karşılıklı hatalar kabul edilip olumlu tutum sergilenirken, kaygılı-kararsız bağlanmada duygusal dengesizlikler, kuşku, takıntılar görülmektedir. Son çeşit olan kaçınan bağlanmayı sergileyen bireyler ise, yakınlığa karşı mesafeli ve uzak davranırlar. Öte yandan, Bartholomew ve Horowitz (1991), yetişkin bağlanmasının korkulu, güvenli, kayıtsız ve saplantılı olmak üzere dört boyutlu olduğunu belirtmişlerdir. Buna göre güvenli bağlanan yetişkinler, başkalarıyla yakınlık kurar ve kendilerini değerli görürler. Saplantılı bağlananlar, başkalarını değerli görürken kendilerini değersiz görürler. Bu nedenle ilişkileri takıntılı olurlar. Kayıtsız bağlananlar, başkalarını değersiz görürken kendilerini değerli görürler. Böylece yakın ilişkilerden kaçınırlar. Korkulu bağlananlar ise hem kendilerini hem de diğerlerini değersiz görmektedir. Bu nedenle yakın ilişki kurmaktan korkarlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

İlk yetişkinlikte ele alınan psikososyal gelişimin diğeri bir değişkeni evlilik ve aile yaşamıdır. Bireylerin yaşamlarında önemli görülen kararlardan biri evliliğdir. Evlilikle birlikte aile yaşamı başlamış olmakta, birey toplumda daha fazla kabul görmektedir. İlk yetişkinlik dönemi, aile yaşamında önemli değişimlerin olduğu bir evredir. Aile bir dönüşüm halinde üyelerini değiştirip dönüştürürken (Onur, 2000; Vander-Zanden ve diğeri, 2011), toplumun gelişimine ve değişimine de katkı sunmaktadır. Yakın ve uzak çevrenin sosyo-ekonomik ve yönetim anlayışı bu dönüşümü sağlamaktadır (Özdemir ve diğeri, 2009).

Toplumsal yapı içerisinde gerçekleşen yeni evli çift olma, küçük çocuklu aile olma gibi aile yaşam döngüsü evrelerinde aile üyelerinin bireysel gelişimleri/değişimleri söz konusu olmaktadır (Vander-Zanden ve diğeri, 2011). Özdemir ve diğeri (2009) göre, bu dönemde aile üyelerinin bireyselliklerini yitirmeden aile olmaya

çalıştıkları, ortak kararlar aldıkları, aile sorumluluğunun paylaştıkları görülmektedir. Bu dönemde aileye yeni bir üyenin katılımı aile dengesini bozabilir ve anne, babalık gibi yeni roller edinilmeye çalışılabilir. Ailedeki yeni üyelerin (çocukların) artması ve büyümeleriyle birlikte çocuk yetiştirme, daha yaşanılabilir bir aile ortamı sunma gibi görevler beraberinde gelmektedir. Aile küçük çocuklarla iletişime geçerken çocukla birlikte değişmekte, çocuğa toplumun değer ve kurallarını öğretmeye çalışmaktadır.

İlk yetişkinlikte ele alınan psikososyal gelişimin başka bir değişkeni sosyal ilişkilerdir. Ergenlik döneminde önemi artan sosyal çevre, yetişkinlik yıllarında da önemini koruyarak çeşitli yaşam stillerini ve topluma katılımı sağlamaktadır (Marcia, 2002; Levinson, 1996). İlk yetişkinler için sosyalleşme, günlük yaşamın tekdüzeliğine/sıradanlığa karşı bir çözümdür. Bireyler bu sıradanlığı aşmak için toplumsal yapının günlük etkinliklerine katılma isteği duyarlar (Onur, 2000). İlk yetişkinlikte bireyin gelişim sürecini özellikle toplumsal etkileşimler sağlamaktadır. Bu etkileşimler dernek, kulüp, vakıf, dini cemaat, sendika, siyasi parti üyelikleri ve eğlence toplantıları şeklinde olabilmektedir. Sözü edilen toplumsal etkileşimlerde gelir düzeyi, eğitim durumu, meslek, cinsiyet, medeni durum, yaşam tarzı ve yaşam yeri değişkenlerinin etkili olduğu bilinmektedir (B.M. Newman ve P.R. Newman, 2010; Yazar, 2012).

İlk yetişkinlik dönemindeki birey, boş zaman faaliyetlerini değerlendirerek sosyal ilişkilerini sürdürmektedir. Toplumun değerlerine göre bireyler boş zaman kavramını açıklamakta ve ona yönelik örnek etkinlikler vermektedir (Carpenter, 2005). Bazı toplumlara göre boş zaman eğitimsel, sanatsal etkinliklere katılmak ile örneklendirilirken bizim toplumumuzda televizyon izlemek, gezmek, arkadaşlarla vakit geçirmek ile örneklendirilmektedir (Onur, 2000). Carpenter ve Patterson'a (2004) göre, ilk yetişkinlikte boş zamanın belirlenmesinde yaşam tarzı, iş ve yakın çevrenin etkisi olmaktadır.

Kelly'e (1987) göre, boş zaman, işten bağımsız olan, işle bağlantılı ve işi tamamlayan boş zaman olarak üçe ayrılmaktadır. İşten bağımsız boş zaman, serbest etkinliklerin seçildiği, özgürce hareket edildiği zaman dilimidir. Televizyon izlemek, gezmek buna örnek verilebilir. İşle bağlantılı boş zaman, işe bağlı olarak özgürce seçilebilen boş zaman dilimidir. Bir akademisyenin bilimsel makale okuması, mesleğiyle ilgili olan bir filmi izlemesi buna örnek verilebilir. İş tamamlayan boş



zaman ise, bireyin özgür iradesiyle seçilmeyen işle dolaylı bağlantısı bulunan boş zaman dilimidir. Bir işçinin sendikaya, bir akademisyenin meslek odasına, bir velinin okul-aile birliğine üye olması, açık öğretim fakültesini okuyarak ikinci bir üniversite okuma buna örnek verilebilir. Sözü edilenlerin dışında, televizyon programcısının işi gereği televizyon izlemesi, özetlemesi gereken kitabı okuyan öğrencinin kitap okuması, şehirlerarası yolculuk yapmak zorunda olan şoförün gezmesi vb. boş zaman faaliyetleri değerlendirilmemektedir. Çünkü sözü edilen etkinlikler iş gereği ve iş sayılan etkinliklerdir.

İlk yetişkinlikte ele alınan psikososyal gelişimin son değişkeni iş yaşamı ve kariyer düzenlemesidir. Bireylerin yaşamlarında önemli görülen kararlardan birisi iş/meslek seçimidir. Bireyin seçtiği meslek aynı zamanda onun kimliğinin yanında, toplumsal sınıfını ve eğitim düzeyini de göstermektedir (Godbey, 1985; Marcia, 2002). Birey ilk yetişkinlikte Erikson'un (1984) deyiimiyle "ben kimim?" sorusu yerine "ben ne yapıyorum?" sorusuna yönelmektedir. Bu soruya verilen cevap, düzenli bir meslek ise gelişimsel açıdan mesleki dönüm noktası yaşanabilmektedir. Bunun aksine cevap düzensiz ve değişen bir meslek ise, yeni bir uyum ve sosyalleşme süreci yaşanabilmektedir.

Kariyer düzenlemesi/gelişimi açısından ilk yetişkinliğe bakıldığında, Kimmel'e (1995) göre, tipik bir iş yaşamı döngüsünde işe giriş, işte ilerleyen yıllar ve emeklilik olmak üzere üç büyük dönüm noktası bulunmaktadır. İşe girme ilk yetişkinlik dönemine denk gelen ve meslek seçimi sürecinin sonucundaki dönüm noktasıdır. İlhan'ın (2013) belirttiği gibi, ülkemizde özellikle ekonomik bağımsızlığa atfedilen önemle birlikte iş sahibi olma bir yetişkinlik ölçütü olarak görülmektedir. Bir an önce iş sahibi olmak ve kısa yoldan para kazanmak birçok genci çalışmaya yönelik güdülemektedir.

Kimmel'e (1995) göre, iş yaşamının ilerleyen yıllarında işe giriş dönemindeki krize benzeyen bir dönüm noktası ortaya çıkar. Bu dönemde kariyerinde yükselme, farklı yakın mesleklere ilgi duyma gibi durumları söz konusudur. İlerleyen yıllarda bireyler yaşam biçimleri ile işingereklikleri arasında sıkı bir ilişki kurarlar. Levinson'a (1986) göre, bu dönemde daha önce işle ilgili verilen birçok karar gözden geçirilir. Sözü edilen kararların gözden geçirilmesi yaşam yapısının geçiş evrelerinde gerçekleştirilmektedir. Örneğin, her bir sertifika, terfi, başarı belgesi, farklı iş deneyimleri ve yönelimleri benlik algısında, dolayısıyla yaşam yapısında değişimlere

yol açabilmektedir. Benzer olarak ülkemizdeki açık öğretim fakültesi sistemi bu dönemdeki bireylerin yaşadıkları iş yaşamındaki kariyer düzenlemesine örnek olabilmektedir.

### **İlk Yetişkinlikte Kişilik Gelişimi**

Kişilik, alanyazında en çok tartışılmaya değer görülen konuların başında yer almaktadır. Kişiliğin kavramsal açıdan birçok tanımı bulunmasına karşın bu tanımların gelişim paydasında buldukları söylenebilir. Bir tanıma göre kişilik, kişilerarası deneyime dayalı, sürekliliği olan, duygusal ve güdüleyici etkileşim tarzıdır (Costa ve McCrea, 1998). Başka bir tanıma göre ise kişilik, doğuştan gelen, kişiyi başkalarından ayıran ve tutarlı bir şekilde sergilenen özelliklerin bütünüdür (Taymur ve Türkçapar, 2012). Görüldüğü üzere, kişilikte tutarlı olmanın yanı sıra değişime uyum sağlama da söz konusudur.

Yaşam süresi boyunca kişiliğin farklılaşması ve bütünleşmesi arasında bir gerilim yaşanır. Ergenliğin sonları ile ilk yetişkinliğin başlarında bu gerilim kimlik arayışına yansır (Onur, 2000). İlk yetişkinlik döneminde birey kimlik arayışı olan "ben kimim?" sorusundan uzaklaşır (Taymur ve Türkçapar, 2012). Bu dönemde birey yaşam yapısında, yaşama şeklinde "Yaşamıma katmak istediğim neler var? Zamanımın büyük çoğunluğunu nereye ve nasıl harcıyorum? Bu yaşamda yaşamımı anlamlı ve doyurucu hale getirecek ne tür ilişkilerim var?" gibi sorularına cevap arar. Bu soruların tümüne verilen cevaplar bu dönemde yaşanan değişimi, psikolojik gelişim/değişim özelliklerini yansıtır (Erikson, 1984; Marcia, 2002; Levinson, 1986). Böylece, ilk yetişkinlikle birlikte kişilik sisteminde içsel değişim ve gelişimler yerini dışsal gelişim ve değişimlere bırakır.

Kimmel'e (1995) göre, birey ilk yetişkinlikte toplumsal dünyada genişleme hızında yavaşlama ve genişleme ile başa çıkabilecek beceriler geliştirmiştir. Dolayısıyla, bu dönemde kişilik sistemi içinde bir denge durumu bulunmaktadır. Yaşam deneyimlerinin artmasıyla kişisel tarzda ve toplumsal rollerde kararlılık söz konusudur. Rogers'a (2011) göre, ilk yetişkinlikte kendini gerçekleştirme ve yeterlilik güdeleri ile kişilik gelişmektedir. Kendini gerçekleştirme, dış dünyada kişiliğin tüm kapasitelerini korumayı ve geliştirmeyi ifade etmektedir. Yeterlilik ise bireyin dış dünyaya etkileşime girmesini belirtmektedir.

Bireyin yaşamını sürdürdüğü aile, ebeveynlik, iş, sosyal çevre, kültür gibi toplumsal yaşam alanı etkenleri kişiliğin gelişiminde ve değişiminde katkı sunmaktadırlar. Alanyazında ilk yetişkinlikte kişilikte sabitliğin (*kararlılık*) mi yoksa esnekliğin (*değişim*) mi söz konusu olduğu sorusu güncelliğini korumaktadır (İlhan, 2013). Kişiliğin yaşam boyunca sabit veya sürekli olduğu görüşü, insanların sergiledikleri bireysel farklılıkların tüm dillerde kodlanabildiği varsayımına dayanmaktadır. Dolayısıyla kişilik yapısı dil gibi sınıflandırılabilen ve kararlı bir şekilde ifade edilebilmektedir. Bu kuramcılara göre sıfatlara dayalı kişilik özelliklerinin çeşitli dillerdeki kişilik tanımlarıyla tutarlılık sergilemektedir (Costa ve McCrea, 1998; Srivastava, John, Gosling ve Potter, 2003).

Öte yandan esneklik görüşüne göre yaşam boyu gelişim içinde ilk yetişkinlikte kişiliğin gelişim (değişim) sergilediği kabul edilmektedir (Baltes ve diğerleri, 2014; Marcia, 2002; Neugarten, 1968; Levinson, 1986, 1996; Robert, Walton ve Viechtbauer, 2006). Neugarten'e (1968) göre, birey ilk yetişkinlikte olgunlaştıkça kendisine özgü ilgi alanları, değerler ve roller geliştirerek kişiliğine katkıda bulunur. Esneklik hipotezine göre kişilik gelişimi ve değişiminde sosyal çevre, toplumsal yapı, aile ve iş yaşamı gibi etkenlerin önemli bir rolü bulunmaktadır (İlhan, 2013). Alanyazında kişiliğin sürekliliği ve değişimi konusundaki çalışmaların ortak noktasına göre, kişilik yaşam süresi içinde olgunlaşmakta ve edinilen sosyal görevlerle değişmektedir. Kişiliğin sürekliliği ve değişimi konusunda yapılan araştırmalar, kişiliğin yaşam boyunca hem kararlılık gösterdiğini hem de değişimi sergilediğini göstermektedir (İlhan, 2013).

### **İlk Yetişkinlikte Yaşam Yapısı, Yaşam Akışı ve Yaşam Döngüsü**

İlk yetişkinlik dönemi, yaşamda yoğunluğu olan eş, aile ve meslek tercihlerini ele alma ve değerlendirme süreci olarak önemli bir yer tutmaktadır. Yaşamın büyük çoğunluğunun oluşturduğu yetişkinliği nasıl geçireceği ile ilgili planlamalar ve faaliyetler bu dönemin önemini ortaya koymaktadır. Levinson'a (1978, 1986, 1996) göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireyin gelişimi beş evrede gerçekleşmektedir. Bu beş evre iki yerleşik ve üç geçiş evresinden oluşmaktadır. Sözü edilen yerleşik (yapı-kurma) ve geçiş (yapı-değiştirme) evrelerinde üstlendiği görevlerle birey yaşam yapısını şekillendirmektedir. Bu açıdan aşağıda ilk yetişkinlikte yaşam akışı, yaşam döngüsü ve yaşam yapısı kavramları incelenmiştir.

Yaşam akışı, bir insanın yaşamının başlangıcından bitimine kadar olan gelişiminin görülebilir özellikleridir. Yaşam akışı dalgalanmaları, ilerlemeleri ve gerilemeleri içerdiği için anlaşılması basit ve sürekli bir süreç değildir. Yalnızca belirli bir anı veya birbiriyle ilişkili olmayan birkaç evreyi incelemek, yeterli değildir. Birey, yaşam boyunca tüm yönleri ile incelenmelidir. Örneğin, beklentileri, yaşam amaçları, bedensel değişimleri, zor zamanları, toplumsal rolleri gibi anlamlı tüm yönleri ele alınmalıdır. Yaşam akışı incelenirken biyo-psiko-sosyal etmenler birlikte değerlendirilmelidir. Böylece yetişkin birey, ahlak gelişimi, biyolojik yaşlanma, mesleki tercihler, strese uyum sağlama, yetişkin sosyalleşmesi gibi değişik kuramsal yaklaşımları birlikte ele alınarak daha iyi anlaşılabilir (Kittrell, 1998; Levinson, 1986, 1996; Minter ve Samuels, 1998). Bu araştırmada incelenen bir diğer kavram yaşam döngüsüdür.

Yaşam döngüsü, mevsimler veya çağlar sıralaması, düzenlemesi olarak belirtilmektedir. Yaşam döngüsü, yaşam akışının belirli bir sıra içerisinde gelişimini ve değişimini ifade etmektedir. Her insanın yaşamının düzenini sağlayan ve bireysel farklılıkları oluşturan yaşam döngüsünün yapısı, çağların ve geçiş dönemlerinin toplamından oluşmaktadır. Levinson'a (1986, 1996) göre her çağın/mevsimin kendi içinde biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutları bulunmaktadır. Bu boyutların her biri yaşam yapısına farklı katkılarda bulunmaktadır. Yaşam döngüsündeki çağlar dört evreden oluşmaktadır. İlk yetişkinlik çağı sözü edilen bu dört dönemden biridir.

İlk yetişkinlik çağı, ilk yetişkinliğe geçiş dönemiyle başlayan ve orta yaş geçişi ile son bulan yaklaşık 17-45 yaş arasında yer almaktadır. Bu çağ çok büyük bolluğun ve fazla enerjinin, fırsatların ve ödüllerin olduğu zaman dilimidir. Bu çağ biyolojik açıdan 30 yaşa kadar yaşam döngüsünün zirve yıllarıdır (Levinson, 1986). Yine bu çağ, psikolojik açıdan cinsellik, aşk, aile yaşamı, meslekte ilerleme, yaratıcılık ve yaşam amaçlarını gerçekleştirme konusunda yaşam doyumunun yüksek olduğu yıllardır. Sosyal açıdan ise bu çağ, toplumsal rollerin yerine getirilmesi, bir aile kurulması, toplumda daha saygınlık kazanılması konusunda zengin ilişkilerin gerçekleştiği yıllardır. Öte yandan, bu çağ en büyük çelişkilerin, streslerin, risklerin, bedellerin ve hayal kırıklıklarının olduğu mevsimdir. Birey, bireysel tutkuların, isteklerin, beklentilerin gerçekleşmediği gördüğünde yaşamdan darbe yemiş gibi olur (Arnett,

2000; Levinson, 1986, 1996; Shanahan ve diğ erleri, 2005). Bu araştırmada incelenen son kavram ise yaşam yapısıdır.

Yařam yapısı, bireyin dış dđnyayla sosyal yaşamda üstlendiği görevlerle bağlantısını kurar. Örneđin, bireyin aile ve iř yaşamında kendisi dışındaki herkes ve her Őey ile iletişimini kendisinin kurmuş olduğu yaşam yapısı ile sağlamaktadır. Birey bir geçiş evresinde varolan yaşam yapısını sorgular, gözden geçirir ve onu değiştirmeye çalışır. Bu evrede benlik tasarımı (kendisiyle barışık olma vb.) ve sosyal yaşamı (iři, evliliği iyileştirme, sečenekli yaşam biçimlerini keşfetme vb.) ile ilgili süreçleri değiştirme eğiliminde olur. Böylelikle, birey sonraki dönem olan yerleşik evreye geçmesine yardımcı olacak bir yaşam yapısını oluşturmaya başlar. Dolayısıyla, birey geçiş dönemlerinde yaşadığı içsel ve dışsal çatışmaların ilerisinde yaşamını değişime zorlayan krizle yüzleşmek durumundadır. Birey bu krizden psikolojik açıdan yenilmiş veya daha güçlü biri olarak çıkabilir (Levinson, 1986, 1996). Sözü edilen geçiş ve yerleşik evreler Őekil 3'te sunulmuştur.



Şekil 3. İlk Yetişkinliğin Evreleri

Yetişkin gelişiminin ilk evresi ilk yetişkinliğe geçiş dönemi, 17-22 yaşları arasında bulunmaktadır. Çocuk merkezli anlayış ile yetişkin, olgun bir birey merkezli anlayışın temsil edildiği bir dönemdir. Başka bir ifadeyle ergen benlik yapısı ile yetişkin benlik yapısı temsil edilmekle birlikte tam olarak iki dönemin özelliklerini taşımaz. Bu dönemde kadın evlilik ve kariyer düşlerini kurarken erkek mesleki rollerde bağımsız bir araştırmacı, diğerlerinin amaçlarını gerçekteştirmeye yardımcı olma düşlerini kurmaktadır. Birey sözü edilen düşlerini yerine getirmek için bir rehber, akıl hocasına ihtiyaç duyar. Birey değişik roller edinerek, yaşam düzenlemeleri yaparak daha özerk ve sorumlu olmaya çalışır. Bu dönemde askerlik görevini yerine getirir, okulu bitirir ve iş yaşamıyla ilk ilişkisini yaşamaya başlar (Levinson, 1996). Böylece birey yeni bir yaşam yapısı için arayışta olur.

İkinci evre olan ilk yetişkinlik için yaşam yapısına giriş dönemi, 22-28 yaşları arasında yer almaktadır. Bu dönem aileden ayrılma olarak da isimlendirilebilir. Bu dönemde birey, iş yaşamında ve ilişki alanlarında denemelerde bulunarak seçenekli yaşamı keşfeder. Bu dönemde birey, artık aile merkezli yaşamını bir kenara bırakarak yetişkin yaşamının ilk yapısını kurar. Bu dönemde birey evlilik öncesi romantik ilişkiler geliştirir. Bu dönemde birey aşk ilişkisi, evlilik, aile kurma, yakın çevre ilişkileri, iş ilişkileri ve düşlemler ile yaşam yapısını şekillendirirler. Birey, yetişkin rollerini ve sorumluluklarını öğrenir ve uygular. Bireyin artık okul yaşamı sonlanmış yeni komşular, arkadaşlar, tanıdıklar edinmiştir. Bu yerleşik evrede kurulan yaşam yapısında sosyal roller yerleştirilerek yaşama uyum sağlanır (Levinson, 1996).

Üçüncü evre olan 30 yaş geçişi dönemi, 28-33 yaşları arasında yer almaktadır. Bu dönemde önceki dönemde kurduğu yapıyı tekrar düzenler, yeniler ve değiştirir. Birey bu dönemde yaşamını gözden geçirir, sorgular ve yeniden değerlendirir. Sonraki yaşam yapısını temellerini atmaya başlar. Bu evrede kadınlar için kariyer ile evlilik/annelik durumları arasında seçim yapma önemlidir. Bu dönemde çevreden gelen daha fazla düzen ve kararlılık baskıları karşısında birey bunalımı arttıran bir başıboşluğa kapılabilir. Yaşamında yaptıklarının gelecekte nasıl bir etkiye sahip olmasını istediğini öğrenmeye çalışır (Levinson, 1996). Örneğin, 30 yaşına kadar bekâr kalan biri çevresinden gelen evlenme baskısı karşısında içe kapanarak ne yapacağını bilemeyebilir.

Dördüncü evre olan ilk yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma dönemi, 33-40 yaşları arasında yer almaktadır. Bu dönemde erkekte durulma görülürken kadınlarda aileye yeni üyelerin katılımı, değişen iş koşulları ve yakın ilişkiler ile yeniden bağlanımlar görülmektedir. Bu dönemde istikrarlı ve bütüncül bir yaşam yapısı oluşturmaya ihtiyaç duyulur. Birey toplum içinde yerini, üstlendiği rolleri öğrenir ve ona göre hareket eder. Bu dönem aynı zamanda gençlik dileklerini, düşlerini, hayallerini gerçekleştirme aracı olmaktadır. Bu dönemde başına buyruk olmayı, toplumsal açıdan en çok değer verilen rolleri benimsemeyi tercih eder. İş yaşamı açısından, başarılı kariyer ilerlemesi, terfiler ile yeni ödüller alır ve yeni sorumluluklar üstlenir. Böylece birey toplum tarafından tanınmak ister. Sosyal açıdan, yetişkin dünyasında yer alarak, bir aileyi yöneterek, toplumsal sorumluluklarını yerine getirerek yaşamdan zevk alır (Levinson, 1996).

Beşinci evre olan orta yaş geçişi dönemi, 40-45 yaşları arasında yer almaktadır. Yaşamın her yönüyle sorguladığı bu dönemde birey yaşamında neleri başardığını, edindiği deneyimleri, kendisi ve diğerlerine ne tür katkılarının olduğunu, yeteneklerini ve değerlerini gözden geçirmeyi gerçekleştirir. Gençlik dönemindeki bireyin gelecek düşleri ve hayalleri konusunda yaşam çizgisinde bir kırılma, temel değişiklik yaşanır. Bu dönem bireyin yeniden meydan okumalar, benliğin tehdit edilmesi ve bunalımlar ile baş etmeye çalıştığı zaman dilimidir. Bu süreçten kararlı ve başarılı çıkılabileceği gibi başarısız da olunabilir. Bu dönemde birey başarılı olursa daha sevecen, hoşgörülü, olgun, tedbirli, iç çatışmalardan arınık, kendisini ve başkalarını içtenlikle seven bir birey olarak görülür. Bunun tersine başarısız olursa bireye yaşam zorlu, tatsız ve anlamsız bir durum olarak görülür. Aynı şekilde bu dönemde birey, yaşam ile ölüm, gençlik ile yaşlılık, bağlılık ile ayrılık, yapıcılık ile yıkıcılık çelişkilerini bütünleştirme görevini gerçekleştirir (Levinson, 1986, 1996).

### **İlgili Araştırmalar**

Bireysel yaşam yapısı ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde, araştırmaların büyük çoğunluğunun (Carpenter, 1992; Gordon ve diğerleri, 2002; Shi, 2011; Stumpf, 2012; Young, 2013) orta yetişkinlik dönemi ile ilgili olduğu görülmektedir. Buna karşın ilk yetişkinlik dönemiyle ilgili sınırlı sayıda araştırmaya (Dyke ve Murphy, 2006; Green, 2006; Levinson, 1996; Robinson 2008) rastlanılmaktadır.

D. J. Levinson, Darrow, Klein, M. H. Levinson ve McKee (1976) ve Levinson (1978) yaşları 35-45 arasında değişen 40 erkek yetişkin üzerinde biyografi yöntemini kullanarak yaptıkları araştırmada yetişkin gelişiminde yaşam yapısının altı dönemini tespit etmişlerdir. Bu dönemler aileden ayrılma, ilk yetişkinlik dünyasına katılma, otuz yaş geçişi, ilk yetişkinlik yaşam yapısının sonlandırma, orta yaş geçişi ve orta yaş yaşam yapısını sonuçlandırma olarak bulunmuştur. Levinson (1986), yetişkin gelişimde yukarıda sözü edilen altı döneme ek olarak yaşam yapısında ilk yetişkinliğe geçiş ve son yetişkinliğe geçiş dönemlerini tespit etmiştir. Sözü edilen dönemlerde bir yapı-değiştirme görevinin yerine getirildiğini belirtmiştir.

Levinson (1977), orta yaş geçişindeki erkekler üzerinde yaptığı araştırmada orta yaş geçişindeki erkeklerin iş, aşk, evlilik ve kariyer yaşamlarında önemli değişimlerin

olduğu sonucuna varmıştır. Levinson (1996), ilk yetişkinlik dönemindeki farklı meslekleri icra eden kadınlar ile derinlemesine yaptığı görüşmeler sonucunda kadınlar için bireysel yaşam yapısındaki evrelerin varlığını tespit etmiştir. Smart ve Peterson (1994), yaşları 22-60 arasında değişen 498 Avustralyalı kadın ile yaptıkları çalışmada yaşam yapısı gelişiminde bazı zıtlıklara rağmen büyük oranda Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramına benzer yapı-kurma ve yapı-değiştirme görevlerini saptamışlardır.

Kopelman ve Glass (1979), orta yaş yetişkinlerle yaptıkları nitel araştırmada yaşam yapısındaki yapı-kurma ve yapı-değiştirme evrelerini bulmuşlardır. Bell ve Lee (2006), yapı-değiştirme evresinde stresin arttığını ve fiziksel aktivite değişimin olduğunu sonucuna ulaşmışlardır. Gordon ve diğerleri (2002), yapı-değiştirme evresindeki yetişkin kadınlarla yaptıkları çalışmada ev, iş ve aile değişkenlerine göre içsel ve dışsal düzenlemelere ihtiyaç duyulduğunu tespit etmişlerdir.

Wink ve Helson (1993), 82 evli çift yetişkin ile yaptıkları boylamsal çalışmada, kadınların kişilik yapıları, iş ve aile yaşamlarındaki farklı rolleri sonucunda erkeklere göre farklı yaşam yapılarının olduğunu bulmuşlardır. Schilling, Aseltine ve Gore (2007), 110 ilk yetişkinlik dönemindeki birey ile yaptıkları araştırmada her iki cins için okul, iş yaşamı, yetişkin rolünü sergileme ve yakın ilişkilerin yaşam yapısı üzerinde önemli bir rol oynadığını saptamışlardır.

Carpenter (1992), yetişkinlikte boş zamanın belirlenmesinde bireysel yaşam yapısına ve deneyimlere göre farklılıkların olduğunu tespit etmiştir. Öte yandan Carpenter ve Patterson (2004), ilk yetişkinlikte boş zamanın belirlenmesinde yaşam tarzı, iş ve yakın çevrenin etkili olduğunu bulmuşlardır. Bu iki araştırmaya göre, yetişkin birey var olan yaşam yapısına göre boş zamanlarını belirlediği ve değerlendirdiği belirtilmektedir.

Kittrell (1998), yaşamda başarı için bir yaşam hayalinin ilk yetişkinliğe geçiş evresinde olduğu gibi ilk yetişkinliğin diğer evrelerinde de yaşam yapısını şekillendirmede etkili olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca aynı çalışmada, kadınların erkeklere göre hayallerin daha farklı ve daha az yoğunlukta yaşadıkları görülmüştür.



Smithson (2011), kartopu örnekleme yöntemiyle yaşları 38 ile 47 arasında değişen 286 kadın ile yaptığı çalışmada; sosyal ilişki, yaşamda anlam, sağlık ve orta yaş geçişi arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre, orta yaş geçişindeki kadınların aile rollerinde değişimlerin olduğunu tespit etmiştir. Robinson ve Smith (2010), yaşları 25 ile 40 arasında olan 6 birey ile yaptıkları yarı yapılandırılmış görüşme ile iş ve yakın ilişkilerdeki değişimlerin ilk yetişkinlikte gelişimsel krizleri incelemişlerdir. Böylece gelişimsel krizlerin yaşam yapısını nasıl şekillendirdiğine odaklanmışlardır.

Green (2006), psikobiyografi yöntemini kullanarak Karen Horney'in bireysel yaşam yapısını incelemiştir. Bu çalışmada Green (2006), Karen Horney'in ilk yetişkinlik dönemindeki yerleşik ve geçiş evrelerinin varlığını ve yaşam yapısındaki yapı kurma ve yapı değiştirme kavramlarını saptamıştır. Ayrıca bu çalışmada yaşam yapısına etki eden aile, arkadaşlar, iş yaşamı, dini çevre olan diğerleri ile ilişkilerin etkili olduğu görülmüştür.

Wolfe, O'Connor ve Crary (1990), orta yaş geçişindeki 64 erkek ve kadın ile çalışmada yaşam yapısı dönüşümlerini belirlemeye çalışmışlardır. Bu çalışmada potansiyelini gerçekleştirme, çelişme derecesi ve geçicilik boyutlarının merkezi bir konumda olduğunu tespit etmişlerdir. Sözü edilenlere ek olarak yaşam yapısındaki değişimler olan esneklik, karmaşıklık ve bağımsız karar verebilme boyutlarının yaşamı sorgulamaya daha fazla katkı sunduğunu saptamışlardır.

Dyke ve Murphy (2006), ilk yetişkinliğe geçiş evresi dahil yetişkinliğin tüm evrelerinde olan 20 kadın ile 20 erkek olmak üzere 40 birey ile görüşmeler yapmışlardır. Bu çalışmada erkeklerin kariyer gelişimi, iş yaşamındaki başarı için danışmana (mentör) ihtiyaç duyduklarını bulmuşlardır. Diğer taraftan, kadınlar ise kariyer gelişiminin yanı sıra aile yaşamı ve çocuk yetiştirme için de danışmana ihtiyaç duydukları bulunmuştur. Böylece araştırmacılar her iki cinsin de yaşam yapılarını sözü edilen akıl hocası, danışman (mentör) değişkenine göre şekillendiğini ortaya koymuşlardır.

Diğer taraftan, Dunn ve Merriam (1995), farklı sosyo-ekonomik yapısı olan erkekler üzerinde yaptıkları çalışmada 30 yaş geçişi ile ilgili önemli bir kanıt bulmadıklarını belirtmişlerdir. Görüldüğü gibi ilk yetişkinlikte yaşam yapısının varlığını destekleyen ve desteklemeyen çalışmaların olduğundan söz edilebilir. Dolayısıyla ilk

yetişkinlik dönemiyle ilgili yapılan araştırmalar, farklı yöntem, örneklem ve veri analizi tekniklerine bağlı olarak farklı sonuçlar doğurabilmektedir.

Bu araştırmada incelenen bir diğer kavram olan yaşam akışına bakıldığında, alanyazında araştırmaların büyük çoğunluğunun (Levinson, 1978, 1986, 1996; Green, 2006; Smithson, 2011) yaşam yapısı ile ortak bir şekilde ele alındığı görülmektedir.

Levinson ve diğerleri (1976), yaptıkları görüşmelerle yaşam yapısının yaşam akışı içerisinde görüldüğünü tespit etmişlerdir. Levinson (1980), çocukluk ve ergenlik gibi yetişkinliğin de yaşamda belli bir sraya göre ilerlediğini bulmuştur. Bu çalışmada araştırmacı yaşam akışı içerisinde yerleşik ve geçiş dönemlerinin varlığı saptanmıştır. Böylece araştırmacı yaşam akışında meslek yaşamında terfilerin; evlilik ve aile yaşamlarındaki rollerin, kişilik yapısındaki değişimlerin ve sosyal gruplara katılmanın önemli birer etken olduğu sonucuna varmıştır.

Roberts ve diğerleri (2006), 92 yetişkin üzerinde yaptıkları meta-analiz çalışmasında, yaşam akışı içerisinde kişiliğin değişkenlik gösterdiğini bulmuşlardır. Bu çalışmada ergenlik döneminde görülen içe dönük kişilik yapısının görüldüğünü, ancak ilk yetişkinlik döneminde dışa dönük kişilik yapısının sergilendiğini saptamışlardır. Kohli (2007), biyografik bir bakış açısıyla yaşam akışını incelemiştir. Böylece sosyal değişimlerin etkisiyle standartlaştırılmış bir yaşam akışının olduğunu bulmuştur. Bu çalışmada gelecek zaman diliminde yaşam akışının sosyoloji ve siyaset biliminden etkileneceğini belirtmiştir.

Clausen (1991), bireyin amaçlarına, psikolojik ve kültürel yapısına göre yaşam akışının değiştiğini belirtmiştir. Elder (1996), yaşam akışının yaşam boyu gelişim yaklaşımı çerçevesinde ele alınması gerektiğini belirtmiştir. Yetişkin bireyin yaşam akışının insan yaşamındaki tarihsel ve coğrafik özelliklere, sosyal yapıya, yaşamın merkezi ögesi ve fenomenolojik görüşü ile yakın ilişkili olduğunu dile getirmiştir. Pearlin ve Skaff (1996), yaşam akışı içerisinde stres oluşturan zorlu yaşam olaylarının yaşam akışını etkilediğini saptamıştır. Wink ve Dillon (2002), 1920 ile 1929 yılları arasında doğan ve gelişim dönemi farklı olan bir grup yetişkin üzerinde yaptıkları çalışmada, yaşam akışında olumsuz yaşam olayları, deneyimler ve kişilik özelliklerinin etkili olduğunu bulmuşlardır.

Bell ve Lee (2006), yaşları 22 ile 27 arasında değişen 853 Avustralyalı ilk yetişkinlik dönemindeki kadın üzerinde yaptıkları araştırmada evden ayrılma, eğitimin yaşamının bitmesi, çalışma yaşamına girme, yakın ilişkide bulunma, evlilik, annelik değişkenleri ile ilk yetişkinliğin yaşam yapısına giriş evresini incelemişlerdir. Böylece yaşam akışı boyunca yukarıda sözü edilen önemli yaşam olaylarının ilişkisi bulunmuştur.

Lee ve Gramotnev (2007), yaşam akışındaki geçişleri inceledikleri boylamsal çalışmada; Avustralyalı genç yetişkin kadınların evlilik ve boşanma durumlarına göre sosyal ilişkilerini ve psikolojik iyi oluşlarını incelemişlerdir. Buna göre, geçiş dönemlerinde başa çıkma stratejilerini deneyen kadınların psikolojik iyi oluş seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Diğer taraftan Smithson (2011), kartopu örnekleme yöntemiyle yaşları 38 ile 47 arasında değişen 286 kadın ile yaptığı çalışmada; sosyal ilişki, yaşamda anlam, sağlık ve orta yaş geçişi arasındaki ilişki incelemiştir. Bu çalışmada yaşam akışı içerisindeki önemli yaşam olayları ele alınmıştır. Buna göre, orta yaş geçişinde yaşamda anlam düzeyinin yüksek olduğu ve sosyal ilişkilerde arayışın arttığı bulunmuştur.

Bu araştırmada incelenen son kavram olan yaşam döngüsüne bakıldığında ise, alanyazında araştırmaların büyük çoğunluğunun (Levinson, 1978, 1986, 1996; Fagan ve Ayers, 1983; McAdams, 2001; Bogin ve Smith, 2006) yaşam yapısı ile ortak bir şekilde ele alındığı görülmektedir.

Levinson ve diğerleri (1976), yaşları 35-45 arasında değişen 40 erkek yetişkin üzerinde biyografi yöntemini kullanarak yaptıkları araştırmada, yaşam döngüsü evrelerini saptamışlardır. Buna göre, yaşam akışı içerisinde ön yetişkinlik, ilk yetişkinlik, orta yetişkinlik ve ileri yetişkinlik olmak üzere dört önemli yaşam döngüsü bulunmuştur. Levinson (1996), derinlemesine görüşme yöntemini kullanarak 45 ilk yetişkinlik dönemindeki kadın ile yaptığı çalışmada; erkeklere benzer bir yaşam döngüsünün sergilendiğini tespit etmiştir. Benzer olarak Bogin ve Smith (1996), insan yaşam döngüsü dönemlerini saptamıştır.

Roberts ve Newton (1987), 39 yetişkin kadının biyografilerini inceledikleri çalışmada, yaşam döngüsü evrelerinin kadınlar için de benzer olduğunu tespit

etmişlerdir. Newton (1994), sosyal kurumlarla ilişkilerin bireysel yaşam yapısının dışında tutulduğunu bulmuştur. Ayrıca bu çalışmada insan yaşam döngüsünün bütüncül olarak ele alınarak orta yaş geçişinin anlaşılabilirliğini tespit edilmiştir.

Green (2006), psikobiyoğrafi yöntemini kullanarak Karen Horney'in bireysel yaşam yapısını incelediği çalışmasında belli bir sırada olan Levinson'un bireysel yaşam yapısındaki sözünü ettiği yaşam döngüsü dönemlerini tespit etmiştir. Berntsen, Rubin ve Siegler (2011), otobiyoğrafi yöntemini kullanarak benzer olarak yaşam döngüsü içerisindeki yaşam özetlerini incelemişlerdir. Bu çalışmada travma sonrası stres yaşayan yetişkinlerin zorlu yaşam olayları çerçevesinde bir yaşam sergiledikleri bulgusuna ulaşmışlardır.

Shi (2011), yaşları 35-54 arasında değişen yöneticilerle yaptığı çalışmada, kariyer gelişimi aşamalarının yaşam döngüsü aşamalarıyla örtüştüğünü bulmuştur. Ayrıca bu çalışmada orta yaş geçiş döneminin diğer dönemlere göre iyi gözlenebildiğini belirtmiştir. Fagan ve Ayers (1983), yaşları 27-55 arasında değişen 23 polis memuru ile yaptıkları çalışmada yaşam döngüsü içerisinde 30 yaş ve orta yaş geçişini tespit etmişlerdir. Sözü edilen bu geçiş dönemlerinde polislerin yaşamlarında değişimlerin olduğunu bulmuşlardır. Ornstein ve Isabella (1990), 204 kadın yönetici ile yaptıkları çalışmada, Super'ın kariyer gelişimi ve Levinson'un yaşam döngüsü evrelerini incelemişlerdir. Araştırmacılar katılımcıların kariyer tutumlarının sözü edilen evreler ile tutarlı olmadığını tespit etmişlerdir.

Rolland (1987), kronik hastalığı olan yetişkinler üzerine yaptığı çalışmada, yaşam döngüsü evrelerinde yaşam yapısının şekillendiğini bulmuştur. Tucker ve Aron (1993), 59 çift ile on haftalık yaptıkları görüşmeler ile aşık olma, evlenme, çocuk sahibi olma ve çocukların evden ayrılmasının yaşam döngüsündeki anahtar noktaları arasında olduğunu bulmuşlardır.

McAdams (2001), yaşam akışı içerisinde bireysel yaşam öykülerini incelemiştir. Bu çalışmada araştırmacı bireysel amaçlara ve kimliğe bağlı olarak bir yaşam tarzının sergilendiğini bulmuştur. Böylece bireylerin benzer yaşam döngülerinden geçtiği saptanmıştır. McAdams, Josselson ve Lieblich (2006), kişilik ve yaşam öyküsü arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, yaşam döngüsü evrelerini bulmuşlardır. Buna

göre, ergenlik ve yetişkinlikte yaşamın zorlu yaşam biçimi olarak görüldüğünü tespit etmişlerdir.

Sonuç olarak, yaşam yapısı ile ilgili araştırmaların bir çoğunun Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramı çerçevesinde ele alındığı görülmektedir. Öte yandan, yaşam akışı ve yaşam döngüsü ile ilgili araştırmaların farklı değişkenlerle birlikte ele alındığına rastlanmaktadır. Sözü edilen üç kavramın ele alındığı çalışmaların sınırlı sayıda olduğu söylenebilir. Bu nedenle bu araştırmada bu üç kavram birlikte ele alınmıştır.

## **BÖLÜM III**

### **YÖNTEM**

Araştırmanın bu bölümünde araştırma modeli hakkında bilgi verildikten sonra araştırmanın evreni, örnekleme, kullanılan ölçme aracı, veri toplama süreci, verilerin çözümlenmesi ve kullanılan istatistiksel analizler hakkındaki bilgilere yer verilmiştir.

#### **Araştırma Modeli**

Bu çalışmada ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam akışlarını, yaşam döngülerini ve yaşam yapılarını incelemek için nitel araştırma yaklaşımlarından yorumlayıcı olgu bilim (fenomenoloji) deseni kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek'e (2006) göre nitel araştırma, bireysel algılamaların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir şekilde görme fırsatı sunan görüşme, gözlem ve doküman analizi yöntemlerinin kullanıldığı ve verilerin çözümlenmesinde nitel bir sürecin izlendiği araştırma şeklidir. Yorumlayıcı olgu bilim deseni ise, bireysel deneyimlere, algılamalara göre olgulara ve durumlara yüklenen anlamları inceleyen bir araştırma modeli olarak belirtilmektedir (Akturan ve Esen, 2013; Özdemir, 2010). Bu bağlamda ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin öznel deneyimlerine bağlı olarak yaşam yapısı, yaşam akışı ve yaşam döngüsü olgularını nasıl algıladıkları ve yaşamlarında nasıl gördükleri anlaşılmasına çalışılmıştır.

#### **Çalışma Grubu**

Bu araştırmanın çalışma grubu, yorumlayıcı fenomenolojik desende kullanılan amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme ile belirlenmiştir. Amaçlı örnekleme, derinlemesine araştırma fırsatını bulabilmek için araştırmanın amacı doğrultusunda zengin bilgi kaynaklarının seçilmesi; maksimum çeşitlilik örnekleme ise, örneklemin araştırmayla ilgili olarak içsel bağlamında benzeşik değişik durumlardan oluşturulması olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2013). Bu amaçla araştırmanın evrenini Türkiye'deki 28-45 yaşları arasında olan ilk yetişkinlik dönemindeki 11,1 milyon birey (TUIK, 2013), örneklemini ise Türkiye'nin yedi farklı coğrafi bölgesinde yaşayan ilk yetişkinlik dönemindeki 28 birey (Ort. = 34,46; ss = 4,76) oluşturmaktadır.

Nitel araştırmalarda örneklem büyüklüğünü hesaplamada araştırmanın amacına ve sahip olunan olanaklara göre karar verilmektedir. Burada söz konusu olan yeterince verinin elde edilmesi ve elde edilen verilerin doyurucu olmasıdır (Büyüköztürk ve diğeri, 2013; Akturan, 2013). Bu açıdan evreni temsil etme becerisi göz önünde bulundurularak katılımcıların çeşitliliğini sağlamak amacıyla farklı cinsiyet, farklı meslek gruplarından, farklı coğrafi bölgeden ve farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerden eşit olarak seçilmesine özen gösterilmiştir. Araştırmacı; kişisel deneyimleri, çalıştığı konu ile ilgili gözlemleri ve alanyazını göz önünde bulundurarak ve çalışılmak istenen topluluğa ulaşılmasının zorluğunu dikkate alarak sözü edilen örnekleme yöntemini tercih etmiştir.

Bu araştırmada demografik değişkenlerle ilgili kullanılan kategori (sınıflama) şöyledir: Bu araştırmada yaş kategorisi Levinson'un yaşam yapısı kuramına göre 30 yaş geçişi (28-33), ilk yaşam yapısını sonuçlandırma (34-39) ve orta yaş geçişi (40-45) dönemlerini karşılayacak şekilde ayrılmıştır. Ganzeboom ve Treiman'nın (1996) üzerinde çalıştığı Uluslararası Standart Meslek Sınıflaması [ISCO-88] ve Türkiye Cumhuriyeti Devlet Memurları Kanunu [DMK] meslek sınıflamaları temel alınarak sağlık, eğitim, finans, emniyet (güvenlik) ve teknik hizmet sınıfları kullanılmıştır (Resmi Gazete, 1965). Ayrıca TUIK (2006-2012) Gelir ve Yaşam Koşulları Araştırması sonuçlarından faydalanılarak aylık ortalama geliri 0-1250 TL olanlar için düşük, 1251-2500 TL olanlar için orta ve 2501-üstü olanlar için yüksek sosyo-ekonomik düzey (SED) sınıflaması yapılmıştır (TUIK, 2013). Çalışma grubuyla ilgili tanımlayıcı istatistik analizi sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. *Katılımcıların Çeşitli Özelliklere Göre Dağılımı*

Özellikler	Kategoriler	N	%
1. Cinsiyet	Erkek	16	57
	Kadın	12	43
TOPLAM		28	100
2. Yaş	28-33	13	46
	34-39	9	32
	40-45	6	22
TOPLAM		28	100
3. Meslek Grubu	Eğitim	7	25
	Sağlık	7	25
	Teknik	5	18
	Finans	4	14
	Güvenlik	5	18
TOPLAM		28	100

Tablo 5 (Devam)

4. Medeni Durum	Bekâr	5	18
	Evli	23	82
		TOPLAM	28
5. Eğitim Düzeyi	Lise	1	4
	Yüksekokul	4	14
	Üniversite	16	57
	Yüksek lisans	5	18
	Doktora	2	7
		TOPLAM	28
6. Gelir Durumu (SED)	Düşük	1	4
	Orta	14	50
	Yüksek	13	46
		TOPLAM	28
7. Sahip olunan çocuk sayısı	Yok	8	28
	Bir	8	28
	İki	7	25
	Üç ve daha fazla	5	17
		TOPLAM	28
8. Yaşanılan yer	Siirt	8	28
	Elazığ	4	14
	Manisa	3	11
	Balıkesir	3	11
	Adana	4	14
	Konya	3	11
	Rize	3	11
		TOPLAM	28

Tablo 5'te görüldüğü gibi örneklem, Türkiye'nin coğrafi ve demografik olarak farklı bölgelerinde bulunan ilk yetişkinlik dönemindeki 28 bireyden oluşmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların % 43'ü (12) kadın % 57'si (16) ise erkektir. Yaş değişkenine göre katılımcıların % 46'sı (13) 28-33 yaş, % 32'si (9) 34-39 yaş ve % 28'si (6) ise 40-45 yaş aralığındadır. Meslek grubu değişkenine göre katılımcıların % 25'i (7) eğitim, % 25'i (7) sağlık, % 18'i (5) teknik, % 14'ü (4) finans ve % 18'i (5) güvenlik sınıfındadır. Medeni durum değişkenine göre katılımcıların % 18'i (5) bekâr ve % 82'si (23) evlidir. Eğitim düzeyi değişkenine göre katılımcıların % 4'ü (1) lise, % 14'ü (4) yüksekokul, % 57'si (16) üniversite, % 18'i (5) yüksek lisans ve % 7'si (2) doktora seviyesine sahiptir. Gelir durumu değişkenine göre katılımcıların % 4'ü (1) düşük, % 50'si (14) orta ve % 46'sı (13) yüksek algılanan sosyo-ekonomik düzeye sahiptir. Sahip olunan çocuk sayısı değişkenine göre katılımcıların % 28'inin (8) çocuğu bulunmamakta, % 28'inin (8) bir, % 25'nin (7) iki ve % 17'sinin (5) üç ve daha fazla çocuğu bulunmaktadır. Yaşanılan yer değişkenine göre katılımcıların % 28'inin (8) Siirt, % 14'nün (4) Elazığ, % 11'nün (3) Manisa, % 11'nün (3) Balıkesir, % 14'nün (4) Adana, % 11'nün (3) Konya ve % 11'nün (3) Rize şehirlerinde ikamet ettikleri görülmektedir.



### **Veri Toplama Aracı**

Araştırmada veri toplamak için Levinson'un (1978, 1986, 1996) yaşam yapısı kuramına dayalı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme sorularının bulunduğu Bireysel Yaşam Yapısını Değerlendirme Formu kullanılmıştır. Görüşme, belli bir amaç etrafında görüşmecinin önceden hazırlanmış belirli soruları sorarak ve görüşülen bireyin bu soruları cevaplamasıyla gerçekleşen, ilgi, tutum ve düşüncelerin ifade edilebildiği karşılıklı bir söyleşi olarak ifade edilmektedir (Karasar, 2012). Yarı yapılandırılmış görüşme ise, sabit seçenekli cevaplar verebilmenin ötesinde çalışılan konuda detaylı bilgiler sağlayan görüşme çeşididir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2013). Görüşmenin yüz yüze yapılabilmesi, sözlü olması, esnek bir yapısının olması gibi birçok avantajı bulunmaktadır. Öte yandan zamanın sınırlı olması, sınırlı sayıda katılımcıya ulaşılması, empatik iletişimin kurulamaması sonucu yanlış anlaşılmanın süreci tıkaması gibi dezavantajları da bulunmaktadır (Balcı, 2010; Büyüköztürk ve diğerleri, 2013; Kaptan, 1998; Yıldırım ve Şimşek, 2006). Bu araştırmada sözü edilen avantajları kullanmak ve dezavantajları önlemek için gerekli çaba gösterilmiştir.

Bu araştırma kapsamında geliştirilen Bireysel Yaşam Yapısını Değerlendirme Formu iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm cinsiyet, yaş, meslek, medeni durum, gelir düzeyi vb. kişisel bilgileri (demografik bilgiler) içeren sekiz sorudan oluşmaktadır. İkinci bölüm ise yaşam amacı, yaşam yapısı, yaşam akışı, yaşam döngüsü, yapı-kurma ve yapı-değiştirme sırası, enerji kaynakları, boş zaman vb. bilgileri içeren bireysel yaşam yapısına yönelik olarak on dört sorudan oluşmaktadır. Hazırlanan formdaki sorular tez danışmanı tarafından incelenmiş ve geri bildirimler doğrultusunda sorular üzerinde bazı değişiklikler yapılmıştır. Ayrıca benzer nitel çalışmalardaki (Carpenter, 1992, 2005; Carpenter ve Patterson, 2004; Gordon ve diğerleri, 2002; Robinson, 2008; Smithson, 2011; Wolfe ve diğerleri, 1990; Rickards, 2005; Stumpf, 2012; Young, 2013) sorularla benzer bir yapıda olmasına özen gösterilmiştir. Yarı-yapılandırılmış görüşme formunun bir örneği Ek 2'de verilmiştir.

### **Veri Toplama Süreci**

Verilerin toplanması için Türkiye'nin yedi farklı bölgesinde bulunan Konya, Manisa, Balıkesir, Adana, Rize, Elazığ ve Siirt illerine bilimsel amaçlı geziler yapılmıştır. Her bir ilde ortalama olarak bir hafta kalınmıştır. Toplamda ise veri toplama

süreci yaklaşık altı ay (167 gün) sürmüştür. Verilerin toplanması 2014 yılı Şubat-Ağustos ayları arasında gerçekleşmiş, bu zaman süresince görüşmeler yapılmıştır. Öncelikle zengin veri kaynağı, ulaşma ve gönüllülük konularında alan araştırması yapılmıştır. Veriler Türkiye'nin yedi coğrafi bölgesinde yaşayan, eğitim, sağlık, teknik hizmetler ve güvenlik (emniyet) sınıfı mesleklerini icra eden, yaşları 28-45 arasında olan ilk yetişkinlik dönemindeki 28 bireyle yapılan görüşmeler ile elde edilmiştir. Yapılan meslek kategorisine bağlı kalarak öğretmen, akademisyen, mühendis, tekniker, gişe sorumlu memuru, banka çalışanı, muhasebeci, doktor, hemşire, laborant, polis memuru ve askeri personel olmak üzere maksimum çeşitlilikteki meslek mensupları arasından aday görüşmeciler belirlenmiştir.

Aday görüşmeciler ile araştırmacının yakın çevresi aracılığıyla ön görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Toplamda 45 aday görüşmeci ile görüşülmüş, ancak zaman, ortam vb. koşulları sağlayan, gönüllü olan ve buna onay veren 28 katılımcı ile asıl görüşme için randevu alınmıştır. Böylece, görüşmeler gönüllü katılımı ve görüşmenin gizliliği ile ilgili yazılı olarak garanti altına alınmış ve güven ortamı sağlanarak asıl görüşme için randevu alınmıştır.

Görüşmeler katılımcıların mesleklerini icra ettikleri iş ortamında yapılmıştır. Bu araştırmanın görüşme sürelerinde bireysel farklılıklara bağlı olarak zaman farkı göstermiştir. Görüşmede katılımcıların kendilerini daha rahat ifade edebilmeleri amacıyla cevaplama için herhangi bir sınırlama konulmamıştır. Görüşme evresinde saygı, empatik anlayış, saydamlık, yakından ilgilenme, etkin dinleme gibi terapötik iletişim için gerekli koşulların ve yapılandırma, teşvik etme, içerik ve duygu yansıtması, amacın ve problemin kişiselleştirilmesi, geribildirim ve özetleme gibi temel terapötik becerilerin sergilenmesine özen gösterilmiştir (Voltan-Acar, 2009).

### **Araştırmada Yapılan Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları**

Birçok araştırmacının şüpheyle yaklaştığı nitel araştırmalara ilgi gün geçtikçe artmaktadır. Nitel araştırmada geçerlik, araştırmacının düşündüğü şeyi ölçebilmesi ve araştırmanın sonuçlarının benzer ortam ve durumlara genellenebilir olmasını ifade eder. Çalışılan popülasyonun (katılımcılar) çalışılan konuyu algıladığı gibi yansıtabilmesi önemlidir (Sözbilir, 2011). Geçerlik iç ve dış geçerlik olarak sınıflandırılmaktadır. Dış geçerlik (aktarılabirlik), araştırma sonuçlarının benzer durum ve ortamlara

genellenebilir olmasıdır. Dış geçerlik için birinci olarak araştırmadaki katılımcıları ve kuramsal yapıyı detaylı bir şekilde tanımlayan zengin ve ayrıntılı bir anlatıma ihtiyaç bulunmaktadır. İkinci olarak, özgün ve kalıcı kategori yapılması önemlidir. Son olarak çoklu araştırmacı, veri kaynağı ve yöntemler gibi çoklu durumların kullanılması gerekmektedir. İç geçerlik (inandırıcılık) ise, araştırmacının ön yargılardan arınık olması, tarafsız davranması, kavramsal çerçeveye bağlı kalınması ve meslektaşlarca benzer sonuçlara ulaşılmasını içermektedir (Ataseven, 2012; Büyüköztürk ve diğerleri, 2013; Demir, 2011; Morse, Barrett, Mayan, Olson ve Spiers, 2008; Özdemir, 2010; Sözbilir, 2011).

Bu araştırmada geçerliği sağlamak için ses kaydı, yazılı alan notları (transkriptler), görüşme sonrası karşılıklı değerlendirmeler gibi çoklu veri kaynaklarından yararlanılmıştır. Bu araştırmada yapılan görüşmeler sonlandırılmadan önce alınan özet notlar katılımcıyla paylaşılmıştır. Katılımcıya eklemek ve soru sormak istediği bir durum olup olmadığı konusunda sorular yöneltilmiştir. Böylece açıklığa kavuşturulması gereken noktalar aydınlatılmıştır. Bu aşamada görüşmenin verimliliği, araştırmacının rolü vb. konularda katılımcılarda geribildirimler ve değerlendirmeler alınmıştır. Katılımcıya görüşlerini paylaştığından ve zamanını ayırma zahmetinden dolayı teşekkür edilerek görüşme sonlandırılmıştır.

Güvenirlilik, nitel araştırmalarda teyit edilebilirlik ve tutarlılık anlamında kullanılmaktadır (Sözbilir, 2011). Örneğin, farklı araştırmacıların benzer sonuçlara ulaşması, tekrarlanan çalışmaların benzer gözlemler üretmesi, çoklu araştırmacının aynı veriden benzer yorumlara ulaşması olarak ifade edilmektedir. Farklı araştırmacıların benzer sonuçlara ulaşması iç güvenirliliğe (tutarlılık) ilişkindir. Aynı şekilde kuramsal çerçeveye bağlı kalarak yapılan veri analizi de iç güvenirlilik ile ilişkilidir. Dış güvenirlilik (teyit edilebilirlik) ise, benzer ortamlarda da araştırma sonuçlarının benzer olarak ortaya çıkma durumunu inceler. Farklı araştırmacının benzer rolü, aynı kavramsal çerçeve, veri kaynağı seçimi, verilerin toplanması ve analiz edilmesi dış geçerliği sağlamaya yöneliktir (Ataseven, 2012; Morse ve diğerleri, 2008; Özdemir, 2010; Sözbilir, 2011).

Bu araştırmada güvenirliliği sağlamak için görüşmelerden elde edilen bulgular ile kavramsal çerçeve olan Levinson'un (1986) bireysel yaşam yapısı kuramının karşılaştırılması gibi kontroller araştırma süresi boyunca yapılmıştır. Levinson'un kuramına bağlı kalarak elde edilen bulguların içerik analizi yapılmıştır. Araştırmacı ile

tez danışmanı tarafından yapılan içerik kodlamaları ile ilgili puanlayıcı güvenilirliği (gözlemciler arası güvenilirlik) test edilmiştir. Buna göre puanlayıcılar arasındaki görüş birliği ve ayrılığı sayılarını hesaplamak amacıyla Miles ve Huberman'nın (1984)  $Güvenirlik = (Görüş\ birliği / (Görüş\ birliği + Görüş\ ayrılığı)) \times 100$  güvenilirlik formülü kullanılmıştır. Bu formüle göre en az % 70 düzeyinde bir güvenilirlik yüzdesi bulunmalıdır. Sözü edilen formülün uygulanması sonucunda araştırmacı ile tez danışmanının yaptığı değerlendirmeler arasında % 80 oranında uyum tespit edilmiştir. Böylece puanlayıcı güvenilirliğin yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra bu çalışmada araştırma süreci ayrıntılı bir şekilde aktararak güvenilirliğin yüksek olması sağlanmaya çalışılmıştır.

LeCompte ve Goetz (1982), araştırmacının katılımcı gözlemci, deneyim kazanma vb. konularının açık hale getirilerek dış güvenirliliğin sağlanabileceğini belirtmektedirler. Bu çalışmada araştırmacı, görüşmeler esnasında empatik anlayış sergilemeye, esnek davranmaya ve sözlü ve sözsüz her türlü mesajı önemli bir veri olarak kabul edip kaydetmeye özen göstermiştir.

### **Araştırmada Alınan Etik Önlemler**

Sosyal bilimlerde etik, bilimsel çalışma ve insana özgü konuların söz konusu olması açısından önemsenmesi gereken bir boyuttur. Etik, belli bir meslek veya sanatın yerine getiren profesyonel standartlara, kurallara uymak olarak tanımlanabilir (Demir, 2011). Katılımcıların araştırmaya gönüllü katılımını sağlamak, araştırmanın amacını açıklamak, özel yaşamın gizliliğini korumak, katılımcılara yönelik saygılı, dürüst ve tarafsız olmak vb. etik davranışlar sıralanabilir. Rapor yazma aşamasında ise, araştırmanın amacına, yöntem ve tekniklerine bağlı kalmak, elektronik sisteme aktarmada dikkatli olmak, istatistiksel verilerin tam ve eksiksiz bir şekilde belirtmek, doğru yorumlamak ve alıntılmalarda doğru atıfta bulunmak vb. etik davranışlar bulunmaktadır (Demir, 2011).

Bu araştırmada, görüşme yapılacak katılımcılar belirlenirken gönüllülük esas alınmıştır. Görüşmelerin başında, katılımcılara çalışma ile ilgili bilgi sunulmuş, katılımın gönüllülüğe dayalı olduğu bu nedenle ses kayıt cihazının kullanılması izni sorulmuştur. Katılımcıların istedikleri zaman diliminde görüşmeyi sonlandırabilecekleri belirtilmiştir. Ayrıca katılımcılardan bilgilendirilmiş olur formu da alınmıştır. Yapılan

görüşme aşamaları boyunca katılımcılara karşı saygılı, dürüst ve tarafsız olmaya özen gösterilmiştir. Onlardan gelen her türlü istek, soru ve değerlendirme üzerinde görüş alışverişinde bulunulmuştur. Ayrıca katılımcıların araştırmacıya ulaşması ve örnek birimlerin araştırma raporuna erişebilmeleri amacıyla araştırmacının iletişim bilgileri ve elektronik posta adresi katılımcılara verilmiştir.

Araştırma raporunun sunulmasında katılımcıların isimleri hiçbir şekilde açıklanmamıştır. Görüşmeler boyunca etik ilkeler gereği gizliliği sağlamak amacıyla isimler yerine kodlamalar kullanılmıştır. Bu kodlamalar araştırmacı tarafından analizde kullanılmak üzere herhangi bir sıralama göz önünde bulundurmaksızın rastgele temsili isim, soy isim baş harfleri ve yaş kategorileri birleştirilerek düzenlenmiştir. Örnek olarak, 35 yaşındaki bir birey için AB35 şeklinde kod isim verilmiştir. Rapor yazma aşamasında araştırmacının amacına ve yöntemine sadık kalınmış, ham veriler olduğu gibi bilgisayar sistemine aktarılmıştır. Daha sonrasında gerekli olan istatistiksel veriler ve yorumlamalar sunulmuştur. Ayrıca doğru bir şekilde atıf yapılmasına özen gösterilmiştir.

### **Araştırmacının Pozisyonu**

Yaşamın en doyurucu ve zahmetli yıllarını oluşturan ilk yetişkinlik dönemi, insana birçok olanaklar tanımaktadır. Sözü edilen dönemde bireylerin bireysel olarak yönelindikleri bu durumların, yaşamlarındaki değişimlerin nedeni araştırmacı tarafından merak edilmiştir. Bu durum tez danışmanıya paylaşılmış ve araştırma sorusu derinleştirilmiştir. Daha sonra buna ilişkin olarak düşünülen Levinson'un bireysel yaşam yapısı kuramı bağlamında bu araştırma gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda bu çalışmanın yerel alanyazına biraz da olsa katkıda bulunabileceği ihtimali ve ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşamlarının daha iyi anlaşılmasına bir nebze de olsa yardım edebileceği düşüncesi araştırmacıyı sevindirmiştir.

Araştırmacı yıllarca hayalini kurduğu görüşme yöntemini farklı özelliklere sahip ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerle gerçekleştirmiştir. Görüşmeler süresince oldukça esnek ve anlayışlı davranmaya ve özellikle sözsüz mesajları algılamaya çalışmıştır. Diğer taraftan araştırmacının kuramların nasıl oluştuğuyla ilgili merakı bu araştırmada gerçekleştirilen nitel araştırma yöntemini, NVivo programını ve içerik analizini öğrenmeye yol açmıştır. Bu açıdan araştırmacı görece zengin bilgi kaynaklarına

ulaşmayı ve bunları akademik açıdan değerlendirme fırsatı yakaladığı için mutlu olmuştur.

### **Verilerin Çözümlemesi**

Bu araştırmada toplanan veriler, NVivo8.0 programı kullanılarak içerik analizi yöntemi ile çözümlenmiştir. Araştırmacı bu programın kullanımını öğrenmek amacıyla programla ilgili çalışma yapmış uzmanlardan, bilgisayar programlarından ve elektronik dokümanlardan yardım almıştır. Büyüköztürk ve diğerlerine (2013) göre içerik analizi, belirli kriterlere göre yapılan kodlamalarla bir metnin içindeki kelimelerinin içerik sınıflaması ile özetlendiği, sistematik ve tekrarlanabilir bir yöntemdir. İçerik analizi ile insanların tutumları, inançları, değerleri ve düşünceleri ortaya çıkarılabilir (Stemler, 2001). İçerik analizinde amaç, okuyucunun anlayabileceği şekilde araştırmayı kavram ve temalar etrafında açıklamak, neden-sonuç ilişkisi kurmak ve verileri yorumlamayı yapmaktır. Sözü edilen yöntemde var olan kuramsal çerçeveden elde edilen kavramları kodlama yoluyla ulaşılması gereken tema ve alt temaları ve bunlar arasındaki ilişkiyi belirtmektir (Sözbilir, 2011).

İçerik analizi altı aşamadan oluşmaktadır. İçerik analizinde öncelikle veriler kodlanmalı, ikinci olarak kategori ve temalar bulunmalı, üçüncü olarak veriler kodlara ve temalara göre düzenlenmeli ve tanımlanmalı, dördüncü olarak elde edilen bulgular yorumlanmalıdır (Strauss ve Corbin, 1990). Beşinci aşama ise, kodlar, temalar ve kategorilere uygun olarak hipotezler üretmektir. Üretilen bu hipotezlerin mevcut verilerle desteklenip desteklenmediğine bakılmalıdır. Desteklenmediği takdirde yeni hipotezler kurulmalıdır. Altıncı ve son olarak araştırma raporu yazılmalıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2006; Marshall ve Rossman, 1995; Ratcliff, 2008; akt. Sözbilir, 2011).

Bu araştırmada tüm sesli kayıtlar deşifre edilerek bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Daha sonra metinler okunarak Strauss ve Corbin'in (1990) önerileri doğrultusunda kodlama işlemi yapılmıştır. Buna göre, ilgili alanyazın ve araştırma soruları süzgeci sonucunda kodlama yapılan kavramlar oluşturulmuştur. Kod oluşturulurken cümleyi özetleyebilecek sözcük veya sözcük grubu tercih edilmiştir. Birbirine benzeyen kodlar arasındaki ilişkiler sayesinde kodlar aynı tema altına alınmıştır. Ham veriler bilgisayar ortamında düzenlendikten sonra NVivo8.0 programına aktarılmıştır. NVivo programı, kodları özel temalar altında toplamaya,

değişik örneklem bulgularını birlikte değerlendirmeye, sonuca hızlı bir şekilde ulaşılmasına imkan vermektedir. Bu bilgisayar programı kodlar ile araştırma notları arasında ilişki kurulmasına, verilerin matris, model, rapor ve grafik halinde özetlenmesine olanak tanımaktadır (Baş, Atak, Uludağ ve Güler, 2013; Kuş-Saillard, 2009; Cassell, Symon, Buehring ve Johnson, 2006).

Bu araştırmada elde edilen kategoriler, temalar ve alt temalarla NVivo8.0 nitel araştırma programıyla veriler görsel bir şekilde daha anlamlı olarak ortaya konulmuştur. Öncelikle kuramın esasını oluşturan yaşam yapısı, yaşam akışı ve yaşam döngüsü kategorileri her biri ayrı ayrı olarak bu programda hiyerarşik ilişkiye sahip (*tree nodes*) bir şekilde düzenlenmiştir. Daha sonra bu kategorilerin altına ilgili temalar ve bu temalara bağlı olarak da alt temalar atanarak eksen kodlama yapılmıştır. Bu aşamadan sonra ilgili alt tema ile katılımcı görüşlerini oluşturan görüşme metinleri (*sources*) ilişkilendirilmiştir. Bu işlemin sonucunda ilgili alt temalara ilişkin olarak katılımcıların görüşleri frekans analizi tekniği ile sayısallaştırılmıştır. Dolayısıyla elde edilen veriler görselleştirilerek daha detaylı ve anlaşılır olmasına özen gösterilmiştir. Ayrıca katılımcıların görüşlerinden doğrudan alıntılar yapılarak yukarıda sözü edilen çalışmalar örneklendirilmiştir.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacı ve bu amaç doğrultusunda belirlenen alt amaçlar çerçevesinde 28 katılımcı ile gerçekleştirilen yarı-yapılandırılmış görüşmeden alınan ham verilerin NVivo8.0 programı ile içerik analizleri yapılmış ve bunlara ait bulgular özetlenmiştir. Bu çalışmada ortaya çıkan kategori, tema ve alt temaların ele alınmasında bütünsel bir yaklaşım tercih edilmiştir. Bu bağlamda düzenlenen temalar ile görüşmelerden elde edilen alıntılar sunulurken katılımcıların kod isimleri ile birlikte verilmiştir. Levinson'un (1996) ele aldığı yaşam yapısına ilişkin kuramsal yapı ile Strauss ve Corbin'in (1990) önerileri doğrultusunda yapılan içerik analizine göre üç kategori, dört tema ve ondört alt tema ortaya çıkmıştır. Sözü edilen kategori, tema ve alt temalar Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. *Kategori, Tema ve Alt Temalar*

<b>Kategori</b>	<b>Tema</b>	<b>Alt Temalar</b>
<b>Yaşam Yapısı</b>	<b>Benlik Tasarımı</b>	<i>Gelecek hayali</i> <i>Yaşam amacı</i> <i>Yaşam metaforu</i> <i>Yaşlanmaya bakış</i>
	<b>Sosyal İlişkiler</b>	<i>Boş zaman etkinlikleri</i> <i>Enerji yoğunluğu</i> <i>Yaşamsal kararlar</i> <i>Anlamlı yaşam etkinlikleri</i>
<b>Yaşam Akışı</b>	<b>Öznel Yaşantı</b>	<i>Deneyimler</i> <i>Geçmişe bakış</i> <i>Krizle başa çıkma</i>
<b>Yaşam Döngüsü</b>	<b>Genel Yaşantı</b>	<i>Yaşam özeti</i> <i>Yapı sırası</i> <i>Dönüm noktaları</i>

Tablo 6'da görüldüğü gibi yaşam yapısı kategori altında benlik tasarımı ve sosyal ilişkiler, yaşam akışı kategorisi altında öznel yaşantı ve yaşam döngüsü kategorisinin altında genel yaşantı temaları bulunmaktadır. Yaşam yapısı kategorisi altında benlik tasarımı teması altında gelecek hayali, yaşam amacı, yaşam metaforu ve



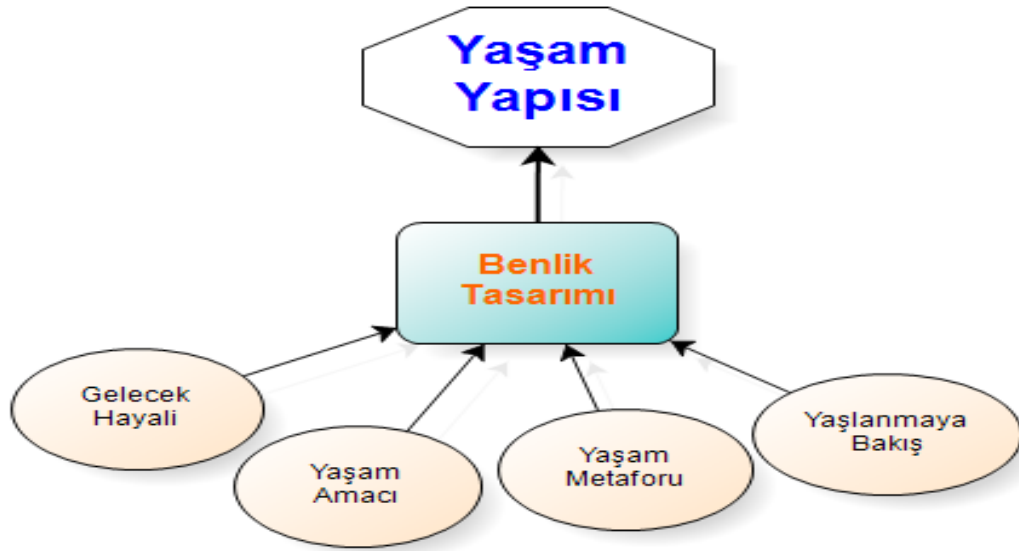
yaşlanmaya bakış alt temalarının olduğu görülmektedir. Yaşam yapısı kategorisi altındaki sosyal ilişkiler teması altında boş zaman etkinlikleri, enerji yoğunluğu, yaşamsal kararlar ve anlamlı yaşam etkinlikleri alt temaları bulunmaktadır. Yaşam akışı kategorisi altındaki öznel yaşantı teması altında deneyimler, geçmişe bakış ve krizle başa çıkma alt temalarının olduğu görülmektedir. Ayrıca yaşam döngüsü kategorisi altındaki genel yaşantı teması altında yaşam özeti, yapı sırası ve dönüm noktaları alt temalarının toplandığı görülmektedir.

### Yaşam Yapısı Kategorisine İlişkin Bulgular

Bu araştırmada ortaya çıkan yaşam yapısı kategori altında benlik tasarımı ve sosyal ilişkiler temaları dörder alt temadan oluşmaktadır. Sözü edilen tema ve alt temalar aşağıda sırasıyla sunulmuştur.

### Benlik Tasarımı Temasına İlişkin Bulgular

Yaşam yapısı kategorisi altındaki benlik tasarımı teması ve bu temaya ait alt temalar Şekil 4'te sunulmuştur.



Şekil 4. Benlik Tasarımı Teması

**Gelecek hayali.** Katılımcıların tamamına yakını (n = 25) gelecek hayallerini yaşamlarında yarım bırakılan bir eylemi, bitirilmemiş işlerini gerçekleştirmeyi ve huzurlu bir yaşam hayal ettiklerini ifade etmişlerdir. Görüşmeye katılanlardan birisinin (EÖ41) bu konudaki ifadesi *"İleride emekli olduktan sonra özel bir anaokulu açmayı planlıyorum. Yönetimin kendi elimde olmasını tercih ettiğim için bireysel çalışmalarda daha*

*başarılı olduğuma inanıyorum.*" şeklindedir. Sözü edilen durumların dışında, katılımcıların geleceğe yönelik hayalleri sırasıyla; kariyer gelişimi (n = 7), aile huzuru (n = 5), topluma yararlı olma (n = 3) ve inanç sistemini geliştirme (n = 2) olarak ortaya çıkmıştır.

**Yaşam amacı.** Katılımcıların yarısından fazlası (n = 17) yaşam amaçlarını yakın ilişkide buldukları bireylerin yaşam şartlarını iyileştirmeye dönük olarak geliştirdiklerini belirtmişlerdir. Bu konuda bir katılımcının (EY29) görüşü *"Yaşam ailemle geçirebileceğim birinci dünyamdır. Hoşgörü, sevgi, hayattan zevk almak yaşamımın amacıdır."* şeklindedir. Sözü edilene ek olarak katılımcıların ifade ettikleri bir diğer önemli yaşam amacı, dini yaşam tarzı (n = 8) çerçevesinde şekillenmektedir. İA28, bu konudaki yaşam amacını *"Yaşam inancımız gereği Allah'ın takdir etmiş olduğu zaman zarfında en güzel şekilde yaşayabilmek, çevredekilere faydalı olabilmektir."* tarzında açıklamıştır. Bu yaşam amaçlarının dışında, katılımcıların yaşam amaçları sırasıyla; çocuk yetiştirme (n = 6), mutlu olma (n = 5), insanlara yararlı olma (n = 3) ve vakit geçirme (n = 2) olduğu görülmüştür.

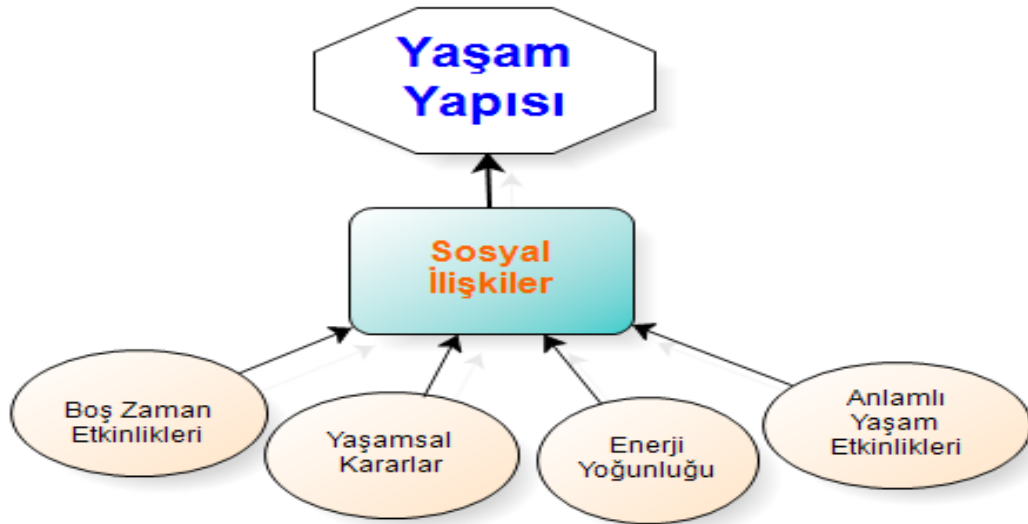
**Yaşam metaforu.** Yaşamı neye ve nasıl benzettikleri ile ilgili geliştirdikleri yaşam metaforu konusunda katılımcıların yarısına yakını (n = 12) yaşamı iyi, hoş bir nesneye veya duruma benzettiklerini ifade etmişlerdir. Bu durumla ilgili bir katılımcı (KY35), düşüncesini *"Aşureye benziyor. Çok farklı şeyler var, hepsi beni mutlu ediyor."* şeklinde açıklamıştır. Bununla birlikte yaşamın zorlu yaşam koşullarına uyum sağlama durumu olduğu belirten katılımcıların (n = 10) görüşü ön plana çıkmıştır. Bu konudaki bir katılımcının görüşü (ŞZ28), *"Denize benzer. Hem mücadele hem de rahat olduğum için gelgitler oldu. Genele göre rahat bir yaşamım oldu."* şeklindedir. Bir diğer önemli yaşam metaforu iş yaşamı odaklı anlayışını belirten durmadan çalışan bir makinedir (n = 7). Buna örnek olarak bir katılımcı (ST33), *"Hiç durmadan çalışmak. Ben öyle yorumluyorum. Sürekli insanın geliştirmek zorluklarla başa çıkma olabilir."* Bu yaşam metaforlarının dışında, monoton yaşam (n = 4) ve belli bir yaşam süresi olan mevsim (n = 2) şeklinde yaşam metaforları ifade edilmiştir.

**Yaşlanmaya bakış.** Katılımcıların yarısı (n = 14) gelişimsel açıdan daha yaşlı olmaya yönelik bakış açılarını, olgun ve tecrübeli olma, yaşamı daha iyi anlayabilme şeklinde belirtmişlerdir. Bu konuda bir katılımcının (EÖ41) vurguladığı nokta *"Ben kendimle barışık bir insanım, çalışan bir insanım. Emekli olduğumda çocuklarım bir yerlere"*

*gelecek bu benim için iyi olacak.*" şeklindedir. Katılımcıların belirttiği yaşlanmaya yönelik bakış açısı konusunda ilgili bir diğer önemli görüş, yaşama yönelik olumsuzluk, yaşlanmama isteği (n = 8) olduğu görülmüştür. Örneğin MK33, bu konudaki görüşünü *"Yaşım ilerledikçe sosyal yaşamım biraz kısıtlanacaktır. Zamanımın çoğu aileyle iş hayatına yönelik olacaktır."* şeklinde ifade etmiştir. Bu ifadelerin dışında, katılımcıların yaşlanmaya yönelik bakış açıları sırasıyla; yaşın önemli olmaması (n = 4), yıpranma (n = 4) ve o anki psikolojik durum (n = 2) olarak ortaya çıkmıştır.

### Sosyal İlişkiler Temasına İlişkin Bulgular

Yaşam yapısı kategori altındaki sosyal ilişkiler temasına bağlı alt temalar Şekil 5'te sunulmuştur.



Şekil 5. Sosyal İlişkiler Teması

**Boş zaman etkinlikleri.** Katılımcıların yarısından fazlası (n = 19) boş zamanlarını yakın ilişkide buldukları aile üyeleri ve arkadaşlarıyla birlikte geçirdiklerini vurgulamışlardır. Görüşmeye katılanlardan birisinin (İB35) bu konudaki ifadesi *"Boş zamanlarımı arkadaşlarla, çocuklarımla zaman ayırarak değerlendiriyorum. İmkanım olsa araba kullanmayı seviyorum."* şeklindedir. Sözü edilenlerin dışında, katılımcıların boş zaman kavramına yönelik görüşleri sırasıyla; gezme (n = 5), kitap okuma (n = 3) ve film izleme (n = 2) olarak tespit edilmiştir.

**Enerji yoğunluğu.** Katılımcıların tamamına yakını (n = 24) enerjilerinin ve zamanlarının büyük çoğunluğunu meslek yaşamı ile geçirdiklerini belirtmişlerdir. Bu konuda bir katılımcının (HT35) vurguladığı nokta *"Okula, öğrencilerime harcıyorum."*

*Zamanımın büyük çoğunluğu burada geçiyor. Yorgun bir şekilde eve gidiyorum. Ertesi gün aynı."* şeklindedir. Bu konuyla ilgili ortaya çıkan bir diğer önemli enerji yoğunluğu yakın ilişkilerde bulunulan aile üyeleri ve arkadaşlar (n = 12) ile zaman geçirmedir. Bu konuyla ilgili CK43, *"Zamanımın yarısını ailemle, yarısını da arkadaşlarıma ayırıyorum."* diye belirtmiştir. Sözü edilenlerin yanı sıra eğitim ve kariyer (n = 5) ve hobiler (n = 2) gibi katılımcıların zamanlarını geçirdikleri enerji yoğunluğu etkinlikleri olduğu görülmüştür.

**Yaşamsal kararlar.** Katılımcıların yarısından fazlası (n = 19) yaşamlarında önemli kararları verirken aile üyelerinin etkili olduğunu ifade etmişlerdir. Altı katılımcı ise bireyin kişisel duruşunun, bakış açısının yaşamsal kararları vermede etkili olduğunu belirtmiştir. Bu konudaki görüşünü CK43, *"Yaşamıma yön veren belirleyici çoğu zaman kendim oluyorum. Bir zaman mensubu olduğum gruba kendi isteğimle girdim ve çıktım. Bir gün sigara içmeye karar verdim, üç yıl içtim ve kendi kendime tekrar bıraktım."* şeklinde örneklendirmiştir. Sözü edilen yaşamsal kararları etkileyen faktörlerin dışında, inanç sistemi (n = 5) ve meslek (n = 4) olarak ortaya çıkmıştır.

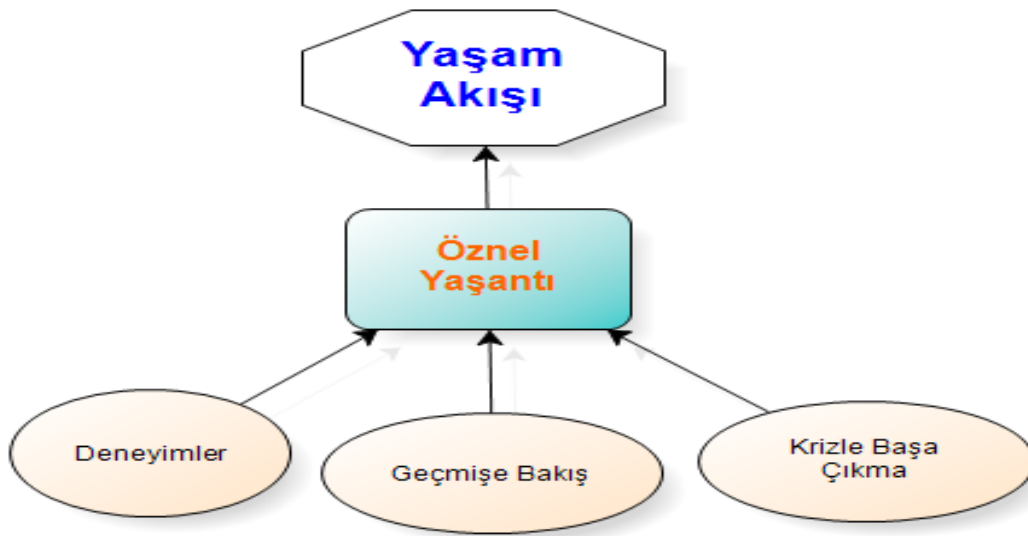
**Anlamli yaşam etkinlikleri.** Katılımcıların yarısından fazlası (n = 17) yaşamlarını daha etkili ve doyumlu geçirebilecekleri etkinlikleri olarak yakın ilişkilerde bulunulan eş ve çocuklarla verimli etkinlikler geçirdiklerini vurgulamışlardır. Bu konuda bir katılımcının (ST33) vurguladığı nokta *"Çocuklarımla geçiriyorum. Hafta sonları kendime ayırıyorum, bir gün. Yaz tatillerini çocuklarımla yoğun değerlendiriyorum."* şeklindedir. Katılımcıların belirttiği anlamli yaşam etkinlikleri konusunda ilgili bir diğer önemli görüş, inanç sistemini düzenlemeye çalışma (n = 10) olarak ön plana çıkmıştır. OF45 bu konudaki görüşünü *"Rabbimize yaklaşıma çalışıyorum. İbadet etmeye çalışıyorum. Emrettiği gibi düzgün bir insan olmaya çalışıyorum."* şeklinde ifade etmiştir. Bu konuyla ilgili belirtilen diğer önemli vurgu kişisel gelişimdir (n = 4). Örneğin bir katılımcı (SŞ30), *"Boş zamanlarımı değerlendiriyorum. Kültürel etkinliklere, kurslara ve kongrelere katılıyorum. Daha iyi bilgi aktarmak için."* biçiminde ifade kullanmıştır. Bu ifadelerin dışında, katılımcıların anlamli yaşam etkinliklerinin sırasıyla; arkadaşlık ilişkileri (n = 4), iş yaşamı (n = 3), yardım kuruluşlarına katkıda bulunma ve hobiler (n = 1) olduğu belirlenmiştir.

## Yaşam Akışı Kategorisine İlişkin Bulgular

Bu araştırmada ortaya çıkan yaşam akışı kategorisi altında öznel yaşantı teması ve bu tema altında üç alt tema bulunmaktadır. Sözü edilen tema ve alt temalar aşağıda sırasıyla sunulmuştur.

### Öznel Yaşantı Temasına İlişkin Bulgular

Yaşam akışı kategori altındaki öznel yaşantı temasına ait alt temalar Şekil 6'da sunulmuştur.



Şekil 6. Öznel Yaşantı Teması

**Deneyimler.** Deneyimlerin yaşamlarında nasıl bir etkisi olduğu sorusuna katılımcıların yarısına yakını (n = 12) deneyimlerin yaşama olumlu bakmayı ve başarıyı sağladığını ifade etmişlerdir. Bu konuda bir katılımcının (CK43) ifadesi "*Kişiliğimi tecrübelerime borçluyum. Bana insanların değerli olduğunu öğretti. Değersiz insan olmadığını.*" şeklindedir. Katılımcıların belirttiği bir diğer önemli deneyimlerle ilgili görüş, zorluklarla başa çıkmaya çalışarak olgunlaşmayı sağlama (n = 8) olduğu görülmüştür. ZA30, bu konudaki görüşünü "*Mücadeleyi kattı. Mücadele etmeyi öğretti. Karşıma ne çıkarsa çıksın.*" şeklinde ifade etmiştir. Bu ifadelerin dışında, katılımcıların deneyimleri sırasıyla; iş yaşamını düzenleme (n = 4), bağlılık (n = 3) ve insanlara güvenmeme (n = 1) olarak ortaya çıkmıştır.

**Geçmişe bakış.** Yaşamlarında geçmişe yönelik değiştirmek istedikleri durumlara yönelik olarak katılımcıların yarısına yakını (n = 11) eğitim yaşamlarını ve

kariyer gelişimi ile ilgili değişimlerinin olmasını istediklerini vurgulamışlardır. Bu konuda bir katılımcının (BY37) vurguladığı nokta *"Eğitim yaşamımı, üniversite yıllarını değiştirmek isterdim. Değişik bir meslek seçmek isterdim."* şeklindedir. Bu ifadenin dışında, katılımcıların geçmişe yönelik değiştirmek istedikleri durumlar sırasıyla; yaşanılan yer (n = 4), kişilik (n = 3) ve kötü alışkanlıklar (n = 1) olduğu tespit edilmiştir.

**Krizle başa çıkma.** İlk yetişkin bireylerin yaşam akışlarındaki öznel yaşantılarına bakıldığında yaşamın önemli noktalarında bir kriz yaşadıkları ve bu krizle başa çıkmada planlı sorun çözerek problem odaklı başa çıkma yollarını denedikleri görülmektedir. Bu konu ile ilgili katılımcıların tamamı (n = 28) evlilik ve meslek yaşamlarında kriz yaşadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların yaşadıkları krizle başa çıkma yolları incelendiğinde yarıya yakın bir oranı (n = 12) var olan koşulları zorlayarak, yaşamlarını tekrar gözden geçirerek krizle başa çıktıklarını ifade etmişlerdir. Bu konuda bir katılımcının (FU34) ifadesi *"Doksan ikide buradan ayrıldım. Terör ve diğer nedenlerle göç ettik. Aile bağı yok oldu. Biz başka yerdeydik. Okul okuyarak, eğitimle bununla baş etmeye çalıştık."* şeklindedir.

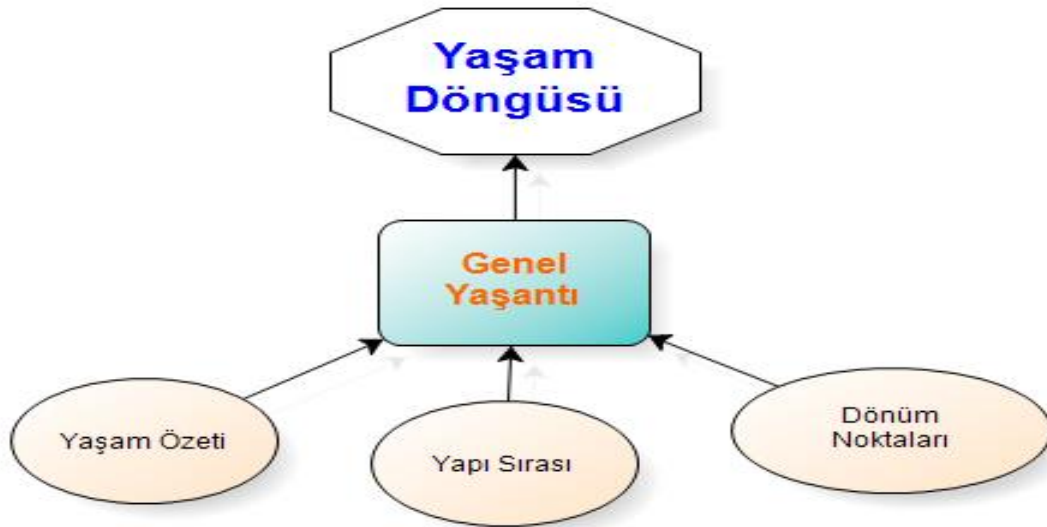
Katılımcıların belirttiği krizle başa çıkma yolları konusuyla ilgili bir diğer önemli düşünce, aile bağlarını güçlendirerek (n = 5), sosyal destek arayarak problem odaklı krizle başa çıkma yolunu tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Örneğin EÖ41, bu konudaki görüşünü *"Babamın vefatı en son yaşadığım kriz. Bu yaz hayatımın dönüm noktasıydı. Baş etmek için kabullenmeyi, sabır etmeyi öğrendim. Anneme sarılmayı öğrendim. Daha çok destek olmak, bir çatı altında daha güçlü olmak gerektiğini öğrendim. Böylece baş etmeye çalıştım."* şeklinde ifade etmiştir. Bu ifadelerin dışında, katılımcıların krizle başa çıkma yolları sırasıyla; inanç sistemi (n = 4), fedakarlık (n = 3) ve sabır etmek (n = 2) olarak ortaya çıkmıştır. Katılımcılar son olarak krizle başa çıkma yöntemi olarak sabır etmek (n = 2) olduğunu belirtmişlerdir. Bu konuda İA28 düşüncelerini şu şekilde dile getirmiştir: *"İnsan her zaman zorlularla karşılaşılıyor. Sabır ederek baş ediyorum. Bunun yaşamın gereği olarak yargılamadan sorgulamadan yaşıyorum."*

### **Yaşam Döngüsü Kategorisine İlişkin Bulgular**

Bu araştırmada ortaya çıkan yaşam döngüsü kategori altında genel yaşantı teması ve bu tema altında üç alt tema bulunmaktadır. Sözü edilen tema ve alt temalar aşağıda sırasıyla sunulmuştur.

## Genel Yaşantı Temasına İlişkin Bulgular

Yaşam döngüsü kategori altındaki genel yaşantı temasına bağlı alt temalar Şekil 7'de sunulmuştur.



Şekil 7. Genel Yaşantı Teması

**Yaşam özeti.** İlk yetişkin bireylerin nasıl bir kariyer, kişisel ve aile yaşamlarının olduğuna bakıldığında katılımcıların yarısından fazlası (n = 16) zorlu yaşam olayları karşısında diğerlerine oranla mücadeleci bir yaşam tarzı sergilediklerini belirtmişlerdir. Bu durumu özetleyen bir katılımcının (İB35) görüşü "*Çok zorluklarla geçti. İnsan azim ederse her türlü şeyi başarabileceğini anladım. Çalışınca her şeyin olacağını bazen de olmayacağını anladım.*" şeklindedir. Katılımcıların belirttiği yaşam özeti konusuyla ilgili bir diğer önemli görüş, kariyer ve kişisel yaşamları ile ilgili eksik kalan, bitirilmemiş işlerinin olduğunu ve aile yaşamlarının beklenildiği gibi olduğunu (n = 5) vurgulamışlardır. Örneğin bir katılımcı (MT30), "*Kişisel olarak üniversitede kimlik karmaşası vardı. Hala kimliğim oturmadı. Eğitim olarak doyum sağlamadım. Çalışıyorum ama farklı bir kariyerim devam ediyor, hala okuyorum. Aile olarak tam hayallerini kurduğum aile.*" demiştir. Bu ifadelerin dışında, katılımcıların yaşam özetleri sırasıyla; zorluklarla mücadele (n = 6) normal bir yaşam (n = 4), değişken ve hareketli bir yaşam (n = 3) olduğu tespit edilmiştir.

**Yapı sırası.** İlk yetişkin bireylerin şu anki yaşamlarında bir düzenin mi yoksa bir değişimin mi söz konusu olduğu sorulduğunda 30 yaş ve orta yaş geçişi dönemindeki katılımcıların tamamına yakını (n = 13) yaşamlarında bir değişimin, yaşamı

sorgulamanın ve gözden geçirmenin söz konusu olduğunu ifade etmişlerdir. Bu konuda bir katılımcının (ZA30) görüşü, *"Yaşamı sorgulama ve değişim söz konusu. Bulduğum yeri değiştirmek, evlilik, eğitim durumu, yaşamımı değiştirecekler arasında. Net bir durum yok, denge de yok."* şeklindedir. Öte yandan ilk yetişkinlik yaşam yapısını sonuçlandırma dönemindeki katılımcıların belirttiği yapı sırası konusuyla ilgili görüş ise, bir düzenin, var olan yaşam yapısını korumanın ve yaşamda bir dengenin söz konusu olduğudur (n = 14). Örneğin HT35, bu konuda *"Genelde düzen ve denge oluyor. Geçmiştekileri sorgulamıyorum. Ne yaşamam gerekiyorsa onu yaşıyorum."* ifadelerini kullanmıştır. Bu ifadelerin dışında, yapı sırası konusunda değişim ve denge birlikte mevcut (n = 1) olarak ortaya çıkmıştır. Bu konuda katılımcı ŞZ28'nin düşünceleri şu şekildedir: *"İkisi de mevcut. Genellikle geçmiş ve geleceği düşünürüm. Gelecek korkularım olabiliyor. Bunları değiştirmek istiyorum. Huzurum var işte ve aile kuracağım kişiyle. Geçmişe yönelik annemin eleştirileri var."*

**Dönüm noktaları.** Katılımcıların büyük çoğunluğu (n = 23) yaşamlarında aile kurma, aileye yeni bir üyenin katılımı veya var olan bir üyenin ayrılışını bir dönüm noktası olarak gördüklerini ifade etmişlerdir. Bu konuda bir katılımcının (KL37) ifadesi *"Evlilik ve çocukların doğumu. Böylece sorumluluklarım arttı. Üniversite yılları ve işe başlama döneminde kendi ayaklarım üzerinde durmayı öğrendim."* şeklindedir. Katılımcıların belirttiği dönüm noktaları konusuyla ilgili bir diğer önemli ifade eğitim ve iş yaşamında ilerleme (n = 8) olarak ön plana çıkmıştır. Bu konuda SŞ30, *"Hemşire olarak çalışırken öğretim görevlisi sınavını kazandığım zaman kilit nokta oldu. Doktora yaşamına başlamama vesile oldu."* şeklinde görüşünü dile getirmiştir. Bu ifadelerin dışında, katılımcıların dönüm noktaları sırasıyla; ekonomik zorluklar (n = 5), öğretmenlerin yönlendirmesi (n = 3) ve yeni bir sosyal gruba dahil olma (n = 2) olduğu belirlenmiştir.

Bu çalışmada yapılan içerik analizi sonuçları genel olarak incelendiğinde; benlik tasarımı ve sosyal ilişkiler temalarının yaşam yapısı kategorisi altında toplandığı tespit edilmiştir. Ayrıca öznel yaşantı temasının yaşam akışı kategorisine ve genel yaşantı temasının yaşam döngüsü kategorisine bağlandığı görülmüştür. Buna göre yaşam yapısı kavramının iki boyutlu bir yapı olduğu ortaya çıkarken yaşam akışı ve yaşam döngüsü kavramlarının birer boyutlu bir yapı olduğu ortaya çıkmıştır.



## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

Bu bölümde ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam yapılarına, yaşam akışlarına ve yaşam döngülerine ilişkin görüşlerini incelemek amacıyla yapılan araştırmadan elde edilen bulgular, alanyazındaki önceki araştırma sonuçlarıyla birlikte tartışılmıştır. Bulgular tartışılırken katılımcıların tecrübe ettiği olguların (fenomenoloji) psikolojik özü elde edilmeye çalışılmıştır. Bireylerin yaşamlarında var olan yaşam yapısı olgusunun nasıl algılandığı yorumlayıcı fenomenolojik yaklaşım ile bütüncül açıdan anlaşılmaya çalışılmıştır. Bu araştırmadan elde edilen bulguları tartışmak amacıyla; bulgular bölümündeki başlık sıralamasına kategori, tema ve alt temalar ele alınmıştır. Öncelikle her bir bulgunun ne anlama geldiği açıklanmış ve daha sonra sonuçların alanyazın ile örtüşüp örtüşmediği incelenmiştir.

#### Yaşam Yapısı

Bu kısımda yaşam yapısı kategori altında benlik tasarımı ve sosyal ilişkiler temaları toplanmıştır. Benlik tasarımı teması altında toplanan gelecek hayali, yaşam amacı, yaşam metaforu ve yaşlanmaya bakış alt temaları bulunmaktadır. Ayrıca sosyal ilişkiler teması altında toplanan boş zaman etkinlikleri, enerji yoğunluğu, yaşamsal kararlar ve anlamlı yaşam etkinlikleri alt temaları bulunmaktadır. Sözü edilen temalara ilişkin bulgular sırasıyla alanyazın eşliğinde tartışılıp yorumlanmıştır.

#### Benlik Tasarımı

İnsanların yaşamlarında büyük yer tutan hayaller (*düşlem*), ergenlik ve ilk yetişkinlikte bir gelecek hayali olarak kurgulanmaktadır. Bu çalışmada ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin benlik tasarımlarına ilişkin olarak nasıl bir gelecek hayal ettikleri sorulmuştur. Yapılan içerik analizine göre katılımcıların tamamına yakını gelecek hayallerini yaşamlarında yarım bırakılan bir eylemi, bitirilmemiş işlerini gerçekleştirmeyi ve huzurlu bir yaşam hayal ettiklerini ifade etmişlerdir. Buna göre gelecek hayalinin kurulması *yaşama bağlanma*, *mutlu olma* ve *yaşamda istenilen durumların gerçekleşmesinin* ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yoğunlukla üzerinde durdukları konular olduğu ifade edilebilir. İlgili alanyazın incelendiğinde,

araştırmanın bu bulgusunu destekler başka araştırma bulgularının da olduğunu göstermektedir.

Levinson ve diğerleri (1976), ilk yetişkinlik dönemindeki erkekler ve Levinson (1996) ilk yetişkinlik dönemindeki kadınlar üzerinde yaptıkları araştırmalarda bireysel yaşam yapısını şekillendiren gelecek hayalinin yaşamla barışık olma ve planlanan yaşam faaliyetlerinin gerçekleşmesi konuları çerçevesinde toplandığını bulmuşlardır. Roberts ve Newton (1987), ilk yetişkinliğe geçiş evresindeki üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada hayali kurulan bir gelecek sıralamasında planı yapılan işlerin bitirilmesi ve mutlu olma kavramlarını bulmuşlardır. Bu konuda Kittrell (1998), yaşamda başarı için bir yaşam hayalinin ilk yetişkinliğe geçiş evresinde olduğu gibi ilk yetişkinliğin diğer evrelerinde de yaşam yapısını şekillendirmede etkili olduğunu ifade etmiştir. Hedlund ve Ebersole (1983), ilk yetişkinlik evrelerinde gelecek hayalinin içeriğinin giderek farklılaştığını bulmuşlardır. Bu bulguya dayanarak ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin daha önce kurmuş oldukları gelecek hayallerini gerçekleştirmek için girişimde bulduklarını ve belli bir aşamada oldukları ifade edilebilir. Ayrıca bu bulgu ile ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin düşünö kurdukları bir gelecek hayalinin yaşamlarının sonraki dönemlerinde daha iyi bir psikolojik yapı içerisinde olma beklentisi içerisinde oldukları söylenebilir.

Bu araştırmanın diğeri bir bulgusuna göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireyler yakın ilişkide buldukları bireylerle yaşama, dini yaşam tarzını şekillendirme, çocuk yetiştirme ve insanlara yararlı olma şeklinde yaşam amaçlarının olduğunu belirtmişlerdir. İnsan gelişimine bakıldığında yetişkin bir birey olma sürecinde kurulan yaşam amaçları ve bu amaçların içeriğı değışebilmektedir. Bu bulgular daha önce yapılan araştırmaların (Aydiner, 2011; Demirel, 2013; İlhan, 2009; Kasser ve Ryan, 1996, 2001; Şahin, Zoraloğlu ve Şahin-Fırat, 2011) sonuçları ile büyük oranda örtüşmektedir.

Antonovsky (1996), yaşam akışı içerisinde yaşamı düzenli ve anlamlı kılan bir yaşam amacının ilk yetişkinlik dönemindeki bireyler için önemli olduğunu belirtmiştir. Kasser ve Ryan (1996, 2001), bu konuda içsel ve dışsal yaşam amaçları olmak üzere iki çeşit yaşam amacını bulduklarını belirtmişlerdir. Dışsal amaçların görünürdeki değışimler ve içsel amaçların bireysel gelişim ve topluma hizmet etme şeklinde olduğu söylenebilir. Levinson (1996) ergenlerin kendilerine dönük yaşam amacı sergilediğini

ancak yetişkinlerin aile ve yakın arkadaşlar çerçevesinde yaşam amaçlarını belirlediklerini saptamıştır. Benzer olarak İlhan (2009), üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarını belirlerken daha çok özerk bir şekilde seçtiklerini bulmuştur. Bu bağlamda bu araştırmadaki ifade edilen yaşam amaçlarının sözü edilen içsel yaşam amaçlarıyla paralellik arz ettiği görülmektedir. Diğer taraftan Demirel (2013), sözü edilen içsel yaşam amaçları ile topluma katılma ve girişimci olma arasında olumlu bir etkinin olduğunu tespit etmiştir. Bu bulguya göre ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin bireysel şartlara göre yaşam amaçlarını kurguladıkları söylenebilir. Başka bir ifadeyle ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin içsel yaşam amaçlarının ön planda olduğu ifade edilebilir.

Bu araştırmanın sonuçlarından bir tanesine göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşamlarıyla ilgili kurdukları yaşam metaforlarının olumlu özellikler taşıdığı görülmüştür. Katılımcıların iş yaşamı odaklı anlayışını belirten *durmada çalışan bir makine, sıradan ve tekdüze bir yaşam, bir mevsim gibi yaşam* şeklinde ifade edilebilecek metaforlar geliştirdikleri tespit edilmiştir. Metaforlarla ilgili yapılan birçok araştırmaya (Barker, 2000; Buyurgan, 2013; Döş, 2010; Geçit ve Gençler, 2011; Gibbs, 1996; Gregory ve Waggoner, 1996; Hacıfazlıoğlu, Karadeniz ve Dalgıç, 2011; Saban, 2008; Kararımak, 2015; Töremen ve İzzet, 2009; Yamamoto, Hardcastle, S. Muehl ve L. Muehl, 1990) ulaşmak mümkündür.

Kararımak (2015), metaforların bir durumu tanımlamada somutlaştırma görevini gördüğünü ve yeni bir bilgiyi tanımlamada yardımcı olduğunu belirtmiştir. Gregory ve Waggoner (1996), ileri yaş yetişkinlerin ilk yetişkinlere oranla daha fazla metafor kullandıklarını bulmuşlardır. Buyurgan (2013), yaşam içerisinde edinilen tecrübelerle ilgili olarak farklı metaforlar kullanıldığını belirtmektedir. Benzer olarak Barker (2000), kişilerarası ilişkilerin ve tecrübelerin metafor kullanmada etkili olduğunu bulmuştur. Levinson'un (1978, 1996) bireysel yaşam yapısı kuramına göre, yetişkin bireyin kullandığı metafor (yaşamı benzetme şekli) bireyin yaşam yapısını belirtmektedir. Başka bir anlatımla değişim ve gelişimi içeren metaforlar yapı-değiştirme (geçiş) evresini, sabitlik ve istikrarı içeren metaforlar ise yapı-kurma (yerleşik) evresini ifade etmektedir. Buna göre kurulan metafor ile yaşam yapısı arasında bir ilişki olduğu söylenebilir. Bu bulgu ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin aile ve iş yaşamı

çerçevesinde bir yaşam metaforu kurdukları ve o anki psikolojik durumlarına göre bir yaşam metaforu kurguladıkları biçiminde yorumlanabilir.

Bu araştırmada elde edilen bir diğer bulguya göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşlanmaya bakış açıları; *olgun ve tecrübeli olma, yaşama yönelik olumsuzluk, yıpranma ve yaşın önemli olmaması* şeklinde belirtmişlerdir. İlgili alanyazın incelendiğinde, araştırmanın bu bulgusunun başka araştırma bulgularıyla paralellik sergilediğini göstermektedir. Levinson (1978), yaşlanmaya yönelik olarak içinde bulunulan evreye göre yaşlanmaya yönelik farklı bakış açılarının olduğunu bulmuştur. Sözü edilen çalışmada ilk yetişkinlikteki bireylerin ileride olayları daha geniş açıdan değerlendirecekleri ortaya konmuştur. Yine Stumpf (2012), yaptığı araştırmada yaşlanmaya yönelik olumlu düşüncelerin olduğunu tespit etmiştir. Bu durum ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin daha yaşlı olmaya yönelik olarak olgun bir birey olma bakış açılarının olduğu şeklinde yorumlanabilir.

### **Sosyal İlişkiler**

Bulgular incelendiğinde ilk yetişkinlik dönemindeki katılımcıların yarısından fazlası boş zamanlarını yakın ilişkide buldukları aile üyeleri ve arkadaşlarıyla birlikte geçirdiklerini vurgulamışlardır. Bu bulgu; arkadaşlık, kardeşlik, aşk, bağlanma vb. yakın ilişkilerde geçirilen zaman boş zaman olarak algılandığı görülmektedir. Diğer taraftan evlilik ve aile gibi yetişkin yaşam biçimlerinde geçirilen yaşam dilimleri de benzer bir durum taşıdığı görülmektedir. Alanyazına bakıldığında bu bulguyu destekleyen çalışmaların olduğu gözlenmiştir.

Santrock (2006), ilk yetişkinliğin gelişim görevleri arasında saydığı yakın ilişkide bulunulan bireylerle zaman geçirmenin Erikson'un (1984) yakınlığa karşı uzaklık gelişimsel görevi çerçevesinde ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır. Buna göre ilk yetişkinlik dönemindeki birey gelişimsel görevi kapsamında aile üyelerine ve arkadaşlarına yönelmekte ve bir psikososyal açıdan bir yakınlık arayışında olmaktadır. Bu durum ilk yetişkin bireyin boş zamanının yakın çevresine ayırmasının nedenini belirtebilir. Sözü edilenlere ek olarak sınıflama açısından boş zaman kavramının üçe ayrıldığı görüşünün kabul gördüğü görülmektedir. Kelly'e (1987) göre, boş zaman; işten bağımsız olan, işle bağlantılı ve işi tamamlayan boş zaman olarak üçe ayrılmaktadır. Aile üyeleri ve yakın çevre ile geçirilen zaman işten bağımsız olan boş zaman sınıfına

girmektedir. Levinson (1996), yetişkinlerin boş zamanlarını iş ve aile etkenlerine göre belirlediklerini bulmuştur. Carpenter ve Patterson (2004), ilk yetişkinlikte boş zamanın belirlenmesinde yaşam tarzı, iş ve yakın çevrenin etkili olduğunu bulmuşlardır.

Yerel alanyazın incelendiğinde boş zamanla ilgili çalışmaların olduğu görülmektedir. Örneğin Kır (2007), üniversite öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada çevrenin sunduğu imkanların boş zamanı belirlemede etkili olduğunu bulmuştur. Muğan-Akıncı (2013), tercih edilen boş zaman irdelendiğinde aile ve arkadaşlara zaman ayırmanın ön planda olduğunu tespit etmiştir. Tatlıdil (2009), yetişkinlikte yakın çevrenin boş zamanı biçimlendirmede etkili olduğunu belirtmektedir. Buna göre, ilk yetişkin bireylerin boş zamanlarını daha çok yakın ilişkide buldukları aile üyeleri ve dostlarıyla birlikte geçirdikleri sonucuna varılabilir.

Sosyal ilişkiler temasına bağlı olarak elde edilen bir başka bulguya göre, katılımcıların tamamına yakını *enerjilerinin ve zamanlarının büyük çoğunluğunu meslek yaşamına adadıklarını* belirtmişlerdir. Buna göre ilk yetişkinlik dönemindeki bireyler iş ve meslek yaşamıyla ilgili yaşadıkları sorunların yaşamlarının diğer zaman dilimlerini de meşgul ettiği anlamına geldiği düşünülmektedir. Alanyazın incelendiğinde Santrock (2006), iş yaşamı ve kariyer gelişiminin yetişkinin yaşamının merkezinde yer aldığını ifade etmektedir. Levinson'un (1978) bir yetişkinin yaşamında enerji yoğunluğunun olduğu üç önemli faktör bulunduğunu belirtmektedir. Bunlar evlilik, iş ve aile yaşamıdır. Levinson (1996) sözü edilenlere ek olarak ilk yetişkinlik dönemindeki birey için eğitim yaşamı ve kariyer gelişimi etkeninin de önemli bir enerji yoğunluğu olduğunu tespit etmiştir. Bu bulguları kanıtlar nitelikte Green (2006), yetişkin yaşamında evlilik ve aile yaşamının yanısıra kariyer yaşamının da yoğunluğu olan bir faktör olduğunu bulmuştur. Bu bulguya ve alanyazın araştırmalarına göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin enerjilerinin büyük çoğunluğunu iş ve aile yaşamına harcadıkları sonucuna varılabilir.

Bu araştırmada elde edilen başka bir bulguya göre, katılımcıların yarısından fazlası *yaşamlarında önemli kararları verirken aile üyelerinin etkili olduğunu* ifade etmişlerdir. Buna göre ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşamsal kararlar verirken aile üyeleri olan eş, kardeş ve ebeveynlerine danıştıkları anlaşılmaktadır. Öte yandan bu konuda bazı katılımcıların öncelikle *kendilerinin yaşamsal kararları vermede etkili olduğunu* belirttikleri görülmüştür.

Alanyazında yaşamsal kararların benlik kurgusu kavramı çerçevesinde ele alındığı görülmektedir. Buna göre Markus ve Kitayama (1991), bireyci kültürlerde görülen özerk benlik yapısına sahip olan kişilerin kararlarını vermede kendilerinin daha etkili olduğunu belirtmektedir. Buna karşın toplulukçu kültürlerde görülen ilişkisel benlik yapısına sahip bireylerin kararlarını vermede çevrelerinin daha etkili olduğunu vurgulamaktadır. Kağıtçıbaşı'na (2000) göre, demografik değişkenlere göre toplulukçu kültürlerde benlik yapısı farklılaşabilmektedir. İlhan (2009), ilk yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin göreceli olarak toplulukçu kültürlerde görülen ilişkisel özerklik yapısı yerine kişisel özerklik yapısını sergiledikleri ve buna göre amaçlarını belirledikleri sonucuna ulaşmıştır. Buna göre ilk yetişkinlik dönemindeki bireyin yaşamsal kararlarını vermede yakın çevresi gibi kendisinin de etkili olabildiği anlaşılmaktadır. Bu bulguya göre katılımcıların yaşamsal kararları vermede değer verdikleri aile üyelerinin etkili olduğu ifade edilebilir.

Bu araştırmanın bir diğer bulgusuna göre ise, katılımcıların yarısından fazlası yaşamlarını daha etkili ve doyumlu geçirebilecekleri anlamlı yaşam etkinlikleri olarak yakın ilişkilerde bulunan eş ve çocuklarla verimli etkinlikler geçirdiklerini vurgulamışlardır. İlk yetişkinlik dönemindeki bireylerin enerji kaynağı olarak aile üyelerinin ön plana çıktığı görülmektedir. Katılımcıların belirttiği anlamlı yaşam etkinlikleri konusuyla ilgili bir diğer önemli görüş, inanç sistemidir. Buna göre yaşamı anlamlı kılan etkinlikler incelendiğinde dinsel yaşantının önemli bir etken olduğu ifade edilebilir. Alanyazın incelendiğinde bu bulguyu destekleyen çalışmaların olduğu görülmüştür.

Santrock (2006), yaşamı anlamlı kılacak olan etkinlikleri Erikson'un (1984) üretkenliğe karşı durgunluk kavramıyla açıklamaktadır. Buna göre üretkenliği ön planda olan yetişkinlik dönemindeki birey aileye, yakın arkadaşlara, insanlara faydalı olmaya ve bir ürün elde etmeye yoğunlaşmaktadır. Böylece yetişkin birey, sözü edilen üretkenlik çerçevesinde anlamlı yaşam faaliyetlerini değerlendirmektedir. Godbey (1985), günlük yaşamda aile üyelerine ilgi gösterme, yaşam tarzına göre yaşamı değerlendirme çalışmalarının olduğunu belirtmiştir. Carpenter (1992), yetişkinlikte anlamlı bir etkinlik olan boş zamanın belirlenmesinde bireysel yaşam yapısına ve deneyimlere göre farklılıkların olduğunu bulmuştur. Levinson (1996), yetişkinlerin eş ve çocuklarla ilgilenme, dine bağlanma gibi anlamlı yaşam etkinliklerinin ön plana

aldıklarını tespit etmiştir. Bu bulguya göre katılımcıların anlamlı yaşam etkinlikleri aile üyeleri ile ilgilenme ve dine yönelme olduğu söylenebilir.

### Yaşam Akışı

Bu kısımda ortaya çıkan yaşam akışı kategori altında öznel yaşantı teması ve bu temaya bağlı deneyimler, geçmişe bakış ve krizle başa çıkma alt temaları aşağıda alanyazın eşliğinde tartışılmıştır.

#### Öznel Yaşantı

Bulgular incelendiğinde, katılımcıların yarısına yakını yaşamlarında edindikleri deneyimlerin yaşamlarında hangi etkileri olduğu ile ilgili *yaşama olumlu bakmayı ve başarıyı sağladığını* ifade etmişlerdir. Yetişkin bir birey olarak insan edindiği deneyimler sayesinde yaşama daha geniş açıdan bakma fırsatı yakalayabilir. Yaşamın sunduğu deneyimler ile iş ve aile yaşamında daha doğru kararlar verme imkanı sunabilir. Alanyazına bakıldığında; Antonovsky (1996), deneyimler ilk yetişkinlik dönemindeki bireyin doğru kararlar almasına yardımcı olduğunu tespit etmiştir. Grundy ve Holt (2000), sosyo-ekonomik düzey ve sağlık gibi çeşitli yaşam olaylarının yetişkin bireylerin deneyimlere yönelik algılarını etkilediğini bulmuşlardır. Finkel ve Jacobsen (1977), deneyimlerin iş yaşamında başarıyı sağladığını bulduklarını belirtmişlerdir. Bu bulguya göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşamlarında edindikleri deneyimler, yaşamda başarılı olmaya yardımcı olduğu ifade edilebilir.

Bu araştırmada elde edilen başka bir bulguya göre, yaşamda geçmişe dair değiştirmek istenilen durumlara yönelik olarak katılımcıların yarısına yakını *eğitim yaşamlarını ve kariyer gelişimi ile ilgili değişimlerinin olmasını* istediklerini vurgulamışlardır. Alanyazında yaşam doyumu kavramı çerçevesinde geçmişe değiştirme isteğinin ele alındığı görülmektedir. Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985), derinlemesine bir çalışma yaparak yaşam doyumu ölçeğini geliştirmişlerdir. Deci ve Ryan (2008), bireyin potansiyelini tam olarak kullanabilme ve daha iyi bir yaşam sürme isteğinin gelişimi sağladığını belirtmektedir. Gündoğar, Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci (2007), istenmeyen eğitim yaşamının yaşam doyumu olumsuz yönde etkilediğini bulmuşlardır. Başka bir çalışmada eğitim yaşamı arttıkça yaşam doyumunun arttığı görülmüştür (Chow, 2005). McAdams (2001), kişilik yapısı ve değişim isteğine göre

geçmişe yönelik değiştirmek istenen durumların olduğunu belirtmektedir. Bu bulgu ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin geçmişi değiştirmeye yönelik olarak iş ve eğitim yaşamının olumlu yönde değişiminin olması gerektiğini düşündükleri biçiminde yorumlanabilir.

Bu araştırmanın bir başka bulgusuna göre, katılımcıların yaşam akışlarındaki öznel yaşantılarına bakıldığında yaşamın önemli noktalarında bir kriz yaşadıkları ve bu krizle başa çıkmada problem odaklı başa çıkma yollarını denedikleri görülmektedir. Bu konu ile ilgili katılımcıların tamamı *evlilik ve meslek yaşamlarında kriz yaşadıklarını* belirtmişlerdir. Katılımcıların yaşadıkları krizle başa çıkma yolları incelendiğinde yarıya yakın bir oranın *var olan koşulları zorlayarak, yaşamlarını tekrar gözden geçirerek krizle başa çıktıklarını* ifade etmişlerdir. Ayrıca katılımcıların deneyimlerin yaşamda *zorluklarla başa çıkmaya çalışarak olgunlaşmayı sağladığı* görülmüştür.

Alanyazına bakıldığında; Lazarus ve Folkman (1984), problem odaklı başa çıkmayı bireyin stres oluşturan olayı problem çözme basamaklarını kullanarak çözmesi şeklinde ifade ettikleri görülmektedir. Robinson ve Smith (2010), ilk yetişkinlikte yaşanan krizlerin yaşamın doğasında olduğunu ve krizle başa çıkmada psikolojik yapının güçlendirildiğini bulmuşlardır. Ingram ve diğerleri (2008) yetişkinlerin krizle başa çıkmada daha çok problem odaklı başa çıkma yöntemini tercih ettiklerini tespit etmişlerdir. Stewart, Ostrove ve Helson (2001), krizle başa çıkmada orta yaş yetişkin kadınlar üzerinde yaptıkları araştırmada yaşlanma kriziyle başa çıkma yöntemi olarak üretken olmayı sergiledikleri bulgusuna ulaşmışlardır. Wolfe ve diğerleri (1990), orta yaş geçişindeki bireylerin iş yaşamındaki koşulları değiştirerek krizle başa çıkmayı denediklerini saptamışlardır. Eryılmaz (2009), problem odaklı başa çıkma yöntemini kullanmanın öznel iyi oluşa katkı sağladığını bulmuştur. Bu bulguya göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşamlarında yaşadıkları krizlerle başa çıkmada problem odaklı başa çıkma yöntemini kullandıkları söylenebilir. Davies, Avison ve McAlpine (1997), deneyimlerin zorlu yaşam olaylarıyla başa çıkmada etkili olduğunu bulmuşlardır. Bu bulgu, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşadıkları krizlerle başa çıkmada deneyimleri etkili bir şekilde kullandıkları şeklinde yorumlanabilir.



## Yaşam Döngüsü

Bu kısımda ortaya çıkan yaşam döngüsü kategori altında genel yaşantı teması ve bu temaya bağlı yaşam özeti, yapı sırası ve dönüm noktaları alt temaları aşağıda alanyazın eşliğinde tartışılmıştır.

### Genel Yaşantı

İlk yetişkin bireylerin nasıl bir kariyer, kişisel ve aile yaşamlarının olduğuna bakıldığında; katılımcıların yarısından fazlası zorlu yaşam olayları karşısında diğerlerine oranla *mücadeleci bir yaşam tarzı* sergilediklerini belirtmişlerdir. Alanyazın incelendiğinde; Levinson (1996), yaşamı gelişimsel deneyimler dizisi olarak özetlemiştir. Başka bir deyişle yetişkin bireyin yaşamında olgunlaşmasını sağlayan ve bir araya getirilerek elde edilen deneyimler, yaşamın özüdür. McAdams (2001), bireysel yaşam öykülerini incelediği çalışmasında bireysel amaçlara ve kimliğe bağlı olarak bir yaşam tarzının sergilendiğini bulmuştur. Watson (2009), benzer sosyal çevre ve iş yaşamı olan bireylerin yaşam öykülerinin birbirine yakın olduğu bulmuştur. McAdams, Josselson ve Lieblich (2006), ergenlik ve yetişkinlikte yaşamın zorlu yaşam biçimi olarak görüldüğünü tespit etmişlerdir. Benzer olarak Berntsen, Rubin ve Siegler (2011), travma sonrası stres yaşayan yetişkinler üzerinde yaptıkları araştırmada zorlu yaşam olayları çerçevesinde bir yaşam algısının yoğunlukta olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Bu bulguya göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin mücadeleci bir yaşam tarzı şeklinde yaşamlarını özetledikleri ifade edilebilir.

Bu araştırmanın bir başka bulgusuna göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin şu anki yaşamlarında bir düzenin mi yoksa bir değişimin mi söz konusu olduğu sorulduğunda katılımcıların yarısına yakını *yaşamlarında bir değişimin, yaşamı sorgulamanın ve gözden geçirmenin* söz konusu olduğunu ifade etmişlerdir. Katılımcılar var olan yaşam yapılarını değiştirme ve yeni bir yaşam yapısı arayışında olduğunu belirtmişlerdir. Sözü edilen katılımcıların yaş grubu incelendiğinde Levinson'un (1978, 1996) bireysel yaşam yapısı kuramına göre, tamamının 30 yaş ve orta yaş geçişinde olan bireylerin olduğu görülmektedir. Öte yandan katılımcıların belirttiği yapı sırası konusuyla ilgili bir diğer önemli görüş, *bir düzenin ve yaşamda bir dengenin* söz konusu olduğudur. Katılımcılar var olan yaşam yapılarını korumaya ve düzenlemeye eğilimli olduğunu belirtmişlerdir. Sözü edilen katılımcıların yaş grubu

incelendiğinde Levinson'un (1978, 1996) bireysel yaşam yapısı kuramına göre, tamamının ilk yetişkinliğin yaşam yapısını sonuçlandırma evresinde olan bireylerin olduğu görülmektedir.

Alanyazına bakıldığında yapı sırası ile ilgili farklı sonuçların olduğu görülmektedir. Bu bulguyu destekleyen birçok çalışmanın (Bell ve Lee, 2006; Carpenter, 1992, 1995; Capps, 2000; Fagan ve Ayers, 1983; Green, 2006; Gordon ve diğerleri, 2002; Kopelman ve Glass, 1979; Levinson, 1978, 1996; Lee ve Gramotnev, 2007; Ornstein ve Isabella, 1990; Rolland, 1987; Shi, 2011; Smithson, 2011; Wolfe ve diğerleri, 1990) olduğu görülürken, desteklemeyen bir çalışmanın (Dunn ve Merriam, 1995) da olduğu görülmektedir. Örneğin, Green (2006) psikobiyografi yöntemini kullandığı çalışmasında, Karen Horney'in ilk yetişkinlik dönemindeki yerleşik ve geçiş evrelerinin varlığını tespit etmiştir. Başka bir ifadeyle yaşam yapısındaki yapı-kurma ve yapı-değiştirme kavramlarını saptandığı söylenebilir. Kopelman ve Glass (1979), orta yaş yetişkinlerle yaptıkları nitel araştırmada yaşam yapısındaki yapı-kurma ve yapı-değiştirme evrelerini bulmuşlardır. Bell ve Lee (2006), yapı-değiştirme evresinde stresin arttığını ve fiziksel aktivite değişimin olduğunu sonucuna ulaşmışlardır. Gordon ve diğerleri (2002), yapı-değiştirme evresindeki yetişkin kadınlarla yaptıkları çalışmada ev, iş ve aile değişkenlerine göre içsel ve dışsal düzenlemelere ihtiyaç duyulduğunu tespit etmişlerdir. Smithson (2011), orta yaş geçişindeki kadınların aile rollerinde değişimlerin olduğunu tespit etmiştir.

Diğer taraftan, Dunn ve Merriam (1995), farklı sosyo-ekonomik yapısı olan erkekler üzerinde yaptıkları araştırmada 30 yaş geçişi ile ilgili önemli bir kanıt bulmadıklarını belirtmişlerdir. Görüldüğü gibi ilk yetişkinlikte yaşam yapısındaki yerleşik ve geçiş evrelerinin varlığını destekleyen ve desteklemeyen çalışmaların olduğundan söz edilebilir. Dolayısıyla ilk yetişkinlik dönemiyle ilgili yapılan araştırmalar, farklı yöntem, örneklem ve veri analizi tekniklerine bağlı olarak farklı sonuçlar doğurabilmektedir. Bu bulguya dayanarak, ilk yetişkinlik döneminin 30 yaş geçişi ve orta yaş geçişindeki bireylerin yaşam yapılarında yapı-değiştirme görevini yerine getirdikleri söylenebilir. Öte yandan ilk yetişkinlik yaşam yapısını sonuçlandırma evresindeki bireylerin yaşam yapılarında yapı-kurma görevini yerine getirdikleri yorumu yapılabilir.

Bu araştırmada elde edilen bir başka bulguya göre ise, katılımcıların büyük çoğunluğu yaşamlarında *aile kurma, aileye yeni bir üyenin katılımı veya var olan bir üyenin ayrılışını bir dönüm noktası* olarak gördüklerini ifade etmişlerdir. Alanyazın incelendiğinde; Bell ve Lee (2006), ilk yetişkinliğin yaşam yapısına giriş evresindeki kadınlar üzerinde yaptıkları araştırmada evden ayrılma, eğitimin yaşamının bitmesi, çalışma yaşamına girme, yakın ilişkide bulunma, evlilik, annelik gibi dönüm noktaları tespit etmişlerdir. Tucker ve Aron (1993), aşık olma ve evlenmenin yaşam döngüsündeki dönüm noktaları arasında olduğunu tespit etmişlerdir. Tan ve diğerleri (2008), kariyer gelişimi kapsamında bir üst okul yaşamına geçmenin yaşamın önemli bir dönüm noktasını oluşturduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulguya göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin aile kurma, aileye yeni bir üyenin katılımı ve ailedeki bir üyenin ayrılışı dönüm noktalarının olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, bu çalışmayla daha önce farklı kültürlerde yapılan birçok çalışmada (Green, 2006; Levinson, 1978, 1996; Smithson, 2011) yaşam yapısı, yaşam akışı ve yaşam döngüsünün Türk ilk yetişkinlik örnekleminde de önemli bir değer olduğunu ortaya konulmuştur. İlk yetişkinlik dönemindeki bireyler, içinde yaşadıkları yaşam yapısı evresine bağlı olarak bir yapı-kurma veya yapı-değiştirme görevini yerine getirmektedirler. Sözü edilen görevler yerine getirildiğinde benlik tasarımında, sosyal ilişkilerde, iş ve aile yaşamında önemli değişiklikler olmaktadır. Dolayısıyla bu araştırmanın özgün bulgularla alanyazına katkıda bulunduğu söylenebilir.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde öncelikle analizlere dayalı olarak ulaşılan sonuçlara değinilmiş, daha sonra alan araştırmacılarına ve alanda çalışan yardım elemanlarına yönelik önerilerde bulunulmuştur.

#### Sonuçlar

- İlk yetişkin bireylerin yoğunlukla üzerinde durdukları gelecek hayallerinin yaşama bağlanma, mutlu olma ve yaşamda istenilen durumların gerçekleşmesi olduğu görülmüştür.
- İlk yetişkin bireylerin yakın ilişkide buldukları bireylerle yaşama, dini yaşam tarzını şekillendirme, çocuk yetiştirme ve insanlara yararlı olma şeklinde yaşam amaçlarının olduğu tespit edilmiştir.
- Katılımcıların büyük çoğunluğunun *durmada çalışan bir makine, sıradan ve tekdüze bir mevsim* şeklinde yaşamla ilgili metaforlar geliştirdikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların kurdukları metaforların bireysel yaşam yapısındaki geçiş ve yerleşik dönemleriyle ilişkili olduğu görülmüştür. Bir geçiş döneminde olan katılımcıların değişim odaklı ve bir yerleşik dönemde olan katılımcıların istikrar odaklı metafor kurdukları sonucuna ulaşılmıştır.
- Katılımcıların yaşlanmaya bakış açıları; *olgun ve tecrübeli olma, yaşama yönelik olumsuzluk, yıpranma ve yaşın önemli olmaması* şeklinde tespit edilmiştir.
- İlk yetişkin bireylerin boş zamanlarını daha çok yakın ilişkide buldukları aile üyeleri ve arkadaşlarıyla birlikte geçirdikleri sonucuna varılmıştır. Bunun yanı sıra inanç sistemine yönelme de önemli bir boş zaman etkinliği olarak ortaya çıkmıştır.
- Katılımcıların *enerjilerinin ve zamanlarının büyük çoğunluğunu meslek yaşamına adadıkları* görülmüştür.
- Katılımcıların yarısından fazlasının yaşamlarında önemli kararları verirken aile üyelerinin etkili olduğu tespit edilmiştir. Bazı katılımcıların ise, yaşamsal kararlarını kendilerinin aldığı görülmüştür. Bu bağlamda

katılımcıların yaşamlarının merkezinde genellikle ailenin olduğu tespit edilmiştir.

- Katılımcıların yarısına yakını, yaşamlarında edindikleri deneyimlerin olgun bir insan olmayı ve başarılı bir yaşamı sağladığını belirtmişlerdir.
- Katılımcıların yarısına yakınının eğitim ve iş yaşamlarını değiştirmek istedikleri sonucuna varılmıştır. Katılımcıların yaşam akışlarındaki eğitim ve iş yaşamından daha az mutlu oldukları görülmüştür.
- İlk yetişkin bireylerin tamamının yaşam akışlarındaki evlilik ve meslek yaşamlarında kriz yaşadıkları; krizle başa çıkma yöntemi olarak ise, yarısının *var olan koşulları zorlayarak, yaşamlarını tekrar gözden geçirerek problem odaklı krizle başa çıkma yöntemlerini denedikleri* görülmüştür.
- Katılımcıların yarısından fazlasının zorlu yaşam olayları karşısında mücadeleci bir yaşam tarzı sergiledikleri sonucuna varılmıştır. İlk yetişkin bireylerin yaşam döngüsünü zorluklarla mücadele etme olarak özetledikleri saptanmıştır.
- 30 yaş ve orta yaş geçişi döneminde olan katılımcıların tamamına yakınının *yaşamlarında bir değişimin, yaşamı sorgulamanın ve gözden geçirmenin* söz konusu olduğu tespit edilmiştir. Bir geçiş dönemindeki katılımcıların var olan yaşam yapılarını değiştirme ve yeniden düzenleme isteğinde oldukları görülmüştür. Diğer taraftan ilk yetişkinlik yaşam yapısını sonuçlandırma dönemindeki katılımcıların tamamının yaşamlarında bir düzenin ve bir dengenin söz konusu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir yerleşik dönemindeki katılımcıların *var olan yaşam yapılarını korumaya ve dengelemeye eğilimli* olduğu görülmüştür.
- Katılımcıların büyük çoğunluğunun yaşamlarında aile kurma, aileye yeni bir üyenin katılımını bir dönüm noktası olarak gördükleri tespit edilmiştir. İlk yetişkin bireylerin yaşam döngülerinde aile kurmanın ve çocukların aileye dahil olmasının birer dönüm noktası olarak görüldüğü saptanmıştır.

## Öneriler

- Bu çalışma 28-45 arası yaşlarda olan ilk yetişkinlik dönemindeki bireyler üzerinde yapılmıştır. Bu araştırmada ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam yapılarına ilişkin kuramsal çerçeveye (Levinson, 1978, 1996) uygun olarak geçiş döneminde olan yetişkinlerin bir yapı-değiştirme görevini yerine getirdikleri tespit edilmiştir. Diğer yandan bir yerleşik dönemde olan yetişkinlerin bir yapı-kurma görevini yerine getirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bir geçiş dönemi; yaşam yapısının yeniden gözden geçirildiği, önemli kararların alındığı dönem; bir yerleşik dönem ise, var olan yaşam yapısının korunduğu ve yaşamın sorgulamadan yaşandığı dönem olarak ifade edilmektedir. Elde edilen sonuçların genellenebilirliğini sınamak için başka araştırmalarda ilk yetişkinlik dönemine yönelik benzer çalışmalar yapılabileceği gibi, yerleşik ve geçiş dönemlerinin varlığına ilişkin orta ve ileri yetişkinlik gibi farklı yetişkin yaş dönemlerine yönelik araştırmaların yapılması daha sağlıklı ve bütüncül sonuçlar alınmasına yardımcı olabilir.
- Bu çalışma bilindiği kadarıyla yaşam yapısı, yaşam akışı ve yaşam döngüsü kavramlarının boyutları üzerine Türkiye’de yapılan ilk çalışma olması nedeniyle değişkenlerin sayısı sınırlı tutulmuş ve sadece sözü edilen boyutlar açısından incelenmiştir. Gelecekteki çalışmalarda ilgili alanyazın kapsamında cinsiyet, yaş ve meslek özelliklerine göre sözü edilen boyutların nasıl olduğu ele alınabilir.
- Bu çalışmada görece olarak bireyci kültürlerin varsayımlarına göre tanımlanan ve ölçülmeye çalışılan bireysel yaşam yapısı kuramı, toplulukçu bir kültür içinde gösterilen Türk toplumu dinamiklerine göre ele alınmıştır. Yetişkin bireyin yaşamsal kararlarını vermesinde ve boş zamanlarını değerlendirmesinde ailenin etkili olduğu ve yaşamının merkezinde olduğu tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle görece toplulukçu kültürlerde görülmesi beklenen ilişkisel özerklik yapısının sergilendiği söylenebilir. Ancak başka bir çalışmada toplulukçu bir kültür içinde gösterilen Türk toplumunun kişisel özerklik yapısının sergilendiği görülmüştür (İlhan, 2009). Diğer taraftan farklı çalışmalarda (Levinson, 1978, 1996), evlilik, aile ve kariyer gelişiminin yaşamın merkezinde

olduğu görülmüştür. Bu bağlamda bireysel yaşam yapısının yeterince ölçülemediği ifade edilebilir. Bu açıdan gelecekteki çalışmalarda sözü edilen kültürlerin karşılaştırılarak bu kuramın test edilmesi yararlı olabilir.

- Bu çalışmanın genel amacı, bireysel yaşam yapısı olgusunun derinlemesine incelenmesidir. Bu çalışmada nitel desende kullanılan fenomenolojik yaklaşım modeli, amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme ve veri toplama yollarından yarı-yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Nitel araştırmaların doğası gereği bu çalışma genelleme açısından bazı sınırlılıklar taşımaktadır. Gelecekteki çalışmalarda bireysel yaşam yapısının nitel ve nicel verilerin eş zamanlı toplanabildiği zenginleştirilmiş (karma) desenin kullanılması daha genellenebilir bir ölçüm elde edilmesini sağlayabilir. Örneğin, yaşam yapısı olgusunun değişik modellerle incelemek amacıyla nitel desende kullanılan gömülü teori modeli, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kartopu örnekleme yöntemi ve veri toplama aracı olarak gözlemden de yararlanılabilir. Daha sonra nitel bulguların nicel verilerle desteklenip desteklenmediği incelenebilir.
- Bu çalışmada bireysel yaşam yapısı olgusu incelenmiştir. Alanyazında bu olguyu ölçmek amacıyla herhangi bir nicel veri toplama aracına rastlanmamaktadır. Bu bağlamda yetişkin bireyin bireysel yaşam yapısının yerleşik ve geçiş dönemlerindeki gelişimini incelemek üzere bir ölçeğin geliştirilmesinde alana katkı sağlayabilir.
- Bu araştırmanın bir sonucuna göre, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşama yönelik kurdukları metaforların, yaşamı benzetme şekillerinin bireysel yaşam yapısıyla ilişkili olduğu yönündedir. Bir geçiş dönemindeki katılımcıların kurduğu metaforun değişim odaklı ve bir yerleşik dönemde olan katılımcıların istikrar odaklı metafor kurdukları sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre yetişkin bireyin yaşama yönelik kurduğu metaforların hangi anlamlara geldiği ve yaşam yapısı dönemleriyle ilişkisinin araştırılmasında alanyazına katkı sunabilir.
- Bu çalışmada ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşlanmaya bakış açıları; olgun ve tecrübeli olma, yaşama yönelik olumsuzluk, yıpranma ve yaşın önemli olmaması şeklinde ortaya çıkmıştır. Gelecekteki

çalışmalarda yetişkin bireyin yaşamının ilerleyen dönemlerine ilişkin bakış açısının benlik tasarımı ve yaşam yapısına nasıl bir etkisinin olacağı incelenebilir.

- Bu çalışmadan elde edilen en önemli sonuçlardan biri, yetişkinliğin bir geçiş döneminde yaşamda bir değişimin, yaşamı sorgulamanın ve gözden geçirmenin söz konusu olduğu; bir yerleşik dönemde ise var olan yaşam yapısını koruma ve dengeleme eğiliminin olduğu yönündedir. Bu dönemler ortalama beş yıl sürmekte ve bir yerleşik dönemini bir geçiş dönemi izlemektedir. Örneğin, bir geçiş döneminde olan yetişkin birey, yaşam amacını belirlemede zorlanma, yaşamını yeniden gözden geçirme ve gelişimsel kriz durumları ile karşılaşabilmektedir. Bu bağlamda alan çalışanları özellikle psikolojik danışmanlar, yaşam boyu gelişim yaklaşımı açısından yetişkin bireyin içinde bulunduğu yaşam yapısının yerleşik veya geçiş dönemine göre sorunlarıyla başa çıkmasında ve psikososyal gelişimini sağlamasında yardımcı olabilir.
- İlk yetişkin bireylerin içinde buldukları yaşam yapısı dönemine bağlı olarak iş yaşamında değişimler olabilmektedir. Örneğin, bir geçiş döneminde olan yetişkin birey, çeşitli eğitim kurslarına katılma, var olan işini değiştirme ve ikinci bir iş öğrenme davranışları gösterebilmektedir. Bu bağlamda kariyer gelişimi ve mesleki rehberlik alanında çalışan yardım elemanlarının, psikolojik danışmanların yetişkin bireyin içinde bulunduğu gelişim dönemine ve yerine getirdiği gelişimsel göreve göre yönlendirme yapması faydalı olabilir. Çünkü yetişkin bireyin ilgi alanına, becerilerine göre desteklenmesi, iş yaşamında alternatif yolları denemesine ve fırsatları değerlendirmesine olanak tanınması onun bireysel yaşam yapısına katkı sunabilir.
- Bu çalışmada ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin gelişimsel krizler yaşadığı, bu krizlerle başa çıkmada daha çok problem odaklı başa çıkma yaklaşımının sergilendiği görülmüştür. Bu bağlamda yetişkin bireylerle çalışan psikolojik danışmanların yaşanan krizlerle başa çıkılmasında problem odaklı başa çıkma yöntemini danışanlara göstermelerinde yarar olabilir.



## KAYNAKÇA

- Adler, A. (2003). *Yaşamın anlamı* (çev. A. T. Kapkın). İstanbul: Payel. (Eserin orijinali 1931'de yayımlanmıştır).
- Aiken, L. R. (1998). *Human development in adulthood*. New York, USA: Springer. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Akgül, Ö. (2002). Erikson ve insanın sekiz çağı. *Genç Eğitimciler Dergisi*, 4(1), 1-30
- Akturan, U. (2013). Nitel araştırmalarda örnekleme. T. Baş ve U. Akturan (Editörler), *Nitel araştırma yöntemleri: NVivo ile nitel veri analizi, örnekleme, analiz, yorum* (İkinci Baskı). Ankara: Seçkin.
- Akturan, U. ve Esen, A. (2013). Fenomenoloji. T. Baş ve U. Akturan (Editörler), *Nitel araştırma yöntemleri: NVivo ile nitel veri analizi, örnekleme, analiz, yorum* (İkinci Baskı). Ankara: Seçkin.
- Andrew, M., Eggerling-Boeck, J., Sandefur, G. D., & Smith, B. (2006). The inner side of the transition to adulthood: How young adults see the process of becoming an adult. *Advances in Life Course Research*, 11(3), 225-251.
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11(1), 11-18.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73.
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe aşamalı geçiş: Beliren yetişkinlik tek bir ana yol mu? *İlköğretim Online*, 10(1), 51-67.
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546.
- Ataseven, B. (2012). Nitel bilimsel araştırmalarda veri kalitesinin önemi. *Marmara Üniversitesi İ.İ.B. Dergisi*, 33(2), 543-564.
- Aydiner, B. B. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik, yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Bacanlı, H. (1998). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Asa.
- Bagwell, C. L., Bender, S. E., Andreassi, C. L., Kinoshita, T. L., Montarello, S. A., & Muller, J. G. (2005). Friendship quality and perceived relationship changes predict psychosocial adjustment in early adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(2), 235-254.
- Balcı, A. (2010). *Sosyal bilimler araştırma, yöntem, teknik ve ilkeler*. Ankara: Pegem Akademi.

- Baltes, P. B., Reese, H. W., & Nesselroade, J. R. (2014). *Life-span developmental psychology: Introduction to research method*. Londra, İngiltere: Psychology Press. Erişim adresi: <https://books.google.com>. (Eserin orijinali 1977'de yayımlanmıştır).
- Barker, P. (2000). Working with the metaphor of life and death. *Medical Humanities*, 26(2), 97-102.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226.
- Baş, T., Atak, İ., Uludağ, C. ve Güler, A. (2013). NVivo programının kullanımı. T. Baş ve U. Akturan (Editörler), *Nitel araştırma yöntemleri: NVivo ile nitel veri analizi, örnekleme, analiz, yorum* (İkinci Baskı). Ankara: Seçkin.
- Bell, S., & Lee, C. (2006). Does timing and sequencing of transitions to adulthood make a difference? Stress, smoking, and physical activity among young Australian women. *International Journal of Behavioral Medicine*, 13(3), 265-274.
- Bentley, E. (2007). *Adulthood*. New York, USA: Routledge. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Berntsen, D., Rubin, D. C., & Siegler, I. C. (2011). Two versions of life: emotionally negative and positive life events have different roles in the organization of life story and identity. *Emotion*, 11(5), 1190.
- Bogin, B. A., & Smith, B. H. (1996). Evolution of the human life cycle. *American Journal of Human Biology*, 8(1), 703-716.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss* (Volume 2). New York, USA: Basic Books.
- Bühler, C. (1969). Humanistic psychology as an educational program. *American Psychologist*, 24(8), 736-742.
- Büyüköztürk, S., Kılıç Çakmak, E., Akgün, O., Karadeniz, S. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (14. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Buyurgan, T. (2013). *Kişilerarası iletişim bağlamında aile ve çift ilişkilerinin göstergibilim bakışı açısıyla çözümlenmesi: Mürekkep balığı ve Balina*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Caine, B. T. (1980). Mastering the military mid-life transition: *Parameters*, *Journal of the US Army War College*, X (3), 9-18. Erişim adresi: <http://oai.dtic.mil>.
- Capps, D. (2000). Levinson's theory of the life structure: The case for its universality. *Journal of Pastoral Care*, 54(1), 3-9.
- Carpenter, G. (1992). Adult perceptions of leisure: Life experiences and life structure. *Loisir et Société/Society and Leisure*, 15(2), 587-605.
- Carpenter, G. (2005, May 17-20). *Linking research and practice: A case study in arts programming for adults*. 11<sup>th</sup> Canadian Congress on Leisure Research at Malaspina University-College in Nanaimo, British Columbia

- Carpenter, G., & Patterson, I. (2004). The leisure perceptions and leisure meanings of a mid-life couple around the time of retirement. *World Leisure Journal*, 46(2), 13-25. DOI: 10.1080/04419057.2004.9674354
- Cassell, C., Symon, G., Buehring, A., & Johnson, P. (2006). The role and status of qualitative methods in management research: an empirical account. *Management Decision*, 44(2), 290-303. DOI: 10.1108/00251740610650256
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70(2), 139-150.
- Clausen, J. S. (1991). Adolescent competence and the shaping of the life course. *American Journal of Sociology*, 94(4), 805-842.
- Costa, P. T., & McCrae, Jr. R. R. (1998). Six approaches to the explication of facet-level traits: examples from conscientiousness. *European Journal of Personality*, 12(2), 117-134.
- Cüceloğlu, D. (1999). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları* (Dokuzuncu Baskı). İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Davies, L., Avison, W. R., & McAlpine, D. D. (1997). Significant life experiences and depression among single and married mothers. *Journal of Marriage and the Family*, 59(2), 294-308.
- Davis, M., Sabella, K., Smith, L. M., & Costa, A. (2011). Becoming an adult: Challenges for those with mental health conditions. *Psychiatry Information in Brief*, 8(15), 1-4.
- Demir, İ. (2011). Bilimsel araştırmalarda etik. K. Böke (Editör), *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri* (Üçüncü Baskı). İstanbul: Alfa.
- Demirel, E. T. (2013). Yaşam amaçlarının girişimcilik düşüncesini biçimlendirmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 45(45), 123-143.
- Devlet Memurları Kanunu (1965). Resmi Gazete (23.07.1965). Sayı: 12056.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Donn, J. E. (2005). *Adult development and well-being of mid-life never married singles*. Miami University, Miami, USA. Erişim adresi: <http://rave.ohiolink.edu>.
- Döş, İ. (2010). Aday öğretmenlerin müfettişlik kavramına ilişkin metafor alguları. *University of Gaziantep Journal of Social Sciences*, 9(3), 607-629.
- Dunn, T. R., & Merriam, S. B. (1995). Levinson's age thirty transition: Does it exist? *Journal of Adult Development*, 2(2), 113-124.
- Dyke, L. S., & Murphy, S. A. (2006). How we define success: A qualitative study of what matters most to women and men. *Sex Roles*, 55(5-6), 357-371.
- Elder, Jr, G. H. (1996). Human lives in changing societies: Life course and developmental insights. In R. B. Cairns, G.H. Elder, Jr., & E. J. Costello (Eds.), *Developmental Science*, (pp. 31-62). United Kingdom: Cambridge University Press

- Elkind, D. (1970). Erik Erikson's eight ages of man. *New York Times Magazine*, April, 3(1), 81-86.
- Erikson, E. H. (1977). *Life history and the historical moment: Diverse presentations*. Toronto: The Norton Company. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Erikson, E. H. (1984). *İnsanın sekiz çağı* (çev. T. B. Üstün ve V. şar). Ankara: Birey ve Toplum. (Eserin orjinali 1950'de yayımlanmıştır).
- Eryılmaz, A. (2009). *Başa çıkma stratejilerinin kişilik özellikleriyle ergen öznel iyi oluşu arasındaki aracı rolü*. Yayımlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Eryılmaz, A. (2011). Yaşam boyu gelişim yaklaşımı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 49-66.
- Eryılmaz, A. (2013). Bir yaşam dönemi olarak yetişkinlik: Tanımı, ölçütleri ve kuramları. H. Bacanlı ve ř. I. Terzi (Editörler), *Yetişkinlik ve yaşlılık gelişimi ve psikolojisi* (İkinci Baskı) (s. 49-85). İstanbul: Açılım.
- Fagan, M. M., & Ayers, K. (1983). Levinson's model as a predictor of the adult development of policemen. *The International Journal of Aging and Human Development*, 16(3), 221-230.
- Finkel, N. J., & Jacobsen, C. A. (1977). Significant life experiences in an adult sample. *American Journal of Community Psychology*, 5(2), 165-175.
- Ganzeboom, H. B., & Treiman, D. J. (1996). Internationally comparable measures of occupational status for the 1988 International Standard Classification of Occupations. *Social Science Research*, 25(3), 201-239.
- Geçit, Y. ve Gençer, K. (2011). Sınıf öğretmenliği 1. sınıf öğrencilerinin Coğrafya algılarının metafor yoluyla belirlenmesi. *Marmara Coğrafya Dergisi*, 23 (1), 1-19.
- Gibbs, R. W. (1996). Why many concepts are metaphorical. *Cognition*, 61(3), 309-319.
- Godbey, G. (1985). *Leisure in your life: New perspectives* [Abstract]. State College, Pennsylvania, USA: Venture Publishing, Inc.
- Gordon, J. R., Beatty, J. E., & Whelan-Berry, K. S. (2002). The midlife transition of professional women with children. *Women in Management Review*, 17(7), 328-341. DOI: 10.1108/09649420210445785
- Gothard, B. (1996). The mid life transition and career counseling in Britain. *Journal of Career Development*, 23(2), 167-174.
- Gould, S. J. (2002). *The structure of evolutionary theory*. Cambridge, London: Harvard University Press. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Green, S. J. (2006). *Karen Horney: A psychobiographical study*. Unpublished doctoral dissertation, Rhodes University, Grahamstown, South Africa.
- Greenberg, L. (2004). Emotion-focused therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 11(1), 3-16.

- Gregory, M. E., & Waggoner, J. E. (1996). Factors that influence metaphor comprehension skills in adulthood. *Experimental Aging Research*, 22(1), 83-98.
- Gross, R. (2012). *Psychology: The science of mind and behaviour*. (Sixth Edition). United Kingdom: Hachette Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Grundy, E., & Holt, G. (2000). Adult life experiences and health in early old age in Great Britain. *Social Science & Medicine*, 51(7), 1061-1074.
- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uskun, E., Demirci, S. ve Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10(1), 14-27.
- Hacıfazlıoğlu, Ö., Karadeniz, Ş. ve Dalgıç, G. (2011). Okul yöneticilerinin teknoloji liderliğine ilişkin algıları: Metafor analizi örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 97-121.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education* (3. baskı). New York, USA: David McKay Company. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hedlund, B., & Ebersole, P. (1983). A test of Levinson's mid-life re-evaluation. *The Journal of Genetic Psychology*, 143(2), 189-192.
- Huang, L. W. W. (2013). The transition tempo and life course orientation of young adults in Taiwan. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 646(1), 69-85.
- İlhan, T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin benlik uyum modeli: Yaşam amaçları, temel ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara
- İlhan, T. (2013). Orta yetişkinlik döneminde psikososyal ve bilişsel gelişim. H. Bacanlı ve Ş. Işık-Terzi (Editörler), *Yetişkinlik ve yaşlılık gelişimi ve psikolojisi* (İkinci Baskı) (s. 241-274). İstanbul: Açılım.
- Ingram, S., Ringle, J. L., Hallstrom, K., Schill, D. E., Gohr, V. M., & Thompson, R. W. (2008). Coping with crisis across the lifespan: The role of a telephone hotline. *Journal of Child and Family Studies*, 17(5), 663-674.
- Jenks, J. A. (1983). The mystery of women's early adulthood. *Clinical Social Work Journal*, 11(1), 52-63.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). *Kültürel psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile*. İstanbul: Evrim
- Kaptan, S. (1998). *Bilimsel araştırma ve istatistik teknikleri*. Ankara: Tekışık
- Karacan, E. (2007). *Effects of parenting on adult development and generativity*. Unpublished doctoral dissertation, Middle East Technical University, Ankara.
- Kararımkar, Ö. (2015). Çocukla psikolojik danışmada metaforik süreç. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 115-127.

- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Ankara: Nobel.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(3), 280-287. DOI: 10.1177/0146167296223006
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (2001). Be careful what you wish for: Optimal functioning and the relative attainment of intrinsic and extrinsic goals. In P. Schmuck and K. M. Sheldon (Eds.), *Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving* (pp. 116-131). Ashland, OH, USA: Hogrefe and Huber. Erişim adresi: <http://www.researchgate.net/publication/232448796>.
- Kelly, J. R. (1987). *Freedom to be. A new sociology of leisure*. New York, USA: Macmillan. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Kimmel, M. (1995). *Manhood in America*. New York, USA: Free Press. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Kır, İ. (2007). Yüksek öğretim gençliğinin boş zaman etkinlikleri: KSÜ örneği. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(2), 307-328.
- Kittrell, D. (1998). A comparison of the evolution of men's and women's dreams in Daniel Levinson's theory of adult development. *Journal of Adult Development*, 5(2), 105-115.
- Knowles, M. S. (1970). *The modern practice of adult education* (Volume 41). New York, USA: New York Association Press. Erişim adresi: <http://hospitalist.cumc.columbia.edu>
- Knox, A. B. (1980). Proficiency theory of adult learning. *Contemporary Educational Psychology*, 5(4), 378-404.
- Kohli, M. (2007). The institutionalization of the life course: Looking back to look ahead. *Research In Human Development*, 4(3-4), 253-271
- Kopelman, R. E., & Glass, M. (1979). Test of Daniel Levinson's theory of adult male life stages [Abstract]. *Academy of Management Proceedings*, 1(1), 79-83.
- Kuş-Saillard, E. (2009). *Nvivo8 ile nitel araştırma projeleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, USA: Springer. Erişim adresi: <http://ccme.osu.edu>.
- LeCompte, M. D., & Goetz, J. P. (1982). Problems of reliability and validity in ethnographic research. *Review of Educational Research*, 52(1), 31-60.
- Lee, C., & Gramotnev, H. (2007). Life transitions and mental health in a national cohort of young Australian women. *Developmental Psychology*, 43(4), 877.
- Levinson, D. J. (1977). The mid-life transition: A period in adult psychosocial development. *Psychiatry*, 40(2), 99-112.
- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a man's life*. New York, USA: Knopf. Erişim adresi: <https://books.google.com>.

- Levinson, D. J. (1980). Toward a conception of the adult life course. In N.J. Smelser and E. H. Erikson (Eds.) *Themes of work and love in adulthood*. (pp. 265-290). Harvard, USA: Harvard University Press. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41(1), 3-13.
- Levinson, D. J. (1996). *The seasons of a woman's life*. New York, USA: Knopf. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Levinson, D. J., Darrow, C. M., Klein, E. B., Levinson, M. H., & McKee, B. (1976). Periods in the adult development of men: Ages 18 to 45. *The Counseling Psychologist*, 6(1), 21-25.
- Lindzey, G., Thompson, F., & Spring, B. (1988). *Psychology*. London: Oxford University Press. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253.
- Marshall, C., & Rossman, G. (Eds.) (1995). Data collection methods. In *Designing qualitative research* (pp. 78-107). Thousand Oaks, CA, USA: Sage.
- Marcia, J. E. (2002). Identity and psychosocial development in adulthood. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 2(1), 7-8. DOI: 10.1207/S1532706XID0201\_02
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100-122.
- McAdams, D. P., Josselson, R., & Lieblich, A. (Eds.). (2006). *Identity and story: Creating self in narrative*. Washington, DC, US: American Psychological Association. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- McCrae, R. R., & Costa Jr, P. T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52(5), 509-516.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1984). *Qualitative data analysis*. (İkinci Baskı). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications: Sage. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Minter, L. E., & Samuels, C. A. (1998). The impact of 'the dream' on women's experience of the midlife transition. *Journal of Adult Development*, 5(1), 31-43.
- Morse, J. M., Barrett, M., Mayan, M., Olson, K., & Spiers, J. (2008). Verification strategies for establishing reliability and validity in qualitative research. *International Journal of Qualitative Methods*, 1(2), 13-22.
- Muğan-Akıncı, G. (2013). Gençler ve alışveriş merkezleri (AVM'ler): AVM kullanım tercihleri hakkında bir alan çalışması. *Megaron Journal*, 8(2), 87-96. DOI: 10.5505/megaron.2013.44153
- Murdy, J. J., Gibson, H. J., & Yiannakis, A. (2003). *Predicting nature-based tourist roles: a life span perspective*. Paper presented at the Proceedings of the 2002 Northeastern Recreation Research Symposium, Northeastern Research Station, USA

- Neugarten, B. L. (1968). *Middle age and aging: A reader in social psychology*. Chicago, USA: University of Chicago Press. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Neugarten, B. L., & Neugarten, D. (1996). *The meanings of age: Selected papers*. Chicago, USA: University of Chicago Press. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Newman, B. M., & Newman, P. R. (2010). *Development through life: A psychosocial approach: (Ninth Edition)*. Belmont, USA: Thomson Higher Education. Erişim adresi: <https://books.google.com>
- Newton, P. M. (1994). Daniel Levinson and his theory of adult development: A reminiscence and some clarifications. *Journal of Adult Development*, 1(3), 135-147.
- Onur, B. (2000). *Gelişim psikolojisi: Yetişkinlik, yaşlılık ve ölüm* (Beşinci Baskı). Ankara: İmge.
- O'Connor, D., & Wolfe, D. M. (1991). From crisis to growth at midlife: Changes in personal paradigm. *Journal of Organizational Behavior*, 12(4), 323-340.
- O'Rand, A. M., & Krecker, M. L. (1990). Concepts of the life cycle: Their history, meanings, and uses in the social sciences. *Annual Review of Sociology*, 16(1), 241-262.
- Ornstein, S., & Isabella, L. (1990). Age vs stage models of career attitudes of women: A partial replication and extension. *Journal of Vocational Behavior*, 36(1), 1-19.
- Overton, W. F. (Ed.). (2010). Life-span development. In *The handbook of life-span development: Cognition, biology, and methods*. (pp. 1-30). New Jersey, USA: John Wiley and Sons. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Özdemir, M. (2010). Nitel veri analizi: Sosyal bilimlerde yöntem bilim sorunsalı üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323-343.
- Özdemir, ř., Vatandaş, C. ve Torlak, Ö. (2009). Sosyal problemleri çözmede aile yaşam döngüsünün (AYD) önemi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(16), 7-18.
- Platon. (2006). *Sokrates'in savunması* (çev. E. Gören). İstanbul: Kabalcı Yayınevi. (Eserin orijinali 390'da yayımlanmıştır).
- Pearlin, L. I., & Skaff, M. M. (1996). Stress and the life course: A paradigmatic alliance. *The Gerontologist*, 36(2), 239-247.
- Rickards, T. S. (2005). *Confronting the taken-for-granted: the process of losing and regaining credibility for women coming-out at mid-life*. Unpublished master's thesis, The University Of New Brunswick, Ottawa, Canada.
- Roberts, P., & Newton, P. M. (1987). Levinsonian studies of women's adult development. *Psychology and Aging*, 2(2), 154-163.
- Roberts, B. W., Walton, K. E., & Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 132(1), 1-25.
- Robinson, O. (2008). *Developmental crisis in early adulthood: A composite qualitative analysis*. Unpublished doctoral dissertation, University of London, London.



- Robinson, O. C., & Smith, J. A. (2010). Investigating the form and dynamics of crisis episodes in early adulthood: The application of a composite qualitative method. *Qualitative Research in Psychology*, 7(2), 170-191.
- Rogers, C. R. (2011). *Kişi Olmaya Dair* (çev. S. Budak). İstanbul: Okyanus yayınları.(Eserin orijinali 1961'de yayımlanmıştır).
- Rolland, J. S. (1987). Chronic illness and the life cycle: A conceptual framework. *Family Process*, 26(2), 203-221.
- Rush, J. C., Peacock, A. C., & Milkovich, G. T. (1980). Career stages: A partial test of Levinson's model of life/career stages. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 347-359.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Saban, A. (2008). İlköğretim 1. kademe öğretmen ve öğrencilerinin bilgi kavramına ilişkin sahip oldukları zihinsel imgeler. *İlköğretim Online*, 7(2), 421-455.
- Santrock, J. (2006). *Life-span development*. Boston, MA: McGraw-Hill. Erişim adresi: <https://books.google.com>.
- Sayıl, M. (2012). Gelişim psikolojisi dersi ek notu. [http://book.ilkadimlar.com/d\\_pdf\\_book\\_psikolojiya\\_23597.do](http://book.ilkadimlar.com/d_pdf_book_psikolojiya_23597.do) adresinden alınmıştır.
- Schilling, E. A., Aseltine, R. H., & Gore, S. (2007). Adverse childhood experiences and mental health in young adults: A longitudinal survey. *BMC Public Health*, 7(1), 30.
- Shanahan, M. J., Porfeli, E., Mortimer, J. T., & Erickson, L. D. (2005). Subjective age identity and the transition to adulthood: When does one become an adult. In Settersten, Richard A., Jr. (Ed); Furstenberg, Frank F., Jr. (Ed); Rumbaut, Rubén G. (Ed), *On the frontier of adulthood: Theory, research, and public policy* (pp. 225-255). Chicago, IL, USA: University of Chicago Press.
- Shi, Y. D. (2011). *The role of strengths in managing midlife career transition for corporate professionals*. Paper presented at the BBS HDR Student Conference, University of Wollongong, New South Wales, Australia. Erişim adresi: <http://ro.uow.edu.au>.
- Smart, R., & Peterson, C. (1994). Stability versus transition in women's career development: A test of Levinson's theory. *Journal of Vocational Behavior*, 45(3), 241-260.
- Smithson, K. L. (2011). *The relationship among social connectedness, meaning in life, and wellness for adult women in Levinson's mid-life transition stage*. Unpublished doctoral dissertation, Georgia State University, Atlanta, USA.
- Sözbilir, M. (2011). Nitel veri analizi. <https://fenitay.files.wordpress.com/2009/02/1112-nitel-arac59ftc4b1rmada-veri-analizi.pdf> adresinden alınmıştır.
- Srivastava, S., John, O. P., Gosling, S. D., & Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle adulthood: set like plaster or persistent change? *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(5), 1041.

- Stemler, S. (2001). An overview of content analysis. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 7(17), 137-146.
- Sternberg, R. J. (2006). A duplex theory of love. In Sternberg, R. J. and Weis, K. (Eds.), *The new psychology of love* (pp. 184-199). Yale, USA: Yale University Press. Erişim adresi: <https://books.google.com.tr>
- Stewart, A. J., Ostrove, J. M., & Helson, R. (2001). Middle aging in women: Patterns of personality change from the 30s to the 50s. *Journal of Adult Development*, 8(1), 23-37.
- Strauss, A., & Corbin, J. M. (1990). *Basics of qualitative research*. (Volume 15). Newbury Park, CA: Sage. Erişim adresi: <https://li.suu.edu>.
- Stumpf, K. R. (2012). Empirical midlife studies and the backlash against midlife crisis. Web: [http://www.midlifecrisismarriageadvocate.com/support-files/empirical\\_midlife\\_studies\\_and\\_the\\_backlash\\_against\\_midlife\\_crisis.pdf](http://www.midlifecrisismarriageadvocate.com/support-files/empirical_midlife_studies_and_the_backlash_against_midlife_crisis.pdf) adresinden alınmıştır.
- Sugarman, L. (2004). *Life-span development: Frameworks, accounts and strategies*. London: Routledge. Erişim adresi: <https://books.google.com.tr>.
- şahin, İ., Zoraloğlu, Y. R. ve Fırat, N. ř. (2011). Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçları, eğitsel hedefleri üniversite öğreniminden beklentileri ve memnuniyet durumları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 17(3), 429-452.
- Tan, L., Li, X., Liu, F., Sun, X., Li, C., Zhu, Z., . . . Xie, D. (2008). Control of a key transition from prostrate to erect growth in rice domestication. *Nature Genetics*, 40(11), 1360-1364.
- Tatlıdil, E. (2009). Kent ve kentli kimliği; İzmir Örneği. *Ege Akademik Bakış*, 9(1), 319-336.
- Taymur, İ. ve Türkçapar, M. H. (2012). Kişilik: tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(2), 154-177.
- Terzi, ř. (2013). Yaşam boyu gelişim. H. Bacanlı ve ř. Işık-Terzi (Editörler), *Yetişkinlik ve yaşlılık gelişimi ve psikolojisi* (İkinci Baskı). (s. 19-45). İstanbul: Açılım.
- Töremen, F. ve İzzet, D. (2009). İlköğretim öğretmenlerinin müfettişlik kavramına ilişkin metaforik algıları. *International Journal of Educational Reform*, 13(3), 295-306.
- Tucker, P., & Aron, A. (1993). Passionate love and marital satisfaction at key transition points in the family life cycle. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 12(2), 135-147.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2013). Gelir ve yaşam koşulları araştırması. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16083> adresinden alınmıştır.
- Vander-Zanden, J. W., Crandell, T. L., & Crandell, C. H. (2011). *Human development* (10. Baskı). Canada: Mcgraw-Hill Ryerson.
- Voltan-Acar, N. (2009). *Yeniden terapötik iletişim kişiler arası ilişkiler*. Ankara: Nobel.
- Vural-Yüzbaşı, D. (2012). *Türkiye'de beliren yetişkinlik: Yetişkinlik kriterlerinin ve yetişkinlik statülerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.

- Watson, T. J. (2009). Narrative, life story and manager identity: A case study in autobiographical identity work. *Human Relations*, 62(3), 425-452.
- Wink, P., & Dillon, M. (2002). Spiritual development across the adult life course: Findings from a longitudinal study. *Journal of Adult Development*, 9(1), 79-94.
- Wink, P., & Helson, R. (1993). Personality change in women and their partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(3), 597.
- Wolfe, D., O'Connor, D., & Crary, M. (1990). Transformations of life structure and personal paradigm during the midlife transition. *Human Relations*, 43(10), 957-973.
- Yamamoto, K., Hardcastle, B., Muehl, S., & Muehl, L. (1990). Metaphorical images of life in young and middle adulthood: An exploration. *The Journal of Psychology*, 124(2), 143-154.
- Yazar, T. (2012). Yetişkin eğitiminde hedef kitle. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(7), 21-30.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2006). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (Beşinci Baskı). Ankara: Seçkin.
- Yıldız, M. (2012). Bağlanma kuramı açısından yaşlılık dönemine genel bir bakış. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 36(1), 1-30.
- Young, N. (2013). How do men with depresyon during the mid-life transition, navigate stigma? Web: <http://hdl.handle.net/10344/3228> adresinden alınmıştır.
- Zastrow, C. ve Kirst-Ashman, K. K. (2015). *İnsan davranışı ve sosyal çevre II: Yetişkinlik ve yaşlılık* (çev. E. Türközü, B. Alparslan ve O. Uraz). Ankara: Nika Yayınevi. (Eserin orijinali 1987'de yayımlanmıştır).

**EKLER****EK-1****ÖZ GEÇMİŞ**

---

<b>Adı Soyadı</b>	Yahya AKTU
<b>Kişisel Bilgiler</b>	Uyruğu: T.C. Doğum Tarihi ve Yeri: 25.05.1983/Siirt
<b>İletişim Bilgileri</b>	aktuyahya@gmail.com
<b>Öğrenim Bilgileri</b>	Lise: 1998-2002 Siirt Atatürk Anadolu Lisesi Lisans: 2002-2006 İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü
<b>İş Deneyimi</b>	2006-2009 Adana/Ceyhan Toros Gübre Lisesi-Rehber Öğretmen 2009-2010 Siirt/Merkez Selami Değer Anadolu Lisesi- Rehber Öğretmen 2010-2013 Siirt/Merkez Anadolu Öğretmen Lisesi-Rehber Öğretmen 2013-.... Siirt Üniversitesi, Eruh Meslek Yüksekokulu, Öğretim Görevlisi

---

**EK-2****BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU**

Sayın Katılımcı,

Bu çalışma Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü yüksek lisans tez danışmanı Doç. Dr. Tahsin İLHAN ve yüksek lisans öğrencisi Yahya AKTU tarafından yürütülmektedir. Bu araştırmanın amacı, ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam yapılarını, yaşam akışlarını ve yaşam döngülerini incelemektir. Bu araştırma bilimsel bir amaçla yapılmaktadır ve katılımcılara maddi ve manevi herhangi bir zarar vermeyecektir. Araştırmada ve araştırma sonrası raporlarda katılımcıların bilgileri gizli tutulacaktır.

Bu araştırmaya katılmak tamamen isteğe bağlıdır. Katıldığınız takdirde çalışmanın herhangi bir aşamasında herhangi bir sebep göstermeden onayınızı çekmek hakkına da sahipsiniz. Araştırma ile ilgili ek bilgi ya da araştırma sonrası bu çalışma dolayısıyla ortaya çıkabilecek problemlerle ilgili yardım almak istediğiniz takdirde araştırma sorumlusu ile [aktuyahya@gmail.com](mailto:aktuyahya@gmail.com) adresinden iletişime geçebilirsiniz. Eğer bu araştırmaya katılmayı kabul ediyorsanız, lütfen formu imzalayınız. İmzalı form kâğıdının bir kopyasını isterseniz elde edebilirsiniz.

**Katılımınız için teşekkür ederiz.**

İmza

## BİREYSEL YAŞAM YAPISINI DEĞERLENDİRME FORMU

1. Cinsiyetiniz	
2. Yaşınız	
3. Mesleğiniz	
4. Medeni durumunuz	
5. Eğitim düzeyiniz	
6. Gelir durumunuz	
7. Sahip olduğunuz çocuk sayısı	
8. Yaşadığınız yer	
9. Boş zamanınız oluyor mu? Boş zamanınız varsa nasıl değerlendiriyorsunuz?	
10. Kişisel yaşamınızı, eğitim yaşamınızı, kariyer yaşamınızı ve aile yaşamınızı özetler misiniz?	
11. Yaşamınızı bir duruma veya bir nesneye benzetecek olursanız yaşamınız neye benziyor?	
12. Yaşamı tanımlayacak olursanız size göre yaşam nedir, nasıl bir şeydir? Nasıl bir yaşam amacınız var?	
13. Yetişkin yaşamınızda geriye baktığınızda yaşamınızın dönüm noktası var mı, varsa bu durumu nasıl fark ettiniz?	
14. Şu ana kadar tecrübeleriniz yaşamınıza neleri kattı? Bu yaşamda neleri başardınız?	
15. Şu an yaşamınızda enerjinizin ve zamanınızın çoğunluğunu nasıl geçiriyorsunuz?	
16. Bu yaşamı daha anlamlı ve doyumlu kılmak için neler yapıyorsunuz? (boş zaman, aile, din vb.)	

17. Yaşamınızda şu an yapmadığınız ama ileride yapmayı arzuladığınız ne tür farklı ilgi alanlarınız ve ilişkileriniz var?	
18. Şu anki yaşamınızı göz önüne aldığınızda daha büyük veya yaşlı olduğunuzda kendinizi nasıl hissedersiniz?	
19. Yaşamınıza şu an odaklandığınızda bir düzen ve denge mi yoksa bir yaşamı sorgulama ve değişim söz konusudur? Yaşamınızın son zamanlarında neler oluyor?	
20. Yaşamınızın belli bir kısmını veya tümünü değiştirmek isteseydiniz, bu kararı vermenizde ne tür durumlar veya kişiler etkili olurdu?	
21. Şu ana kadar yaşamınızı nasıl yaşadığınızla ilgili her şeyi değiştirecek olsaydınız neleri en başta değiştirirdiniz?	
22. Aile, kariyer ve kişisel yaşamınızda ne tür engellerle, zorlu durumlarla karşılaştınız? Şu ana kadar karşılaştığınız zorlu durumlarla baş etmek için ne tür yollar denediniz?	