



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Gelişim Psikolojisi Bilim Dalı

**GELİŞİMSEL DÜZENLEME MODELLERİ ÇERÇEVESİNDE  
BELİREN YETİŞKİNLERDE GELİŞİMSEL HEDEFLER VE  
İYİLİK HALİNİN İNCELENMESİ**

Deniz Kurt

Doktora Tezi

Ankara, 2016



GELİŞİMSEL DÜZENLEME MODELLERİ ÇERÇEVESİNDE BELİREN  
YETİŞKİNLERDE GELİŞİMSEL HEDEFLER VE İYİLİK HALİNİN  
İNCELENMESİ

Deniz Kurt

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Psikoloji Anabilim Dalı  
Gelişim Psikolojisi Bilim Dalı

Doktora Tezi

Ankara, 2016

## KABUL VE ONAY

Deniz Kurt tarafından hazırlanan “Gelişimsel Düzenleme Modelleri Çerçevesinde Beliren Yetişkinlerde Gelişimsel Hedefler ve İyilik Halinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma, 07.06.2016 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından doktora tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Melike SAYIL (Başkan)



Prof. Dr. Ayşen GÜRE DURU



Prof. Dr. Zehra UÇANOK (Danışman)



Prof. Dr. Figen ÇOK



Yrd. Doç. Dr. Nilay PEKEL ULUDAĞLI

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Sibel BOZBEYOĞLU

Enstitü Müdürü

## BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporumun 3 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

07.06.2016



Deniz KURT

## TEŞEKKÜR

Öneri ve değerlendirmeleriyle tezime her aşamada katkıda bulunan değerli hocam, danışmanın Prof. Dr. Zehra UÇANOK'a süreç içerisindeki tüm emeği ve yol göstericiliği için çok teşekkür ederim. Lisansüstü öğrenimime başladığım andan itibaren akademik yaşamıma yaptığı anlamlı katkı ve sağladığı destek için değerli hocam Prof. Dr. Melike SAYIL'a sonsuz teşekkürler. Değerli jüri üyelerim Prof. Dr. Ayşen GÜRE DURU, Prof. Dr. Figen ÇOK ve Yrd. Doç. Dr. Nilay PEKEL ULUDAĞLI'ya tez jürimde yer almayı kabul ettikleri, tezimi değerlendirmek için vakit ayırdıkları, aynı zamanda bilgi ve deneyimlerini benimle paylaştıkları için teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans ve doktora sürecini birlikte paylaştığım çok değerli arkadaşlarım Helin YABAN, Arcan TIĞRAK ve Yusuf BAYAR'a ihtiyaç duyduğum her an sağladıkları koşulsuz yardım ve destekleri, en önemlisi de sürece olan anlamlı katkıları için sonsuz teşekkürler.

Veri toplama sürecindeki yardımları için değerli arkadaşlarım Merve CENGİZ, Sevilay BATMAZ, Zehra ÇAKIR, Esra KISACIK, Burcu KORKMAZ, Gamze ŞEN, Özge ŞAHİN, GONCA ÇİFFİLİZ KINAY, Sevginar VATAN ve Melike YAZGAN'a; öğrencilerini çalışmama katılmaları için yönlendiren Dr. Arzu ÖZKAN CEYLAN, Dr. Hayal YAVUZ GÜZEL ve Dr. Berna AYTAÇ'a sonsuz teşekkürler. Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü 2015 mezunlarından Öznur ÖZYÜREK, Rukiye ADANIR ve Şaban ÖZER'e de veri toplama sürecindeki katkıları için ayrıca teşekkür ederim.

TÜBİTAK Bilim İnsanı Destekleme Birimi'ne doktora eğitimim süresince sağladıkları burs destekleri için teşekkürler.

Son olarak bu süreci benimle paylaşan, desteklerini her zaman hissettiğim aileme sonsuz teşekkürler...

## ÖZET

KURT, Deniz. "*Gelişimsel Düzenleme Modelleri Çerçevesinde Beliren Yetişkinlerde Gelişimsel Hedefler ve İyilik Halinin İncelenmesi*", Doktora Tezi, Ankara, 2016.

Araştırmanın temel amacı gelişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde beliren yetişkinlik dönemini hedef belirleme perspektifinden incelemek ve bu modellerin sentezi sonucunda önerilen süreçlerle bireyin iyilik hali arasındaki ilişkileri değerlendirmektir.

Araştırmanın örneklemini 18-30 yaşları arasında, en az lise mezunu 396 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcılara gelişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde geliştirilen ölçeklerin yanı sıra, Yaşam Görüşü, Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve Yalnızlık Ölçeği ile Kısa Semptom Envanterinden oluşan bir form uygulanmış ve yaşamlarındaki hedefleri ve bu hedeflere yönelik değerlendirmelerini içeren bazı sorular yöneltilmiştir. Katılımcıların hem gelecekteki hem de geçmişteki hedefleri değerlendirilmiştir.

Niteliksel veri analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik en çok *meslek*, *eğitim* ve *aileyle*; geçmişte ise en çok *eğitim* ve *meslekle* ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Gelişimsel hedefler bağlamında elde edilen sonuçlar, genç bireylerin içinde buldukları gelişimsel dönemin özelliklerine uygun hedefler belirlediklerine işaret etmektedir. Ayrıca, yaşı daha büyük olan katılımcıların aile ve meslekle ilgili; nişanlı-evli olan veya bir işte çalışanların aileyle ilgili; herhangi bir işte çalışmayanların ise meslekle ilgili hedefleri daha sıklıkla ifade ettikleri ortaya konulmuştur. Beliren yetişkinlerin en çok eşleriyle/kız-erkek arkadaşlarıyla hedefleri hakkında konuşup fikir alışverişinde buldukları da görülmüştür.

Beliren yetişkinlerin çoğunun geçmişte belirledikleri hedefe ulaştıkları görülmüştür. Ayrıca, lise mezunu bireylerin üniversiteyi bitirmiş; gelir düzeyi düşük olan bireylerin ise yüksek olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıkları ortaya konulmuştur.

Analizler sonucunda, hedefin içeriğiyle (*benlik odaklı hedefler belirleme*) iyilik hali arasında bir ilişki elde edilmezken; hedefle ilgili olumlu değerlendirmelerinin (*hedefin elde edilebilirliği, hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygular*) bireyin iyilik haliyle pozitif; olumsuz değerlendirmelerin ise (*hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygular*) bireyin iyilik haliyle negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen süreçlerden metadüzenlemenin hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyle pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Metadüzenlemenin yalnızca hedefe bağlı olma üzerinden bireyin iyilik haliyle ilişkili olduğu da görülmüştür. Elde edilen bulgular gelişimsel düzenleme modellerine ilişkin literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** Beliren yetişkinlik, gelişimsel düzenleme modelleri, gelişimsel hedefler, iyilik hali.



## ABSTRACT

KURT, Deniz. "*Developmental Regulation Models: An Investigation of Developmental Goals and Well-Being in Emerging Adulthood*", Ph. D. Dissertation, Ankara, 2016.

The main aim of this research is to investigate emerging adulthood from the goal-setting perspective in the frame of developmental regulation models and to evaluate the relations between proposed processes and individuals' well-being through the synthesis of these models.

The study sample consists of 396 participants aged between 18-30 and graduated from high school or above. The participants were administered a battery that consists of scales developed in the frame of Developmental Regulation Models along with Views of Life Survey, Rosenberg Self-Esteem Scale, Satisfaction with Life Scale, Loneliness Scale and Brief Symptom Inventory. Questions addressed participants' life goals and their appraisals of these goals were also included. Both future and past goals were assessed.

Qualitative data analysis indicated that emerging adults' future goals were mostly related with *occupation, education* and *family* and their past goals were frequently related with *education* and *occupation*. In terms of developmental goals, the results showed that young adults set goals appropriate to properties of their developmental period. Furthermore, older participants stated goals related with family and occupation; engaged/married or employed participants stated goals related with family; and nonemployed participants stated goals related with occupation most frequently. It was observed that emerging adults frequently discuss and exchange opinions about their goals with their romantic partners.

According to the results, most of the emerging adults had reached their past goals. Moreover, it was revealed that high school graduate participants attained their goals less

frequently when compared to the graduate ones and low income individuals attained their goals less often when compared to high-income ones.

Analysis indicated that while there was not any significant relationship between goal content (*self-focused goals*) and well-being; there was positive relationship between positive goal appraisals (*goal attainability, positive feelings*) and well-being; and a negative relationship between negative goal appraisal (*negative feelings*) and well-being. In addition, metaregulation predicted goal engagement and disengagement. Metaregulation was only related with well-being via goal engagement. The findings of the study were discussed with respect to developmental regulation models literature.

**Key Words:** Emerging adulthood, developmental regulation models, developmental goals, well-being.

## İÇİNDEKİLER

<b>KABUL VE ONAY.....</b>	<b>i</b>
<b>BİLDİRİM.....</b>	<b>ii</b>
<b>TEŞEKKÜR.....</b>	<b>iii</b>
<b>ÖZET.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER.....</b>	<b>viii</b>
<b>TABLolar DİZİNİ.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ŞEKİLLER DİZİNİ.....</b>	<b>xix</b>
<b>EKLER DİZİNİ.....</b>	<b>xxi</b>
<b>BÖLÜM 1.....</b>	<b>1</b>
<b>GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1. ERGENLİK VE YETİŞKİNLİK ARASINDA YENİ BİR DÖNEM:</b>	
<b>BELİREN YETİŞKİNLİK.....</b>	<b>2</b>
1.1.1. Niçin Beliren Yetişkinlik Kavramı Kullanılmaktadır?.....	2
1.1.2. Beliren Yetişkinlik Döneminin Özellikleri.....	3
1.1.3. Beliren Yetişkinlik Dönemi Üzerine Yapılan Araştırmalar.....	5
<b>1.2. GELİŞİMSEL DÜZENLEME MODELLERİ.....</b>	<b>11</b>
1.2.1. Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Modeli (Model of Selection, Optimization, and Compensation-SOC).....	12
1.2.2. Asimilatif ve Akomodatif Baş Etmede İkili Süreç Modeli (Dual-Process Model of Assimilative and Accommodative Coping).....	15
1.2.3. Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı (The Motivational Theory of Life-Span Development).....	18
1.2.4. Yaşam Boyu Motivasyon Modeli (Life-Span Model of Motivation).....	21
1.2.5. Modeller Üzerine Genel Değerlendirme.....	21
<b>1.3. HEDEFLER.....</b>	<b>25</b>
1.3.1. Beliren Yetişkinlik Döneminde Hedefler.....	26
1.3.2. Demografik Değişkenlere Göre (Cinsiyet, Yaş, Medeni Durum ve Çocuk Sahibi Olma) Hedeflerdeki Farklılıklar.....	27

1.3.3. Hedeflerde Meydana Gelen Değişim.....	29
1.3.4. Hedeflerin Bireylerin Yaşamları Üzerindeki Rolü.....	30
1.3.5. Hedeflerin Belirlenmesinde Çevredeki Diğer Bireylerin Rolü.....	31
1.3.6. Hedefler ve İyilik Hali Arasındaki İlişkiler.....	32
1.3.7. Ödünleme ve İyilik Hali Arasındaki İlişkiler.....	35
<b>1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI.....</b>	<b>37</b>
<b>BÖLÜM 2.....</b>	<b>43</b>
<b>YÖNTEM.....</b>	<b>43</b>
<b>2.1. ÖN ÇALIŞMA.....</b>	<b>43</b>
2.1.1. Örneklem.....	43
2.1.2. Veri Toplama Araçları.....	46
2.1.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	46
2.1.2.2. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu (SOC Questionnaire).....	46
2.1.2.3. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği [Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment (Tenflex) Scales].....	46
2.1.2.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale).....	47
2.1.2.5. Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction with Life Scale- SWLS).....	47
2.1.2.6. Gelişimsel Hedefler İle İlgili Sorular.....	47
2.1.3. İşlem.....	49
<b>2.2. ASIL ÇALIŞMA .....</b>	<b>49</b>
2.2.1. Örneklem.....	49
2.2.2. Veri Toplama Araçları.....	52
2.2.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	52
2.2.2.2. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu (SOC Questionnaire).....	52
2.2.2.3. Yaşam Görüşü Ölçeği [Views of Life Survey-Inventory of the Dimensions of Emerging Adulthood (IDEA)].....	53
2.2.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self-Esteem Scale).....	54

2.2.2.5. Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction with Life Scale-SWLS).....	54
2.2.2.6. Optimizasyon ve Kontrol Stratejileri Ölçeği [Optimization in Primary and Secondary Control (OPS) Scales].....	54
2.2.2.7. Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI) .....	55
2.2.2.8. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği [Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment (Tenflex) Scales].....	55
2.2.2.9. UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale).....	56
2.2.2.10. Gelişimsel Hedefler İle İlgili Sorular.....	56
2.2.3. İşlem.....	58
<b>BÖLÜM 3.....</b>	<b>59</b>
<b>BULGULAR.....</b>	<b>59</b>
<b>3.1. ÖN ÇALIŞMAYA AİT BULGULAR.....</b>	<b>59</b>
3.1.1. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formuyla İlgili Bulgular...59	
3.1.1.1. Betimsel Analizler.....	59
3.1.1.2. Faktör Yapısı: Doğrulamalı Faktör Analizi Sonuçları.....	61
3.1.1.3. Yordayıcı (Predictive) Geçerlik: Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu İle İlişkiler.....	66
3.1.1.4. Birleşiklik (Convergent) Geçerliği: Diğer Yaşam Yönetimi Stratejileriyle İlişkiler.....	67
3.1.1.5. Güvenirlilik Analizi: İç Tutarlık Katsayısı.....	68
3.1.2. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğiyle İlgili Bulgular.....	68
3.1.2.1. Betimsel Analizler.....	68
3.1.2.2. Faktör Yapısı: Açımlayıcı ve Doğrulamalı Faktör Analizi Sonuçları.....	69
3.1.2.3. Yordayıcı (Predictive) Geçerlik: Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu İle İlişkiler.....	81

3.1.2.4. Birleşiklik (Convergent) Geçerliği: Diğer Yaşam Yönetimi Stratejileriyle İlişkiler.....	81
3.1.2.5. Güvenirlilik Analizi: İç Tutarlık Katsayısı.....	82
3.1.3. Niteliksel Verinin Analizi.....	83
3.1.3.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları.....	84
3.1.3.2. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları.....	90
<b>3.2. ASIL ÇALIŞMAYA AİT BULGULAR.....</b>	<b>95</b>
3.2.1. Niteliksel Verinin Analizi.....	95
3.2.1.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları.....	96
3.2.1.2. Hedefin Seçilmesinde Etkili Olan Faktörlere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları.....	106
3.2.1.3. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları.....	120
3.2.1.4. Hedefe Ulaşma Sürecinde Kullanılan Stratejilere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları.....	128
3.2.2. Beliren Yetişkinlik Döneminin Özelliklerini Taşımada Demografik Değişkenlere Göre Farklılıklar.....	140
3.2.3. Hedef Türü ve Kategorik Değişkenler Arası Karşılaştırmalar.....	142
3.2.3.1. Geleceğe Yönelik Hedefler ve Kategorik Değişkenler Arası Karşılaştırmalar.....	142
3.2.3.2. Geçmişteki Hedefler ve Kategorik Değişkenler Arası Karşılaştırmalar.....	146
3.2.4. Hedefin Belirlenmesi Sürecinde Yakın Çevredeki Bireylerin Rolüne İlişkin Analizler.....	150
3.2.5. Hedefler ve İyilik Haline İlişkin Yapılan Analizler.....	152
3.2.5.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedef ve Hedefle İlgili Yapılan Değerlendirmeler İle İyilik Hali Arasındaki İlişkiler.....	152

3.2.5.2. Geçmişte Belirlenen Hedefin Gerçekleşme Durumu, Hedefle İlgili Değerlendirmeler ve İyilik Haline İlişkin Analizler.....	160
3.2.6. Stratejilerin Kullanımı Açısından Gruplar Arası Farklılığa İlişkin Analizler.....	173
3.2.7. Gelişimsel Düzenleme Modelleri Kapsamında Öne Sürülen Süreçler (Metadüzenleme, Hedefe Bağlı Olma, Hedeften Vazgeçme) İle İyilik Hali Arasındaki İlişkiler.....	176
<b>BÖLÜM 4.....</b>	<b>189</b>
<b>TARTIŞMA.....</b>	<b>189</b>
<b>4.1. ÖN ÇALIŞMAYA İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ</b> .....	<b>189</b>
4.1.1. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formunun Psikometrik Özelliklerine İlişkin Değerlendirmeler.....	190
4.1.2. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerine İlişkin Değerlendirmeler.....	192
4.1.3. Ön Çalışma Kapsamında Yapılan Niteliksel Veri Analizine İlişkin Değerlendirmeler.....	195
4.1.3.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	195
4.1.3.2. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	197
<b>4.2. ASIL ÇALIŞMAYA İLİŞKİN BULGULARIN</b> <b>DEĞERLENDİRİLMESİ.....</b>	<b>198</b>
4.2.1. Asıl Çalışma Kapsamında Yapılan Niteliksel Veri Analizine İlişkin Değerlendirmeler.....	198
4.2.1.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	199
4.2.1.2. Hedefin Seçilmesinde Etkili Olan Faktörlere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	200
4.2.1.3. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	202

4.2.1.4. Hedefe Ulaşma Sürecinde Kullanılan Stratejilere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi.....	204
4.2.1.5. Asıl Çalışma Kapsamında Yapılan Nitel Veri Analizine İlişkin Genel Değerlendirme.....	205
4.2.2. Asıl Çalışma Kapsamında Yapılan Nicel Analizlere İlişkin Değerlendirmeler.....	207
4.2.2.1. Katılımcıların Beliren Yetişkinlik Döneminin Özelliklerini Ne Ölçüde Taşıdıklarına İlişkin Değerlendirmeler.....	207
4.2.2.2. Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerin Geleceğe Yönelik ve Geçmişteki Hedeflerine İlişkin Değerlendirmeler.....	208
4.2.2.3. Demografik Değişkenlere Göre Hedeflerdeki Farklılıklara İlişkin Değerlendirmeler.....	213
4.2.2.4. Hedefin Belirlenmesi Sürecinde Yakın Çevredeki Bireylerin Rolüne İlişkin Değerlendirmeler.....	217
4.2.2.5. İyilik Haline İlişkin Sonuçların Değerlendirilmesi.....	218
4.2.2.6. Stratejilerin Kullanımı Açısından Hedef Gruplarına İlişkin Değerlendirmeler.....	224
4.2.2.7. Gelişimsel Düzenleme Modellerinin Sentezi Sonucunda Önerilen Süreçler ve İyilik Arasındaki Bağlantıya İlişkin Değerlendirmeler.....	226
4.2.3. Araştırmanın Güçlü Yanları, Bilimsel Birikim ve Uygulamaya Katkısı.....	228
4.2.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler.....	232
4.2.5. Sonuç.....	234
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>239</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>261</b>



## TABLOLAR DİZİNİ

<b>Tablo 1.</b> Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Modeli Bileşenlerinin Temel Özellikleri.....	14
<b>Tablo 2.</b> Asimilatif ve Akomodatif Baş Etmede İkili Süreç Modeli Bileşenlerinin Temel Özellikleri.....	17
<b>Tablo 3.</b> Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı Bileşenleri.....	20
<b>Tablo 4.</b> Gelişimsel Düzenleme Modellerinin Sentezi Sonucunda Önerilen Süreçler...	24
<b>Tablo 5.</b> Bileşenlerin Ranj, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	59
<b>Tablo 6.</b> Bileşenlerin Pearson Korelasyon Katsayıları.....	61
<b>Tablo 7.</b> Parseller Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	62
<b>Tablo 8.</b> Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu Bileşenleri İle Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	66
<b>Tablo 9.</b> Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu Bileşenleri İle Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği Bileşenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	67
<b>Tablo 10.</b> Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu Bileşenlerine Ait Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayıları.....	68
<b>Tablo 11.</b> Bileşenlerin Pearson Korelasyon Katsayısı İle Ranj, Ortalama, Standart Sapma Değerleri.....	69
<b>Tablo 12.</b> Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin Faktör Yapısı.....	71
<b>Tablo 13.</b> Temsil Gücü Düşük Olan Maddelerin Çıkarılmasının Ardından Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin Faktör Yapısı.....	80
<b>Tablo 14.</b> Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği Bileşenleri İle Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	81
<b>Tablo 15.</b> SOÖ Bileşenleri İle Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği Bileşenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	82
<b>Tablo 16.</b> Bileşenlerin Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayıları.....	82
<b>Tablo 17.</b> Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	86
<b>Tablo 18.</b> Eğitim Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	87
<b>Tablo 19.</b> Aile Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	88
<b>Tablo 20.</b> Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	88

<b>Tablo 21.</b> Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	88
<b>Tablo 22.</b> Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	89
<b>Tablo 23.</b> Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	89
<b>Tablo 24.</b> Sağlık İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	89
<b>Tablo 25.</b> Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	89
<b>Tablo 26.</b> Toplumsal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	90
<b>Tablo 27.</b> “Diğer” Kategorisindeki Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	90
<b>Tablo 28.</b> Eğitim Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	92
<b>Tablo 29.</b> Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	93
<b>Tablo 30.</b> Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	93
<b>Tablo 31.</b> Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	94
<b>Tablo 32.</b> Aile Yaşamı ve Yakın İlişkiler İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	94
<b>Tablo 33.</b> Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	94
<b>Tablo 34.</b> Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	94
<b>Tablo 35.</b> Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	95
<b>Tablo 36.</b> Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	98
<b>Tablo 37.</b> Eğitim Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	102
<b>Tablo 38.</b> Aile Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	103
<b>Tablo 39.</b> Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	104
<b>Tablo 40.</b> Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	104
<b>Tablo 41.</b> Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	105
<b>Tablo 42.</b> Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	105
<b>Tablo 43.</b> Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	105
<b>Tablo 44.</b> Sağlık İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	105
<b>Tablo 45.</b> Toplumsal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kod.....	106
<b>Tablo 46.</b> Kişisel Beklentiler / İstekler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	108
<b>Tablo 47.</b> Meslekle İlişkili Faktörler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	111
<b>Tablo 48.</b> Yaşam Koşulları İle İlgili Zorunluluklar Bağlamında Oluşturulan Kodlar..	115

<b>Tablo 49.</b> Özerklik Kazanmak / Yaşam Koşullarını İyileştirmek Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	116
<b>Tablo 50.</b> Çevresel Beklentiler / Diğer Bireylerin Etkisi Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	117
<b>Tablo 51.</b> Kendisi, Ailesi İle İlişkili Faktörler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	118
<b>Tablo 52.</b> Toplumsal Yarar Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	119
<b>Tablo 53.</b> "Diğer" Kategorisi Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	120
<b>Tablo 54.</b> Eğitim İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	122
<b>Tablo 55.</b> Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	124
<b>Tablo 56.</b> Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	126
<b>Tablo 57.</b> Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	126
<b>Tablo 58.</b> Aile Yaşamı ve Yakın İlişkiler İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	127
<b>Tablo 59.</b> Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	127
<b>Tablo 60.</b> Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	127
<b>Tablo 61.</b> Sağlık İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	127
<b>Tablo 62.</b> Toplumsal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar.....	127
<b>Tablo 63.</b> Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kod.....	128
<b>Tablo 64.</b> Herhangi Bir Engel, Başarısızlıkla Karşılaşılması.....	130
<b>Tablo 65.</b> Herhangi Bir Yol Denememe, Hiçbir Şey Yapmama.....	130
<b>Tablo 66.</b> Zamana ve Çabaya Yatırım Yapma (Seçici Birincil Kontrol).....	131
<b>Tablo 67.</b> Tekrardan Deneme, Vazgeçmeme, Pes Etmeme, Mücadele Etme (Seçici Birincil Kontrol).....	132
<b>Tablo 68.</b> Diğer İnsanlardan Yardım, Tavsiye, Öğüt İsteme (Ödünleyici Birincil Kontrol).....	134
<b>Tablo 69.</b> Yakın Çevredeki Bireylerin Desteği, Paylaşım (Ödünleyici Birincil Kontrol).....	135
<b>Tablo 70.</b> Yeni Yöntemlere Başvurma, Alışılmışın Dışında Çözümler Bulma (Ödünleyici Birincil Kontrol).....	136

<b>Tablo 71.</b> Bir Hedefe Ulaşmanın Olumlu Sonuçlarını Önceden Tahmin Etme, Bir Hedefin Değerini Yükseltme (Seçici İkincil Kontrol).....	138
<b>Tablo 72.</b> Hedefi Değiştirme (Ödünleyici İkincil Kontrol).....	139
<b>Tablo 73.</b> Kendini Koruyucu Sosyal Karşılaştırmalar Yapma (Ödünleyici İkincil Kontrol).....	139
<b>Tablo 74.</b> Doğru Zamanda Hedeften Vazgeçme (Ödünleyici İkincil Kontrol).....	139
<b>Tablo 75.</b> Hedeften Vazgeçme (Ödünleyici İkincil Kontrol).....	140
<b>Tablo 76.</b> İşlevsel Olmayan Stratejiler.....	140
<b>Tablo 77.</b> "Diğer" Kategorisindeki İfadeler.....	140
<b>Tablo 78.</b> İlgili Değişkenlere Göre Yaşam Görüşü Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	141
<b>Tablo 79.</b> Geçmişteki ve Gelecekteki Hedeflere Ait Yüzdeler.....	142
<b>Tablo 80.</b> Yaşa Göre Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler.....	143
<b>Tablo 81.</b> Medeni Duruma Göre Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler.....	144
<b>Tablo 82.</b> Çalışma Durumuna Göre Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler.....	145
<b>Tablo 83.</b> Beliren Yetişkinlik Döneminin Özelliklerini Taşıma Açısından Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler.....	146
<b>Tablo 84.</b> Yaşa Göre Geçmişteki Hedefler.....	147
<b>Tablo 85.</b> Cinsiyete Göre Geçmişteki Hedefler.....	148
<b>Tablo 86.</b> Medeni Duruma Göre Geçmişteki Hedefler.....	149
<b>Tablo 87.</b> Çalışma Durumuna Göre Geçmişte Belirlenen Hedefler.....	150
<b>Tablo 88.</b> Yakın Çevredeki Bireylere Yönelik Yapılan Değerlendirmelere İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	151
<b>Tablo 89.</b> Yakın Çevredeki Bireylerden Algılanan Desteğe İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	152
<b>Tablo 90.</b> Geleceğe Yönelik Hedefle İlgili Değerlendirmelere İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	153
<b>Tablo 91.</b> Hedefle İlgili Değerlendirmeler ve İyilik Hali Arasındaki İlişkiler.....	154
<b>Tablo 92.</b> İyilik Halinin Yordayıcıları.....	156
<b>Tablo 93.</b> Hedefle İlgili Değerlendirmeler İle İyilik Hali Değişkenleri Arasındaki Yükler, Standardize Kanonik Katsayılar, Kanonik Korelasyon ve Net Varyanslar.....	158
<b>Tablo 94.</b> Geçmişteki Hedefin Gerçekleşme Durumuna İlişkin Yüzdeler.....	160

<b>Tablo 95.</b> Hedefi Gerçekleştirmeyi İsteyip İstememe Durumuna İlişkin Yüzdeler.....	160
<b>Tablo 96.</b> Değişken Düzeylerindeki Gözlenen ve Beklenen Değerler.....	162
<b>Tablo 97.</b> Hedef Grupları, Eğitim Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Kısmi İlişkileri Testine İlişkin Sonuçlar.....	164
<b>Tablo 98.</b> Hedef Grup, Eğitim Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Parametre Kestirimleri.....	165
<b>Tablo 99.</b> Değişken Düzeylerindeki Gözlenen ve Beklenen Değerler.....	166
<b>Tablo 100.</b> Hedef Grupları, Gelir Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Kısmi İlişkileri Testine İlişkin Sonuçlar.....	167
<b>Tablo 101.</b> Hedef Grup, Gelir Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Parametre Kestirimleri.....	168
<b>Tablo 102.</b> Değişken Düzeylerindeki Gözlenen ve Beklenen Değerler.....	169
<b>Tablo 103.</b> Hedef Grupları, Cinsiyet ve Çalışma Durumunun Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Kısmi İlişkileri Testine İlişkin Sonuçlar.....	170
<b>Tablo 104.</b> Hedef Grup, Cinsiyet ve Çalışma Durumu Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Parametre Kestirimleri.....	171
<b>Tablo 105.</b> Hedefle İlgili Değerlendirmelere İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri İle Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	172
<b>Tablo 106.</b> Gruplara Göre Stratejilerin Kullanımına İlişkin Ortalama, Standart Sapma ve Ranj Değerleri.....	175
<b>Tablo 107.</b> Değişkenlerin Pearson Korelasyon Katsayıları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	177

## ŞEKİLLER DİZİNİ

<b>Şekil 1.</b> Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak).....	44
<b>Şekil 2.</b> Katılımcıların Gelir Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak).....	44
<b>Şekil 3.</b> Katılımcıların Anne ve Babalarının Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak).....	45
<b>Şekil 4.</b> Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak).....	50
<b>Şekil 5.</b> Katılımcıların Gelir Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak).....	51
<b>Şekil 6.</b> Katılımcıların Anne ve Babalarının Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak).....	52
<b>Şekil 7.</b> Dört Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	64
<b>Şekil 8.</b> Tek Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	65
<b>Şekil 9.</b> İki Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	74
<b>Şekil 10.</b> Temsil Gücü Düşük Olan Maddelerin Çıkarılmasının Ardından İki Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	76
<b>Şekil 11.</b> Hata Korelasyonlarının Eklenmesinin Ardından İki Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	77
<b>Şekil 12.</b> Tek Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	78
<b>Şekil 13.</b> Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler.....	85
<b>Şekil 14.</b> Geçmişte Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler.....	91
<b>Şekil 15.</b> Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler.....	97
<b>Şekil 16.</b> Hedefin Seçilmesinde Etkili Olan Faktörlere İlişkin Yüzdeler.....	107
<b>Şekil 17.</b> Geçmişte Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler.....	121
<b>Şekil 18.</b> Hedefe Ulaşma Sürecinde Kullanılan Stratejilere İlişkin Yüzdeler.....	129
<b>Şekil 19.</b> Birinci Kanonik Kök İçin Yükler ve Kanonik Korelasyon.....	159
<b>Şekil 20.</b> Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve İyilik Hali Arasındaki İlişki.....	178
<b>Şekil 21.</b> Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki.....	180

<b>Şekil 22.</b> Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki.....	181
<b>Şekil 23.</b> Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve Yalnızlık Arasındaki İlişki.....	182
<b>Şekil 24.</b> Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve İyilik Hali Arasındaki İlişki.....	184
<b>Şekil 25.</b> Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki.....	186
<b>Şekil 26.</b> Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki.....	187
<b>Şekil 27.</b> Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve Yalnızlık Arasındaki İlişki.....	188

**EKLER DİZİNİ**

<b>EK 1:</b> Etik Kurul İzni.....	261
<b>EK 2:</b> Orijinallik Raporu.....	262
<b>EK 3:</b> Özgeçmiş.....	264



## BÖLÜM 1

### GİRİŞ

Bireyin yaşam süresi boyunca kendi gelişimini planlama ve düzenlemede aktif bir rol oynadığı öne sürülmekte (ör. Lerner ve Busch-Rossnagel, 1981); bu süreci düzenleyici bir mekanizma olarak gelişimsel hedeflerin önemine dikkat çekilmektedir (ör. Heckhausen, 1999). Buna göre, bireyler etkili bir biçimde kendi yaşamlarına yön verebilmek amacıyla içinde yaşadıkları toplumun ve kültürün talepleri ile beklentilerini dikkate alarak kendileri için hedefler belirler (Nurmi, 2004; Salmela-Aro, 2009). Hedeflerin belirlenmesinde gelişimsel görevler (Havighurst, 1948) ve sosyal sınırlamalar (Neugarten, Moore ve Lowe, 1965) gibi çok sayıda sosyal yaş sisteminin önemli bir rolü vardır. Bu yaş sistemleri, bireye belirli bir yaşta neyin ulaşılabilir ve neyin toplum tarafından kabul edilebilir olduğu hakkında bir temel sağlar. Bununla birlikte, bireyler yalnızca içinde buldukları toplumdan etkilenmez, aynı zamanda kendi istekleri, hedefleri ve değerleriyle bağlantılı seçimler yapar ve kendi yaşamlarına yön verirler (Baltes ve Baltes, 1990). Kimi zaman ise, yaptıkları seçimlerin bir sonucu olarak başarısızlıkla karşılaşır ve başarısızlıklarını ödünlemeye ihtiyaç duyarlar (Brandtstädter, 1989; Heckhausen, Wrosch ve Schulz, 2010). Bu noktada ise belirledikleri hedefleri yeniden gözden geçirir ve hedeflerinde bazı değişiklikler yaparlar (Heckhausen, Wrosch ve Fleeson, 2001). Yukarıda sözü edilen bu süreçler, bireylerin yaşamlarını etkili bir biçimde yönetmelerine yardımcı olur (Haase, Heckhausen ve Wrosch, 2013).

Bireylerin kendileri için hedefler belirleyerek yaşamlarına yön vermeleri yaşam süresi boyunca önemlidir. Ancak, beliren yetişkinlik dönemi olarak kavramsallaştırılan ve yaşamın üçüncü on yılı içerisinde kalan dönemin bu açıdan daha da önemli olduğu düşünülmektedir. Söz konusu dönem bireylerin yaşamlarıyla ilgili pek çok önemli kararı aldıkları, yaşamda pek çok farklı seçeneğe sahip oldukları ve yaşamlarına özgürce yön verebildikleri bir dönemdir (Arnett, 2000; 2004). Bireylerin bu dönemde sahip oldukları pek çok fırsat ve seçeneğe rağmen yaşamlarını nasıl yönettikleri ve bu durumun onların iyilik haliyle olan ilişkisi konusunda yapılan çalışmalar ise oldukça

sınırlıdır. Bu kapsamda araştırmanın temel amacı beliren yetişkinlik dönemini hedef belirleme perspektifinden incelemektir. Bu amaç doğrultusunda ilerleyen bölümlerde ilk olarak, (1) beliren yetişkinlik döneminin özelliklerinden söz edilecek, (2) bireylerin kendi yaşamlarına yön vermede oldukça önemli rolleri olduğunu vurgulayan gelişimsel düzenleme modellerine yer verilecek, (3) gelişimsel düzenlemede önemli kavramlardan biri olan hedefler ve bu hedefler ile bireyin iyilik hali arasındaki ilişki ele alınacak, son olarak da (4) araştırmanın amacı ile araştırma sorularına yer verilecektir.

## **1.1. ERGENLİK VE YETİŞKİNLİK ARASINDA YENİ BİR DÖNEM: BELİREN YETİŞKİNLİK**

Yaşamın 18 ile 25 yaşları arasını kapsayan dönemi, Amerikalı gelişim psikoloğu Jeffrey Jensen Arnett (2000; 2004; 2006) tarafından *beliren yetişkinlik dönemi* (emerging adulthood) olarak adlandırılmıştır. Söz konusu bu dönem, endüstrileşmiş ülkelerdeki pek çok birey için büyük değişimlerin yaşandığı oldukça önemli bir dönem olarak kabul edilmektedir. Bu dönemdeki bireylerin pek çoğu kendilerini ergen olarak görmemekte; ancak, tümüyle yetişkin olduklarını da düşünmemektedirler (Arnett, 2000). Beliren yetişkinlik, yaşamın belki de en heterojen dönemi olarak kabul edilmektedir (Arnett, 2007).

Ergenlikten ve genç yetişkinlikten farklı olarak böyle bir dönemin tanımlanmasında üç temel faktörün rol oynadığı öne sürülmektedir. Bu faktörler (1) endüstri toplumundan bilgi toplumuna doğru değişimle birlikte yükseköğrenime duyulan ihtiyacın artması ve bu duruma bağlı olarak evlilik ve anne baba olma yaşının yükselmesi, (2) eğitim ve meslekle ilgili kadınlara sağlanan fırsatlardaki önemli artış; bu durumla bağlantılı olarak yükseköğrenime devam etme arayışı ve (3) evlilik öncesi cinsel yaşamın kabul edilebilir hale gelmesi olarak özetlenebilir (Arnett, 2005; 2009).

### **1.1.1. Niçin Beliren Yetişkinlik Kavramı Kullanılmaktadır?**

Arnett (2004), söz konusu dönemi tanımlamak için *geç ergenlik*, *genç yetişkinlik*, *yetişkinliğe geçiş* ve *gençlik* gibi kavramların kullanılmasının uygun olmadığını savunmaktadır. *Geç ergenlik* (late adolescence) kavramı 18-25 yaşları arasındaki

bireylerin yaşamlarının 10-18 yaşları arasındaki bireylerin yaşamlarından büyük ölçüde farklı olması sebebiyle uygun görülmemektedir. Örneğin, ergenlerin neredeyse büyük çoğunluğu aileleriyle birlikte yaşamaktadır; buna karşın beliren yetişkinlerin çoğunluğu aileleriyle birlikte yaşadıkları evden taşınmışlardır. Benzer şekilde 18-25 yaşları arasındaki bireylerin yaşamları 30'lu, 35'li ve 40'lı yaşlarındaki bireylerin yaşamlarından da büyük ölçüde farklılık göstermektedir. Örneğin, 30'lu yaşlarındaki pek çok birey evli ve en az bir çocuk sahibiyken, beliren yetişkinlerin çoğu henüz evlenmemiş ve çocuk sahibi olmamıştır. Bu sebeple *genç yetişkinlik* (young adulthood) kavramı da bu dönemdeki bireyleri tanımlamak için uygun görülmemektedir. Diğer bir olasılık beliren yetişkinlik yerine *yetişkinliğe geçiş* (transition to adulthood) kavramını kullanmaktır. Geçiş kavramı bu dönemin ergenlik ve yetişkinlik arasında kısa bir dönemmiş gibi algılanmasına yol açmaktadır. Ancak yaşamın 18 ile 25 yaşları arasını kapsayan 7 yıllık bu dönemi, bebeklik döneminden daha uzundur ve neredeyse ergenlik dönemi kadar sürmektedir. Bu nedenle söz konusu dönemi bir geçiş dönemi olarak nitelendirmenin bu dönemi tanımlamada yetersiz kalacağı ifade edilmektedir. *Gençlik* (youth) kavramının ise özellikle İngilizcede oldukça geniş bir yaş aralığına (ör. orta çocukluk, ergenlik) işaret etmesi sebebiyle beliren yetişkinlik kavramı yerine kullanılması uygun görünmemektedir.

### **1.1.2. Beliren Yetişkinlik Döneminin Özellikleri**

Beliren yetişkinlik dönemi genç bireylerin başta iş (work), aşk (love) ve dünya görüşü (worldview) olmak üzere farklı yaşam alanlarında *keşifler* yaptıkları bir dönemdir (Arnett, 2000; 2004; 2007). Beliren yetişkinlerin ergenlere kıyasla ebeveynlerinden daha bağımsız olmaları, çoğunlukla evden ayrı yaşamaları ve yetişkin hayatının sorumlulukları (ör. uzun süreli iş, evlilik ve anne babalık) içine tam olarak girmemeleri, beliren yetişkinlik dönemini keşif için uygun bir dönem haline getirmiştir. Bireyler keşfetme sürecinde kim oldukları ve yaşamdan ne istedikleri hakkında bilgi edinirler. Örneğin, iş alanıyla ilgili yaptıkları keşifler sonucunda yetenek ve ilgilerini fark eder, hangi işte iyi oldukları ve gelecekte hangi işi yapmak istedikleri konusunda bilgi sahibi olurlar. Yakın ilişkiler alanıyla ilgili yaptıkları keşifler sonucunda ise kendileri için uygun olan eşin kim olduğunu bulmaya çalışırlar. Bireyler bu dönemde çocukluklarını geçirdikleri çevrenin dışına da çıkarlar ve farklı görüşlere sahip kişilerle bir araya gelme

fırsatı bulurlar. Bu durum bireylerin dünyaya ilişkin görüşlerini oluşturmaları açısından oldukça önemlidir.

Bireyler bu dönemde devam eden keşif sürecinin bir sonucu olarak planlarını pek çok kez gözden geçirirler. Yaşamlarıyla ilgili önemli kararlar alır ve aldıkları bu kararları içinde buldukları koşullara uygun olarak tekrardan değiştirebilirler. Bu durum beliren yetişkinlik dönemini *istikrarsızlıklarla* dolu bir dönem haline getirmektedir. Örneğin, bir birey üniversitede belirli bir bölümde eğitimine başlar, sonrasında bölümünün görüldüğü kadar ilgi çekici olmadığını keşfeder ve eğitimiyle ilgili planlarını yeniden gözden geçirir. Başka bir birey üniversite eğitimi sonrasında çalışmaya başlar, birkaç yıl sonra ise daha fazla eğitime ihtiyaç duyduğuna karar verip çalışmayla ilgili planlarını yeniden gözden geçirir. Verilen örneklerden de anlaşılacağı gibi devam eden keşif süreci istikrarsızlığı da beraberinde getirir (Arnett, 2004).

Keşif ve istikrarsızlığa ek olarak, beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin yaşamda *kendilerine en fazla odaklandıkları* dönem olarak da nitelendirilmektedir. Bireyler kendilerine odaklanarak, günlük yaşamla ilgili beceriler geliştirirler, hayattan ne istediklerini anlamaya çalışırlar ve kendilerine yeten bir birey olarak yaşamayı öğrenirler. Beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin pek çok farklı seçeneğe ulaşma imkanlarının olması sebebiyle *sonsuz olanaklar* dönemi olarak da kabul edilmektedir. Bu, özellikle zor koşullarda yetişmiş genç bireyler için önemlidir. Örneğin, çocukluk ve ergenlik dönemleri kaotik bir aile ortamında veya yoksulluk içinde geçmiş bireylerin yaşamlarını değiştirmeleri için pek çok fırsatla karşılaşabilecekleri bir dönemdir (Arnett, 2004).

Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin pek çoğu kendilerini ne bir ergen ne de bir yetişkin olarak görürler. Bu dönem bireylerin kendilerini *ergenlik ile yetişkinlik arasında kalmış hissettikleri* bir dönemdir (Arnett, 2000; 2004). Bireylerin çoğu ergenlik dönemini tamamladıklarını ve yetişkinlik yolunda ilerlediklerini düşünmekte; ancak, kendilerini tam olarak yetişkinliğe girmiş gibi de hissetmemektedir. Yukarıda açıklanan beş temel özelliğin diğer gelişim dönemlerine kıyasla beliren yetişkinlik döneminde daha yaygın olarak görülebileceği vurgulanmaktadır (Arnett, 2007).

### 1.1.3. Beliren Yetişkinlik Dönemi Üzerine Yapılan Araştırmalar

Beliren yetişkinlik dönemi üzerine yapılan çalışmaların büyük çoğunluğu Amerika'da yürütülmüştür. Ancak dönemin yeni bir gelişimsel dönem olarak kabul edilmesinin ardından farklı ülkelerde de çalışmalar yürütülmeye başlanmıştır. Beliren yetişkinlik döneminin varlığına ilişkin yapılan çalışmalarda (ör. Arnett, 1994; 1997; 2001; 2003; Nelson, Badger ve Wu, 2004; Nelson, 2009; Sirsch, Dreher, Mayr ve Willenger, 2009) bireylere *"Yetişkinliğe eriştiğinizi düşünüyor musunuz?"* sorusu yöneltilmiş, katılımcılardan üç seçenekten (*"evet", "bazı yönlerden evet, bazı yönlerden hayır", "hayır"*) kendileri için en uygun olanı seçmeleri istenmiştir. Örneğin yaşları 18 ile 23 arasında değişen üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada, öğrencilerin yarısından fazlası (%63) kendilerini bazı yönlerden yetişkin gibi hissettiklerini bazı yönlerden ise hissetmediklerini belirtmişlerdir (Arnett, 1997). Görece daha geniş bir yaş aralığında (20-29 yaş) yürütülen başka bir çalışmada ise bu oranın %50 olduğu görülmüştür (Arnett, 2001). Çalışmalardan elde edilen sonuçlar, söz konusu yaş aralığındaki bireylerin çoğunun kendilerini ergenlik ile yetişkinlik arasında bir dönemde hissettiklerine işaret etmektedir. Benzer çalışmalar Amerika dışındaki farklı ülkelerde de yürütülmüştür. Örneğin Avusturya'da yürütülen bir çalışmada yaşları 20 ile 29 arasında değişen bireylerin yarısından biraz fazlası (%55) kendilerini bazı yönlerden yetişkin gibi hissettiklerini bazı yönlerden ise hissetmediklerini belirtmişlerdir. Her iki araştırmanın da (bk. Arnett, 2001; Sirsch ve ark., 2009) aynı yaş grubundaki bireylerle yürütülmesi (20-29 yaş) ve benzer sonuçların elde edilmesi, Avusturya'da da beliren yetişkinlik döneminin yaşandığına işaret etmektedir (Sirsch ve ark., 2009). Çinli üniversite öğrencileriyle yürütülen bir başka çalışmada ise öğrencilerin yalnızca üçte birinin (%35) kendilerini ergenlik ile yetişkinlik arasında bir dönemde gördükleri; buna karşın yarısından fazlasının (%59) yetişkinliğe ulaştıklarını düşündükleri ortaya konulmuştur. Bu bulgu batı dışındaki, daha geleneksel ve toplulukçu yapının hakim olduğu ülkelerde (ör. Çin) beliren yetişkinliğin varlığına ilişkin elde edilen oranların daha düşük olabileceğine işaret etmektedir (Nelson ve ark., 2004).

Beliren yetişkinlik döneminin varlığına ilişkin olarak elde edilen sonuçlar arasındaki farklılıklar (ör. Arnett, 2001; Nelson ve ark., 2004; Sirsch ve ark., 2009) dönemin kültürden etkilendiği düşüncesini destekler niteliktedir. Arnett (2000), beliren

yetişkinlik döneminin kültürel boyutuyla ilgili olarak, bu dönemin insan gelişiminde evrensel bir dönem olmadığını ve yetişkin rollerine ve sorumluluklarına geçişin ertelenebildiği kültürlerde ortaya çıkan bir yaşam dönemi olduğunu vurgulamıştır. Bir başka deyişle, beliren yetişkinlik döneminin ortaya çıkışı kültürle (ve yaşanılan ülke ile) yakından ilişkilidir (Arnett, 2009). Bu kapsamda farklı ülkelerde (ör. Çin, Arjantin, Japonya, İsrail, Romanya, Kanada, Çek Cumhuriyeti) beliren yetişkinlik döneminin yaşanıp yaşanmayacağı veya Amerika ile olan benzerlikleri ve farklılıkları üzerine incelemeler yapılmıştır (ör. Cheah ve Nelson, 2004; Douglass, 2007; Facio ve Micocci, 2003; Facio, Resett, Micocci ve Mistrorigo, 2007; Fuligni, 2007; Galambos ve Martinez 2007; Macek, Bejček ve Vaníčková, 2007; Mayseless ve Scharf, 2003; Nelson, 2009; Nelson ve ark., 2004; Nelson ve Chen, 2007; Rosenberger, 2007). Örneğin, dünyanın en kalabalık ülkesi olan Çin’de, ülkedeki bireylerin oldukça azında beliren yetişkinlik döneminin özellikleri gözlenmektedir (bk. Nelson ve ark., 2004). Beliren yetişkinlik dönemine ait bazı özelliklerin daha belirgin olarak (ör. geleceğe yönelik yüksek beklentiler), diğerlerinin ise (ör. kimlik keşfi ve istikrarsızlık) daha az belirgin olarak yaşanabileceği üzerinde durulmaktadır. Nüfusun yarısından fazlasının kırsal alanda yaşaması ve ülkedeki genç bireylerin oldukça azının üniversite eğitime devam edebiliyor olmaları bu durumun önemli sebepleri arasında sayılabilir. Ancak kentleşmenin (urbanization) etkisiyle Çinli genç bireyler arasında söz konusu dönemin özelliklerinin daha belirgin olarak yaşanabileceği belirtilmektedir (Nelson ve Chen, 2007). Latin Amerika ülkelerinde de beliren yetişkinlik döneminin yaşanıp yaşanmadığı veya nasıl yaşandığına ilişkin olarak yapılan incelemeler, bu ülkelerdeki bazı bireylerin, bu dönemi Arnett’in (2004) tanımladığı şekliyle yaşayabileceklerine işaret etmektedir. Ancak bu bireylerin büyük ölçüde kentte yaşayan ve daha varlıklı ailelerden gelen bireyler olabileceği üzerinde durulmaktadır (Galambos ve Martinez 2007). Örneğin, Latin Amerika ülkelerinin ekonomik olarak en gelişmişlerinden biri olan Arjantin’deki beliren yetişkinlerin deneyimlerinin Amerika’dakilerle bazı yönlerden oldukça benzer olduğu görülmüştür. 18–26 yaşları arasındaki Arjantinli bireylerin yarısından biraz fazlası kendilerini ergenlik ile yetişkinlik arasında bir dönemde görmektedir. Bireyler içinde buldukları bu dönemi, keşif sürecinin yoğun olarak yaşandığı bir dönem olarak değerlendirmişlerdir. Ayrıca ülkedeki beliren yetişkinlerin pek çoğunun evlenme ve anne baba olmayı erteledikleri de ifade edilmiştir (Facio ve ark., 2007). Farklı ülkelerde

beliren yetişkinlik döneminin varlığına ve nasıl yaşandığına ilişkin olarak yapılan incelemeler, dünya genelinde beliren yetişkinlerin yaşamlarında göze çarpan benzerlik ve farklılıklar olduğuna işaret etmektedir (Arnett ve Eisenberg, 2007).

Romanya ve Çin'de yürütülen iki ayrı çalışmada (Nelson, 2009; Nelson ve ark., 2004) beliren yetişkinlerin gelecekle ilgili oldukça iyimser düşünceler içinde oldukları ortaya konulmuştur. Gençler, kariyer, ilişkiler, ekonomik durum ve genel yaşam kalitesi açısından ileride ailelerinden daha iyi durumda olacaklarını düşünmekte ve geleceğine iyimser bakmaktadır. Elde edilen bu bulgular beliren yetişkinliğin *sonsuz olanaklar* dönemi olarak görülmesi görüşünü de destekler niteliktedir.

Daha önceki bölümlerde de belirtildiği gibi beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin ebeveynlerinden daha bağımsız oldukları, çoğunlukla evden ayrı yaşadıkları ve henüz yetişkin hayatının sorumlulukları (ör. uzun süreli iş, evlilik ve anne babalık) içine tam olarak girmedikleri bir dönemdir (Arnett, 2004). Bu durumun onların işlevsellikleri açısından risk yaratıp yaratmadığı ise inceleme konusudur. Yapılan bir çalışmada, beliren yetişkinlerin aileleriyle birlikte yaşadıkları evden ayrılmaları ve bağımsız yaşamaya başlamaları durumunda, alkol kullanımlarının arttığı ortaya konulmuştur (Kypri, McCarthy, Coe ve Brown, 2004). Beliren yetişkinlik döneminin, madde kullanımında artışların yaşanabileceği riskli dönemlerden biri olduğu da düşünülmektedir (Tucker, Ellickson, Orlando, Martino ve Klein, 2005). Yürütülen bir çalışmada, kendisini ergenlik ile yetişkinlik arasında bir dönemde hisseden bireylerin risk alma davranışları incelenmiş; yetişkinliğe ulaştığını düşünen bireylere göre *kendisini ergenlik ile yetişkinlik arasında bir dönemde gören bireylerin*, daha fazla riskli davranışlar içerisinde yer aldıkları (yasadışı madde ve alkollü araç kullanma) bulunmuştur (Nelson ve Barry, 2005). Amerika'da yaşları 17 ile 25 arasında değişen bireylerin (Mormon kilisesi üyeleri) incelendiği bir başka çalışmada ise, gençlerin çok az bir kısmının alkol ve madde kullanımı ile alkollü araba kullanımı gibi risk içeren davranışlar içerisinde yer aldıkları bulunmuştur. Ancak elde edilen sonuçlar değerlendirilirken, çalışmanın dini değerlerin fazlaca ön planda olduğu bir grupta yürütüldüğü de göz önünde bulundurulmalıdır (Nelson, 2003).

Beliren yetişkinlik dönemi boyunca, iyilik halinde ortaya çıkan değişim pek çok çalışma kapsamında incelenmiştir (ör. Galambos, Barker ve Krahn, 2006; Salmela-Aro, Aunola ve Nurmi, 2008; Schulenberg, Bryant ve O'Malley, 2004). Örneğin, Kanada'da yapılan boylamsal bir çalışmada beliren yetişkinlik dönemi boyunca (18'den 25 yaşa doğru) depresif belirtilerin azaldığı, benlik saygısının ise arttığı bulunmuştur. Beliren yetişkinlik dönemi boyunca iyilik halindeki bu artış, bireylerin içinde buldukları döneme başarılı bir şekilde uyum sağladıklarına işaret etmektedir (Galambos ve ark., 2006). Alan yazında sıklıkla üzerinde durulan bir diğer nokta ise beliren yetişkinlerin iyilik halleriyle (depresyon, benlik saygısı, yaşam doyumu vb.) ilişkili olabilecek faktörlerin neler olduğudur (ör. Facio ve Resett, 2014; Howard, Galambos ve Krahn, 2010; Liem, Lustig ve Dillon, 2010; Milevsky, 2005; O'Connor ve ark., 2011; Ratelle, Simard ve Guay, 2013; Sumner, Burrow ve Hill, 2015; Taylor, Doane ve Eisenberg, 2014). Örneğin, beliren yetişkinlerle yapılan bir çalışmada, anne, baba ve akrandan algılanan desteğin, depresif belirtilerle negatif; yaşam doyumuyla pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Liem ve ark., 2010). Benzer şekilde, üniversite öğrencilerinin kendileri için önemli olan kişilerden (anne, baba ve akran) algıladıkları özerklik desteğinin de öznel iyilik haliyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Ratelle ve ark., 2013). Beliren yetişkinlerin iyilik halleriyle ilişkili olabilecek başlıca diğer faktörler ise yüksek akademik başarı, okul ortamına uyumun yüksek olması ve romantik ilişkiden algılanan tatmindir (ör. Facio ve Resett, 2014; Howard ve ark., 2010; O'Connor ve ark., 2011).

Yukarıda sayılan faktörlere ek olarak, dönemin gelişimsel görevlerini yerine getirmedeki başarının da bireyin iyilik haliyle ilişkili olabileceği üzerinde durulmaktadır (ör. Salmela-Aro ve ark., 2008; Schulenberg ve ark., 2004; Sharon, 2015). Örneğin, 18 yaşındaki bireylerin üç ayrı zaman diliminde incelendiği boylamsal bir çalışmada, gelişimsel görevleri (ör. eğitim, meslek, maddi bağımsızlık, madde kötüye kullanımından kaçınma) yerine getirmede başarı ve iyilik hali arasındaki ilişki ortaya konulmuş; beliren yetişkinlik dönemi boyunca iyilik halinde düşüşün meydana geldiği grubun, döneme özgü gelişimsel görevleri yerine getirmede zorluklar yaşadıkları; iyilik halinde artışın meydana geldiği grubun ise işe girme ve romantik ilişki yaşama gibi döneme özgü gelişimsel görevleri yerine getirmede başarı gösterdikleri görülmüştür



(Schulenberg ve ark., 2004). Benzer şekilde, üniversite öğrencilerinin 10 yıl boyunca incelendiği bir çalışmada da, depresyon düzeyinde artış olan bireylerin dönemin gelişimsel görevleriyle baş etmede zorluklar yaşadıkları (ör. aylık daha az kazanç) ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2008).

Alan yazındaki gelişmelere paralel olarak beliren yetişkinlik dönemiyle ilgili çalışmalar son dönemde ülkemizde de yürütülmeye başlanmıştır (ör. Atak, 2005; Çok ve Atak, 2015; Morsümbül, 2013; Parmaksız, 2008; Vural-Yüzbaşı, 2012). Bilinen ilk çalışma Atak (2005) tarafından yapılmıştır. Çalışma kapsamında Türkiye’de beliren yetişkinlik döneminin ortalama olarak 19 ile 26 yaşları arasında yaşandığı ve bu yaş aralığındaki bireylerin yarısından fazlasının kendilerini bazı yönlerden yetişkin bazı yönlerden yetişkin değilmiş gibi hissettikleri ortaya konulmuştur. Ayrıca, çalışmanın sonuçları eğitimini sürdüren ve herhangi bir işte çalışmayan, henüz evlenmemiş olan ve anne baba olmayan bireylerin bu dönemin sunduğu olanaklardan daha fazla yararlandıklarına işaret etmektedir. Benzer yaş aralığındaki (18-25 yaş) bireylerle yürütülen bir diğer çalışmada ise katılımcıların yarıdan fazlasının (%56) kendilerini beliren yetişkinlik döneminde gördükleri ve Türkiye’de beliren yetişkinlik döneminin en çok üniversite öğrencileri arasında yaşandığı ortaya konulmuştur (Vural-Yüzbaşı, 2012). Başka bir çalışmada ise üniversite öğrencileri ile aynı yaş grubundaki (19-25 yaş) lise mezunu ve bir işte çalışan bireyler (öğrenci olmayan) karşılaştırılmıştır. İlk gruptaki bireylerin dörtte üçünün (%79), ikinci gruptaki bireylerin ise dörtte birinin (%25) kendilerini beliren yetişkin olarak gördükleri ortaya konulmuştur. Öğrenci olmayan gruptaki bireylerin pek çoğu yetişkinliğe ulaştıklarını düşünmektedir (Morsümbül, 2013); elde edilen bu yöndeki bulgu yukarıda özetlenen araştırmaların sonuçlarını da destekler niteliktedir. Yakın zamanda yürütülen bir başka çalışmada ise 20-31 yaş aralığındaki bireylerle yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Çalışmada üç ayrı gruptan birey yer almıştır: (1) Kırsal bölgede yaşayan bireyler, (2) kentte yaşayan ve yükseköğrenime devam eden bireyler ve (3) kentte yaşayan kırsal kökenli yükseköğrenime devam etmemiş bireyler. Elde edilen sonuçlar *kırsal bölgede ve kentte yaşayan kırsal kökenli yükseköğrenime devam etmemiş* bireylerin büyük çoğunluğunun (sırasıyla %69 ve %62) kendilerini yetişkin olarak gördüklerine işaret etmektedir. Kentte yaşayan ve yükseköğrenime devam eden bireylerin ise %44’ü yetişkinliğe

ulaştıklarını düşünmektedir. Gruplar arasında elde edilen bu farkın, "kırsal bölgede yaşayan" ve "kentte yaşayan kırsal kökenli" bireylerin yükseköğrenime daha az oranda devam etmeleri ve ülkemiz koşulları düşünüldüğünde zorunlu askerlik görevlerini daha erken ve daha zor şartlar altında yapmalarından kaynaklanmış olabileceği üzerinde durulmuştur (Çok ve Atak, 2015).

Yukarıda sözü edilen araştırmalarda, ülkemizde 18 ile 25 yaşları arasında, özellikle yükseköğrenime devam eden bireylerin beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini sergiledikleri ortaya konulmuştur. Yapılan bir incelemede, tüm dünyayla birlikte Türkiye'de de beliren yetişkinliğin en azından belirli yaşam koşullarına sahip bireyler arasında normatif bir dönem olabileceğine işaret edilmektedir (Atak ve Çok, 2010). Bununla birlikte, Türkiye'deki kültürel ve ekonomik bazı koşulların beliren yetişkinliğin yaşanma biçimini etkileyebileceği üzerinde de durulmaktadır (Doğan ve Cebioğlu, 2011). Buna göre, Türkiye'deki kültürel ve ekonomik koşullar beliren yetişkinlik döneminde kimlik keşfinin daha sınırlı bir alanda ortaya çıkmasına sebep olabilir. Aile bağlarının güçlü olduğu kültürel ortamlarda, beliren yetişkinler farklı deneyimleri daha ziyade aile içinde ve ailenin izin verdiği ölçüde yaşayabilmektedir. Yazarlara göre Türkiye'de gençlerin evlenene kadar aileleriyle birlikte yaşamalarının normatif bir durum olması sebebiyle, ailesiyle birlikte yaşayan bu yaş grubundaki kişilerin farklı yaşam biçimlerini denemelerinin daha sınırlı olacağı düşünülmektedir. Ülkemizdeki koşulların özellikle eğitim ve iş alanlarında tercih değişimine elverişli olmaması sebebiyle de beliren yetişkinlik döneminin istikrarsızlıklarla dolu bir dönem olma özelliği tam anlamıyla yaşanmayabilir. Mevcut eğitim sistemine göre alan seçimi lisenin ilk yıllarında yapılmakta ve ergenler yaptıkları bu seçim doğrultusunda bir anlamda tüm yaşamları boyunca yapacağı mesleği de belirlemektedir. Bu sebeple gençlerin farklı alternatifleri denemeleri pek de mümkün görünmemektedir. Verilen bu örnekler, Türkiye'de beliren yetişkinliğin Batıda betimlenenden farklı bir şekilde karşımıza çıkabileceğini göstermektedir.

Beliren yetişkinlik dönemiyle ilgili olarak yapılan çalışmaların bir kısmı beliren yetişkinliğin ülkemizdeki varlığını, hangi bireylerin bu dönemin sunduğu olanaklardan daha fazla yararlandıklarını, yetişkinlik kriterlerini ve kriterlerde ortaya çıkan kültüre

özgü farklılıkları incelemeye yöneliktir (ör. Atak, 2005; Atak ve Çok, 2015; Vural-Yüzbaşı, 2012). Diğer çalışmalar ise beliren yetişkinleri farklı açılardan değerlendirmeye yönelik yapılan çalışmalardır (ör. Atak, 2009; Atak, Kapçı ve Çok, 2013; Atak ve Taştan, 2012; Morsümbül, 2013; Zubaroğlu, 2008). Örneğin bir çalışmada lise öğrencileri, üniversite öğrencileri ve üniversite öğrencisi olmayan aynı yaş aralığındaki bireyler risk alma düzeyleri açısından karşılaştırılmıştır. Üniversite öğrencilerinin diğer iki gruptan daha yüksek düzeyde riskli davranışlar sergiledikleri bulunmuştur. Elde edilen bu bulgu beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini sergileyen üniversite öğrencilerinin farklı alanlardaki keşifleri sebebiyle daha fazla risk içeren davranışlar sergileyebildikleri şeklinde değerlendirilmiştir (Morsümbül, 2013).

Yukarıdaki örneklerden de görülebileceği gibi, beliren yetişkinlik dönemiyle ilgili olarak yapılan çalışmaların sayısı son yıllarda giderek artmakla birlikte bu çalışmalar hala çok kısıtlıdır. Bilindiği gibi yaşamın üçüncü on yılı içerisinde kalan bu dönem demografik açıdan pek çok değişimin yaşadığı (ör. eğitimi tamamlama, meslek edinme ve evlenme gibi) bir dönem olarak kabul edilmektedir (Rindfuss, 1991). Bireyler bu dönemde sahip oldukları pek çok seçenek arasından (özellikle eğitim ve iş alanlarında) kendileri için anlamlı seçimler yaparlar. Bireylerin bu dönemde yaptıkları seçimler yaşamlarının bundan sonraki yönünü belirlemeleri açısından kritik bir öneme sahiptir. Bu kapsamda beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin başarılı bir gelişim sergilemelerinde ve iyilik hallerine olumlu yönde katkı yapabilmelerinde rol oynayacak süreçlerin neler olduğunun incelenmesi oldukça önemli gözükmektedir.

## **1.2. GELİŞİMSEL DÜZENLEME MODELLERİ**

Bireylerin kendi gelişimlerini düzenlemede oldukça önemli rolleri olduğunu vurgulayan modeller “gelişimsel düzenleme modelleri” olarak tanımlanmaktadır. Farklı araştırmacılar tarafından önerilen bu modellerin tümü başarılı, uyum sağlayıcı ve pozitif gelişime odaklanır (Dietrich, Parker ve Salmela-Aro, 2012; Haase ve ark., 2013). Bu modeller (1) seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli (ör. Baltes ve Baltes, 1990; Freund ve Baltes, 1998; 2002), (2) asimilatif ve akomodatif baş etmede ikili süreç modeli (ör. Brandtstädter, 2006; 2009; Brandtstädter ve Renner, 1990) (3) yaşam boyu

gelişimde motivasyon kuramı (ör. Heckhausen ve ark., 2010) ve (4) yaşam boyu motivasyon modelidir (ör. Nurmi, 2004; Salmela-Aro, 2009; 2010). İlerleyen bölüm kapsamında yukarıda sözü edilen gelişimsel düzenleme modelleri sırasıyla ele alınacaktır.

### **1.2.1. Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Modeli (Model of Selection, Optimization, and Compensation-SOC)**

Bireylerin kişisel gelişimlerine yön vererek, kendi yaşamlarını nasıl yönettiklerini anlamak amacıyla Baltes ve Baltes (1990) seçme, optimizasyon ve ödünleme (model of selection, optimization, and compensation-SOC) adını verdikleri bir model öne sürmüşlerdir. Seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli yaşam süresi boyunca farklı analiz düzeylerinde, mikro düzeyden (ör. bilişsel gelişim) makro düzeye (ör. toplumun gelişimi) doğru değişen; aynı zamanda farklı işleyiş alanlarında (ör. akademik başarı, sosyal ilişkiler) gelişimsel düzenleme sürecini anlamada genel kuramsal bir çerçeve sunmaktadır. Bireyin gelişimiyle ilgili oldukça genel kuramsal bir çerçeve sunması sebebiyle bir metateori (metatheory) veya metamodel (metamodel) olarak da nitelendirilmiştir. Modelin en temel varsayımlarından biri, insanların yaşamlarının her döneminde *seçme* (selection), *optimizasyon* (optimization) ve *ödünleme* (compensation) süreçleri aracılığıyla yaşamlarını başarılı bir biçimde yönettikleridir (Baltes, 1997; Baltes ve Baltes, 1990; Freund, 2008; Freund ve Baltes, 2002). Önerilen üç temel süreç farklı analiz düzeyleri (ör. bireysel, toplumsal), farklı işleyiş alanları (ör. bilişsel, sosyal) ve uygulamadaki kuramsal yaklaşımlara dayanılarak işevuruk hale getirilmiştir (Freund ve Baltes, 2002).

Bu süreçlerden ilki olan *seçme*, insanın yaşamı boyunca pek çok seçenek arasından kendi yaşamı için anlamlı hedefler belirlemesidir (goal setting) (Baltes ve Baltes, 1990). Yaşam boyunca karşılaşılan biyolojik, psikolojik ve sosyal fırsatlar ve sınırlamalar oldukça geniş bir yelpazede olası hedeflerin belirlenmesine yardımcı olur. Gelişimin belirli bir yönde ilerleyebilmesi için (developmental canalization) seçme süreci oldukça önemlidir (Freund ve Baltes, 2002). Bununla birlikte, yaşa bağlı meydana gelen bazı kayıplar, seçme sürecini birey için daha da önemli hale getirir (Baltes, 1997).

Seçme isteğe bağlı seçim (*elective selection-ES*) ve kayıp temelli seçim (*loss-based selection-LBS*) olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. *İsteğe bağlı seçim*, bireyin kendisi için bir hedef belirlemesi ve kendisini bu hedefe adanmasıdır. Örneğin, işinde belli bir başarıya ulaşmayı hedefleyen bir bireyin, bu başarıyı elde edene kadar hobileri yerine kariyerine odaklanması bu stratejiye örnek olarak gösterilebilir. *Kayıp temelli seçim* ise kişinin kaynaklarında ortaya çıkan bir kayıp sonucunda belirli düzeydeki işlevselliğin sürdürülmesine tehdit oluşması ve bu sebeple hedeflerin yeniden yapılandırılmasıdır. Kayıp temelli seçim, yeni hedeflerin geliştirilmesi ve en önemli hedefe odaklanılmasını içerir. Örneğin, tenis oynayan bir kişinin, bir sakatlık geçirmesi sonucunda tenis oynamayı bırakıp fiziksel aktivite gerektirmeyen başka bir hobiye yönelmesi bu stratejiye örnek olarak gösterilebilir (Freund ve Baltes, 1998; 2002).

Hedef seçme, ancak seçtiğimiz hedefi elde etmek için çaba harcadığımız durumda (goal pursuit) uyum sağlayıcı bir süreçtir. Bu kapsamda optimizasyon süreci devreye girer. *Optimizasyon* bireyin belirlediği bir hedefe ulaşabilmek için çaba göstermesidir. Bireyin hedefle ilgili araçlara (goal-relevant means) yatırımını içerir. Bireyin hedefi elde etmesine yardımcı araçlar seçilen hedefin türüne (ör. eğitim ve işle ilgili hedefler), bireyin özelliklerine (ör. yaş, cinsiyet) ve içinde bulunulan sosyokültürel bağlama (ör. sahip olduğu fırsatlar) bağlı olarak farklılaşabilir. Bir hedefe ulaşmak için enerji ve zaman harcama, yeni beceriler kazanma ve yeni kaynaklar elde etme bu sürece örnek olarak gösterilebilir (Freund ve Baltes, 1998; 2002).

Baltes ve Baltes (1990)'ın seçme, optimizasyon ve ödünleme modelinde önerdikleri son süreç ödünlemedir. Ödünleme süreci de tıpkı optimizasyon gibi hedefle ilişkili araçlarla ilgilidir. Ödünleme, hedefle ilgili araçlar, hedefe ulaşmak için elverişli olmadığına işlevselliği sürdürülebilmek amacıyla alternatif araçların kullanılması olarak tanımlanabilir. Bu sebeple ödünleme sürecinde hedefi değiştirmek değil, hedefi sürdürmek ön plandadır. Kullanılmayan kaynakların aktif hale getirilmesi, diğer insanlardan yardım isteme ve ödünleme yapan başarılı kişilerin model alınması bu sürece örnek olarak gösterilebilir (Freund ve Baltes, 1998; 2002). Seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli bileşenlerinin temel özellikleri aşağıdaki tabloda ayrıntılı olarak sunulmuştur (bk. Tablo 1).

**Tablo 1.** Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Modeli Bileşenlerinin Temel Özellikleri  
(bk. Freund ve Baltés, 1998)

<b>Seçme</b>	<b>Optimizasyon</b>	<b>Ödünleme</b>
<b>İsteğe Bağlı Seçim</b>	- Dikkati odaklama	- Araçların ikamesi / yer
- Hedeflerin belirlenmesi	- Doğru zamanı yakalama	değiştirmesi (Substitution
- Hedef hiyerarşisi	- Sebati etme	of means)
- Hedeflerin kavramsallaştırılması	- Yeni becerilerin / kaynakların edinilmesi	- Dışsal yardımların kullanımı / diğerlerinin
- Hedefe kendini adama	- Becerilerin uygulanması	yardımı
	- Kaynağın paylaşılması	- Terapötik müdahalelerin kullanımı
<b>Kayıp Temelli Seçim</b>	(çaba, zaman)	
- En önemli hedefe odaklanma	- Başarılı olan kişilerin model alınması	- Kullanılmayan beceri / kaynakların aktif hale getirilmesi
- Hedef hiyerarşisinin yeniden yapılandırılması		- Kaynağın paylaşılmasındaki
- Standartların adaptasyonu		değişiklikler (çaba, zaman)
- Yeni hedeflerin aranması		- Ödünleme yapan başarılı kişilerin model alınması
		- Diğer araçların en uygun şekilde kullanımının ihmal edilmesi (Neglect of optimizing other means)

### 1.2.2. Asimilatif ve Akomodatif Baş Etmede İkili Süreç Modeli (Dual-Process Model of Assimilative and Accommodative Coping)

Bireyler yaşam süreleri boyunca elde ettikleri kazançlar ve kayıplar arasında bir denge kurarak yaşamlarını kontrol etmeye çalışırlar. Bireylerin kazanç ve kayıpları arasındaki dengeyi en iyi hale getirmelerine yardımcı olan iki ayrı süreç ya da strateji tanımlanmaktadır. Bunlar; asimilatif ve akomodatif baş etmedir. *Asimilatif baş etme*, bireyin kendisi için hedefler belirlemesi ve belirlediği hedeflere kendini adanmasıdır. *Akomodatif baş etme* ise, başarısızlıkla karşılaşılması durumunda bireyin hedeflerini yeniden inşa etmesi ve hedefini esnek bir biçimde ayarlayabilmesidir. Bireyler hedeflerini gerçekleştirmede başarısızlık yaşadıklarında hedeflerinde değişiklik yaparlar veya hedefleriyle olan bağlarını keser ve yeni hedeflere bağlanırlar. Asimilatif ve akomodatif baş etme stratejileri uyum sağlayıcı bir gelişim için bireyler tarafından dengeli bir biçimde kullanılır (ör. Brandtstädter, 1989; 2006; Brandtstädter ve Renner, 1990).

Önerilen bu yaklaşımda belirlenen bir hedefin peşinden koşulması ve sınırlamalarla karşılaşılması durumunda hedefin esnek bir biçimde ayarlanması arasındaki karşılıklı etkileşime odaklanılır. Asimilatif baş etme belirlenen hedefler ile var olan kaynaklar uyumlu olduğu takdirde yararlı olabilir. Uyumsuzluk durumunda kaynakları arttırma, yeni beceriler ve bilgiler edinme söz konusudur. Akomodatif baş etme ise asimilatif baş etme artık etkili olmadığına baskın hale gelir. Her iki süreç de var olan durum ile olması istenilen arasındaki farkı / uyumsuzluğu azaltma eğilimini içerir. Ancak süreçler bunu farklı şekilde yaparlar. Süreçlerden ilkinde kişinin aktif çabasıyla, müdahalesiyle (ör. kişinin yaşam koşullarını veya davranışını değiştirmesi); ikincisinde ise daha çok ulaşılması güç hedeflerin öneminin azaltılması ve yeni hedeflerin belirlenmesi yoluyla var olan uyumsuzluk giderilmeye çalışılır (Brandtstädter, 2009; Brandtstädter ve Rothermund, 2002).

Asimilatif ve akomodatif süreçler arasındaki denge, bireylere veya durumlara göre farklılık gösterebilen bazı koşullara bağlıdır. Bu noktada en önemli faktörler hedefin birey açısından önemi ve hedefin elde edilebilirliğine dair bireyin inancıdır. Hedefin birey için önemli olması ve elde edilebileceğine dair inancın güçlü olması durumunda

bireyler asimilatif modu sürdürmekte ısrarcı olacaklar; aynı ölçüde akomodatif mod ketlenecektir. Hedefin birey açısından önemi fazla olduğunda, elde edilebileceğine dair inanç zayıf olsa bile bu durum asimilatif modu sürdürmek için yeterli olabilir. Ancak Brandtstädter ve arkadaşları tarafından önerilen bu yaklaşımda her iki süreç arasındaki dinamik etkileşime vurgu yapılmaktadır. Bu kapsamda hedefin elde edilebilirliğine dair inanç azaldığında, akomodatif mod hedefin önemini azaltır (Brandtstädter ve Rothermund, 2002).

Asimilatif ve akomodatif baş etme farklı bilgi işleme süreçlerini de içerir. Asimilatif tarzda baş etmede, bilişsel sistem etkili bir şekilde hedefin peşinden koşmaya yöneliktir. Bireylerin dikkatleri, hedeflerini elde etmeyi zora sokacak engelleri kaldırmaya yoğunlaşır; hedefe olan bağlılığa veya hedefin çekiciliğine zarar veren bilişler ketlenir. Akomodatif modda ise ulaşılması güç hedefle olan bağlılığın sona erdirilmesi amacıyla dikkatin yeni hedeflere kaydırılması ön plandadır (Brandtstädter ve Rothermund, 2002).

Freund ve Baltes (2002) asimilatif ve akomodatif baş etmenin seçme, optimizasyon ve ödünleme modelindeki süreçlerle yakından ilişkili olduklarını vurgulamışlardır. Buna göre, bireyin kendisi için hedefler belirlemesi ve kendisini belirlediği bu hedeflere adanması hem asimilatif baş etme hem de isteğe bağlı seçim ve kayıp temelli seçim süreçlerinin önemli bir yönüdür. Engelle karşılaşıldığında ısrar etme veya hedefe ulaşmak için daha fazla çaba harcama da benzer şekilde hem asimilatif baş etme hem de optimizasyon sürecinin önemli bir yönüdür. Buna karşın, başarısızlıkla yüzleşme durumunda hedef hiyerarşisinin yeniden yapılandırılması ise hem akomodatif baş etme hem de kayıp temelli seçim süreçlerinin önemli bir kısmını oluşturmaktadır.



**Tablo 2.** Asimilatif ve Akomodatif Baş Etmede İkili Süreç Modeli Bileşenlerinin Temel Özellikleri (bk. Brandtstädter ve Renner, 1990)

<b>Asimilatif Baş Etme</b>	<b>Akomodatif Baş Etme</b>
- Hedefin peşinden ısrarlı bir şekilde koşma, bağlılığı sürdürme	- Sınırlılıklara göre hedeflerin ayarlanması
- Hedefi sürdürmek için düzeltici ve ödünleyici çaba	- Kaybın olumlu şekilde yeniden değerlendirilmesi, kar / yarar elde etme
- Hedef odaklı kaynakların mobilizasyonu	- Kaynakları yeni, uygun hedefe yönlendirme

### 1.2.3. Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı (The Motivational Theory of Life-Span Development)

Bireylerin yaşam boyu karşılaştıkları temel zorluklarla mücadele etmek için kullandıkları motivasyonel süreçlerin neler olduğunu anlamak amacıyla, Heckhausen ve arkadaşları "yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı" adını verdikleri bir kuram öne sürmüşlerdir. Kuramda, bireylerin kendi gelişimlerine yön verme çabalarının hedef belirleme, belirlenen hedefin peşinden koşma ve hedeften vazgeçme gibi birbirini izleyen döngüler etrafında düzenlendiği ileri sürülmektedir (Heckhausen, 1999; Heckhausen ve ark., 2010).

Yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramında ele alınan temel kavramlar optimizasyon (optimization), seçici birincil ve ikincil kontrol (selective primary and secondary control), ödünleyici birincil ve ikincil kontroldür (compensatory primary and secondary control). Modeldeki en önemli kavramlarından biri olan *optimizasyon*, belli bir hedefin seçimine yardımcı olan üst düzey bir seçim süreci (metalevel selection process) olarak kavramsallaştırılmaktadır. Optimizasyon süreci kapsamında birey çevresinde bulunan fırsatları, içinde bulunduğu gelişimsel dönemin taleplerini, zaman sınırlamalarını ve belirli bir hedefe yatırım yapmanın kendisi için uzun süreli sonuçlarını değerlendirerek seçimler yapar. Optimizasyon süreci yardımıyla hedefler seçildikten sonra, hedefle olan bağın sürdürülmesine (goal engagement) yardımcı kontrol stratejileri aktif hale gelir. Bu stratejilerden ilki olan *seçici birincil kontrol*, bir hedefin peşinden gitmek için (pursuing a goal) kaynaklara yatırım yapmayı içerir. Kaynaklara yatırım, hedefi elde etmek için zaman ve enerji harcamayı ve beceri geliştirmeyi kapsar. Diğer bir strateji olan *seçici ikincil kontrol*, motivasyonel açıdan seçilen hedefe bağlılığı sürdürmeye yarar. Bu durum özellikle seçilen bir hedef yerine daha iyi alternatifler devreye girdiğinde veya seçilen hedef beklenmeyen engeller tarafından kesintiye uğratıldığında söz konusudur. Seçici ikincil kontrol stratejisi, seçilen hedefin değerinin yükseltilmesini, seçilmeyen alternatiflerin ise değerinin düşürülmesini içerir. Son strateji olan *ödünleyici birincil kontrol* ise bireyin sahip olduğu kaynaklar bir hedefi elde etmede yetersiz kaldığında devreye girer. Bu durumda dışsal kaynaklara ihtiyaç duyulur. Çevredeki diğer bireylerden yardım isteme veya onlardan tavsiye alma bu stratejiye örnek gösterilebilir. Yukarıda sözü edilen kavramlar “kariyerinde yükselmek için çaba harcayan birey”

örneğinden yola çıkılarak daha rahat anlaşılabilir. Kendisine kariyerinde yükselme hedefi koyan kişinin, işi için zaman ve enerji harcaması seçici birincil kontrole örnektir. Bu başarıyı elde ettiğinde sahip olacağı olumlu sonuçları düşünmesi ve kendisiyle gurur duyması seçici ikincil kontrole örnektir. Kariyerinde başarıyı elde etmek için kendisinden daha kıdemli kişilerden tavsiyeler istemesi ise ödünleyici birincil kontrole örnektir. Ancak bireyler her zaman hedeflerine bağlı kalmaz, zaman zaman hedeflerinden uzaklaşabilirler. Hedefle olan bağın kesilmesine (goal disengagement) yardımcı kontrol stratejisi ise ödünleyici ikincil kontroldür. *Ödünleyici ikincil kontrol*, elde edilemeyecek hedeflerin devre dışı bırakılmasını, elde edilebilecek hedeflerin ise peşinden koşmak için kaynak yaratılmasını içerir. Ödünleyici ikincil kontrol, kendinden daha kötü durumda olan kişilerle kendi durumunu karşılaştırma, nedensel yüklemeler yapma ve diğer alanlardaki başarılarla odaklanma gibi benliği korumaya yönelik stratejileri kapsar (Heckhausen, 1999; Heckhausen ve Schulz, 1995; Heckhausen ve ark., 2010; Schulz ve Heckhausen, 1996).

**Tablo 3.** Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı Bileşenleri (bk. Heckhausen ve ark., 2010)

<b>Optimizasyon</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hedef çeşitliliğini sürdürme</li> <li>- Mevcut fırsatları göz önünde bulundurma</li> <li>- Uzun vadedeki sonuçları yönetme</li> </ul>
<b>Seçici Birincil Kontrol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zaman, çaba ve beceriye yatırım yapma</li> <li>- Sebat etme</li> </ul>
<b>Seçici İkincil Kontrol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dikkatin dağılmasından kaçınma</li> <li>- Algılanan kontrolü artırma</li> <li>- Hedefi elde etmenin olumlu yönlerini hayal etme</li> </ul>
<b>Ödünleyici Birincil Kontrol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Yardım isteme</li> <li>- Alışılmışın dışında yollar arama</li> </ul>
<b>Ödünleyici İkincil Kontrol</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seçilen hedefin değerini, önemini azaltma</li> <li>- Olası diğer hedeflerin değerini artırma</li> <li>- Yaşanan kaybın ve başarısızlığın olası olumsuz sonuçlarından motivasyonel kaynakları koruma</li> </ul>

#### 1.2.4. Yaşam Boyu Motivasyon Modeli (Life-Span Model of Motivation)

Yaşam boyu motivasyon modeline göre, bireylerin sosyalleşmesi ve benlik gelişimi yön verme (channelling), seçim (choice / selection), ortak düzenleme (co-regulation / co-agency), ödünleme (compensation / adjustment) ve yansıma (reflection) olmak üzere beş temel süreç yoluyla tanımlanmaktadır (Nurmi, 2004; Salmela-Aro, 2009). Modele göre, bireyler kendi gelişimlerine *yön veren* bir çevre içerisinde büyürler. Pek çok sosyokültürel faktör (ör. kültürel inançlar, okul ve eğitim sistemi gibi kurumsal yapılar vb.) bireyler için bir “fırsat alanı” yaratır ve bu onların düşünce ve davranışlarını etkiler. Sosyokültürel faktörlerin yanında bireyler bazı *seçimler* de yaparlar ve kendi yaşamlarına yön verirler. Bu süreçte kişisel hedeflerin rolü oldukça önemlidir (Salmela-Aro, 2009; 2010). Kişisel hedefler bireylerin yaşamlarını planlamalarına, yönetmelerine yardımcı olur (Nurmi ve Salmela-Aro, 2006) ve onları belirli bir eğitime, arkadaş grubuna ve boş zaman aktivitesine yönlendirir (Nurmi, 2004). Bireyler sosyal bağlam içerisinde *ortak düzenleme* yoluyla da hedeflerine ulaşmaya çalışırlar. Bir başka deyişle, hedeflerini çevrelerindeki diğer bireylerle paylaşırlar (Salmela-Aro, 2010). Bireyler seçim sürecinin bir sonucu olarak davranışlarını düzenler, başarıları ve başarısızlıkları hakkında geribildirimler alırlar. Aldıkları bu geribildirimler doğrultusunda ise başarısızlıklarını *ödümler* ve hedeflerinde düzenlemeye giderler (Nurmi ve Salmela-Aro, 2006; Salmela-Aro, 2009). Bu noktada, hedeflerin yeniden gözden geçirilmesi ve baş etme mekanizmaları oldukça önemlidir. *Yansıma* ise tüm bu süreçler sonucunda bireylerin kendileriyle ve özellikle de benlik ve kimlikleriyle ilgili bir kavramsallaştırma oluşturmalarıdır (Nurmi, 2004).

#### 1.2.5. Modeller Üzerine Genel Değerlendirme

Gelişimsel düzenlemenin temel işlevinin ne olduğuyula ilgili yukarıda sözü edilen üç model arasında bazı farklılıklar bulunduğu dikkat çekilmektedir (Haase ve ark., 2013) *İkili süreç modeline* göre bu işlev, yaşam süresi boyunca benlik tutarlılığını (self-consistency) korumaktır. Uyuşmazlığı azaltmak için bireylerin yaşamın erken dönemlerinde hedefe bağlı olma; yaşla birlikte hedefi elde etme fırsatları azaldığında ise hedeften vazgeçme yolunu izlemeleri gerekir. *Yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramına* göre ise gelişimsel düzenlemenin temel işlevi, elde edilebilir hedeflerin

peşinden giderek, elde edilemeyecek veya maliyeti çok yüksek olan hedeflerden ise uzaklaşarak birincil kontrol kapasitesini arttırmaktır. *Seçme, optimizasyon ve ödünleme modeline* göre gelişimsel düzenlemenin temel işlevi ise kayıpları en aza indirmek, kazançları ise en üst düzeye çıkarmak amacıyla bireyin kaynaklarını yönetmesidir.

İkili süreç modeli ve yaşam boyu kontrol kuramının ayrıştıktıkları noktalar üzerine bir başka değerlendirme daha yapılmıştır (Poulin, Haase ve Heckhausen, 2005). Yazarlar iki modelin özellikle hedefin seçimi sürecine yaptıkları vurgu açısından birbirlerinden farklılaştıklarına dikkat çekmektedir. Buna göre, ikili süreç modelinde yeni bir hedefin nasıl oluştuğuna detaylı bir şekilde değinilmemekte, akomodatif süreçlerin devreye girmesiyle var olan hedefte bir düzenlemeye gidildiği üzerinde durulmaktadır. Modelde hedefin seçimiyle ilgili ayrı bir aşama veya süreç belirtilmemekte; hedeflere ulaşılması ve bu sayede benlik uyumsuzluğunun (self-discrepancy) azaltılmasının önemine vurgu yapılmaktadır. Bununla birlikte Poulin ve arkadaşları (2005), yaşam boyu kontrol kuramında hedef seçiminin oldukça önemli bir aşama olarak görüldüğüne dikkat çekmektedir. İkili süreç modelinden farklı olarak yaşam boyu kontrol kuramında, belirli bir hedefin seçimine yardımcı olan üst düzey bir seçim süreci olarak optimizasyon tanımlanmıştır. Hedefle olan bağ zayıfladığında ve bireyler hedeflerinden uzaklaştıklarında yeni bir aşamaya geçilir ve bireyler yeni bir hedef belirler. Belirlenen yeni hedef daha önceki hedeften farklı (ör. farklı bir alandan) olabilir. Hedeften uzaklaşma ve yeni bir hedefe bağlanma bir arada giden süreçlerdir. Sözü edilen farklılıklara rağmen dört modelin de ortak noktası başarılı gelişim için elde edilebilir hedeflere sahip olmanın ve elde edilmesi güç hedeflerden uzaklaşmanın önemine vurgu yapmalarıdır.

Yukarıda kısaca özetlenmeye çalışılan modellere göre gelişimsel düzenlemenin temelinde bireylerin yaşamlarına yön vermek amacıyla belirledikleri hedefler yer almaktadır. Buna göre bireyler yaşamlarına yön vermek amacıyla hedefler belirler, hedeflerini elde etmek için çabalar veya hedefleriyle olan bağlarını keser ve hedeflerinden uzaklaşırlar. Bu görüşü destekler şekilde son dönemde gelişimsel düzenleme süreciyle ilgili yeni bir kavramsallaştırmaya gidilmiştir (Haase ve ark., 2013). Tablo 4'de görülebileceği gibi, seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli, ikili

süreç modeli ve yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı temelinde tanımlanan 11 sürecin *hedefe bağlı olma* (goal engagement), *hedeften vazgeçme* (goal disengagement) ve *metadüzenleme* (metaregulation) olmak üzere üç temel süreç etrafında toplanabileceği öne sürülmüştür. Örneğin, yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı temelinde öne sürülen süreçlerden birincil kontrol stratejileri ve seçici ikincil kontrol stratejisi hedefe bağlı olma, ödünleyici ikincil kontrol stratejisi ise hedeften vazgeçme kapsamında ele alınan süreçlerdir. Söz konusu kuram kapsamındaki metadüzenleyici süreç ise optimizasyondur. Optimizasyon süreci seçme, optimizasyon ve ödünleme modelinde de yer almakta; ancak, her iki modelde farklı şekilde kavramsallaştırılmaktadır. Buna göre, yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı temelinde optimizasyon, belli bir hedefin seçimine yardımcı olan üst düzey bir süreç olarak; seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli temelinde ise bireyin seçtiği bir hedefi elde etmek için çaba harcamasına yardımcı bir süreç olarak tanımlanmaktadır.

**Tablo 4.** Gelişimsel Düzenleme Modellerinin Sentezi Sonucunda Önerilen Süreçler (Haase ve ark., 2013)

	<b>Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Modeli</b>	<b>Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı</b>	<b>Asimilatif ve Akomodatif Baş Etmede İkili Süreç Modeli</b>
<b>Metadüzenleme</b>	-	Optimizasyon	-
<b>Hedefe Bağlı Olma</b>	İsteğe Bağlı Seçim Kayıp Temelli Seçim* Optimizasyon Ödünleme	Seçici Birincil Kontrol Seçici İkincil Kontrol Ödünleyici Birincil Kontrol	Asimilasyon
<b>Hedeften Vazgeçme</b>	Kayıp Temelli Seçim*	Ödünleyici İkincil Kontrol	Akomodasyon

\*Kayıp temelli seçim süreci; eğer birey kendisi için en önemli hedefe odaklanıyorsa hedefe bağlı olma kapsamında, hedef hiyerarşisi yeniden yapılandırılıyorsa hedeften vazgeçme kapsamında değerlendirilmektedir.



Söz konusu modellerin kavramsal düzeyde bir araya getirilmesiyle ilgili daha önce de girişimde bulunulmuş (ör. Boerner ve Jopp, 2007; Poulin ve ark., 2005), ancak ilk defa Haase ve arkadaşları (2013) tarafından yürütülen çalışma kapsamında görgül olarak değerlendirilmiştir. Haase ve arkadaşları (2013) yürüttükleri çalışmada, yukarıda sözü edilen üç modele ait 11 sürecin öne sürüldüğü gibi, üç temel süreç altında (hedefe bağlı olma, hedeften vazgeçme ve metadüzenleme) toplanıp toplanmadığını ve bu süreçlerde yaşa bağlı bir farklılık olup olmadığını incelemiştir. Yaşları 20-85 ve 14-87 arasında değişen bireylerin yer aldığı iki ayrı çalışmadan elde edilen bulgular, modellerdeki süreçlerin hedefe bağlı olma, hedeften vazgeçme ve metadüzenleme olmak üzere üç ayrı süreç altında toplandığını göstermektedir. Söz konusu süreçler bağlamında tanımlanan stratejilerde yaşa bağlı bir artış gözlemlendiği de elde edilen sonuçlar arasındadır. Ayrıca çalışmadan elde edilen sonuçlar metadüzenlemenin, hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyi; hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmenin ise bireyin iyilik halini pozitif yönde yordadığını göstermektedir. Bununla birlikte hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme ile iyilik halinin bazı göstergeleri arasındaki ilişkilerin anlamlılık düzeyine ulaşmadığının belirtilmesinde yarar vardır. Ek olarak, hedefe bağlı olmanın orta yaş (36-55 yaş); hedeften vazgeçmenin ise hedefi elde etme fırsatlarının görece daha düşük olduğu ileri yaştaki (56-87 yaş) bireyler için daha uyum sağlayıcı olduğu ifade edilmiştir. Yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı temelinde üst düzey bir seçim süreci olarak kabul edilen optimizasyonun, bir başka deyişle metadüzenlemenin ise hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme yoluyla (dolaylı olarak) bireyin iyilik haliyle ilişkili olduğu ortaya konulmuştur.

### **1.3. HEDEFLER**

*Hedefler*, istenen / arzu edilen durumların içsel temsilleri (Austin ve Vancouver, 1996) veya bireylerin elde etmek, sürdürmek veya kaçınmak istedikleri durumlar (Emmons, 1996) olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram alan yazında pek çok farklı şekilde ele alınmıştır. *Gelişimsel hedefler* (Heckhausen ve ark., 2010), *kişisel projeler* (Little, 1983; Little, Salmela-Aro ve Phillips, 2007; Salmela-Aro, 1992), *kişisel hedefler* (Salmela-Aro, 2009; 2010), *yaşam hedefleri* (Nurmi, 1992; Nurmi, Pulliainen ve Salmela-Aro, 1992), *kişisel çaba gösterme* (personal striving) (Emmons, 1986; 1991), *yaşam görevleri* (Cantor, Norem, Niedenthal, Langston ve Brower, 1987) ve *olası benlikler*

(possible selves) (Markus ve Nurius, 1986) farklı kullanımlara örnek olarak gösterilebilir. Farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde kullanılsalar da yukarıda sözü edilen bu kavramlar üç temel özellik etrafında birleşirler: (1) Gelişimsel hedefler bireyleri gelişimsel bir sürece (ör. ebeveyninden bağımsız hale gelmek vb.) yöneltir veya yaşam süresince belirli kazanımlar (ör. meslek hayatına başlamak, evlenmek) sağlar. (2) Hedefler özelden (ör. bir sonraki sınavdan 100 almak) genele doğru değişen (ör. dünyaya barış getirmek) bir aralık içerisinde (ör. notları yükseltmek, üniversiteden mezun olmak, çocuk sahibi olmak) istedik sonuçlar elde etmeyi kapsar. (3) Belirlenen hedeflere 5 ile 10 yıllık bir süre içerisinde, yani mevcut veya bir sonraki gelişimsel dönem içerisinde (ör. ergenliğin içerisinde veya ergenlikten genç yetişkinliğe geçerken) ulaşılır (Heckhausen ve ark., 2010).

Alan yazında hedeflerin iki şekilde ele alınabileceği üzerinde durulmaktadır (ör. Emmons, 1986; Little, 1983). Bunlardan ilki, bireylere açık uçlu sorular yönelterek gelecekteki hedeflerini (proje, plan vb.) belirtmelerini istemektir. Bu yöntem sayesinde bireylerin hedeflerinin içeriği değerlendirilmekte ve hedefler meslek, eğitim, hobi, sağlık gibi farklı kategorilerde gruplanabilmektedir. İkincisi ise bireylerden hedefleriyle bağlantılı bazı değerlendirmeler yapmalarını istemektir. Bu değerlendirmeler hedefin önemi, zorluğu, hedefe ulaşmanın ne kadar stres verici olduğu, hedefe olan bağlılık / adanmışlık, hedef için harcanan çaba gibi pek çok farklı boyutta olabilmektedir. Bu görüşle tutarlı olarak alan yazındaki çalışmaların bazılarında hedeflerin içeriğine (ör. Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Ranta, Dietrich ve Salmela-Aro, 2014; Salmela-Aro, Read, Korhonen, Rose ve Kaprio, 2012) diğerlerinde ise hedeflerin içeriğine ek olarak hedeflerle bağlantılı yapılan değerlendirmelere (ör. Nurmi, Salmela-Aro ve Aunola, 2009; Nurmi, Salmela-Aro ve Koivisto, 2002; Salmela-Aro ve Suikkari, 2008; Vasalampi, Salmela-Aro ve Nurmi, 2009) odaklanıldığı görülmektedir.

### **1.3.1. Beliren Yetişkinlik Döneminde Hedefler**

Beliren yetişkinlik döneminde bireylerin sahip oldukları hedeflerin neler olduğu bir başka deyişle *hedeflerinin içeriği* farklı çalışmalar kapsamında incelenmiştir (ör. Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Ranta ve ark., 2014; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; Salmela-Aro ve ark., 2012). Yapılan bir çalışmada genç bireylerin (üniversite öğrencileri) en sık

başarı (achievement), aile ve benlikle ilgili hedefler belirttikleri görülmüştür. Bu hedefleri arkadaşlar ve hobi ile ilgili hedefler izlemiştir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Yapılan bir diğer çalışmada genç bireylerin (okuldan iş yaşamına geçmekte olan bireyler) en çok eğitim, meslek (occupation), aile ve yakın ilişkiler (intimate relationship) ile ilgili hedefler belirttikleri ortaya konulmuştur. Bu hedefleri boş zaman aktiviteleri, sağlık ve benlik ile ilgili hedefler izlemiştir (Nurmi ve Salmela-Aro, 2002). Yürütülen bir başka çalışmada ise 21-26 yaş arasındaki katılımcıların sıklıkla aile ve işle ilgili hedefler belirttikleri, yaşam felsefesi (life philosophy) ve benlikle ilgili hedeflerin daha az sayıda olduğu görülmüştür (Salmela-Aro ve ark., 2012). Yakın zamanda yapılan bir diğer çalışma kapsamında ise beliren yetişkinlerin en çok eğitim ve işle ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Romantik ilişkiler ile ilgili hedefler ise üçüncü sırada yer almaktadır. Araştırma eğitim yönelimi yüksek olan bir grupla yürütülmüştür. Katılımcıların hepsi yükseköğrenimine devam eden beliren yetişkinlerdir. Romantik ilişkiler ile ilgili hedeflerin üçüncü sırada, kariyer ile ilgili hedeflerin ise ilk sırada yer alması, araştırmanın eğitim yönelimi yüksek bir grupla yürütülmüş olmasıyla açıklanmıştır (Ranta ve ark., 2014). Yukarıda özetlenen tüm bu bulgular genç bireylerin içinde buldukları dönemin özelliklerine uygun hedefler belirlediklerine işaret etmektedir.

### **1.3.2. Demografik Değişkenlere Göre (Cinsiyet, Yaş, Medeni Durum ve Çocuk Sahibi Olma) Hedeflerdeki Farklılıklar**

Belirtilen hedefler açısından cinsiyetler arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığı farklı çalışmalar kapsamında incelenmiştir (ör. Salmela-Aro, Nurmi, Saisto ve Halmesmäki, 2000; Salmela-Aro ve ark., 2012). Buna göre genç yetişkinler üzerinde yapılan yakın zamanlı bir çalışmada eğitim, iş, aile ve yaşam felsefesiyle ilgili hedeflerin belirtilmesinde cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık bulunmamıştır. Bununla birlikte, kadınların erkeklere göre daha fazla benlikle ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2012). Üniversite öğrencilerinin incelendiği bir çalışma kapsamında ise yalnızca günlük yaşam ve boş zaman aktiviteleriyle ilgili hedeflerde cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. Buna göre, kadınların günlük yaşamla ilgili, erkeklerin ise boş zaman aktiviteleriyle ilgili hedeflere daha çok sahip oldukları görülmüştür (Salmela-Aro, Aunola ve Nurmi,

2007). Üniversite öğrencileriyle yürütülen bir başka çalışma kapsamında ise hedefler açısından cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Yukarıda özetlenen bulgular cinsiyet farklılıklarıyla ilgili sonuçların tutarlılık göstermediğine; bununla birlikte, özellikle üniversite öğrencileriyle yürütülen çalışmalarda daha sık rastlanılan hedefler açısından (ör. eğitim ve meslek) cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar bulunmadığına işaret etmektedir. Anne babalığa geçiş sürecindeki bireylerin incelendiği bir çalışmada ise kadınların erkeklere göre anne babalık, çocuğun doğumu ve sağlığı ile ilgili hedeflere; erkeklerin ise kadınlara göre daha çok başarı ve varlık (property) ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuş; kadın ve erkekler arasında hedefler açısından elde edilen bu farkın toplumsal cinsiyet kalıp yargılarını yansıttığı ifade edilmiştir (Salmela-Aro ve ark., 2000).

Cinsiyet dışında yaş, evli olma veya çocuk sahibi olma gibi demografik bazı değişkenler de hedeflerin belirlenmesi sürecinde oldukça önemli bir rol oynayabilmektedir (ör. Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin incelendiği bir çalışmada yaşı daha büyük olan katılımcıların daha çok iş ve aile ile ilgili; buna karşın daha az arkadaşlık ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2007). Yapılan çalışmalar, ayrıca evli olan veya birlikte yaşayan kişilerin yalnız olan kişilere göre daha fazla aile ile ilgili hedeflere sahip olduklarına işaret etmektedir (Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Benzer şekilde çocuk sahibi olan katılımcılar olmayanlara göre daha fazla aile ile ilgili hedefler belirtmişlerdir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Bu bulgular yaş, medeni durum ve çocuk sahibi olmanın belirlenen hedefler açısından farklılık yaratabileceğine işaret etmektedir.

Ailesel bazı faktörler de (ör. anne babanın eğitim düzeyi ve gelir) hedefle olan bağın sürdürülmesi sürecinde önemli bir rol oynayabilmektedir. Lise son sınıf öğrencilerinin yaklaşık on yıllık bir süre boyunca incelendiği bir çalışmada, öğrenciler eğitim yaşantılarıyla ilgili istekleri (dört yıllık üniversite derecesine sahip olma) ve isteklerine ulaşip ulaşmamaları temel alınarak dört farklı gruba ayrılmışlardır. Çalışma kapsamında özellikle *hedefini elde edemeyen; ancak, elde etme yönündeki isteği yüksek oranda devam eden bireylere* odaklanılmıştır. Anne / babası üniversite veya daha üstü eğitim

düzeyine sahip olanların, lise ve altı eğitim düzeyine sahip olanlara göre eğitim yaşantılarıyla ilgili hedeflerini sürdürme olasılıklarının beş kat daha fazla olduğu bulunmuştur. Elde edilen bu bulgu, eğitim düzeyi yüksek ailelerden gelen bireylerin eğitim yaşantılarıyla ilgili hedeflerini sürdürme konusunda daha kararlı oldukları şeklinde yorumlanabilir. Araştırma kapsamında ayrıca daha varlıklı ailelerden gelen gençlerin eğitimle ilgili hedeflerinden daha kolay vazgeçebildikleri de ortaya konulmuştur. Bu durumun sebeplerinden biri, daha varlıklı ailelerden gelen gençlerin üniversite eğitimine devam etmeden de kariyerlerini yapılandırabilme ve diğer hedeflerini elde edebilme fırsatlarının olmasıdır (Uno, Mortimer, Kim ve Vuolo, 2010).

### **1.3.3. Hedeflerde Meydana Gelen Değişim**

Kişisel hedefler bağlamında alan yazında ele alınan konulardan ilki bireylerin hedeflerini nasıl belirledikleri ve zamanla hedeflerinde meydana gelen değişimdir. Yaşla ilişkili olarak sosyokültürel bağlam, hedeflerin belirlenmesi sürecine yön verir ve bireylerin hedeflerinin içeriği yaşa bağlı gelişimsel görevler ve rol geçişlerini yansıtır (ör. Salmela-Aro, 2009). Alan yazındaki çalışmalar da bireylerin yaşla bağlantılı olarak kendilerinden beklenen talepler ve rol geçişleri bağlamında hedeflerini belirlediklerini ve yine bu faktörler doğrultusunda hedeflerinde değişiklikler yaptıklarını ortaya koymaktadır (ör. Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve ark., 2000). Örneğin, üniversite öğrencilerinin on yıldan fazla bir süre boyunca incelendiği bir çalışmada, bireylerin kişisel hedeflerinin içeriğinin değişen gelişimsel görevler ve rol geçişleriyle bağlantılı olarak zamanla değiştiği ortaya konulmuştur. Eğitim, arkadaşlık ve seyahat etmeyle ilgili hedeflerin sayısı zamanla azalmıştır. Bununla birlikte, beliren yetişkinlik yıllarından genç yetişkinlik yıllarına doğru iş, aile ve sağlık konularıyla ilgili hedeflerin sayısında bir artış görülmüştür. Beliren yetişkinlik yıllarından genç yetişkinlik yıllarına doğru hedeflerde meydana gelen değişim bireylerin içinde buldukları gelişimsel dönemin talepleriyle uyumludur (Salmela-Aro ve ark., 2007). Bu konuyla ilgili verilebilecek bir diğer örnek ise anne olma sürecine geçişte anne adaylarının kişisel hedeflerinde meydana gelen değişimle ilgilidir. Anneliğe geçişte, kadınların hedeflerindeki değişim hamileliğin ilk döneminde (12. gebelik haftasında), doğumdan bir ay önce (36. gebelik haftasında) ve doğumdan üç ay sonra olmak üzere farklı dönemlerde incelenmiştir (Salmela-Aro ve ark., 2000). Hamileliğin ilk dönemlerinden

doğuma kadar geçen sürede annelikle ilgili (motherhood) hedefler artmış, başarıyla ilgili (achievement-related) hedefler ise azalmıştır; doğum ve bebeğin sağlığı ile ilgili hedefler doğumdan önce artmış, doğumdan sonra ise azalmıştır. Yukarıda özetlenen çalışmaların sonuçları bireylerin yaşla bağlantılı olarak kendilerinden beklenen taleplerdeki değişim ve rol geçişleri bağlamında hedeflerinde değişiklikler yaptıklarına ve yaşamlarına yön verdiklerine işaret etmektedir.

#### **1.3.4. Hedeflerin Bireylerin Yaşamları Üzerindeki Rolü**

Kişisel hedefler bağlamında alan yazında ele alınan konulardan ikincisi hedeflerin içeriğinin bireyin yaşamını belirlemedeki rolüdür. Örneğin, dokuzuncu sınıf öğrencilerinin eğitim yaşantılarının incelendiği bir çalışmada mesleki eğitim veren bir okula devam etmeyi planlayan öğrencilerin bir yıl sonra alınan ölçümde büyük oranda mesleki eğitim veren bir okula devam ettikleri görülmüştür. Öğrencilerin, eğitimleriyle ilgili beklentileri eğitim yaşantılarını büyük oranda etkilemiştir (Kiuru, Nurmi, Aunola ve Salmela-Aro, 2009). Yaşları 18 ile 32 arasında değişen bireylerin birer yıl arayla üç ayrı zaman diliminde incelendiği bir çalışmada, ilk ölçüm zamanında aile ile ilgili hedefler belirten kişilerin, belirtmeyenlere kıyasla son ölçüm zamanında daha büyük olasılıkla evlendikleri veya birlikte yaşamaya başladıkları görülmüştür. Belirli bir türde hedef belirleme (ör. aile) bireylerin daha sonraki yaşam durumlarını (life situation) (ör. evli veya bekar olma, çocuk sahibi olma vb.) etkilemektedir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Benzer şekilde, üniversite öğrencilerinin hedeflerinin boylamsal olarak incelendiği bir başka çalışmada, başlangıçta daha fazla aile ile ilgili hedefe sahip olan yetişkinlerin diğerlerine göre daha erken evlendikleri ve çocuk sahibi oldukları ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2007). Elde edilen bu bulgular, hedeflerin içeriğinin bireylerin yaşamlarının yönünü belirlemedeki rolünü ortaya koymaktadır. Ancak söz konusu ilişkinin çift yönlü olabileceği belirtilmektedir. Buna göre, belirli bir hedefe sahip olma yaşamın gidişatını şekillendirebilir. Örneğin, ilk ölçüm zamanında aile ile ilgili hedefler belirten kişilerin, belirtmeyenlere kıyasla son ölçüm zamanında daha büyük olasılıkla evlendikleri görülmüştür. Bununla birlikte bazı yaşam olayları (ör. evlenme, çocuk sahibi) benzer türdeki hedeflerin (ör. aileyle ilgili hedefler) oluşturulma olasılığını arttırabilir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Belirlenen hedeflerin içeriğinin yanı sıra, birey tarafından nasıl değerlendirildiği de oldukça önemlidir. Yapılan bir

çalışmada okuldan iş yaşamına geçiş sürecinde bireylerin işle ilgili hedeflerine ilişkin değerlendirmeleri ile (hedefin önemi vb.) çalışma durumları (profesyonel bir işte çalışma, aldığı eğitimle ilgili olmayan bir işte çalışma, çalışmama ve işsiz olma) arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Buna göre, işle ilgili hedefini daha önemsiz olarak gören katılımcıların daha sıklıkla işsiz kaldıkları, çalışmadıkları veya aldıkları eğitimle ilgili olmayan bir işte çalıştıkları bulunmuştur. Elde edilen bulgular işle ilgili hedefe yönelik yapılan değerlendirmelerin bireyin iş yaşamı açısından önemini ortaya koymaktadır (Nurmi ve ark., 2002).

### 1.3.5. Hedeflerin Belirlenmesinde Çevredeki Diğer Bireylerin Rolü

Kişisel hedefler bağlamında ele alınan konulardan bir diğeri bireylerin hedeflerini belirlemelerinde çevrelerindeki diğer bireylerin rolüdür. Hedeflerin yakın çevredeki bireylerle *ne ölçüde paylaşıldığı*, bir başka ifadeyle hedefler arasındaki benzerlikler araştırmalar kapsamında incelenmiştir (ör. Salmela-Aro ve ark., 2000; Kiuru ve ark., 2009; Kiuru, Salmela-Aro, Nurmi, Zettergren, Andersson ve Bergman, 2012). Ergenlerin eğitim yaşantılarının farklı zaman dilimlerinde incelendiği bir çalışmada aynı akran grubu içerisinde yer alan kişilerin eğitim hayatları açısından kendilerine oldukça benzer bir yol çizdikleri, bu yolda akranların önemli bir role sahip olduğu görülmüştür (Kiuru ve ark., 2009). Eşlerle yürütülen bir araştırmada ise farklı zaman dilimlerinde (hamileliğin ilk döneminde, doğumdan bir ay önce ve doğumdan üç ay sonra olmak üzere) çiftlerin hedefleri arasındaki benzerlikler incelenmiştir (Salmela-Aro ve ark., 2000). Elde edilen sonuçlar eşlerin bazı hedefleri arasında (ör. çocuğun sağlığı, günlük ev işleri vs.) pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Belirlenen hedefler açısından eşler arasında ortaya çıkan bu benzerlikler, hedeflerin paylaşıldığı şeklinde yorumlanabilir.

Hedefler açısından ortaya çıkan benzerliklere ek olarak, yakın çevrede yer alan diğer bireyler, hedefle olan bağın sürdürülmesi sürecine de katkıda bulunabilir (ör. Dietrich ve Salmela-Aro, 2013; Salmela-Aro, Nurmi, Saisto ve Halmesmäki, 2010; Tynkkynen, Nurmi ve Salmela-Aro, 2010). Yürütülen bir çalışmada hamilelik sürecindeki kadınların hedefleriyle bağlantılı olarak eşlerinden algıladıkları destek incelenmiştir (Salmela-Aro ve ark., 2010). Analizler sonucunda hedefin türüne bağlı olarak eşlerden algılanan

desteğin farklılaştığı ortaya konulmuştur. Kadınlar annelik (motherhood), çocuğun doğumu ve aileyle ilgili hedefler söz konusu olduğunda eşlerinden daha yüksek oranda destek algıladıklarını belirtmişlerdir. Buna karşın benlikle ilgili hedeflerde ise eşlerden algılanan destek daha düşüktür. Sonuçlar kadınların eşleriyle paylaştıkları hedefler (shared goals) söz konusu olduğunda, hedefleriyle bağlantılı eşlerinden daha fazla destek aldıklarına veya algıladıklarına işaret etmektedir. Yapılan bir başka çalışmada ise ergenlerin kariyer ile ilgili hedefleri üzerinde ebeveynlerin rolü incelenmiştir (Dietrich ve Salmela-Aro, 2013). Oldukça geniş kapsamlı olarak yürütülen bu çalışmada ergenlerden kariyerleriyle ilişkili bir hedef yazmaları ve sonrasında bu hedefle bağlantılı bazı değerlendirmeler yapmaları istenmiştir. Elde edilen bulgular, ebeveynden algılanan destek ile hedefin ulaşılabilirliği (goal attainability), hedef için harcanan çaba (goal effort) ve hedefe ulaşma konusunda kaydedilen ilerleme (goal progress) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Özetle, araştırma sonuçları hedeflerin belirlenmesi ve hedefle olan bağın sürdürülmesi sürecinde, çevredeki diğer bireylerin önemine işaret etmektedir.

### **1.3.6. Hedefler ve İyilik Hali Arasındaki İlişkiler**

Kişisel hedefler ve iyilik hali arasındaki ilişki birçok çalışma kapsamında incelenmiştir. (ör. Martiinen ve Salmela-Aro, 2012; Messersmith ve Schulenberg, 2010; Salmela-Aro, 1992; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; 1997c; Salmela-Aro ve ark., 2012). Yaşam boyu motivasyon modeline göre, belirli bir yaşam dönemine özgü gelişimsel görevlere uygun hedefler belirlemenin uyum sağlayıcı olduğu ve bireyin öznel iyilik haline olumlu yönde katkı yaptığı vurgulanmaktadır (Salmela-Aro, 2009). 18 ile 32 yaş arasındaki kişilerin birer yıl arayla üç ayrı zaman diliminde incelendiği bir çalışmada, aile ile ilgili hedeflere olan ilginin yüksek düzey benlik saygısı ve düşük düzey depresyon ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Benlik ile ilgili hedeflere olan ilginin ise benlik saygısında azalmayla ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Kişisel hedefler ve iyilik hali arasında iki yönlü bir ilişki olduğu da elde edilen bulgular arasındadır. Buna göre, birinci ölçüm zamanında düşük benlik saygısına sahip olan kişilerin iki yıl sonra alınan ölçümde daha çok benlikle ilgili hedefler belirledikleri; birinci ölçüm zamanında yüksek benlik saygısına sahip olan kişilerin ise daha çok aile ile ilgili hedefler belirledikleri görülmüştür. Birinci ölçüm zamanında depresyon düzeyi düşük olan kişilerin iki yıl



sonra alınan ölçümde daha çok başarı ile ilgili hedefler belirledikleri de elde edilen sonuçlar arasındadır. Sonuçlar, düşük benlik saygısına sahip olan kişilerin daha çok benlik ile ilgili hedefler belirlediklerine; benlik ile ilgili hedeflere olan ilginin de benlik saygısındaki azalmayla ilişkili olduğuna işaret etmektedir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Ergenlerle yürütülen bir çalışmada da ergenlerin hedeflerinin içeriğine bağlı olarak belirlenen hedef yönelimleri (goal orientations) ile iyilik halleri arasındaki ilişkiler incelenmiş ve yukarıdaki araştırmayla benzer sonuçlar elde edilmiştir. Elde edilen bulgular, benlik odaklı hedeflere sahip ergenlerin (self-focused oriented adolescents) daha fazla depresif belirtiler ifade ettiklerine işaret etmektedir (Martinen ve Salmela-Aro, 2012).

Sözü edilen çalışmalarda da görüldüğü gibi, bireyin benlik odaklı hedeflere yoğunlaşması iyilik haline zarar verebilmektedir. Benlikle ilgili konularla meşgul olan bireylerin yaşla ilişkili normatif hedefleri (ör. genç yetişkinlik dönemi için aile, meslek vs.) kovalamak için gereken güce sahip olamayabilecekleri öne sürülmektedir. Benlikle ilgili hedefler ile başarıyla ilgili hedefler arasında elde edilen negatif yönde ve anlamlı ilişki de bu görüşü destekler niteliktedir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Genç yetişkinlik dönemindeki bireylerle yürütülen bir başka çalışma kapsamında da benlik odaklı hedefler ve depresif belirtiler arasında güçlü bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Ancak yapılan ileri analizler bireyin sahip olduğu diğer hedeflerin bu ilişkide düzenleyici bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Örneğin, bireyin aile ile ilgili bir hedefe sahip olması durumunda benlik odaklı hedefler ile depresif belirtiler arasındaki ilişki anlamsız hale gelebilmektedir. Bununla birlikte, aile ile ilgili bir hedefe sahip olmayan katılımcılar için söz konusu ilişki anlamlılığını korumaktadır. Elde edilen bu bulgu, benlik odaklı hedeflerin her zaman negatif sonuçlarla ilişkili olmayabileceğini ve bu ilişkinin başka faktörler (ör. aile gibi içinde bulunulan gelişimsel dönemin özelliklerine uygun bir başka hedefe sahip olma) tarafından düzenlenebileceğini ortaya koyması açısından oldukça önemlidir (Salmela-Aro ve ark., 2012).

Belirlenen hedefin içeriğine ek olarak hedef kapsamında yapılan değerlendirmeler de bireyin iyilik haliyle ilişkili bulunmuştur (ör. Brunstein, 1993; Dietrich, Jokisaari ve Nurmi, 2012; Emmons, 1986; Emmons ve King, 1988; Ruhlman ve Wolchik, 1988;

Salmela-Aro ve Nurmi, 1996; 1997b; Salmela-Aro ve ark., 2014; Vasalampi ve ark., 2009; Vasalampi, Salmela-Aro ve Nurmi, 2010). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, öğrencilerden hedefleriyle bağlantılı pek çok farklı değerlendirme (ör. hedefin önemi, zorluğu, hedefe olan bağlılık / adanmışlık, hedef için harcanan çaba) yapmaları istenmiş ve bu değerlendirmeler ile iyilik hali (pozitif duygu, negatif duygu, yaşam doyumu) arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar özellikle hedefin öneminin yaşam doyumunun güçlü bir yordayıcısı olduğuna işaret etmektedir. Bireylerin önemli gördükleri bir hedefe bağlanmaları, iyilik hallerine olumlu yönde katkı yapmaktadır (Emmons, 1986). Üniversite öğrencilerinin iki yıl arayla incelendiği bir başka çalışmada, hedefle ilgili yapılan değerlendirmeler (ör. hedefle ilgili kaydedilen ilerleme, hedefin zorluğu) ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Sonuçlar, depresif belirtilerin hedefle ilgili yapılan değerlendirmeleri ileriye dönük olarak güçlü bir biçimde yordadığına işaret etmektedir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1996). Ergenlerle yürütülen bir çalışma kapsamında ise katılımcılardan başarıyla ilişkili bir hedef (achievement-related goal) yazmaları ve sonrasında bu hedefle bağlantılı bazı değerlendirmeler (ör. hedefe ulaşmada kaydedilen ilerleme) yapmaları istenmiştir. Hedefe ulaşma konusunda kaydedilen ilerlemenin okula olan bağlılığı (school engagement) pozitif yönde yordadığı, hedefe ulaşma konusunda kaydedilen ilerlemenin kızların okula ilişkin tükenmişlik düzeylerini ise negatif yönde yordadığı ortaya konmuştur (Vasalampi ve ark., 2009).

Belirlenen hedefle ilgili yapılan değerlendirmelerin yanı sıra o hedefe ulaşıp ulaşmama da bireyin iyilik haliyle ilişkilidir. Yürütülen bir çalışmada yetişkinliğe geçiş sürecindeki bireylerin belirledikleri hedeflere ulaşp ulaşmama durumları ile iyilik halleri arasındaki ilişkiler ve bu ilişkinin hedefin içeriğine bağlı olarak değişip değişmediği incelenmiştir. 20’li yaşların sonlarına doğru gelindiğinde “dört yıllık bir okuldan mezun olma” ile ilgili hedefini gerçekleştiren bireylerin bu hedefini gerçekleştiremeyenlere göre öz yeterlik (self-efficacy) düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde 20’li yaşların sonlarına doğru gelindiğinde “evlenme” ile ilgili hedefini gerçekleştiren bireylerin bu hedefini gerçekleştiremeyenlere göre yaşam doyumlarının ve benlik saygılarının daha yüksek olduğu da elde edilen diğer bulgular arasındadır. Bununla birlikte “ebeveyn olma” ile ilgili belirlenen hedef açısından benzer

sonuçlar elde edilmemiştir. Bu bulgular hedefe ulaşma ile iyilik hali arasındaki ilişkinin *hedefin içeriğine* bağlı olarak değişebileceğine ve yetişkinliğe geçiş sürecinde birey için özellikle daha önemli sayılabilecek hedeflerin karşılanmasının (ör. mezun olma, evlenme) iyilik hali açısından önemine işaret etmektedir (Messersmith ve Schulenberg, 2010).

### 1.3.7. Ödünleme ve İyilik Hali Arasındaki İlişkiler

Hedefe ulaşma sürecinde başarısızlıklar söz konusu olduğunda bireylerin hedeflerinde yeniden yapılanmaya gittikleri bir başka ifadeyle *ödünleme mekanizmalarını* devreye soktukları görülmektedir. Genç yetişkinlerin okuldan iş yaşamına geçiş sürecinde üç ayrı zaman diliminde incelendiği bir çalışmada, mezuniyet sonrasında aldıkları eğitime uygun bir işe yerleşen bireylerin zaman içerisinde eğitimle ilgili hedeflerinde diğer bireylere (ör. iş bulamayanlara göre) oranla daha büyük bir azalma olduğu görülmüştür. Sonuçlar okuldan iş yaşamına geçişle baş etmede başarılı olan bu bireylerin (aldıkları eğitime uygun bir işe yerleşen bireylerin) mevcut yaşamlarında artık kendileri için uyum sağlayıcı olmayan hedeflere olan ilgilerinin zamanla azaldığına işaret etmektedir. Bununla birlikte, iş bulamayan ve mezuniyet sonrasındaki bir buçuk yılda hala işsiz olan bireylerin diğerlerine oranla eğitimle ilgili hedeflerinde artış olduğu görülmüştür. Eğitimle ilgili hedeflere olan ilgideki bu artışın işsiz kalma durumuyla baş etmede ödünleyici bir çaba olduğu düşünülebilir. Sonuçlar okuldan iş yaşamına geçişle baş etmede problem yaşayan bireylerin iş yaşamıyla ilgili hedefler yerine ödünleyici bir strateji olarak diğer türdeki hedeflere (ör. eğitim) yöneldiklerine işaret etmektedir (Nurmi ve Salmela-Aro, 2002).

Mevcut duruma uygun olarak hedeflerde düzenlemeler yapma veya ödünleme mekanizmalarını devreye sokma bireyin iyilik haline de olumlu yönde katkı yapmaktadır. Örneğin, yürütülen bir çalışmada iş bulamayan veya iş bulma yönünde herhangi bir ilgisi olmayan; ancak, aynı zamanda işle ilgili pek çok hedefe sahip olan bireylerin depresif belirtilerinde bir artış olduğu görülmüştür. Sonuçlar kişinin mevcut durumuna uygun olmayan hedeflere sahip olmasının iyilik halindeki azalmayla ilişkili olduğuna ve hedeflerde yeniden yapılanmaya gitmenin önemine işaret etmektedir (Nurmi ve Salmela-Aro, 2002). Bireyin içinde bulunduğu duruma uygun olarak

hedeflerinde düzenlemeler yapmasının iyilik hali açısından önemine dikkat çeken bir diğer araştırma anne olma sürecine geçişle ilgilidir. Anneliğe geçiş sürecinde, anne adaylarının içinde buldukları dönemin taleplerine uygun olacak şekilde hedeflerini düzenlemeleri iyilik hallerindeki artışla ilişkili bulunmuştur. Hamilelik sürecinde doğumla ilgili (doğum, hamilelik ve çocuğun sağlığı); hamilelik süreci ve bebeğin doğumundan sonra ise aile ile ilgili hedeflerdeki (aile ve eşle olan ilişki) artış, depresif belirtilerdeki azalmayla ilişkilidir. Anneliğe geçiş sürecinde benlikle ilgili hedeflerdeki artış ise depresif belirtilerdeki artışla ilişkilidir (Salmela-Aro, Nurmi, Saisto ve Halmesmaki, 2001). İnfertilite tedavisi gören çiftler üzerinde yapılan bir başka çalışmada ise katılımcıların "çocuk sahibi olma" ile ilgili hedefleri, bu hedeflere ilişkin değerlendirmeleri (hedefin önemi, elde edilebilirliği vs.) ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Katılımcıların hedeflerine ilişkin değerlendirmelerinin tedaviden elde edilen sonuca bağlı olarak (hamile kalma veya kalmama) farklılaştığı bulunmuştur. Elde edilen bulgular, tedavisi başarıyla sonuçlanan katılımcıların hedeflerinin önemine ilişkin değerlendirmelerinin zamanla arttığına, başarısızlıkla sonuçlanan katılımcıların ise bu yöndeki değerlendirmelerinin zamanla azaldığına işaret etmektedir. Buna ek olarak, tedavisi başarısızlıkla sonuçlanan katılımcıların hedeflerinin önemine ilişkin değerlendirmeleriyle depresif belirtiler arasında pozitif; hedefin elde edilebilirliğine ilişkin değerlendirmeleriyle depresif belirtiler arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Sonuçlar tedavinin başarısız olduğu durumda hedefini önemli olarak görmeye devam eden, bir başka ifadeyle "çocuk sahibi olma" ile ilgili hedefinden uzaklaşmayan kişilerin depresif belirtilerinde bir artış olduğuna işaret etmektedir. Elde edilen bulgular hedeften uzaklaşma gibi ödünleyici stratejilerin bireyin iyilik haline olumlu yönde katkı yapabileceğinin ortaya konulması açısından oldukça önemlidir (Salmela-Aro ve Suikkari, 2008). Yürütülen bir başka çalışmada ise hedef için çaba harcama (goal striving) ve hedeften vazgeçme (goal disengagement) ile iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Genç yetişkinlik döneminde hedef için çaba harcama iyilik haliyle ilişkili bulunmuştur. Buna karşın, hedeften vazgeçme ise iyilik halindeki azalmayla ilişkilidir. Bu bulgu beklendik olmamakla birlikte araştırmacılar hedef için çaba harcama ve hedeften vazgeçmede zamanlamanın önemine dikkate çekmektedirler. Buna göre, bir hedeften "zamanından önce vazgeçmenin" (disengagement before developmental deadline) "tam zamanında" veya "çok geçmeden vazgeçmeye" oranla

daha fazla karamsarlık ortaya çıkarabileceği üzerinde durulmuştur. Ayrıca elde edilen sonuçlar özellikle yetişkinliğe geçiş sürecinde bir hedefe ulaşmak için çaba harcamanın iyilik hali açısından olumlu sonuçları olabileceğine işaret etmektedir (Messersmith ve Schulenberg, 2010).

#### 1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI

Yaşamın 18 ile 30 yaş arasındaki dönemi başta eğitim, meslek ve aile olmak üzere bireylerin yaşamlarının pek çok farklı alanıyla ilgili önemli kararlar aldıkları bir dönemdir. Bireylerin bu dönemde aldıkları kararlar bundan sonraki yaşamlarının yönünü belirlemeleri açısından da oldukça önemlidir. Bununla birlikte, bu dönemdeki bireylerin yaşamlarına nasıl yön verdikleri ve bu durumun onların iyilik haliyle olan ilişkisi üzerine yapılan çalışmalar ise oldukça sınırlıdır (ör. Shulman ve Nurmi, 2010; Skaletz ve Seiffge-Krenke, 2010). Bu konuda yapılan çalışmaların sınırlılığı, bu çalışmanın planlanmasındaki en önemli faktörlerden birisidir. Bu kapsamda araştırmanın üç temel amacı bulunmaktadır.

Araştırmanın **ilk amacı** yaşam boyu motivasyon modeli (Salmela-Aro, 2009; 2010) temelinde beliren yetişkinlik dönemini hedef belirleme perspektifinden incelemektir. Bu kapsamda beliren yetişkinlik döneminde hedefler, hedeflerin belirlenmesinde etkili olan faktörler, belirlenen hedeflerle bağlantılı yapılan değerlendirmeler ve iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu amaçla oluşturulan araştırma soruları aşağıda özetlenmiştir. Araştırma kapsamında bireylerin hedefleri hem ileriye hem de geriye dönük olarak değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda ilk olarak geleceğe yönelik belirlenen hedeflerle; ikinci olarak ise geçmişte belirlenen hedeflerle ilgili oluşturulan araştırma sorularına yer verilmiştir.

##### A. Geleceğe Yönelik Hedefle İlgili Araştırma Soruları

A1. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin gelecekteki ortalama 5 yıl içerisinde gerçekleştirmeyi planladıkları en önemli hedefleri nelerdir? Elde edilen hedefler, içinde bulunulan gelişimsel dönemin özelliklerini taşımakta mıdır? (*Niteliksel Veri Analizi*)

- ✓ Beliren yetişkinlik döneminin doğasındaki değişkenliğe rağmen, genç bireylerin çoğunlukla eğitim, meslek ve aile yaşamıyla ilgili hedefler belirlemeleri beklenmektedir.

A2. Geleceğe yönelik belirtilen hedefin seçilmesinde etkili olan faktörler nelerdir?  
(*Niteliksel Veri Analizi*)

- ✓ Bireylerin kendi istek ve beklentileri başta olmak üzere; mesleki gereklilikler, ailenin beklentileri, içinde yaşadıkları ülkeye özgü şartlar (ör. eğitim sistemi, meslek edinmeye yönelik uygulanan politikalar vb.) gibi faktörleri de dikkate alarak hedeflerini belirlemeleri beklenmektedir.

A3. Demografik değişkenlere göre (ör. yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu) gelecekte belirlenen hedefler değişmekte midir?

- ✓ Yapılan çalışmalar, evli olan veya birlikte yaşayan kişilerin yalnız olan kişilere göre; çocuk sahibi olan kişilerin de olmayanlara göre daha fazla aile ile ilgili hedeflere sahip olduklarına işaret etmektedir (Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Yaşı daha büyük olan katılımcıların daha çok iş ve aile ile ilgili hedeflere sahip oldukları da ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2007). Bu bilgiler ışığında gelecekte belirlenen hedefe ilişkin tercihlerin yaş, medeni durum, çalışma durumu gibi demografik değişkenlere bağlı olarak değişmesi beklenmektedir.

A4. Beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla ve daha az taşıyan bireylerin hedefe ilişkin tercihleri (ör. eğitim, meslek) değişmekte midir?

- ✓ Dönemin özelliklerini daha fazla taşıyan bireylerin, daha çok eğitim ve meslek yaşamıyla ilgili hedefler belirlemeleri beklenmektedir.

A5. Hedefin belirlenmesi sürecinde yakın çevredeki bireylerle fikir alışverişinde bulunma ve belirlenen hedefle bağlantılı olarak yakın çevredeki farklı bireylerden (ör. anne, baba, eş / kız veya erkek arkadaş) algılanan destek açısından anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?

- ✓ Beliren yetişkinlik dönemi, meslek alanındaki keşiflerinin yanı sıra bireylerin romantik ilişkiler alanında da keşif yaptıkları bir dönemdir (Arnett, 2004). Üniversite yıllarından itibaren yakın ilişkilerin önem kazanması sebebiyle yakın çevrede yer alan diğer kişilere kıyasla özellikle *eş / kız veya erkek arkadaşın* hedefin belirlenmesi sürecinde önemli bir rol oynaması beklenmektedir.

A6. Geleceğe yönelik olarak belirlenen hedeflerle (ör. benlikle ilgili hedefler) iyilik hali arasında bir ilişki var mıdır?

- ✓ Hedefler ve iyilik hali arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalar özellikle *benlikle ilgili hedeflere* olan ilginin iyilik halindeki azalmayla ilişkili olacağına işaret etmektedir (ör. Martiinen ve Salmela-Aro, 2012; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Bu kapsamda benlik odaklı hedefler belirleme ile bireyin iyilik hali arasında negatif yönde bir ilişki olması beklenmektedir.

A7. Geleceğe yönelik hedefle ilgili yapılan değerlendirmeler ile bireyin iyilik hali arasında bir ilişki var mıdır? Bireyin iyilik halini açıklamaya katkısı en yüksek olan değişken (*hedefin önemi, hedefin ulaşılabilirliği, seçilen hedefin bireyde ne ölçüde olumlu ve olumsuz duygular uyandırdığı*) hangisidir?

- ✓ Çalışmalar belirlenen hedefle bağlantılı yapılan değerlendirmeler ile bireyin iyilik hali arasında bir ilişki olduğuna işaret etmektedir (ör. Salmela-Aro ve Nurmi, 1996; 1997b; Vasalampi ve ark., 2009). Örneğin yürütülen bir çalışmada, hedefe ulaşma konusunda kaydedilen ilerlemenin okula bağlılığı pozitif yönde; okulla ilişkili tükenmişlik düzeyini ise negatif yönde yordadığı ortaya konulmuştur (Vasalampi ve ark., 2009). Bu kapsamda *hedefin önemi, ulaşılabilirliği ve hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duyguların* iyilik haliyle pozitif; *hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duyguların* ise iyilik haliyle negatif yönde ilişkili olması beklenmektedir.

## B. Geçmişteki Hedefle İlgili Araştırma Soruları

B1. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin bir önceki gelişim döneminde kendileri için belirledikleri hedefler nelerdir? Elde edilen hedefler içinde bulunulan gelişimsel dönemin özelliklerini taşımakta mıdır? (*Niteliksel Veri Analizi*)

- ✓ Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin bir önceki gelişim döneminde çoğunlukla eğitim ve meslek yaşamıyla ilgili hedefler belirlemeleri beklenmektedir.

B2. Geçmişte belirlenen hedefe ulaşma sürecinde bir engel ya da başarısızlıkla karşılaşılması durumunda başvurulan kontrol stratejileri açısından nasıl bir örüntü ortaya çıkmaktadır? (*Niteliksel Veri Analizi*)

- ✓ Yapılan araştırmalar hedefle olan bağın kesilmesine yardımcı kontrol stratejilerinin yaşla artış gösterdiğine işaret etmektedir (ör. Brandtstädter ve Renner, 1990; Heckhausen, Schulz ve Wrosch, 1998). Bu kapsamda beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin hedeften vazgeçmeye yardımcı kontrol stratejilerine (ör. ödünleyici ikincil kontrol) daha az başvurmaları beklenmektedir.

B3. Demografik değişkenlere göre (ör. yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu) geçmişte belirlenen hedefler değişmekte midir?

- ✓ Yapılan bir çalışmada, yaşı daha büyük olan katılımcıların daha çok iş ve aile ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2007). Bu bilgiler ışığında yaşı daha küçük olan katılımcıların eğitim; daha büyük olan katılımcıların ise meslek yaşamıyla ilgili hedefler belirlemeleri beklenmektedir.

B4. Geçmişte belirlenen hedefle ilişkili olarak yakın çevredeki farklı bireylerden (ör. anne, baba, eş / kız veya erkek arkadaş) algılanan destek açısından anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?



- ✓ Katılımcıların lise eğitimi aldıkları yıllarda yakın çevrede yer alan diğer kişilere kıyasla özellikle anne ve babalarından hedefleriyle ilgili destek algılamaları beklenmektedir.

B5. Geçmişte belirlenen hedefe ulaşma açısından (ör. *hedefine ulaşan grup, hedefinden uzaklaşan grup, hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam eden grup*) nasıl bir örüntü elde edilmiştir? Hedefe ilişkin değerlendirmelerde (ör. *hedefin önemi*) bu gruplar arasında anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?

- ✓ Belirlenen hedefle bağlantılı olarak yapılan değerlendirmelerden, özellikle hedefin birey açısından öneminin hedeften vazgeçme olarak tanımlanan akomodatif süreçlere geçişi engelleyebileceği ifade edilmektedir (Brandtstädter ve Rothermund, 2002). Bu kapsamda hedefini daha önemli olarak gören katılımcıların hedeften uzaklaşmak yerine, hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam etmeleri beklenmektedir.

B6. İyilik hali açısından hedef grupları (ör. *hedefine ulaşan grup, hedefinden uzaklaşan grup, hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam eden grup*) arasında anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?

- ✓ Bir hedefe ulaşmanın yalnızca o anki iyilik hali üzerinde değil; bireyin yıllar sonraki iyilik hali üzerinde de önemli bir rol oynayabileceği ifade edilmektedir (Sheldon, 2008). Bu kapsamda, hedefine ulaşan grubun iyilik halinin diğer gruplardan daha yüksek olması beklenmektedir.

Araştırmanın **ikinci amacı** ilk üç gelişimsel düzenleme modeli temelinde öne sürülen stratejilerin kullanımı açısından gruplar arasında (ör. *hedefine ulaşan grup, hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup, hedefinden uzaklaşan grup*) anlamlı farklılıklar olup olmadığını incelemektir. Araştırmanın **üçüncü amacı** ise, gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen üç temel süreç ile (*metadüzenleme, hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme*) bireyin iyilik hali arasındaki ilişkiyi Türkiye örneğinde beliren yetişkinlik dönemini temsil eden yaş grubu üzerinde incelemektir. Bu amaçla oluşturulan araştırma soruları aşağıda özetlenmiştir.

1) İlk üç gelişimsel düzenleme modeli temelinde öne sürülen stratejilerin kullanımı açısından gruplar arasında (ör. *hedefine ulaşan grup*, *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup*, *hedefinden uzaklaşan grup*) anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?

- ✓ Hedefinden uzaklaşan bireylerin diğer bireylere kıyasla, hedeften vazgeçme kapsamında ele alınan stratejileri (ödünleyici ikincil kontrol ve akomodasyon) daha fazla kullanmaları beklenmektedir.

2) Türkiye örneğinde beliren yetişkinlik dönemini temsil eden yaş grubu üzerinde, gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen süreçler ile (*metadüzenleme*, *hedefe bağlı olma* ve *hedeften vazgeçme*) bireyin iyilik hali arasında bir ilişki var mıdır?

- ✓ Gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen süreçlerden *metadüzenlemenin*, *hedefe bağlı olma* ve *hedeften vazgeçmeyle*; *hedefe bağlı olma* ve *hedeften vazgeçmenin* de bireyin iyilik haliyle pozitif yönde ilişkili olması beklenmektedir. *Metadüzenlemenin* ise *hedefe bağlı olma* ve *hedeften vazgeçme* yoluyla bireyin iyilik haliyle ilişkili olması beklenmektedir.

## BÖLÜM 2

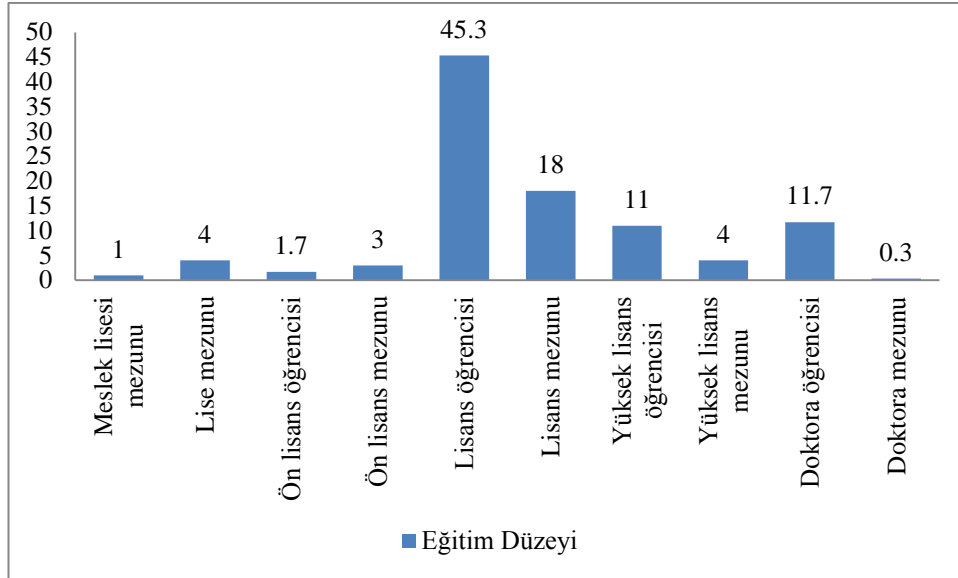
### YÖNTEM

#### 2.1. ÖN ÇALIŞMA

##### 2.1.1. Örneklem

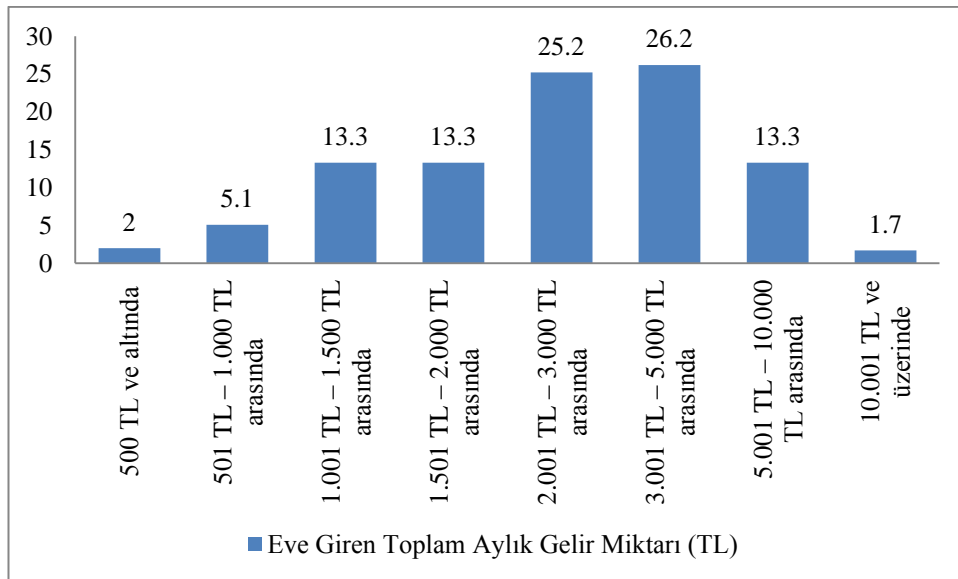
Araştırmanın ön çalışmasına ait veriler 2014 yılı Ocak-Mayıs ayları arasında toplanmıştır. Araştırmanın örneklemini 18 ile 30 yaşları arasında, en az lise mezunu, Ankara ilinde yaşayan toplam 317 katılımcıdan oluşmaktadır. Eksik ve yanlış doldurulmuş ölçek formları dışarıda bırakıldıktan sonra örneklem 162 kadın (%54), 138 erkek (%46) olmak üzere toplam 300 kişi olarak belirlenmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 24.23'tür ( $S = 3.47$ ).

Çalışma kapsamında katılımcıların eğitim düzeyleri 10 dereceli (1=lise mezunu, 10=doktora mezunu) bir ölçek üzerinden değerlendirilmiştir. Katılımcıların %5'i lise mezunu olduklarını; %50'si üniversite öğrencisi, ön lisans öğrencisi veya mezunu olduklarını; %45'i ise üniversite mezunu, yüksek lisans ve doktora öğrencisi veya mezunu olduklarını bildirmişlerdir. Katılımcıların eğitim düzeyi ile ilgili ayrıntılı bilgi Şekil 1'de sunulmuştur.



**Şekil 1.** Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak)

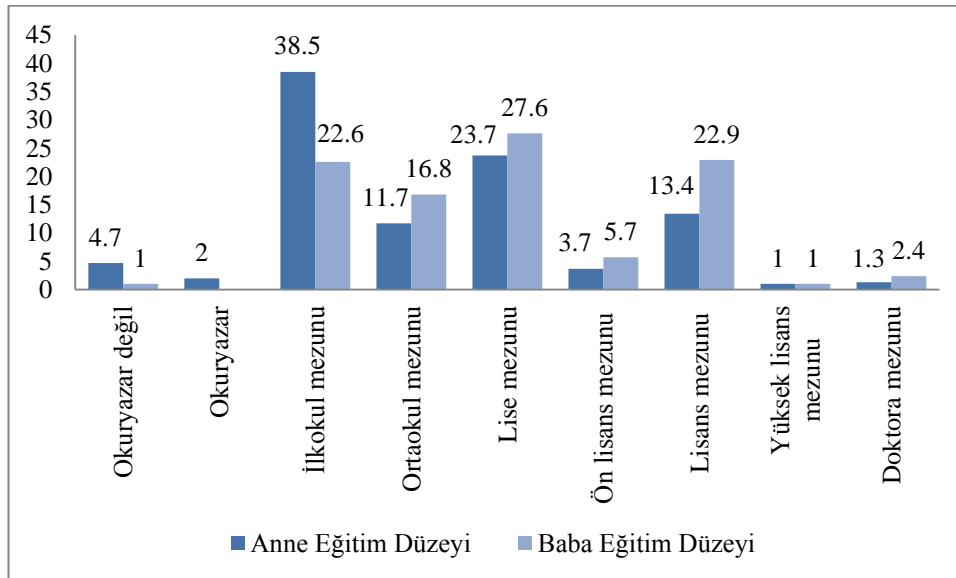
Katılımcıların gelir düzeyleri ise 8 dereceli (1=500 TL ve altı, 8=10.001 TL ve üzeri) bir ölçek üzerinden değerlendirilmiştir. Şekil 2’de görüldüğü gibi katılımcıların %51’i eve giren aylık toplam gelirin 2.001 ile 5.000 TL arasında değiştiğini belirtmiştir.



**Şekil 2.** Katılımcıların Gelir Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak)

Katılımcıların medeni durumları incelendiğinde, büyük çoğunluğunun (%87) bekar olduğu görülmüştür. Evli olanların oranı %13'dür. Katılımcıların %50'si şu an herhangi bir işte çalışmadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca katılımcıların %65'i yaşamları boyunca en uzun süre yaşadıkları yerleşim yerinin büyükşehir olduğunu bildirmişlerdir. Katılımcıların %44'ü anne, baba ve kardeşleriyle, %13'ü eşleri ve çocuklarıyla yaşadıklarını; %32'si ise arkadaşlarıyla birlikte evde veya yurttaki kaldıklarını ifade etmiştir. Diğer katılımcılar ise tek başına, kız-erkek arkadaşlarıyla veya akrabalarının yanında yaşadıklarını belirtmişlerdir.

Araştırma kapsamında ayrıca katılımcıların ailelerine yönelik bilgiler de elde edilmiştir. Buna göre, araştırmaya katılan kişilerin annelerinin %57'si lise altı, %24'ü lise, %19'u ise ön lisans, lisans ya da lisansüstü eğitim derecesine sahiptir. Babaların ise, %40'ı lise altı, %28'i lise, %32'si ise ön lisans, lisans ya da lisansüstü eğitim derecesine sahiptir. Katılımcıların anne ve baba eğitim düzeyleriyle ilgili bilgiler Şekil 3'de sunulmuştur. Ayrıca katılımcıların büyük çoğunluğunun (%89) anne ve babaları evlidir.



**Şekil 3.** Katılımcıların Anne ve Babalarının Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak)

### 2.1.2. Veri Toplama Araçları

Ön çalışma kapsamında katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu, Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeğinin yer aldığı bir form uygulanmıştır. Ayrıca katılımcılara yaşamlarındaki hedefleri ve bu hedeflere yönelik değerlendirmelerini içeren bazı sorular da sorulmuştur.

#### 2.1.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda katılımcıların (ör. cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, medeni durum ve çalışma durumu vb.) ve ailelerinin (ör. anne ve baba eğitim ve medeni durumu) demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorular yer almıştır.

#### 2.1.2.2. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu (SOC Questionnaire)

Freund ve Baltés (2002) tarafından geliştirilen Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu kendini bildirim türünde 48 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek, isteğe bağlı seçim (elective selection), kayıp temelli seçim (loss-based selection), optimizasyon (optimization) ve ödünleme (compensation) alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Her alt ölçekte 12 madde yer almaktadır. Her madde 2 seçenekli olarak değerlendirilmekte ve katılımcılardan her bir maddede yer alan iki ifadeden kendilerine en uygun ifadeyi işaretlemeleri istenmektedir. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .67 ile .78 arasında değişmektedir (Freund ve Baltés, 2002). Ölçeğin Türkiye örnekleme uyarlaması bu çalışma kapsamında yapılmıştır. Analiz sonuçlarına bulgular bölümünde yer verilecektir.

#### 2.1.2.3. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği [Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment (Tenflex) Scales]

Brandtstädter ve Renner (1990) tarafından geliştirilen ölçek kendini bildirim türünde olup 30 (13'ü ters) maddeden oluşmaktadır. Her bir madde beş dereceli olarak (0=kesinlikle katılmıyorum, 4=kesinlikle katılıyorum) değerlendirilmektedir. Ölçek hedefin peşinden ısrarlı bir biçimde koşma (tenacious goal pursuit) ve hedefi esnek bir

biçimde ayarlama (flexible goal adjustment) olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları sırasıyla .80 ile .83 olarak bulunmuştur (Brandtstädter ve Renner, 1990). Ölçeğin Türkiye örneğine uyarlaması bu çalışma kapsamında yapılmıştır. Analiz sonuçlarına bulgular bölümünde yer verilecektir.

#### 2.1.2.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale)

Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından geliştirilen UCLA Yalnızlık Ölçeği sosyal ilişkilerden alınan doyumunu değerlendiren 20 maddeden oluşmaktadır. Her bir madde dört derece üzerinden (1=ben bu durumu hiç yaşamam, 4=ben bu durumu sık sık yaşarım) değerlendirilmektedir. Ölçekten elde edilen yüksek puan bireyin yalnızlık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .94 olarak bulunmuştur (Russell ve ark., 1980). Ülkemizde güvenilirlik çalışması Demir (1989) tarafından yapılmış, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamındaki Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise .92'dir.

#### 2.1.2.5. Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction with Life Scale-SWLS)

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği kendini bildirim türünde 5 maddeden oluşan bir ölçektir. Her bir madde yedi dereceli olarak (1=kesinlikle katılmıyorum, 7=kesinlikle katılıyorum) değerlendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulunmuştur (Diener ve ark., 1985). Ölçeğin Türkiye örneğine uyarlama çalışması Durak, Şenol-Durak ve Gençöz (2010) tarafından 3 ayrı örneklem üzerinde yapılmış ve 17-28 yaş grubundaki bireyler için iç tutarlık katsayısı .81 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamındaki Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise .85'dir.

#### 2.1.2.6. Gelişimsel Hedefler İle İlgili Sorular

Ön çalışma kapsamında katılımcıların hedefleri hem ileriye dönük hem de geriye dönük olarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların ileriye dönük olarak belirledikleri hedefin ne olduğunu değerlendirmek amacıyla ilk olarak "*Gelecekte (ortalama 5 yıl içerisinde)*

*gerçekleştirmeyi planladığınız en önemli hedefiniz nedir?*” sorusu yöneltilmiş ve katılımcılardan bir hedef yazmaları istenmiştir. Elde edilen cevaplara göre bireylerin sahip oldukları hedeflerin neler olduğu değerlendirilmiştir. Katılımcılardan ayrıca ileriye dönük olarak belirledikleri bu hedefle ilgili bazı değerlendirmeler yapmaları da istenmiştir. Bu değerlendirmeler;

- ✓ Hedefin önemi,
- ✓ Hedefin ulaşılabilirliğine / elde edilebilirliğine dair inanç,
- ✓ Seçilen bu hedefin bireyde ne ölçüde olumlu ve olumsuz duygular uyandırdığı,
- ✓ Hedefin belirlenmesi sürecinde yakın çevredeki bireyler ile ne ölçüde konuşulup fikir alışverişinde bulunulduğu,
- ✓ Hedefle ilgili olarak yakın çevredeki bireylerden ne ölçüde destek algılandığı ile ilgilidir.

Ön çalışma kapsamında ayrıca katılımcılardan yaşamlarının bir önceki gelişim dönemini düşünmeleri ve o dönemde kendileri için belirlemiş oldukları hedefleri hatırlamaları ve yazmaları da istenmiştir. Çalışma kapsamında geriye dönük olarak bildirilen hedeflerin;

- ✓ Gerçekleşip gerçekleşmediği,
- ✓ Eğer gerçekleşmediyse katılımcıların hedefe ulaşmayı isteyip istemedikleri sorulmuştur.

Bu sorulara ek olarak katılımcılardan ileriye dönük olarak belirledikleri hedeflerde olduğu gibi geriye dönük belirlenen bu hedef içinde bazı değerlendirmeler yapmaları istenmiştir. Bu değerlendirmeler;

- ✓ Hedefin önemi,
- ✓ Hedefe ulaşma konusunda ne kadar ilerleme kaydedildiği,
- ✓ Hedefe ulaşmak için ne kadar çaba harcandığı,
- ✓ Hedefe ulaşmanın kişi için ne kadar zor ve stres verici olduğu,
- ✓ Hedefle ilgili olarak yakın çevredeki bireylerden ne ölçüde destek algılandığı ile ilgilidir.



### 2.1.3. İşlem

Hatırlanacağı gibi bu çalışma kapsamında iki ayrı ölçeğin Türkiye örnekleme uyarlama çalışmasının yapılması planlanmaktaydı. Bu ölçekler Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu (Freund ve Baltès, 2002) ile Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğiydi (Brandtstädter ve Renner, 1990). Bu kapsamda ilk olarak ölçekleri geliştiren araştırmacılardan uyarlama için izin alınmıştır. Ölçek maddeleri araştırmacı tarafından İngilizceden Türkçeye çevrilmiştir. Daha sonra yapılan bu çeviriler gelişim psikolojisi alanından iki öğretim üyesi ve yine gelişim psikolojisi alanından bir doktora öğrencisi tarafından değerlendirilmiştir. Çevirisi tamamlanan ölçek maddeleri 18-30 yaş arası bireylere (yaklaşık 10 kişi) okutulmuş, ifadelerin anlaşılabilirlik açısından değerlendirilmesi istenmiş ve bu bireylerden alınan geribildirimler doğrultusunda ölçek maddelerine son şekilleri verilmiştir.

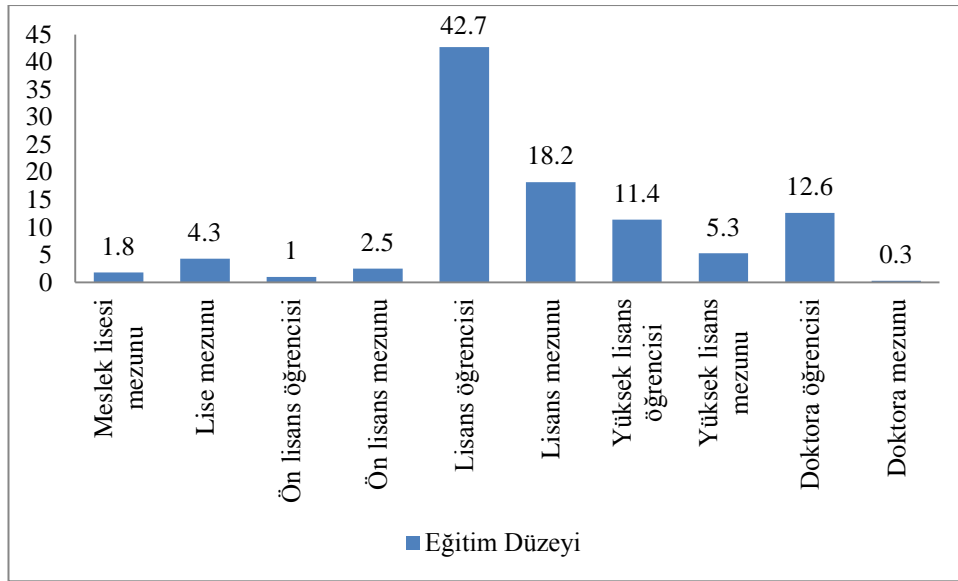
Uygulama öncesinde Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan gerekli etik kurul izinleri alınmıştır. Uygulamalar bireysel olarak gerçekleştirilmiştir. Uygulama formları katılımcılara kapalı bir zarf içerisinde verilmiştir. Katılımcılardan doldurdukları formları yaklaşık bir hafta içerisinde araştırmacıya teslim etmeleri istenmiştir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır.

## 2.2. ASIL ÇALIŞMA

### 2.2.1. Örneklem

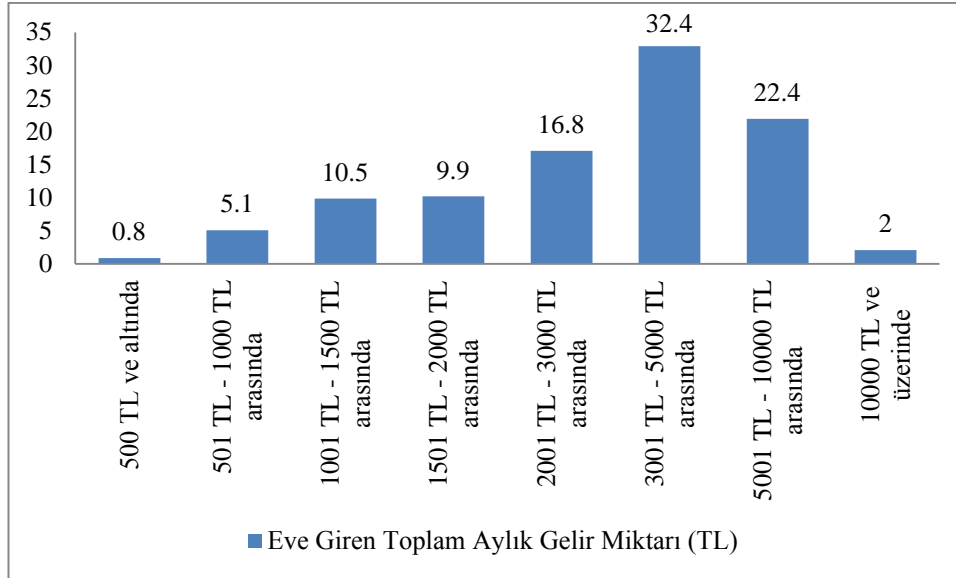
Araştırmanın asıl çalışmasına ait veriler 2015 yılı Nisan-Aralık ayları arasında toplanmıştır. Örneklem 18 ile 30 yaşları arasında, en az lise mezunu, Ankara ilinde yaşayan toplam 419 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırma, üniversitelerin akademik ve idari birimleri başta olmak üzere, çeşitli işyerlerinde (ör. sağlık kurumu) çalışan bireyler ile farklı sınavlara (ör. KPSS, yabancı dil) hazırlanan mezunlar, lisans ve lisansüstü düzeyde eğitimine devam eden öğrenciler ve araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden genç bireyler ile yürütülmüştür. Katılımcılara uygun örnekleme (convenience sampling) yöntemi ile ulaşılmıştır. Eksik ve yanlış doldurulmuş ölçek formları dışarıda bırakıldıktan sonra örneklem 214 kadın (%54), 182 erkek (%46) olmak üzere toplam

396 kişi olarak belirlenmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 23.92'dir ( $S = 3.80$ ). Katılımcıların %6'sı lise mezunu olduklarını; %46'sı üniversite öğrencisi, ön lisans öğrencisi veya mezunu olduklarını; %48'i ise üniversite mezunu, yüksek lisans ve doktora öğrencisi veya mezunu olduklarını bildirmişlerdir. Katılımcıların eğitim düzeyi ile ilgili ayrıntılı bilgi Şekil 4'de sunulmuştur.



**Şekil 4.** Katılımcıların Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak)

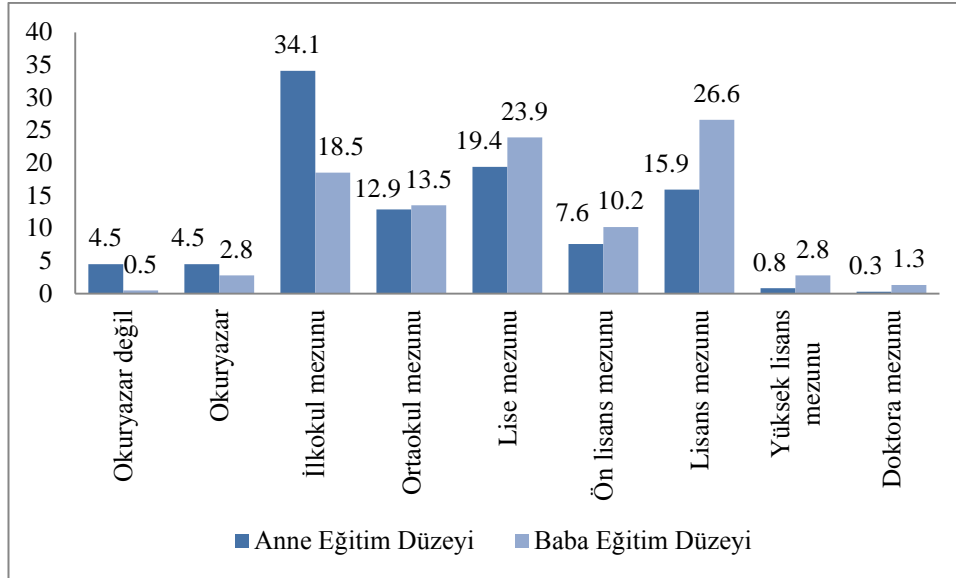
Katılımcıların gelir düzeyleri ise 8 dereceli (1=500 TL ve altı, 8=10.001 TL ve üzeri) bir ölçek üzerinden değerlendirilmiştir. Şekil 5'de görüldüğü gibi katılımcıların %49'u eve giren aylık toplam gelirin 2.001 ile 5.000 TL arasında değiştiğini belirtmiştir.



**Şekil 5.** Katılımcıların Gelir Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak)

Katılımcıların medeni durumları incelendiğinde, büyük çoğunluğunun (%82) bekar olduğu görülmüştür. Evli olanların oranı %17'dir. Katılımcıların %51'i şu an herhangi bir işte çalışmadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca katılımcıların %63'ü yaşamları boyunca en uzun süre yaşadıkları yerleşim yerinin büyükşehir olduğunu bildirmişlerdir. Katılımcıların %33'ü anne, baba ve kardeşleriyle, %17'si eşleri ve çocuklarıyla yaşadıklarını; %37'si ise arkadaşlarıyla birlikte evde veya yurttaki kaldıklarını ifade etmiştir. Diğer katılımcılar ise tek başına, kız-erkek arkadaşlarıyla veya akrabalarının yanında yaşadıklarını belirtmişlerdir.

Araştırma kapsamında ayrıca katılımcıların ailelerine yönelik bilgiler de elde edilmiştir. Buna göre, araştırmaya katılan kişilerin annelerinin %56'sı lise altı, %19'u lise, %25'i ise ön lisans, lisans ya da lisansüstü eğitim derecesine sahiptir. Babaların ise %35'i lise altı, %24'ü lise, %41'i ise ön lisans, lisans ya da lisansüstü eğitim derecesine sahiptir. Buna göre katılımcıların anne ve babalarının çoğunlukla ilköğretim, ortaokul ve lise mezunu oldukları söylenebilir. Katılımcıların anne ve baba eğitim düzeyleriyle ilgili bilgiler Şekil 6'da sunulmuştur. Ayrıca katılımcıların büyük çoğunluğunun (%86) anne ve babaları evlidir.



**Şekil 6.** Katılımcıların Anne ve Babalarının Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı (% olarak)

### 2.2.2. Veri Toplama Araçları

Asıl çalışma kapsamında katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu, Yaşam Görüşü Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Optimizasyon ve Kontrol Stratejileri Ölçeği, Kısa Semptom Envanteri, Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği uygulanmıştır. Ayrıca katılımcılara yaşamlarındaki hedefleri ve bu hedeflere yönelik değerlendirmelerini içeren (ör. hedefin önemi, hedefin elde edilebilirliği vb.) bazı sorular da sorulmuştur.

#### 2.2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda katılımcıların (ör. cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir düzeyi, medeni durum ve çalışma durumu vb.) ve ailelerinin (ör. anne ve baba eğitim ve medeni durumu) demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorular yer almıştır.

#### 2.2.2.2. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu (SOC Questionnaire)

Freund ve Baltes (2002) tarafından geliştirilen Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu kendini bildirim türünde 48 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek, isteğe bağlı seçim (elective selection), kayıp temelli seçim (loss-based selection), optimizasyon

(optimization) ve ödünleme (compensation) alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Her alt ölçekte 12 madde yer almaktadır. Her madde iki seçenekli olarak değerlendirilmekte ve katılımcılardan her bir maddede yer alan iki ifadeden kendilerine en uygun ifadeyi işaretlemeleri istenmektedir (ör. "Tüm enerjimi birkaç şey üzerine yoğunlaştırırım" veya "Enerjimi pek çok şey üzerine dağıtırım"). Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .67 ile .78 arasında değişmektedir (Freund ve Baltes, 2002). Hatırlanacağı gibi formun Türkiye örneğine uyarlaması ön çalışma kapsamında yapılmıştır. Soru formunun kayıp temelli seçim alt boyutu asıl çalışma kapsamında kullanılmamıştır. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları isteğe bağlı seçim için .72, optimizasyon için .76 ve ödünleme için ise .74 olarak bulunmuştur.

#### 2.2.2.3. Yaşam Görüşü Ölçeği [Views of Life Survey-Inventory of the Dimensions of Emerging Adulthood (IDEA)]

Reifman, Colwell ve Arnett (2007) tarafından geliştirilen Yaşam Görüşü Ölçeği kendini bildirim türünde ve 31 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçekte kişilerin içinde buldukları yaşam dönemini nasıl algıladıklarına ilişkin ifadeler yer almaktadır (ör. "Hayatımın bu dönemi keşif zamanıdır"). Ölçek *kimlik keşfi, deneme-yanılma / olanaklar, olumsuzluk-kararsızlık, kendine odaklanma, başkalarına odaklanma ve arada hissetme* olmak üzere 6 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçeklerden *başkalarına odaklanma* alt ölçeği beliren yetişkinlik döneminin özelliklerine ters olan ifadeleri içermektedir. Ölçekteki her bir madde dört derece (1=bana hiç uygun değil, 4=bana tamamen uygun) üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan katılımcıların beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini yaşadığını göstermektedir. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .70 ile .85 arasında değişmektedir (Reifman ve ark., 2007). Yaşam Görüşü Ölçeğinin Türkiye örneğine uyarlaması iki ayrı çalışma (bk. Atak ve Çok, 2008; Vural-Yüzbaşı, 2012) kapsamında yapılmıştır. Atak ve Çok (2008) tarafından yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin 20 maddesinin kullanılmasına karar verilmiş ve bu maddeler için hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .69 olarak bulunmuştur. Vural-Yüzbaşı (2012) tarafından yapılan faktör analizi sonucunda ise ölçeğin kullanılmasına karar verilen yapısı için elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında ise 20 madde için hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .83'tür.

#### 2.2.2.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self-Esteem Scale)

Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeği kendini bildirim türünde 10 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçekteki her bir madde (ör. "Genel olarak kendimden memnunum") dört derece üzerinden (1=bana hiç uymuyor, 4=bana çok uyuyor) değerlendirilmektedir. Ülkemizde ölçeğin güvenilirlik çalışması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .85 olarak bulunmuştur (Sümer ve Güngör, 1999). Bu çalışma kapsamında ise ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87'dir.

#### 2.2.2.5. Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction with Life Scale-SWLS)

Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği kendini bildirim türünde 5 maddeden oluşan bir ölçektir. Her bir madde (ör. "Hayat şartlarım / koşullarım") yedi dereceli olarak (1=kesinlikle katılmıyorum, 7=kesinlikle katılıyorum) değerlendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulunmuştur (Diener ve ark., 1985). Ölçeğin Türkiye örneğine uyarlama çalışması Durak ve arkadaşları (2010) tarafından 3 ayrı örneklem üzerinde yapılmış ve 17-28 yaş grubundaki bireyler için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .81 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamındaki Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise .83'tür.

#### 2.2.2.6. Optimizasyon ve Kontrol Stratejileri Ölçeği [Optimization in Primary and Secondary Control (OPS) Scales]

Heckhausen ve Schulz (1993; 1995) tarafından geliştirilen Optimizasyon ve Kontrol Stratejileri Ölçeği 44 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek optimizasyon, seçici birincil ve ikincil kontrol ile, ödünleyici birincil ve ikincil kontrol stratejilerini ölçmektedir. Her madde (ör. "Bir şeye karar verdiğimde beni engelleyecek her şeyden kaçınırım") beş dereceli olarak (1=hiç uymuyor, 5=tamamıyla uyuyor) değerlendirilmektedir. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .79 ile .81 arasında değişmektedir (Heckhausen ve ark., 1998). Ölçeğin Türkiye örneğine uyarlama çalışması Uçanok (bk. 2001; 2002a) tarafından yapılmış, alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayılarının .65 ile .86 arasında değiştiği bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında ise alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları optimizasyon için .78, seçici birincil

kontrol için .87, seçici ikincil kontrol için .78, ödünleyici birincil kontrol için .81 ve ödünleyici ikincil kontrol için ise .59 olarak bulunmuştur.

#### 2.2.2.7. Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI)

Derogatis (1992) tarafından psikolojik belirtileri taramak amacıyla geliştirilen Kısa Semptom Envanteri kendini bildirim türünde 53 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete bozukluğu, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünceler ve psikotizm alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Ölçekteki her bir madde (ör. "İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi") beş dereceli olarak (0=hiç yok, 4=çok fazla var) değerlendirilmektedir. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .71 ile .85 arasında değişmektedir (Derogatis, 1992). Ölçeğin Türkiye örneğine uyarlama çalışması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmış ve üç ayrı çalışmada ölçeğin toplam puanından elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .95 veya .96 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği, bireyin semptomlarının sıklığına işaret etmektedir. Bu çalışma kapsamında ise ölçeğin geneli için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .96 olarak bulunmuştur.

#### 2.2.2.8. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği [Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment (Tenflex) Scales]

Brandtstädter ve Renner (1990) tarafından geliştirilen ölçek kendini bildirim türünde olup 30 (13'ü ters) maddeden oluşmaktadır. Her bir madde (ör. "Zor bir hedefi başarmak bana daha cazip gelir") beş dereceli olarak (0=kesinlikle katılmıyorum, 4=kesinlikle katılıyorum) değerlendirilmektedir. Ölçek hedefin peşinden ısrarlı bir biçimde koşma (tenacious goal pursuit) ve hedefi esnek bir biçimde ayarlama (flexible goal adjustment) olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları sırasıyla .80 ile .83 olarak bulunmuştur (Brandtstädter ve Renner, 1990). Hatırlanacağı gibi ölçeğin Türkiye örneğine uyarlaması ön çalışma kapsamında yapılmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda, temsil gücü düşük maddelerin ölçekten çıkarılmasına ve asıl çalışmada ölçeğin 20 maddesinin kullanılmasına karar

verilmiştir. Asıl çalışma kapsamında alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hedefin peşinden koşma için .87, hedefi ayarlama için ise .82 olarak bulunmuştur.

#### 2.2.2.9. UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale)

Russell ve arkadaşları (1980) tarafından geliştirilen UCLA Yalnızlık Ölçeği sosyal ilişkilerden alınan doyumunu değerlendiren 20 maddeden oluşmaktadır. Her bir madde (ör. "Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum") dört derece üzerinden (1=ben bu durumu hiç yaşamam, 4=ben bu durumu sık sık yaşarım) değerlendirilmektedir. Ölçekten elde edilen yüksek puan bireyin yalnızlık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .94 olarak bulunmuştur (Russell ve ark., 1980). Ülkemizde güvenilirlik çalışması Demir (1989) tarafından yapılmış, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamındaki Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise .92'dir.

#### 2.2.2.10. Gelişimsel Hedefler İle İlgili Sorular

Asıl çalışma kapsamında katılımcıların hedefleri hem ileriye dönük hem de geriye dönük olarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların ileriye dönük olarak belirledikleri hedefin ne olduğunu değerlendirmek amacıyla ilk olarak *“Gelecekte (ortalama 5 yıl içerisinde) gerçekleştirmeyi planladığınız en önemli hedefiniz nedir?”* sorusu yöneltilmiş ve katılımcılardan bir hedef yazmaları istenmiştir. Belirtilen bu hedefin seçilmesinde etkili olan faktörlerin neler olduğunun belirlenebilmesi amacıyla ise katılımcılara *“Sizi böyle bir hedefe yönlendiren veya böyle bir hedef seçmenizde etkili olan faktörler nelerdir? Kısaca açıklayınız.”* sorusu yöneltilmiştir.

Katılımcılardan ayrıca ileriye dönük olarak belirledikleri bu hedefle ilgili bazı değerlendirmeler yapmaları da istenmiştir. Bu değerlendirmeler;

- ✓ Hedefin önemi,
- ✓ Hedefin ulaşılabilirliğine / elde edilebilirliğine dair inanç,
- ✓ Seçilen bu hedefin bireyde ne ölçüde olumlu ve olumsuz duygular uyandırdığı,
- ✓ Hedefin belirlenmesi sürecinde yakın çevredeki bireyler ile ne ölçüde konuşulup fikir alışverişinde bulunulduğu,



- ✓ Hedefle ilgili olarak yakın çevredeki bireylerden ne ölçüde destek algılandığı ile ilgilidir.

Asıl çalışma kapsamında ayrıca katılımcılardan yaşamlarının bir önceki gelişim dönemini düşünmeleri ve o dönemde kendileri için belirlemiş oldukları hedefleri hatırlamaları ve yazmaları da istenmiştir. Çalışma kapsamında geriye dönük olarak bildirilen hedeflerin;

- ✓ Gerçekleşip gerçekleşmediği,
- ✓ Eğer gerçekleşmediyse katılımcıların hedefe ulaşmayı isteyip istemedikleri sorulmuştur.

Bu sorulara ek olarak katılımcılardan ileriye dönük olarak belirledikleri hedeflerde olduğu gibi geriye dönük belirlenen bu hedef içinde bazı değerlendirmeler yapmaları istenmiştir. Bu değerlendirmeler;

- ✓ Hedefin önemi,
- ✓ Hedefe ulaşma konusunda ne kadar ilerleme kaydedildiği,
- ✓ Hedefe ulaşmak için ne kadar çaba harcadığı,
- ✓ Hedefe ulaşmanın kişi için ne kadar zor ve stres verici olduğu,
- ✓ Hedefle ilgili olarak yakın çevredeki bireylerden ne ölçüde destek algılandığı ile ilgilidir.

Son olarak, geriye dönük olarak bildirilen bu hedefe ulaşma sürecinde katılımcıların kullandıkları stratejilerin neler olduğunu belirleyebilmek amacıyla katılımcılara “*Bu hedefe ulaşma sürecinde bir engel veya başarısızlıkla karşılaştıysanız bu durumun üstesinden gelmek için neler yaptınız / hangi yolları denediniz? Kısaca açıklayınız.*” sorusu yöneltilmiştir.

### **2.2.3. İşlem**

Uygulama öncesinde Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan gerekli etik kurul izinleri alınmıştır. Uygulamalar bireysel olarak gerçekleştirilmiştir. Uygulama formları katılımcılara kapalı bir zarf içerisinde verilmiştir. Katılımcılardan doldurdukları formları yaklaşık bir hafta içerisinde araştırmacıya teslim etmeleri istenmiştir. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır.

## BÖLÜM 3

### BULGULAR

#### 3.1. ÖN ÇALIŞMAYA AİT BULGULAR

Hatırlanacağı gibi ön çalışmanın iki temel amacı bulunmaktadır: (1) Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu ile (Freund ve Baltes, 2002) Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin (Brandtstädter ve Renner, 1990) psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi ve (2) hedeflerle bağlantılı olarak oluşturulan soruların gözden geçirilerek asıl çalışmada kullanılması planlanan şekline karar verilmesidir. Bu kapsamda ilerleyen bölümlerde ilk olarak sözü edilen ölçeklerin psikometrik özellikleriyle ilgili bulgulara, ikinci olarak ise katılımcıların hedeflerinin belirlenebilmesi amacıyla yürütülen nitel veri analizinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

#### 3.1.1. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formuyla İlgili Bulgular

##### 3.1.1.1. Betimsel Analizler

Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formunun dört bileşenine ait (isteğe bağlı seçim, kayıp temelli seçim, optimizasyon, ödünleme) ortalama, standart sapma ve ranj değerleri Tablo 5’de gösterilmiştir.

**Tablo 5.** Bileşenlerin Ranj, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Minimum <sub>Ort.</sub>	Maksimum <sub>Ort.</sub>	<i>Ort.</i>	<i>S</i>
<b>İsteğe Bağlı Seçim</b>	0	12	6.7	3
<b>Kayıp Temelli Seçim</b>	0	12	8.4	2.5
<b>Optimizasyon</b>	0	12	8.9	3.1
<b>Ödünleme</b>	0	12	8.5	2.6

Tablo 5’den de takip edilebileceği gibi, soru formunun bileşenleri arasında ortalaması en düşük bileşenin *isteğe bağlı seçim* olduğu görülmüştür. Tek Faktörde Tekrar Ölçümlü ANOVA sonuçları da bu stratejinin diğer stratejilere göre katılımcılar arasında anlamlı olarak daha az kullanıldığına işaret etmektedir. Elde edilen bu bulgu literatürdeki diğer çalışmalarla da tutarlık göstermektedir (Freund ve Baltes, 2002; Viglund ve ark., 2013). *İsteğe bağlı seçim*, bireyin kendisi için bir hedef belirlemesi ve belirlediği bu hedef gerçekleşene kadar kendisini bu hedefe adanmasıdır. Örneğin, işinde belli bir başarıya ulaşmayı hedefleyen bir bireyin, bu başarıyı elde edene kadar hobileri yerine kariyerine odaklanması bu stratejiye örnek olarak gösterilebilir. Ek olarak Freund ve Baltes (2002) tarafından yürütülen çalışma kapsamında bu stratejinin kullanımının, diğer stratejilerin aksine yaşla doğrusal bir ilişki gösterdiği ortaya konulmuştur. Buna göre, *isteğe bağlı seçim* stratejisinin kullanımı, ilk yetişkinlikten orta yetişkinliğe, orta yetişkinlikten de ileri yetişkinliğe bir artış göstermektedir. Bilindiği üzere bu çalışmanın örneklemini belirleyen yetişkinlik dönemiyle sınırlıdır. Bu kapsamda söz konusu stratejinin yaşla olan ilişkisi, yetişkinlik ve yaşlılık dönemini ele alan daha geniş ölçekli çalışmalarda sınanabilir.

Çalışma kapsamında ilk olarak bileşenlerin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla bağımsız gruplar için t-testi yapılmış; analiz sonucunda kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > .05$ ). Elde edilen bu bulgunun orijinal çalışma ile tutarlı olduğu görülmüştür (Freund ve Baltes, 2002).

Çalışma kapsamında Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formunun bileşenleri arasındaki korelasyonlar da incelenmiştir. Tablo 6’dan da takip edilebileceği elde edilen korelasyonlar beklendik yönde pozitif ve anlamlıdır.

**Tablo 6.** Bileşenlerin Pearson Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	4
<b>1. İsteğe Bağlı Seçim</b>	-			
<b>2. Kayıp Temelli Seçim</b>	.51***	-		
<b>3. Optimizasyon</b>	.60***	.44***	-	
<b>4. Ödünleme</b>	.40***	.42***	.67***	-

\*\*\*  $p < .001$ .

### 3.1.1.2. Faktör Yapısı: Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Hatırlanacağı gibi ölçekteki her bir madde iki ifadeden (ör. “Tüm enerjimi birkaç şey üzerine yoğunlaştırırım” veya “Enerjimi pek çok şey üzerine dağıtırım”) oluşmaktadır ve katılımcılardan ölçeği yanıtlarken, bu iki ifadeden kendilerine en uygun olanı seçmeleri istenmektedir. Ölçek maddelerinin yukarıda sözü edilen ikili (dichotomous) doğası ve daha güvenilir göstergeler elde edebilmek amacıyla orijinal çalışmada (Freund ve Baltes, 2002), faktör analizi doğrudan maddeler üzerinden değil, maddelerin seçkisiz bir biçimde birleştirilmesiyle oluşturulan parseller üzerinden yürütülmüştür. Bu çalışma kapsamında da orijinal çalışma temel alınarak parselleme yoluna gidilmiştir. Her bir parsel seçkisiz olarak belirlenmiş 4 maddenin birleşiminden oluşmaktadır. Toplamda, 48 maddelik bu ölçek için elde edilen parsel sayısı 12’dir. Parseller arasındaki korelasyonlar Tablo 7’de gösterilmiştir. Korelasyonların .19 ile .66 arasında değiştiği görülmektedir. İlişkilerin çoğu beklendik düzeydedir. Bununla birlikte Tablo 7’den de takip edilebileceği gibi optimizasyona ait parseller ile ödünlemenin ilk parseli arasındaki ilişkilerin oldukça yüksek olduğu (.55 ve üzeri) görülmüştür. Freund ve Baltes (2002) tarafından yürütülen çalışmada ise optimizasyon ve ödünleme bileşenlerine ait parseller arasında elde edilen en yüksek ilişkinin .48 düzeyinde olduğu görülmüştür.

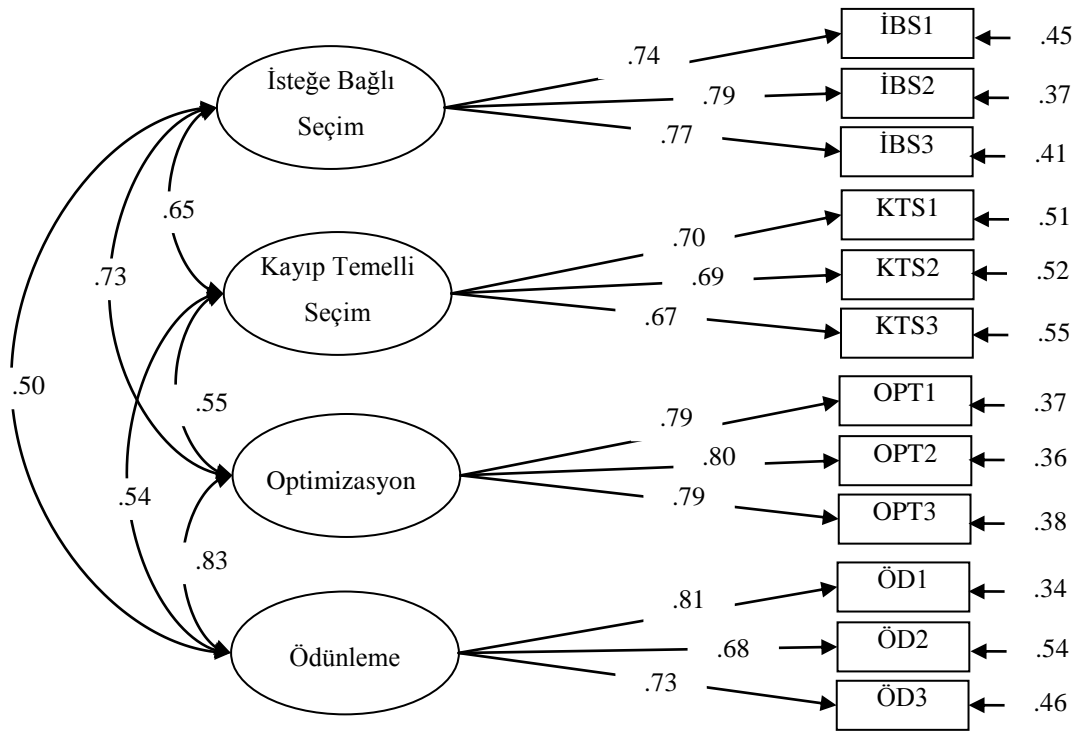
**Tablo 7.** Parseller Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. İsteğe Bağlı Seçim Parsel 1	-											
2. İsteğe Bağlı Seçim Parsel 2	.58***	-										
3. İsteğe Bağlı Seçim Parsel 3	.57***	.61***	-									
4. Kayıp Temelli Seçim Parsel 1	.35***	.37***	.28***	-								
5. Kayıp Temelli Seçim Parsel 2	.40***	.35***	.33***	.51***	-							
6. Kayıp Temelli Seçim Parsel 3	.32***	.36***	.36***	.47***	.43***	-						
7. Optimizasyon Parsel 1	.44***	.45***	.45***	.29***	.31***	.39***	-					
8. Optimizasyon Parsel 2	.43***	.51***	.50***	.31***	.34***	.35***	.66***	-				
9. Optimizasyon Parsel 3	.39***	.41***	.39***	.24***	.19**	.31***	.62***	.62***	-			
10. Ödünleme Parsel 1	.33***	.33***	.32***	.28***	.33***	.29***	.55***	.56***	.59***	-		
11. Ödünleme Parsel 2	.23***	.28***	.29***	.22***	.28***	.37***	.39***	.40***	.49***	.52***	-	
12. Ödünleme Parsel 3	.23***	.28***	.28***	.21***	.20***	.34***	.46***	.39***	.55***	.59***	.57***	-

\*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

Araştırma kapsamında soru formunun faktör yapısı Doğrulayıcı Faktör Analiziyle (Confirmatory Factor Analysis-CFA) incelenmiştir. Analizlerde Lisrel 8.54 (Jöreskog ve Sörbom, 2003) programı kullanılarak kovaryans matrisleri oluşturulmuş ve en yüksek olasılık tahmini (maximum likelihood estimation) kullanılmıştır. Önerilen model ile verinin uyumu pek çok uyum indeksiyle (GFI, AGFI, NNFI, CFI ve RMSEA) değerlendirilmiştir. Modelin uyumuyla ilgili olarak  $sd/\chi^2$  oranı ölçütü de dikkate alınmış;  $sd/\chi^2$  1/2'lik oranı iyi uyum olarak değerlendirilmiştir (Marsh ve Hocevar, 1988). Ayrıca bu araştırmada GFI, AGFI, NNFI ve CFI gibi uyum indeksleri için kabul edilebilir değerler .90 ve üzeri; RMSEA için ise .08 ve altı (Hu ve Bentler, 1999; MacCallum, Browne ve Sugawara, 1996) olarak belirlenmiştir. Model karşılaştırması için ki-kare farklılık testi kullanılmıştır.

Yapılan analizler kuramsal olarak önerilen 4 bileşenli (isteğe bağlı seçim, kayıp temelli seçim, optimizasyon, ödünleme) yapının veri ile iyi uyum sergilediğini göstermektedir, [ $\chi^2$  (48,  $N = 300$ ) = 99.11,  $p < .01$ , GFI = .95, AGFI = .92, NNFI = .98, CFI = .98, RMSEA = .06]. Şekil 7'de de görülebileceği gibi, Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formunun bileşenleri arasındaki korelasyonlar .50 ile .83 arasındadır. Parsellerin faktör yükleri ise .67 ile .81 arasında değişmektedir ve bütün yükler istatistiksel olarak anlamlıdır.

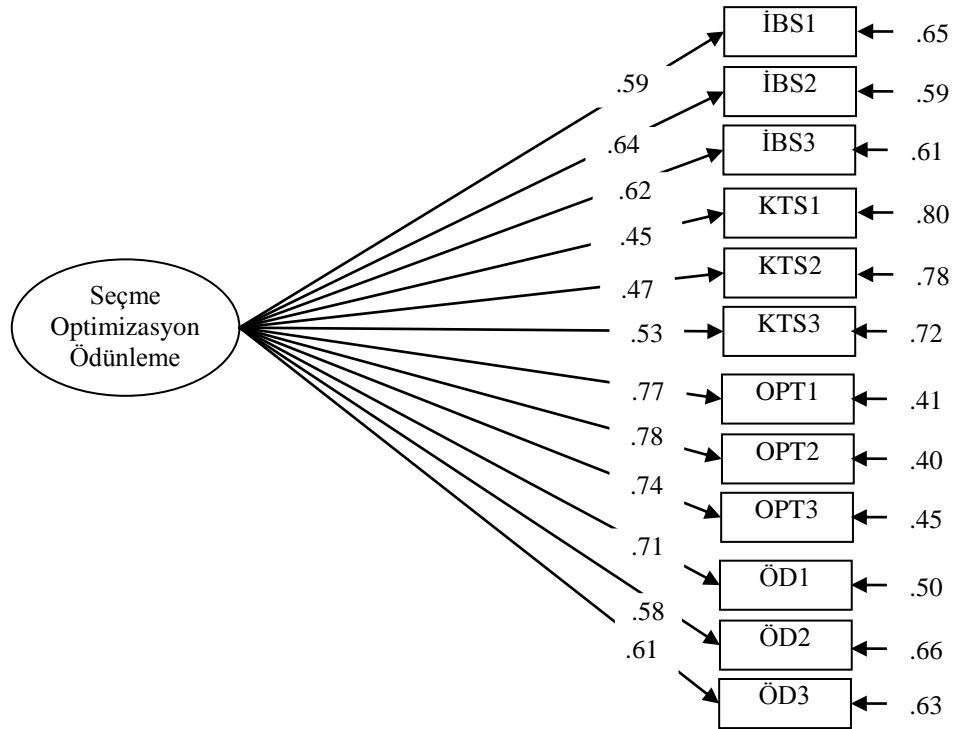


**Şekil 7.** Dört Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

*Not.* İBS-İsteğe Bağlı Seçim; KTS-Kayıp Temelli Seçim; OPT-Optimizasyon; ÖD-Ödünleme.



Yukarıda önerilen dört bileşenli bu model bütün maddelerin tek bir boyut altında toplandığı model ile de (Harman Tek Faktör Modeli) karşılaştırılmıştır. Tek faktörlü modelin (Şekil 8) veri ile iyi uyum sergilemediği görülmüştür, [ $\chi^2$  (54,  $N = 300$ ) = 495.36,  $p < .001$ , GFI = .78, AGFI = .69, NNFI = .88, CFI = .90, RMSEA = .16]. Önerilen modelin uyumunun tek faktörlü modelin uyumundan anlamlı olarak daha iyi olduğu görülmüştür, [ $\Delta\chi^2$  (6) = 396.25,  $p < .05$ ].



**Şekil 8.** Tek Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

*Not.* İBS-İsteğe Bağlı Seçim; KTS-Kayıp Temelli Seçim; OPT-Optimizasyon; ÖD-Ödünleme.

### 3.1.1.3. Yordayıcı (Predictive) Geçerlik: Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu İle İlişkiler

Ön çalışma kapsamında soru formunun bileşenleri ile yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. Elde edilen ilişkilerin büyük çoğunluğunun beklendik yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Ölçeğin kayıp temelli seçim alt boyutu ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir. Bununla birlikte bileşenler ile iyilik hali göstergeleri (yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu) arasında elde edilen orta düzeydeki (moderate) ilişki beklendiktir (Freund ve Baltes, 2002).

**Tablo 8.** Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu Bileşenleri İle Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	Yalnızlık Düzeyi	Yaşam Doyumu
1. İsteğe Bağlı Seçim	-.18**	.11*
2. Kayıp Temelli Seçim	-.12*	.07
3. Optimizasyon	-.30***	.22***
4. Ödünleme	-.35***	.32***

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

Freund ve Baltes (2002) tarafından yürütülen çalışma kapsamında da soru formunun bileşenleri ile iyilik hali göstergeleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Söz konusu çalışmada iyilik hali göstergeleriyle en az ilişkinin elde edildiği bileşenin (14 ilişkiden 8'i anlamlıdır) isteğe bağlı seçim olduğu görülmüştür. Daha önce de belirtildiği gibi *isteğe bağlı seçim* bireyin kendisi için bir hedef belirlemesi ve belirlediği bu hedef gerçekleşene kadar kendisini bu hedefe adanmasıdır. Bireyin en önemli hedefine odaklanması ve diğer seçenekleri dışarıda bırakması şeklinde kavramsallaştırılan bu stratejinin, doğası gereği içinde bir “kayıp” barındırdığı vurgulanmaktadır. Bu sebeple bu bileşenin bireyin iyilik haline güçlü bir katkı yapmamış olabileceği üzerinde durulmuştur (Freund ve Baltes, 2002). Bu çalışma kapsamında da isteğe bağlı seçim ve kayıp temelli seçim bileşenlerinin bireyin yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu ile korelasyonunun, diğer bileşenlere kıyasla daha düşük olduğu görülmüştür (bk. Tablo 8). *Kayıp temelli seçim* kişinin kaynaklarında ortaya çıkan bir kayıp sonucunda belirli

düzeydeki işlevselliğin sürdürülmesine tehdit oluşması ve bu sebeple hedeflerin yeniden yapılandırılmasıdır. Örneğin, yoğun olarak sporla uğraşan bir bireyin, sakatlık geçirmesi sonucunda sporu bırakıp fiziksel aktivite gerektirmeyen yeni bir hobiyeye yönelmesi bu stratejiye örnek olarak gösterilebilir. Örnekten de anlaşılacağı gibi bu strateji de tıpkı isteğe bağlı seçim gibi içinde kaybı barındırmaktadır ve bu sebeple bireyin iyilik haline güçlü bir katkı yapmamış olabilir.

#### 3.1.1.4. Birleşiklik (Convergent) Geçerliliği: Diğer Yaşam Yönetimi Stratejileriyle İlişkiler

Ön çalışma kapsamında soru formunun bileşenleri ile Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin bileşenleri arasındaki korelasyonlar da incelenmiştir. Elde edilen ilişkilerin büyük çoğunluğunun beklendik yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, ölçeğin isteğe bağlı seçim alt boyutu ile hedefi ayarlama; kayıp temelli seçim alt boyutu ile de hedefin peşinden koşma ve hedefi ayarlama alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir.

**Tablo 9.** Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu Bileşenleri İle Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği Bileşenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	Hedefin Peşinden Koşma (Asimilasyon)	Hedefi Ayarlama (Akomodasyon)
1. İsteğe Bağlı Seçim	.33***	.04
2. Kayıp Temelli Seçim	.09	.02
3. Optimizasyon	.59***	.16**
4. Ödünleme	.41***	.18**

\*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

Tablo 9’ dan da takip edilebileceği gibi hedefin peşinden koşma (asimilasyon), hedefi ayarlamaya (akomodasyon) göre soru formunun bileşenleriyle daha yüksek düzeyde ilişkilidir. Elde edilen bu bulgu literatürle tutarlıdır (Freund ve Baltes, 2002). Kuramsal olarak bakıldığında da isteğe bağlı seçim, optimizasyon ve ödünleme ile hedefin peşinden koşma stratejilerinin “hedefe bağlı olma” çatısı altında bir araya geldikleri

görülmektedir (Haase ve ark., 2013). Hedefin peşinden koşma ile en yüksek ilişkinin elde edildiği Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu bileşeni optimizasyondur. *Optimizasyon* bireyin belirlediği bir hedefe ulaşabilmek için çaba göstermesidir. Freund ve Baltes (2002) tarafından yürütülen çalışmada da SOÖ bileşenleri ile Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin bileşenleri arasında en güçlü ilişki optimizasyon ile hedefin peşinden koşma arasında elde edilmiştir.

#### 3.1.1.5. Güvenirlilik Analizi: İç Tutarlık Katsayısı

Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu bileşenlerinin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları .69 ile .83 arasında değişmektedir (bk. Tablo 10). Freund ve Baltes (2002) tarafından yürütülen iki ayrı çalışma kapsamında da bileşenlerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayılarının .68 ile .75 (Çalışma I) ve .67 ile .78 (Çalışma II) arasında değiştiği bulunmuştur.

**Tablo 10.** Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu Bileşenlerine Ait Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayıları

	Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayısı
İsteğe Bağlı Seçim	.75
Kayıp Temelli Seçim	.69
Optimizasyon	.83
Ödünleme	.77

### 3.1.2. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğiyle İlgili Bulgular

#### 3.1.2.1. Betimsel Analizler

Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin iki bileşenine ait korelasyon değeri ile ortalama, standart sapma ve ranj değerleri Tablo 11’de gösterilmiştir.

**Tablo 11.** Bileşenlerin Pearson Korelasyon Katsayısı İle Ranj, Ortalama, Standart Sapma Değerleri

	1	2	Min.ort.	Mak.ort.	Ort.	S
1. Hedefin Peşinden Koşma	-		.67	4	2.4	.58
2. Hedefi Ayarlama	.17**	-	.47	4	2.3	.53

\*\* $p < .01$ .

Tablo 11'den de görülebileceği gibi, ölçeğin iki bileşeni arasında düşük düzeyde ancak anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Bu bulgu literatürle tutarlıdır (Freund ve Baltes, 2002-Çalışma I). Ancak alan yazında iki bileşen arasındaki ilişkinin anlamsız olduğunu ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur (Brandtstädter ve Renner, 1990; Freund ve Baltes, 2002-Çalışma II).

Çalışma kapsamında ayrıca bileşenlerin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Bu amaçla bağımsız gruplar için t-testi yapılmış; analiz sonucunda kadın ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > .05$ ).

### 3.1.2.2. Faktör Yapısı: Açımlayıcı ve Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Hatırlanacağı gibi, Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği Brandtstädter ve Renner (1990) tarafından geliştirilmiştir. Ancak ölçeğin faktör yapısı, başka araştırmalar kapsamında da incelenmiştir (ör. Henselmans, Fleer, van Sonderen, Smink, Sanderman ve Ranchor, 2011; Mueller ve Kim, 2004). Bu nedenle, ölçeğin geçerliği ile ilgili analizler yürütülürken sadece orijinal çalışmaya (Brandtstädter ve Renner, 1990) bağlı kalınmamış, diğer çalışmalar (Henselmans ve ark., 2011; Mueller ve Kim, 2004) kapsamında izlenen yol da takip edilmiştir. Bu kapsamda ölçeğin geçerliği hem açımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analiziyle incelenmiştir.

Araştırma kapsamında ölçeğin faktör yapısı ilk olarak temel bileşenler analiziyle değerlendirilmiştir. Formun Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri .85 olarak tespit edilmiştir. Varimax rotasyonu kullanılarak yapılan temel bileşenler analizi sonucunda özdeğeri 1'den büyük olan sekiz faktör elde edilmiştir. Ancak maddelerin faktörlere

dağılımı ve ölçeğin kuramsal yapısı göz önünde bulundurulduğunda, elde edilen bu sekiz faktörlü yapının açıklanabilir olmadığına karar verilmiştir. Özdeğer grafiği ise varyansın %42'sini açıklayan üç faktörlü bir yapının varlığına işaret etmektedir. Elde edilen bu bulgu, söz konusu ölçeğin geçerliğinin değerlendirildiği bir başka çalışma ile de tutarlık göstermektedir (Henselmans ve ark., 2011). Henselmans ve arkadaşları (2011) tarafından yürütülen çalışma kapsamında da benzer sonuçlar elde edilmiş ve ölçeğin kuramsal temeli de dikkate alınarak ölçek iki faktöre zorlanmıştır. Bu araştırma kapsamında da benzer bir yol izlenmiştir. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde *Hedefin Peşinden Koşma* alt boyutunda yer alması gereken maddelerden çoğunun (on beş maddenin on üçü) kendi yerinde yük aldığı görülmüştür. Bununla birlikte bu boyuta ait maddelerden biri Hedefi Ayarlama alt boyutunda, diğeri ise .30'un altında yük almıştır. *Hedefi Ayarlama* alt boyutu açısından sonuçlar değerlendirildiğinde ise, iki maddenin Hedefin Peşinden Koşma alt boyutunda, dört maddenin ise .30'un altında yük aldığı görülmüştür. Diğer maddeler ise (on beş maddenin dokuzu) kendi yerlerinde yük almıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri, elde edilen yapıların özdeğerleri ve açıklanan varyans değerleri Tablo 12'de sunulmuştur.

**Tablo 12.** Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin Faktör Yapısı

<b>Maddeler</b>	<b>Hedefin Peşinden Koşma (HPK)</b>	<b>Hedefi Ayarlama (HA)</b>	<b>h<sup>2</sup></b>
<b>HPK7</b> - Bir hedefi başarmak zor görünüyorsa kolayca vazgeçerim.	<b>,734</b>		,545
<b>HPK15</b> - Büyük zorluklar karşısında bile hedeflerime ve planlarıma kitlenirim.	<b>,712</b>		,550
<b>HA14</b> - <i>Gerçekten ciddi bir sorunla karşılaştığımda, hemen onu çözmek için yapabileceğim en iyisinin ne olduğunu bulmaya çalışırım.</i>	<b>,695</b>		,499
<b>HPK3</b> - Engellerle karşılaştığımda genellikle iki katı çaba gösteririm.	<b>,686</b>		,480
<b>HPK10</b> - Çalışıp çabaladığım fakat bir sorunu çözemediğim zaman, onu çözülmemiş olarak bırakmak kolayıma gelir.	<b>,665</b>		,478
<b>HPK14</b> - Bir durum umutsuz görüldüğünde bile üstesinden gelmek için çabalarım.	<b>,655</b>		,496
<b>HPK5</b> - Bir şeyler umutsuz görüldüğünde bile, hedeflerime ulaşmak için mücadeleye devam ederim.	<b>,655</b>		,496
<b>HPK11</b> - Çözüm bulamadığım sorunlar ile mücadele etmekten kaçınırım.	<b>,622</b>		,387
<b>HPK12</b> - Bir hedefe ulaşamayacağımı anlarsam mücadele etmek yerine hedefimi değiştirmeyi tercih ederim.	<b>,617</b>		,450
<b>HPK2</b> - Hedeflerimin peşinde koşmakta çok inatçı olabilirim.	<b>,593</b>		,356
<b>HPK1</b> - Zor bir hedefi başarmak bana daha cazip gelir.	<b>,542</b>		,295
<b>HPK8</b> - Aşılmaz engellerle karşılaştığımda, yeni bir hedef aramayı tercih ederim.	<b>,541</b>		,320
<b>HPK6</b> - Diğerlerine ayak uyduramadığım konularda ilgimi kaybetme eğilimindeyimdir.	<b>,490</b>		,263
<b>HPK4</b> - Hayal kırıklığı yaşamamak için, çok yüksek hedefler belirlemem.	<b>,477</b>		,254
<b>HA1</b> - <i>Bir şeye takılıp kaldığımda, yeni bir yol bulmak benim için zordur.</i>	<b>,468</b>		,319
<b>HPK9</b> - Hayat, ondan çok fazla şey beklemediğimde çok daha keyiflidir.			,109
<b>HA8</b> - Sınırlarımın farkına varmakta genellikle zorluk yaşamam.			,033

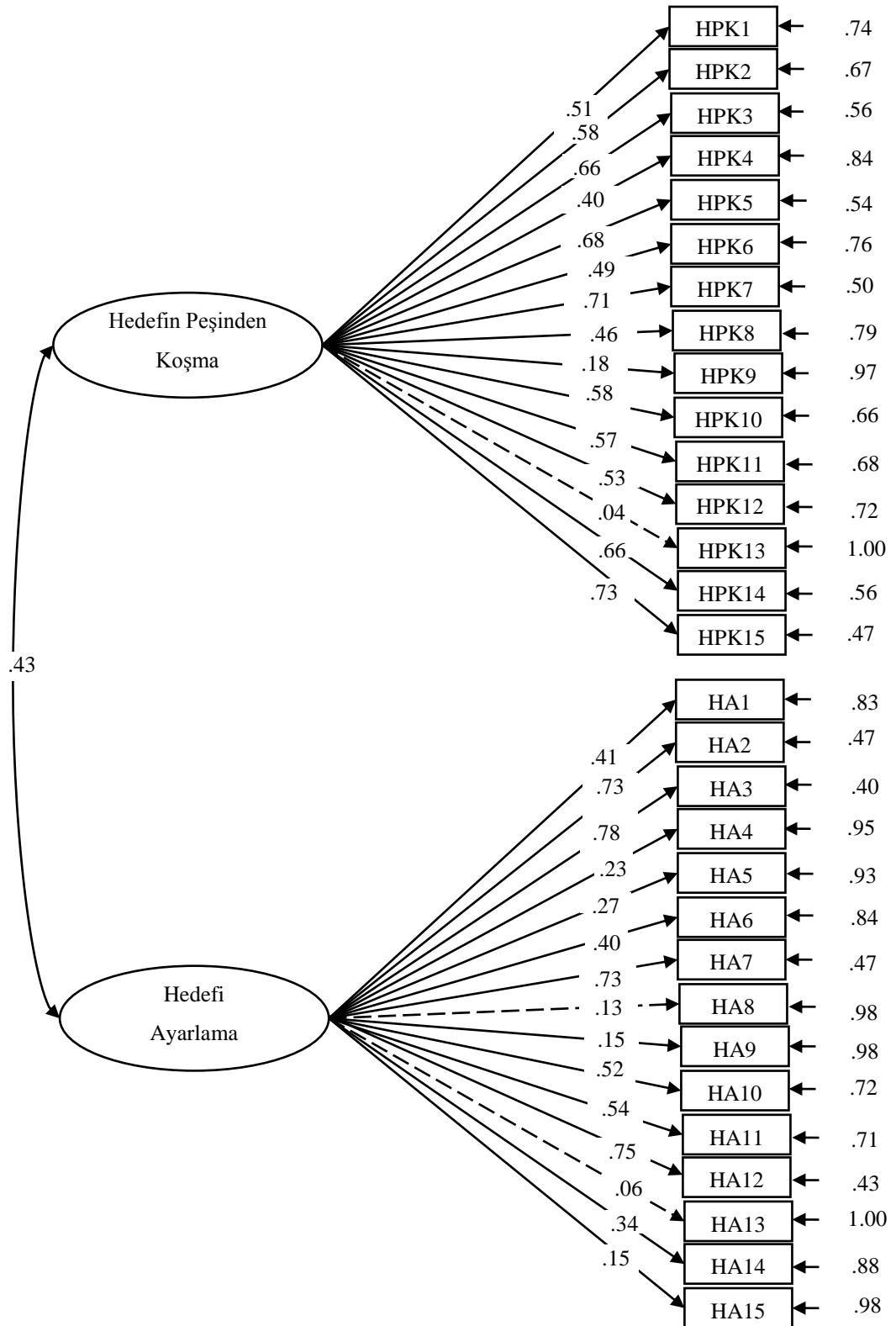
<b>HA7</b> - Benim için önemli olan bir şeyden vazgeçtiğimde bile bu durumun olumlu bir yanını bulabilirim.	<b>,759</b>	,591	
<b>HA12</b> - Hayatta, sorunların bile iyi bir tarafı olabileceğini keşfettim.	<b>,717</b>	,587	
<b>HA3</b> - Her şey ters gidiyor gibi görüldüğünde bile olaya iyi bir tarafından bakabilirim.	<b>,664</b>	,566	
<b>HA10</b> - İsteddiğim bir şeyi elde edemezsem, bu durumu sabırla karşılarım.	<b>,649</b>	,422	
<b>HA2</b> - Ciddi bir aksilikte bile olayın olumlu bir yönünü kolaylıkla görebilirim.	<b>,627</b>	,498	
<b>HA11</b> - Hayal kırıklığı yaşadığımda, genellikle kendime hayattaki diğer şeylerin de önemli olduğunu hatırlatırım.	<b>,624</b>	,398	
<b>HA5</b> - Genellikle kaçıp giden bir fırsat için uzun süre üzülmem.	<b>,496</b>	,294	
<b>HA6</b> - Koşullardaki veya planlardaki değişikliklere kolaylıkla uyum sağlarım.	<b>,492</b>	,249	
<b>HA9</b> - Ciddi bir engelle karşıladıktan sonra kısa sürede yeni işlere başlarım.	<b>,389</b>	,258	
<b>HPK13</b> - <i>Ciddi bir sorunla karşılaştığımda, bazen sorunu hiç önemsemem.</i>	<b>-,370</b>	,151	
<b>HA15</b> - Bir şeyler tam olarak benim istediğim gibi olmadıkça asla tatmin olmam.		,086	
<b>HA4</b> - Beklentilerimin yüksek olması nedeniyle kendime pek çok sorun yaratırım.		,075	
<b>HA13</b> - Bir aksilik ya da yenilgiyi kabul etmek benim için çok zordur.		,090	
<b>Özdeğer</b>	6.72	3.87	-
<b>Açıklanan Varyans</b>	22.41	12.91	-

*Not.* İtalik maddeler yanlış yerde yük almışlardır; faktör yükü verilmeyen maddelerin ise yükleri .30'un altındadır. HPK-Hedefin Peşinden Koşma (Tenacious Goal Pursuit); HA-Hedefi Ayarlama (Flexible Goal Adjustment). **Ters Maddeler:** HPK için 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13; HA için 1, 4, 13, 15.

Açımlayıcı faktör analizine ek olarak ölçeğin faktör yapısı doğrulayıcı faktör analiziyle de değerlendirilmiştir. Yapılan analizler Hedefi Ayarlama ve Hedefinden Peşinden Koşma olmak üzere kuramsal olarak önerilen iki bileşenli yapının veri ile çok iyi uyum göstermediğini ortaya koymaktadır, [ $\chi^2(404, N = 264) = 1675.20, p < .001, GFI = .70, AGFI = .66, NNFI = .82, CFI = .83, RMSEA = .11$ ]. Şekil 9'da da görülebileceği gibi, üç maddenin faktör yükü (Hedefin Peşinden Koşma boyutundaki 13. madde ile Hedefi Ayarlama boyutundaki 8. ve 13. maddeler) istatistiksel olarak anlamlı değildir. Diğer

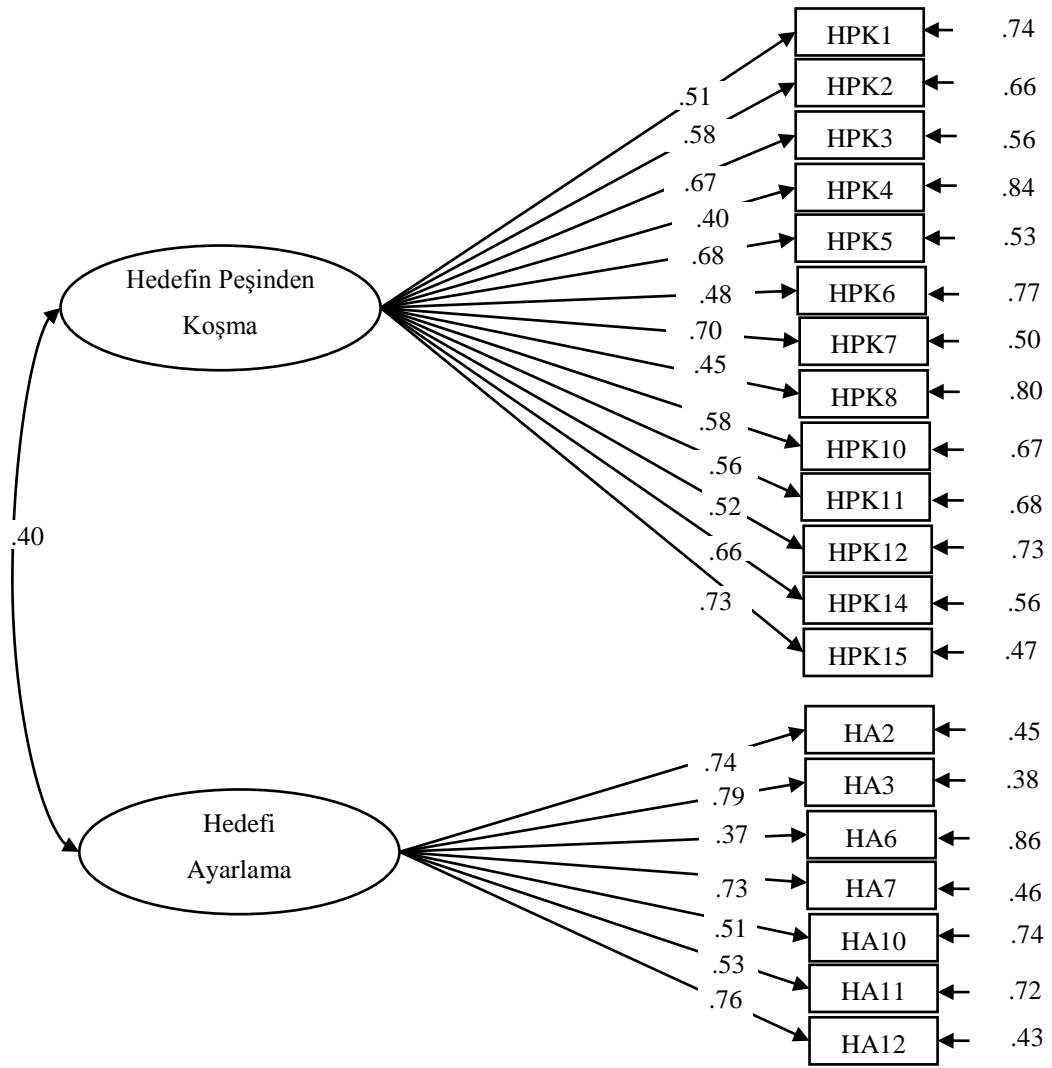


yüklerin ise Hedefin Peşinden Koşma boyutu için .18 ile .73; Hedefi Ayarlama boyutu için ise .15 ile .78 arasında değiştiği görülmektedir.



Şekil 9. İki Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, faktör yükü düşük veya anlamsız olan maddelerin çoğunluğunun açımlayıcı faktör analizinde de temsil gücü düşük maddeler olduğu görülmüştür. Söz konusu bu maddeler açımlayıcı faktör analizinde de düşük bir yüke sahiptir veya diğer faktör altında yük almışlardır. Buradan hareketle hem açımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizinde temsil gücü düşük olan maddelerin ölçekten çıkarılabileceği düşünülmüştür. Çıkarılması planlanan maddelerin çoğunluğu Hedefi Ayarlama alt boyutuna aittir. Söz konusu maddeler çıkarıldıktan sonra yapılan doğrulayıcı faktör analizi, bu yapının veri ile görece daha iyi uyum gösterdiğini ortaya koymaktadır, [ $\chi^2(169, N = 264) = 678.56, p < .001, GFI = .80, AGFI = .74, NNFI = .88, CFI = .89, RMSEA = .11$ ]. Şekil 10'da da görülebileceği gibi, tüm maddelerin faktör yükleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Maddelerin faktör yükleri Hedefin Peşinden Koşma boyutu için .40 ile .73; Hedefi Ayarlama boyutu için ise .37 ile .79 arasında değişmektedir.

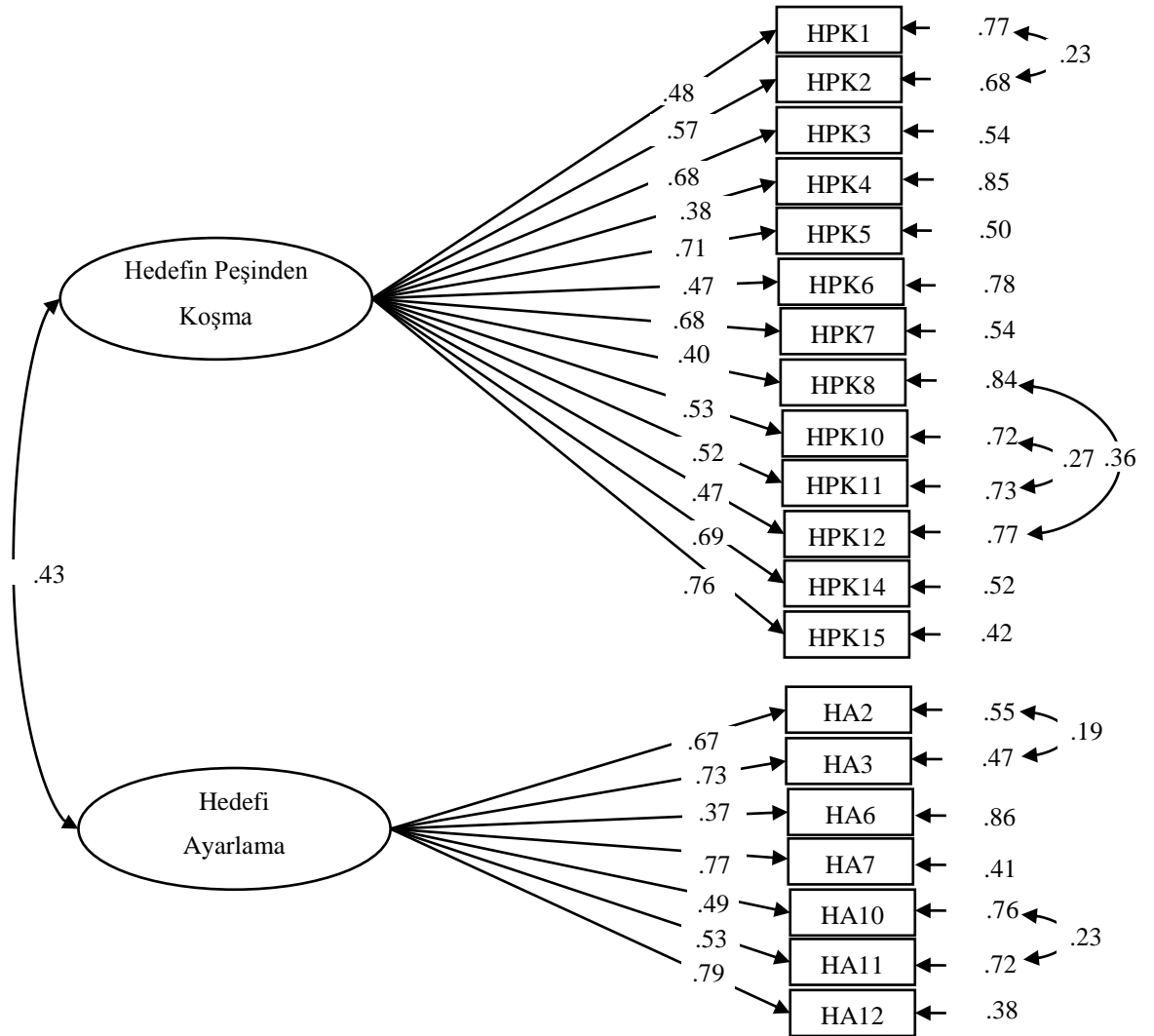


**Şekil 10.** Temsil Gücü Düşük Olan Maddelerin Çıkarılmasının Ardından İki Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

*Not.* HPK-Hedefin Peşinden Koşma; HA-Hedefi Ayarlama.

Yukarıdaki modelle ilgili modifikasyon indeksi sonuçları ayrıntılı olarak incelendiğinde, bazı maddelerin korelasyonlarının serbest bırakılmasının ki-kare değerinde anlamlı bir düşüşe sebep olacağı görülmüştür. Maddeler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde de bu maddelerin birbirleriyle yüksek düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir. Bu kapsamda söz konusu maddeler arasında hata korelasyonları eklenerek model tekrar sınanmıştır. Şekil 11’de de görülebileceği gibi, yapılan analizler

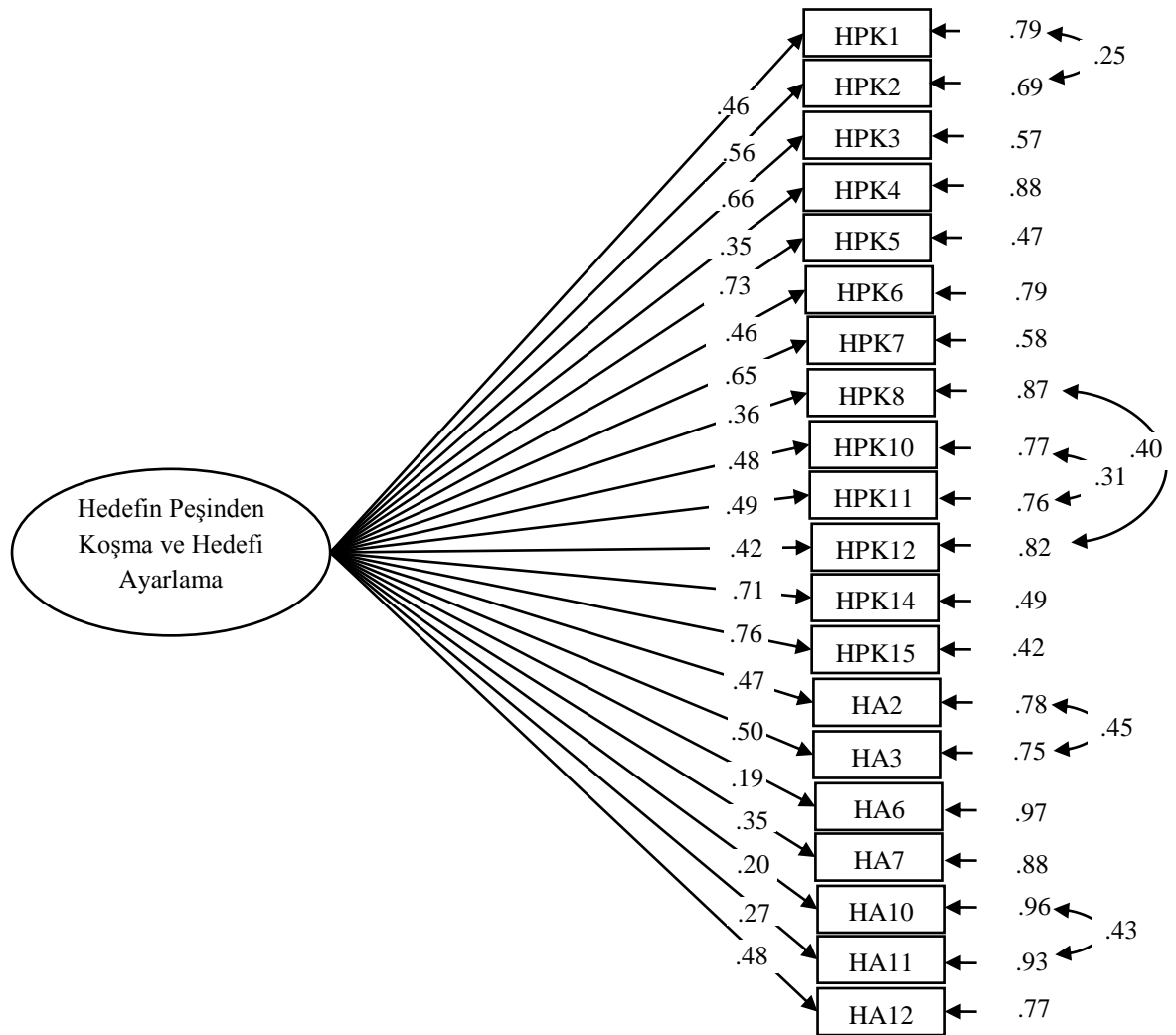
modelin son halinin veri ile daha iyi uyum sergilediğini ortaya koymaktadır [ $\chi^2(169, N = 264) = 464.43, p < .001, GFI = .85, AGFI = .81, NNFI = .92, CFI = .93, RMSEA = .08$ ]. Modelin iki bileşeni arasındaki korelasyon .43'dür.



**Şekil 11.** Hata Korelasyonlarının Eklenmesinin Ardından İki Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

*Not.* HPK-Hedefin Peşinden Koşma; HA-Hedefi Ayarlama.

Yukarıda önerilen iki bileşenli bu model bütün maddelerin tek bir boyut altında toplandığı model ile de (Harman Tek Faktör Modeli) karşılaştırılmıştır. Tek faktörlü modelin (Şekil 12) veri ile iyi uyum sergilemediği görülmüştür, [ $\chi^2$  (165,  $N = 264$ ) = 949.43,  $p < .001$ , GFI = .74, AGFI = .66, NNFI = .84, CFI = .86, RMSEA = .13]. Son modelin uyumunun tek faktörlü modelin uyumundan anlamlı olarak daha iyi olduğu görülmüştür, [ $\Delta\chi^2$  (1) = 485,  $p < .05$ ].



**Şekil 12.** Tek Bileşenli Yapı İçin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

*Not.* HPK-Hedefin Peşinden Koşma; HA-Hedefi Ayarlama.

Doğrulayıcı faktör analizlerinden elde edilen bulgular ve ölçeğin geçerliğinin incelendiği araştırmalardan elde edilen sonuçlar bir arada değerlendirildiğinde, ölçekten bazı maddelerin çıkartılarak yukarıdaki şekliyle kullanılmasına karar verilmiştir. Bu kapsamda *Hedefin Peşinden Koşma* boyutundan iki madde, *Hedefi Ayarlama* boyutundan ise sekiz madde çıkartılmıştır. Çıkartılan bu maddeler hem açıklayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizinde temsil gücü düşük olan maddelerdir. Ölçek maddelerinin karar verilen son hali ile yapılan açıklayıcı faktör analizi sonuçları Tablo 13'de yer almaktadır. Varimax rotasyonu kullanılarak yapılan temel bileşenler analizinde ölçek iki faktöre zorlanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yüklerinin oldukça yüksek olduğu ve iki faktörlü yapının varyansın %45'ini açıkladığı görülmüştür.

**Tablo 13.** Temsil Gücü Düşük Olan Maddelerin Çıkarılmasının Ardından Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin Faktör Yapısı

<b>Maddeler</b>	<b>Hedefin Peşinden Koşma (HPK)</b>	<b>Hedefi Ayarlama (HA)</b>	<b>h<sup>2</sup></b>
<b>HPK7</b> - Bir hedefi başarmak zor görünüyorsa kolayca vazgeçerim.	<b>,739</b>		,568
<b>HPK10</b> - Çalışıp çabaladığım fakat bir sorunu çözemediğim zaman, onu çözülmemiş olarak bırakmak kolayıma gelir.	<b>,685</b>		,477
<b>HPK12</b> - Bir hedefe ulaşamayacağımı anlarsam mücadele etmek yerine hedefimi değiştirmeyi tercih ederim.	<b>,672</b>		,479
<b>HPK15</b> - Büyük zorluklar karşısında bile hedeflerime ve planlarıma kitlenirim.	<b>,659</b>	,337	,548
<b>HPK3</b> - Engellerle karşılaştığımda genellikle iki katı çaba gösteririm.	<b>,647</b>		,466
<b>HPK11</b> - Çözüm bulamadığım sorunlar ile mücadele etmekten kaçınırım.	<b>,640</b>		,411
<b>HPK5</b> - Bir şeyler umutsuz görüldüğünde bile, hedeflerime ulaşmak için mücadeleye devam ederim.	<b>,609</b>	,386	,520
<b>HPK14</b> - Bir durum umutsuz görüldüğünde bile üstesinden gelmek için çabalarım.	<b>,589</b>	,388	,497
<b>HPK8</b> - Aşılmaz engellerle karşılaştığımda, yeni bir hedef aramayı tercih ederim.	<b>,588</b>		,361
<b>HPK2</b> - Hedeflerimin peşinde koşmakta çok inatçı olabilirim.	<b>,588</b>		,375
<b>HPK1</b> - Zor bir hedefi başarmak bana daha cazip gelir.	<b>,558</b>		,315
<b>HPK6</b> - Diğerlerine ayak uyduramadığım konularda ilgimi kaybetme eğilimindeyimdir.	<b>,505</b>		,279
<b>HPK4</b> - Hayal kırıklığı yaşamamak için, çok yüksek hedefler belirlemem.	<b>,500</b>		,257
<b>HA7</b> - Benim için önemli olan bir şeyden vazgeçtiğimde bile bu durumun olumlu bir yanını bulabilirim.		<b>,795</b>	,631
<b>HA12</b> - Hayatta, sorunların bile iyi bir tarafı olabileceğini keşfettim.		<b>,778</b>	,627
<b>HA3</b> - Her şey ters gidiyor gibi görüldüğünde bile olaya iyi bir tarafından bakabilirim.		<b>,759</b>	,625
<b>HA2</b> - Ciddi bir aksilikte bile olayın olumlu bir yönünü kolaylıkla görebilirim.		<b>,722</b>	,561



<b>HA11</b> - Hayal kırıklığı yaşadığımda, genellikle kendime hayattaki diğer şeylerin de önemli olduğunu hatırlatırım.	<b>,642</b>	,412
<b>HA10</b> - İstedğim bir şeyi elde edemezsem, bu durumu sabırla karşılarım.	<b>,625</b>	,395
<b>HA6</b> - Koşullardaki veya planlardaki değişikliklere kolaylıkla uyum sağlarım.	<b>,453</b>	,205
<b>Özdeğer</b>	5.89	3.12
<b>Açıklanan Varyans</b>	29.43	15.61

*Not.* HPK-Hedefin Peşinden Koşma (Tenacious Goal Pursuit); HA-Hedefi Ayarlama (Flexible Goal Adjustment). **Ters Maddeler:** HPK için 4, 6, 7, 8, 10, 11, 12.

### 3.1.2.3. Yordayıcı (Predictive) Geçerlik: Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu İle İlişkiler

Ön çalışma kapsamında ölçeğin bileşenleri ile yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. Tablo 14'den de görülebileceği gibi elde edilen ilişkiler beklendik yönde ve anlamlıdır. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama bireyin yalnızlık düzeyiyle negatif, yaşam doyumuyla ise pozitif yönde ilişkilidir. Elde edilen bulgular literatürle tutarlık göstermektedir (Brandtstädter ve Renner, 1990).

**Tablo 14.** Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği Bileşenleri İle Yalnızlık Düzeyi ve Yaşam Doyumu Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları<sup>a</sup>

	Yalnızlık Düzeyi	Yaşam Doyumu
<b>1. Hedefin Peşinden Koşma</b>	-.26***	.20***
<b>2. Hedefi Ayarlama</b>	-.22***	.36***

a. Korelasyon katsayıları hesaplanırken Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama boyutlarının kullanılmasına karar verilen yapısı doğrultusunda alınan toplam puanlar kullanılmıştır. \*\*\*  $p < .001$ .

### 3.1.2.4. Birleşiklik (Convergent) Geçerliği: Diğer Yaşam Yönetimi Stratejileriyle İlişkiler

Hatırlanacağı gibi Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin bileşenleri ile Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formunun bileşenleri arasındaki korelasyonlara daha önce yer verilmişti. Bu bölüm kapsamında ise ölçeğin kullanılmasına karar verilen yapısı doğrultusunda elde edilen toplam puanlar ile söz

konusu ilişkiler tekrar ele alınmış ve benzer ilişkilerin elde edildiği görülmüştür (bk. Tablo 15).

**Tablo 15.** SOÖ Bileşenleri İle Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeği Bileşenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları<sup>a</sup>

	Hedefin Peşinden Koşma (Asimilasyon)	Hedefi Ayarlama (Akomodasyon)
1. İsteğe Bağlı Seçim	.32***	.00
2. Kayıp Temelli Seçim	.08	.00
3. Optimizasyon	.59***	.15*
4. Ödünleme	.40***	.17**

a. Ölçeğinin kullanılmasına karar verilen yapısı doğrultusunda elde edilen toplam puanlar kullanılmıştır.

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

#### 3.1.2.5. Güvenirlilik Analizi: İç Tutarlık Katsayısı

Ölçeğin Hedefin Peşinden Koşma bileşeninin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87, Hedefi Ayarlama bileşeninin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ise .83'tür (bk. Tablo 16). Yapılan iki ayrı çalışma kapsamında da bileşenlerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları sırasıyla .75 ile .83 (Henselmans ve ark., 2011) ve .80 ile .83 (Brandtstädter ve Renner, 1990) olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 16.** Bileşenlerin Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayıları

	Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayısı <sup>a</sup>	Cronbach Alfa İç Tutarlık Katsayısı <sup>b</sup>
Hedefin Peşinden Koşma	.87	.84
Hedefi Ayarlama	.83	.77

a. Ölçeğin kullanılmasına karar verilen son yapısı doğrultusunda elde edilen alfa değerleri, b. Ölçekten hiçbir madde çıkarılmadan elde edilen alfa değerleri.

### 3.1.3. Niteliksel Verinin Analizi

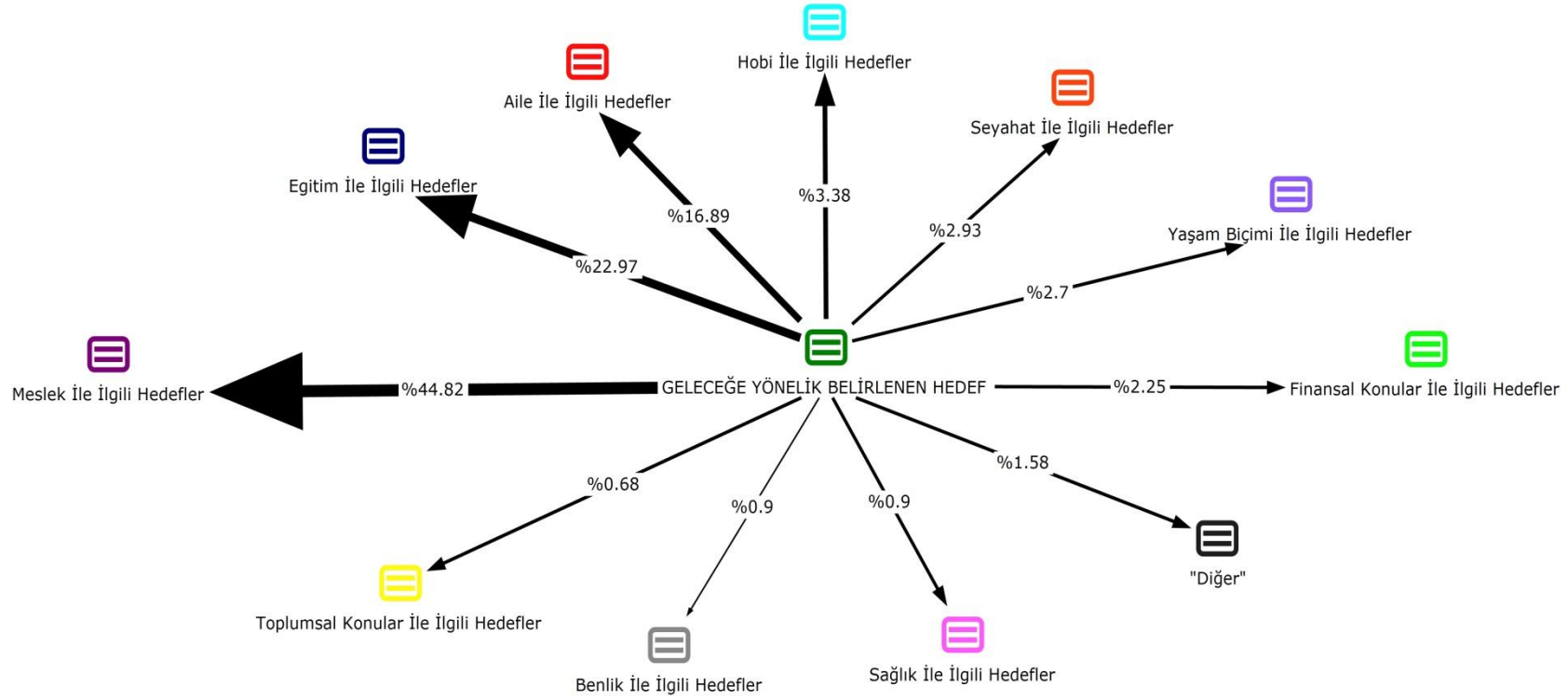
Hatırlanacağı gibi ön çalışma kapsamında ilk olarak katılımcıların ileriye dönük olarak belirledikleri hedefler değerlendirilmiştir. *İleriye dönük hedeflerin* belirlenebilmesi amacıyla katılımcılara “*Gelecekte (ortalama 5 yıl içerisinde) gerçekleştirmeyi planladığımız en önemli hedefiniz nedir?*” sorusu yöneltilmiş ve katılımcılardan bir hedef yazmaları istenmiştir. Ön çalışma kapsamında ayrıca katılımcılardan yaşamlarının bir önceki gelişim dönemini düşünmeleri ve o dönemde kendileri için belirlemiş oldukları hedefleri hatırlamaları istenmiştir.

Katılımcıların açık uçlu bu sorulara verdikleri yanıtlar, üzerinde herhangi bir değişiklik yapılmadan ilk olarak Excel dosyasına, sonrasında ise Maxqda 11 programına aktarılmıştır. Kodlama süreci öncesinde ilgili alan yazın gözden geçirilmiştir. İlk olarak katılımcıların belirledikleri hedefler açısından temel bazı kategorilerin var olup olmadığı alan yazın taraması yapılarak incelenmiştir (ör. Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Örneğin, üniversite birinci sınıf öğrencilerinin on yıllık bir süre boyunca incelendiği bir çalışmada, katılımcıların hedefleri 13 farklı kategori temelinde sınıflandırılmıştır. Bu kategoriler; *eğitim, arkadaşlık, seyahat, iş, sağlık, çocuklar, aile, varlık / zenginlik, benlik, yaşam biçimi, konut alma, günlük yaşam ve hobilerdir* (Salmela-Aro ve ark., 2007). Alan yazındaki çalışmalar dikkate alınarak katılımcıların açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar yukarıda sözü edilen kategoriler temelinde kodlanmıştır. Kodlama işlemi gerçekleştirilirken katılımcıya ait pek çok demografik özellik (ör. yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu) ve diğer açık uçlu sorulara verilen yanıtlar da dikkate alınmıştır. Bu doğrultuda belirlenen hedefler açısından temel kategoriler, tümdengelim yaklaşımına uygun olarak belirlenmiştir. Temel kategorilere kodlama işlemi bittikten sonra ise kodlama içerikleri kontrol edilmiştir. Bir sonraki adımda ise açık uçlu sorulara verilen benzer yanıtlar bir araya getirilerek alt kategoriler tümevarım yaklaşımına uygun olarak oluşturulmuştur. Temel kategoriler alan yazın bilgilerinden yararlanılarak belirlenirken, kodlar tamamıyla katılımcıların verdikleri cevaplardan hareketle oluşturulmuştur. Böylelikle niteliksel verilerin analizi hem tümevarım hem de tümdengelim yaklaşımları temel alınarak gerçekleştirilmeye çalışılmıştır (ör. Varjas, Nastasi, Moore ve Jayasena, 2005). Sonuç olarak, yukarıda yer alan iki açık uçlu soru için verilen cevaplar ayrı ayrı kodlanmıştır.

Kodlama işlemi sırasında katılımcıların bir kısmının birden fazla kategoride hedef belirttikleri görülmüştür. Örneğin, *"Evlilik. Ücretli öğretmenlikten kurtulmak, kadroya geçmek"* veya *"Rehberlik öğretmeni olmak. Arkadaşlarımla birlikte İstanbul gezisine katılmak. Yakın arkadaşımın mezun olduğum yıl tatile gitmek"*. Bu durumda katılımcılar tarafından belirtilen her hedef / ifade ilgili kategoriye kodlanmıştır (Şekil 13 ve Şekil 14). İlerleyen bölüm kapsamında ilk olarak geleceğe yönelik hedefin belirlenebilmesi amacıyla oluşturulan soruya verilen yanıtlara yer verilecektir.

### 3.1.3.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları

Yapılan analizler beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik hedeflerini belirtirken sıklıkla meslek yaşamı ile ilgili ifadeler (%44.82) kullandıklarını ortaya koymaktadır. Bu ifadeleri eğitim (%22.97) ve aile yaşamı (%16.89) ile ilgili ifadeler izlemiştir. İlgili soruya verilen yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların 11 farklı alanla ilgili ifadeler kullandıkları görülmüştür (Şekil 13). Her bir temel kategoriye ait kodlar aşağıda ayrıntılı bir biçimde gösterilmiştir (Tablo 17-Tablo 27).



**Şekil 13.** Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler

Tablo 17’den de takip edilebileceği gibi meslek yaşamıyla ilgili olarak *kariyer yapmak / mesleki ilerleme, belirli bir meslek (ör. öğretmen, doktor, polis vb.) sahibi olmak, (iyi) bir meslek / iş sahibi olmak / meslek edinmek / meslek hayatına atılmak, atanmak / memuriyet ve bir yer açmak / sahibi olmak* kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Eğitim ile ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar *doktorayı bitirmek, yüksek lisansa başlamak / yüksek lisans yapmak ve üniversiteyi bitirmek / mezun olmaktır* (Tablo 18). Aile yaşamı ile ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar ise *evlenmek / evlilik, çocuk sahibi olmak ve aile kurmaktır* (Tablo 19).

**Tablo 17.** Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Üniversiteden mezun olup iş bulmak / iş sahibi olmak	12
Üniversiteyi bitirip mesleki anlamda iyi yerlere gelmek	5
ERASMUS ile yurt dışına gidip döndükten sonra iyi bir iş bulmak	1
Belirli bir meslek (öğretmen, doktor, polis vb.) sahibi olmak	24
Belli bir yerde çalışmaya başlamak (çocuk bakım kurumu / okul)	2
Atanmak / memuriyet	20
Özel sektörden kamu kurumuna geçmek	1
(İyi) Bir kamu / devlet kurumunda çalışmak	5
(İyi) Bir meslek / iş sahibi olmak / edinmek / hayatına atılmak	22
Bir yer açmak / sahibi olmak	17
Kendi alanında iş bulmak / okuduğu bölümün mesleğini yapmak	6
Yapmaktan hoşlandığı bir işte çalışmak	1
Meslekle bağlantılı eğitim almak	1
Meslekle bağlantılı sınavlara hazırlanmak	1
Meslekle bağlantılı projeler geliştirmek	3
Meslekle bağlantılı staj yapmak	2
Meslekle bağlantılı uzmanlaşma / uzmanlık yapma	2
Meslekle bağlantılı diğer insanlara örnek olmayı istemek	1
Mesleğin önemini duyurma / yanlış algıları ortadan kaldırma	2
Kariyer yapmak / mesleki ilerleme	38
İş / meslek / iş yeri değiştirmek	5
Meslek / meslek yaşamı	1
İyi çalışma şartları elde edebilmek	1
Yüksek lisansı bitirip çalışmaya başlamak / meslek edinmek	3
Lisansüstü eğitimi bitirip akademisyen olmak	4
Üniversitede akademik kariyer yapmak / akademisyenlik	13
Doktora / doktora sonrası çalışmayı bitirip işini başarılı bir biçimde yürütmek	3
Yayın yapmak	2
İngilizce öğretmeni olmak için sertifika almak	1
<b>Toplam</b>	<b>199</b>

**Tablo 18.** Eğitim Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Bir işe girip yüksek lisans yapmak veya tekrardan üniversite okumak	1
<b>Lisans eğitimi</b>	<b>21</b>
DGS ile geçiş yapmak	1
Üniversiteye başlamak / kazanmak	4
Çift anadal yapmak	1
Üniversiteyi bitirmek / mezun olmak	11
İkinci bir üniversite okumak	1
Şuan okuduğu bölümü bitirip kendi istediği bölümü okumak	1
Eğitim hayatını iyi bir şekilde devam ettirmek	1
Çeşitli eğitimlere katılmak	1
<b>Lisansüstü eğitim</b>	<b>73</b>
Lisansı bitirip yüksek lisansa başlamak / bitirmek	2
Lisansı bitirip yurt dışında yüksek lisans yapmak	1
Yüksek lisansa başlamak / yüksek lisans yapmak	16
Yurt dışında yüksek lisans yapmak	3
Yüksek lisansı bitirmek	6
Doktora başlamak	6
(Lisansı / yüksek lisansı bitirip) Doktora için yurt dışına gitmek	3
Doktora yeterlik sınavını geçmek	2
Doktorayı bitirmek	21
Doktora başlayıp başarıyla bitirmek	1
Doktora çalışmasını bitirip yayınlamak / kitap haline getirmek	2
Doktora sonrası çalışma (postdoc) yapmak	2
Doktorayı bitirip yurt dışına gitmek	1
Lisansı bitirip yüksek lisans ve doktora yapmak	1
Yurt dışında yüksek lisans ve doktora yapmak	1
Yurt dışında eğitim almak	4
Eğitimine lisansüstü düzeyde devam ederek uzmanlaşmak	1
<b>Dil öğrenmek</b>	<b>7</b>
İngilizce öğrenmek	1
İngilizceyi geliştirmek	1
İngilizce sertifikası almak	1
Arapça öğrenmek	1
İkinci bir yabancı dil öğrenmek	3
<b>Toplam</b>	<b>102</b>

*Not.* İlgili kategori kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Kategoride yer alan kodların daha rahat takip edilebilmesi amacıyla sözel olarak birbirine benzeyen ifadeler bir araya getirilmiş ve alt kategoriler (ör. lisans eğitimi, lisansüstü eğitim) oluşturulmuştur.

**Tablo 19.** Aile Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Meslek sahibi olup evlenmek	3
Evlenmek / evlilik	39
Çocuk sahibi olmak	10
Aile kurmak	6
İyi bir aile babası olmak	3
İyi geliri olan iyi bir aile babası olmak	1
Aile ile vakit geçirmek / aileye gereken özeni göstermek	1
Aileye daha iyi bir yaşam standardı sunmak	2
Aile üyeleri (anne, baba, kardeş vs.) için hedefler belirleme	3
Eş ve çocukların geleceği ile ilgili hedefler belirleme	5
İdeal bir aile ortamına sahip olmak	1
Aileyle / sevdikleriyle bir arada olunabilecek bir şehirde yaşam	1
<b>Toplam</b>	<b>75</b>

**Tablo 20.** Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Diksiyon ve beden dili kurslarına katılmak	1
Sinema filmi çekmek	1
Oyunculuk konusunda eğitim almak	1
Kitap yazmak	1
Sergi açmak	1
Fotoğraf ile ilgili bir proje gerçekleştirmek	1
Müziğe geri dönmek / müzikle ilgilenmek	2
Çeşitli spor dallarında uzmanlaşmayı planlamak	1
Tiyatro kursuna başlamak / tiyatro alanında kendini geliştirmek	2
Spor yapmak / spora devam etmek	2
Arkadaşlarla kitap okuma projeleri gerçekleştirmeyi istemek	1
Yeni şeyler deneyip öğrenmek	1
<b>Toplam</b>	<b>15</b>

**Tablo 21.** Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Yeni yerler görmek	3
Yurt dışına çıkmak	3
Yurt dışı seyahatine gitmek	5
Yakın arkadaşla birlikte tatile gitmek	1
Arkadaşlar ile birlikte yurt içinde seyahat etmek	1
<b>Toplam</b>	<b>13</b>



**Tablo 22.** Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Ayrı eve çıkma / tek başına yaşama / kendi evine yerleşme	5
Başka bir şehir veya ülkeye yerleşme	3
Başka bir şehirde başka insanlar arasında yeni bir hayat kurmak	1
Hayatında spor, gezi vb. sosyal aktiviteleri düzene oturtabilmek	2
Toplumsal baskılardan kurtulmayı istemek / daha rahat bir yaşam	1
<b>Toplam</b>	<b>12</b>

**Tablo 23.** Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Ev sahibi olmak	5
Araba sahibi olmak	1
Kredi borçlarını ödemek	1
Maddi anlamda bağımsızlık kazanmak	1
Okulu bitirip ekonomik özgürlüğünü kazanmak	1
Ortalamanın üzerinde bir gelire sahip olmak	1
<b>Toplam</b>	<b>10</b>

**Tablo 24.** Sağlık İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Sağlık	1
Belirli bir operasyon geçirme	1
Sağlığını korumak istemek	1
Vücut yapmak	1
<b>Toplam</b>	<b>4</b>

**Tablo 25.** Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
İnsan ilişkilerinde daha rahat bir insan olmak	1
Bilgi ve kültür artırımı	1
Kişisel gelişim	1
Daha huzurlu bir yaşam	1
<b>Toplam</b>	<b>4</b>

**Tablo 26.** Toplumsal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

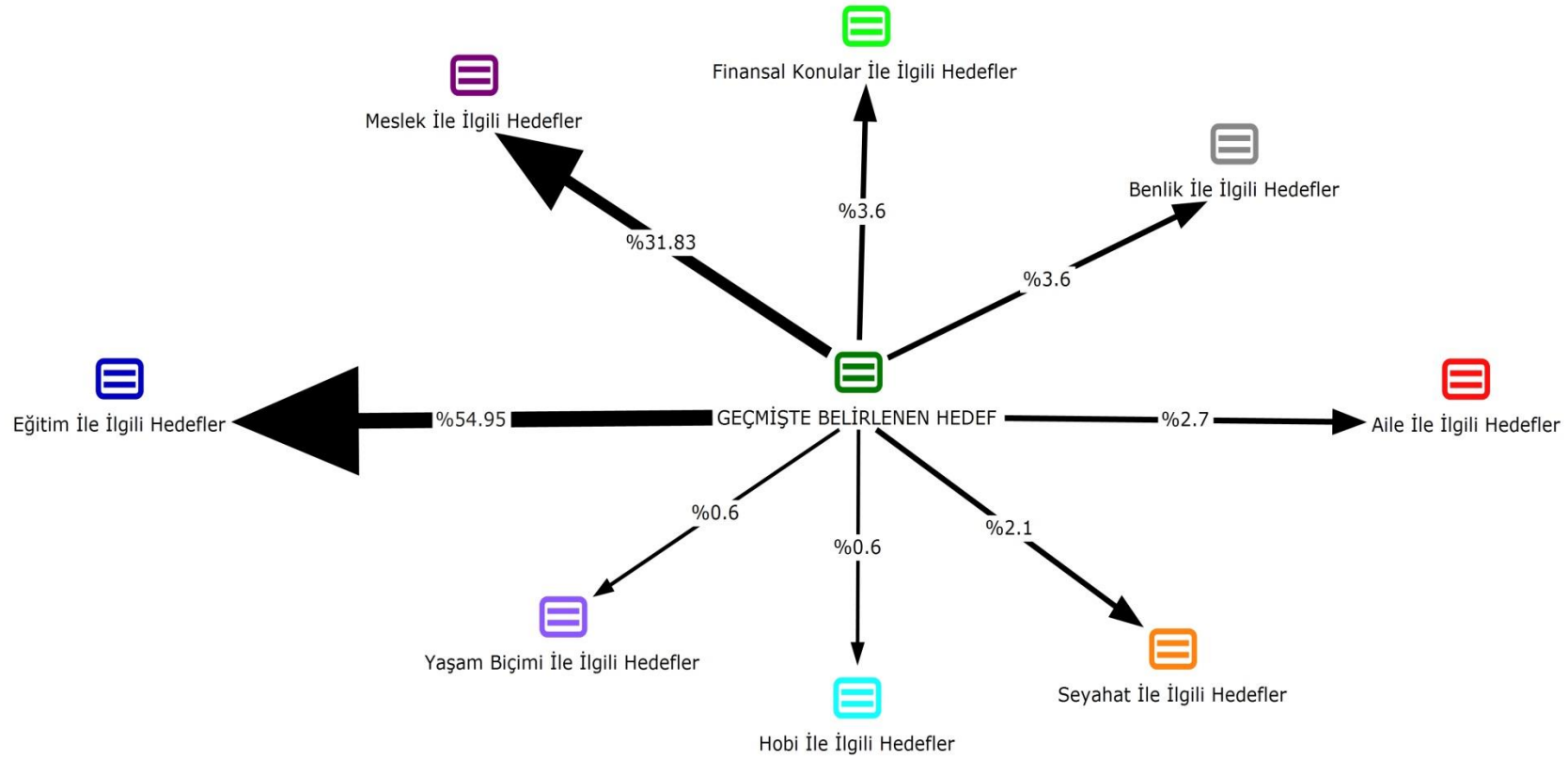
<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Bir derneğe katkı sağlamak	1
İlgilenilen sosyal projelerde ilerleme kaydetmek	1
Politikaya atılmak	1
<b>Toplam</b>	<b>3</b>

**Tablo 27.** “Diğer” Kategorisindeki Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Askere gitmek	5
Araba kullanmayı öğrenmek	1
Hacca gitmek	1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>

### 3.1.3.2. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları

Yapılan analizler beliren yetişkinlerin geçmişe yönelik hedeflerini belirtirken eğitim yaşamı ile ilgili ifadeleri (%54.95) sıklıkla kullandıklarını ortaya koymaktadır. Bu ifadeleri meslek yaşamı (%31.83), benlik (%3.6) ve finansal konular (%3.6) ile ilgili ifadeler izlemiştir. İlgili soruya verilen yanıtlar incelendiğinde katılımcıların 8 farklı alanla ilgili ifadeler kullandıkları görülmüştür (Şekil 14). Her bir temel kategoriye ait kodlar aşağıda ayrıntılı bir biçimde gösterilmiştir (Tablo 28-Tablo 35).



**Şekil 14.** Geçmişte Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler

Tablo 28'den de takip edilebileceği gibi eğitim yaşamı ile ilgili olarak *üniversiteye başlamak / yerleşmek / üniversiteyi kazanmak, iyi bir bölümde / üniversitede okumak / iyi bir üniversiteye yerleşmek ve belirli bir bölüm (hukuk, psikoloji, mühendislik vb.) kazanmak / okumak* kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Meslek yaşamıyla ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar *belirli bir meslek (pilot, doktor, öğretmen vb.) sahibi olmak, (iyi) bir meslek / iş sahibi olmak ve üniversitede akademik kariyer yapmaktır* (Tablo 29). Benlik ile ilgili sıklıkla ifade edilen kod *rahat / mutlu / güzel bir hayat*; finansal konularla ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar ise *(çok) zengin olmak ve (daha çok) para kazanmaktır* (Tablo 30-Tablo 31).

**Tablo 28.** Eğitim Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Eğitim yaşantısını dolu dolu geçirmek istemek	1
<b>Lise eğitimi</b>	<b>3</b>
Liseyi kazanmak	1
Notları yüksek tutmak / takdir almak / okulda derece yapmak	2
<b>Lisans eğitimi</b>	<b>168</b>
Meslek yüksekokulunun ardından bir fakülteden mezun olmak	1
Örgün eğitime devam etmek	2
Liseyi bitirip üniversite veya belirli bir bölüm okuyabilmek	2
ÖSS / YGS / LYS'yi / üniversite sınavını kazanmak	7
Kendine en uygun lisans programına yerleşebilmek	1
İstediği bölümü ve / veya üniversiteyi kazanmak	7
İyi bir bölümde / üniversitede okumak / üniversiteye yerleşmek	33
Üniversiteye başlamak / yerleşmek / üniversiteyi kazanmak	55
Belirli bir bölüm (hukuk, psk, müh. vb.) kazanmak / okumak	20
Farklı alanlarda üniversite okumak	1
Belirli bir üniversiteyi (Boğaziçi, ODTÜ, Gazi vb.) kazanmak	5
Bulunduğu şehirden başka bir şehirde üniversite okumak	2
Liseden arkadaşlarla aynı şehirde üniversite okuyabilmek	1
Üniversiteye gitmek ve iyi bir arkadaş ortamı edinebilmek	3
Çift anadal / yandal yapmak	1
Derece yapmak / başarılı olmak / not ortalamasını yüksek tutmak	4
İyi bir eğitim almak	1
Eğitimine devam etmek	1
Üniversiteyi normal zamanında bitirebilmek	1
Üniversiteyi iyi bir şekilde bitirmek	1
İyi bir üniversitenin iyi bir bölümünden mezun olmak	1
Üniversiteden mezun olmak / üniversiteyi bitirmek	18
<b>Lisansüstü eğitim</b>	<b>11</b>
Üniversiteden mezun olup yüksek lisans yapmak	1
Yüksek lisans yapmak / yüksek lisansa başlamak	5

Doktora başlamak	1
Lisansüstü düzeyde eğitime devam etmek / eğitim almak	3
Yurt dışında yaşamak ve eğitim almak	1

---

**Toplam** **183**

---

*Not.* İlgili kategori kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Kategoride yer alan kodların daha rahat takip edilebilmesi amacıyla sözel olarak birbirine benzeyen ifadeler bir araya getirilmiş ve alt kategoriler (ör. lisans eğitimi, lisansüstü eğitim) oluşturulmuştur.

**Tablo 29.** Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Üniversiteyi bitirip KPSS'yi kazanmak	2
Üniversiteyi bitirip devlet kadrosunda görev almak	2
Üniversiteden mezun olup iş bulmak / iş sahibi olmak	11
Üniversiteyi bitirip akademisyen olmak	3
Lisansüstü eğitime devam edip akademisyen olmak	2
Üniversitede akademik kariyer yapmak	14
Sevdiği / istediği bir işte çalışmak / mesleği seçmek	4
Mesleki tatmin sağlayacak bir işte çalışmak	1
İşinde başarılı olmak	1
Düzenli / iyi gelir getiren / garanti bir işte çalışıyor olmak	3
Kendi mesleğini yapabilmek	3
İş bulmak	2
İş hayatına atılmak	1
(İyi) Bir meslek / iş sahibi olmak	18
Kariyer sahibi olmak / kariyer planı yapmak	2
Belirli bir meslek (pilot, doktor, öğretmen vb.) sahibi olmak	20
Meslek / meslek seçimi	2
Meslekle ilgili araştırmalar yapmak	1
Meslekle ilgili buluş, icat, imalat, tasarım yapmak	3
Memuriyet / atanmak	5
Bir yer açmak / sahibi olmak (kreş, şirket, kafe vb.)	6
<b>Toplam</b>	<b>106</b>

**Tablo 30.** Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
İnsanları sevmeye çalışmak	1
Kurallara bağlı kalmaksızın kendi rotasını belirlemek	1
Özgür olmak. İstenilen şeyi kimseye yük olmadan gerçekleştirmek	1
Hayatın her anında yaşanacak güzellikler bulmak	1
Rahat / mutlu / güzel bir hayat	2
Hayatı dolu dolu yaşamak	1
Hayatına doğru yön vermek	1

Bilgi ve kültür artırımı, kişisel gelişim	1
Daha fazla bilgiye ulaşmak	1
Okulda popüler olmak	1
Yeni ilişkiler kurmak	1
<b>Toplam</b>	<b>12</b>

**Tablo 31.** Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
İyi bir gelir sahibi olmak	1
Yüksek yaşam standardı elde etmek	1
(Çok) Zengin olmak	4
(Daha çok) Para kazanmak	4
Ev / araba sahibi olmak	2
<b>Toplam</b>	<b>12</b>

**Tablo 32.** Aile Yaşamı ve Yakın İlişkiler İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Kız / erkek arkadaş edinmek	2
Evlenmek / eş bulmak / yuva kurmak	6
Aile ile vakit geçirebilmek	1
<b>Toplam</b>	<b>9</b>

**Tablo 33.** Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Farklı ülkeler görmek / farklı kültürler tanımak	2
Yurt dışında bulunmak / yurt dışına gitmek	2
Yurt dışına tatile gitmek	1
Gezmek / Dünyayı gezmek	2
<b>Toplam</b>	<b>7</b>

**Tablo 34.** Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Basketbol takımında oynamak	1
Sinema filmi çekmek	1
<b>Toplam</b>	<b>2</b>

**Tablo 35.** Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Cinsel yönelimi yüzünden baskı görmemek	1
Şu an bulunulan çevreden başka bir çevrede yaşamak istemek	1
<b>Toplam</b>	<b>2</b>

### 3.2. ASIL ÇALIŞMAYA AİT BULGULAR

#### 3.2.1. Niteliksel Verinin Analizi

Asıl çalışma kapsamında katılımcılara yaşamlarındaki hedefleriyle ilgili olarak dört ayrı açık uçlu soru yöneltilmiştir. İlk olarak katılımcıların ileriye dönük olarak belirledikleri hedefin ne olduğunu değerlendirmek amacıyla “*Gelecekte (ortalama 5 yıl içerisinde) gerçekleştirmeyi planladığınız en önemli hedefiniz nedir?*” sorusu yöneltilmiş ve katılımcılardan bir hedef yazmaları istenmiştir. İkinci olarak belirtilen bu hedefin seçilmesinde etkili olan faktörlerin neler olduğunun belirlenebilmesi amacıyla katılımcılara “*Sizi böyle bir hedefe yönlendiren veya böyle bir hedef seçmenizde etkili olan faktörler nelerdir? Kısaca açıklayınız.*” sorusu yöneltilmiştir. Bu sorulara ek olarak asıl çalışma kapsamında katılımcılardan yaşamlarının bir önceki gelişim dönemini düşünmeleri ve o dönemde kendileri için belirlemiş oldukları hedefleri hatırlamaları ve yazmaları da istenmiştir. Son olarak geriye dönük olarak bildirilen bu hedefe ulaşma sürecinde katılımcıların kullandıkları stratejilerin neler olduğunu belirleyebilmek amacıyla katılımcılara “*Bu hedefe ulaşma sürecinde bir engel veya başarısızlıkla karşılaştıysanız bu durumun üstesinden gelmek için neler yaptınız / hangi yolları denediniz? Kısaca açıklayınız.*” sorusu yöneltilmiştir.

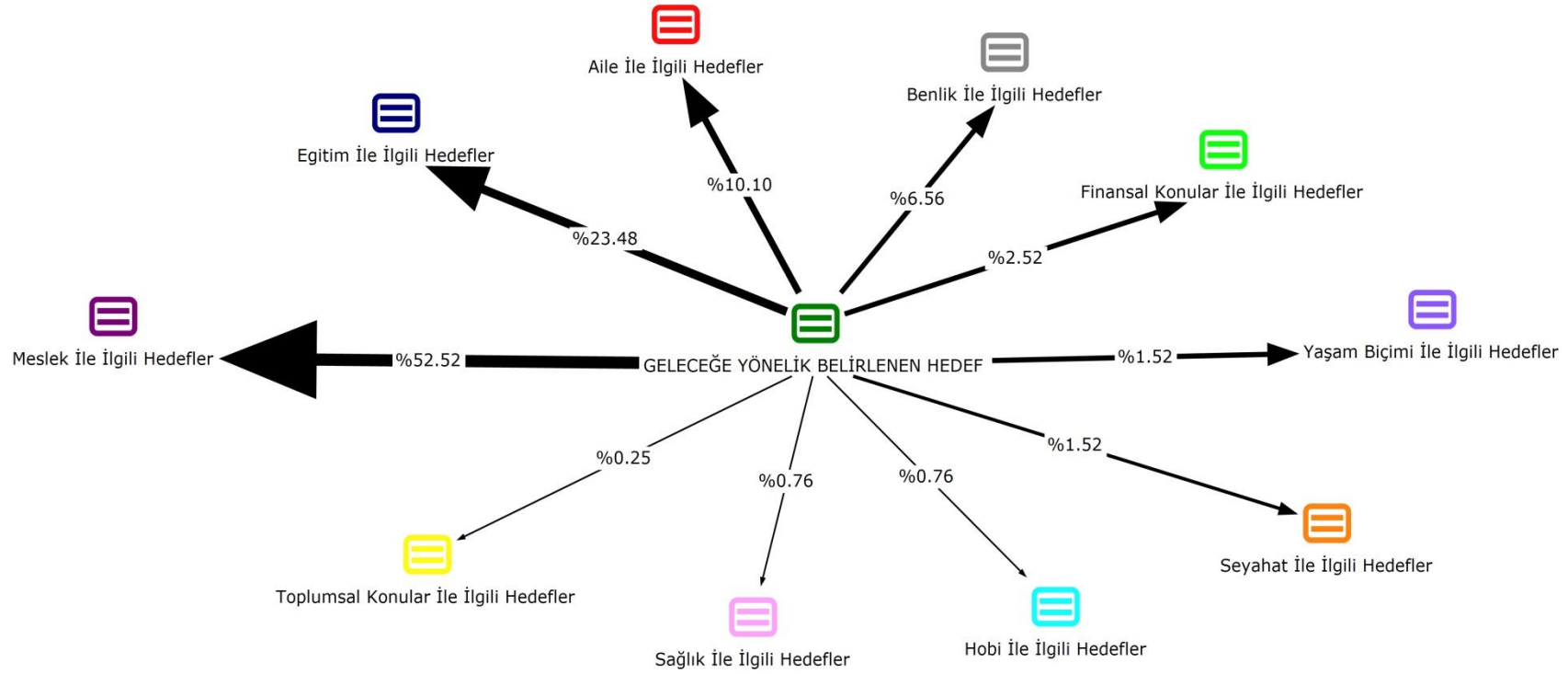
Katılımcıların açık uçlu bu sorulara verdikleri yanıtlar üzerinde herhangi bir değişiklik yapılmadan önce Excel dosyasına, sonrasında ise Maxqda 11 programına aktarılmıştır. Kodlama süreci öncesinde ilgili alan yazın gözden geçirilmiştir. İlk olarak ön çalışmada olduğu gibi katılımcıların belirledikleri hedefler açısından temel bazı kategorilerin var olup olmadığı alan yazın taraması yapılarak incelenmiştir (ör. Marttinen ve Salmela-Aro, 2012; Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Alan yazındaki çalışmalar dikkate alınarak, katılımcıların açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar ilgili

kategorieler temelinde kodlanmıştır. Kodlama işlemi gerçekleştirilirken katılımcıya ait pek çok demografik özellik (ör. yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalışma durumu) ve diğer açık uçlu sorulara verilen yanıtlar da dikkate alınmıştır. Bu doğrultuda belirlenen hedefler açısından temel kategoriler, tündengelim yaklaşımına uygun olarak belirlenmiştir. Temel kategorilere kodlama işlemi bittikten sonra ise kodlama içerikleri kontrol edilmiştir. Bir sonraki adımda ise açık uçlu sorulara verilen benzer yanıtlar bir araya getirilerek alt kategoriler tümevarım yaklaşımına uygun olarak oluşturulmuştur. Temel kategoriler alan yazın bilgilerinden yararlanılarak belirlenirken, kodlar tamamıyla katılımcıların verdikleri cevaplardan hareketle oluşturulmuştur. Böylelikle niteliksel verilerin analizi hem tümevarım hem de tündengelim yaklaşımları temel alınarak gerçekleştirilmeye çalışılmıştır. Sonuç olarak, yukarıda yer alan dört açık uçlu soru için verilen cevaplar ayrı ayrı kodlanmıştır. Kodlama işlemi sırasında ön çalışmaya benzer şekilde katılımcıların bir kısmının birden fazla kategoride hedef belirttikleri görülmüştür. Örneğin, *"Üniversite mezunu olmak, iyi bir iş ve evlilik"*. Bununla birlikte, asıl çalışma kapsamında ön çalışmadan farklı bir yol izlenmiştir. Bu kapsamda birden fazla kategoride hedef belirten katılımcıların yalnızca belirttikleri ilk hedef / ifade ilgili kategoriye kodlanmıştır. Asıl çalışma kapsamında bu yolun izlenmesinin sebebi her katılımcının hangi alandan hedefe sahip olduğunu, bir başka ifadeyle hedefinin içeriğini belirleyebilmektir. İlerleyen bölümde katılımcılara açık uçlu olarak yöneltilen bu sorulara verilen yanıtlara yer verilecektir.

#### 3.2.1.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları

Yapılan analizler beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik hedeflerini belirtirken sıklıkla meslek yaşamı ile ilgili ifadeler (%52.52) kullandıklarını ortaya koymaktadır. Bu ifadeleri eğitim (%23.48) ve aile yaşamı (%10.10) ile ilgili ifadeler izlemiştir. İlgili soruya verilen yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların 10 farklı alanla ilgili hedef belirttikleri görülmüştür (Şekil 15). Her bir temel kategoriye ait kodlar aşağıda ayrıntılı bir biçimde gösterilmiştir (Tablo 36-Tablo 45).





Şekil 15. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler

Tablo 36'dan da takip edilebileceği gibi meslek yaşamıyla ilgili olarak *akademisyen olmak / akademisyenlik, kariyer / iyi bir kariyer / iyi bir kariyer sahibi olmak ve başarılı iş hayatı / yaşamı / iş hayatında / işinde başarılı olmak* kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Eğitim yaşamı ile ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar *doktorayı bitirmek / tamamlamak, üniversiteyi bitirmek / üniversiteden mezun olmak ve yüksek lisansa başlamak / yüksek lisans yapmak / öğrencisi olmaktır* (Tablo 37). Aile yaşamı ile ilgili sıklıkla ifade edilen kod ise *evlenmek / evliliktir* (Tablo 38).

**Tablo 36.** Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Meslek yaşamı	1
Meslekle ilgili geliştirici eğitimler almak / oyun terapisi eğitimi almak	2
Uzman olduğu görev tanımının sorumluluk dalına geçirilmesi için çalışmak	1
Belirli bir yerde / kurumda (ODTÜ, ICAO vb.) çalışmayı istemek	3
Belirli bir alan üzerine çalışmak / belirli bir uzmanlık alanına geçmek (Havacılık, bilişim)	2
Yüksek lisansı bitirip uzmanlık alanı doğrultusunda bir işte çalışmak	1
Türkiye'de çalışmak	1
Yurt dışında çalışmak / çalışma deneyimi	3
Proje tamamlamak	1
<b>İşe girmek / iş bulmak</b>	<b>12</b>
İşe girmek	1
İyi bir eğitim alıp iyi bir işe girmek	1
Mesleğini güzel bir şekilde yapabileceği bir işe girmek	1
Mutlu olacağı bir işe girmek	1
Gelecek kaygısı taşımayacağı bir işe girebilmek	1
İdealindeki işe yerleşmek	1
İş bulmak	2
Yaşamını kaliteli bir şekilde sürdürebileceği kendi bölümüyle ilgili bir iş bulmak	1
Tatmin edici bir iş bulmak	1
Bir an önce iş hayatına atılmak	1
Hayırlı bir iş	1
<b>İş / meslek sahibi olmak</b>	<b>10</b>
İyi bir iş sahibi olmak	1
Mesleki anlamda iyi bir başlangıç yapmak	1
Kendisini rahatlıkla geçindirebilecek bir iş sahibi olmak	1
Kendi alanında, mutlu olacağı, iyi para kazanacağı bir iş sahibi olmak	1

Mesleğini eline almak / meslek sahibi olmak	2
Hedeflediği mesleğe sahip olmak	1
Hayatını, yaşam standartlarını düşürmeden devam ettirebileceği itibarlı olarak gördüğü bir meslek sahibi olmak	1
Hayat boyu sürdürebileceği, sevebileceği bir mesleğe sahip olmak	1
Toplumda saygı ile karşılanacak, hayatını sürdürebileceği maddi bir olanak sahibi olmak	1
<b>Belirli bir meslek sahibi olmak</b>	<b>46</b>
Avukat olmak (başarılı bir...)	2
Sayıştay'da savcı olmak	1
Doktorluk / uzman doktor olmak (mesleğini iyi yapan bir...)	4
Hemşirelik	1
Psikolog olmak (iyi bir...)	2
Diyetisyen olmak (başarılı, iyi, ünlü bir...)	3
Fizyoterapist olmak (görevini doğru yapan, çalışkan, iyi bir...)	3
Öğretmen olmak (sevilen, saygı duyulan, donanımlı, nitelikli bir...)	5
Kimya mühendisi olmak (iyi bir...)	1
Müfettiş unvanı almak / müfettiş yardımcısı olarak işe girmek	2
Mali müşavirlik	1
Komiser yardımcısı / polis olmak	2
Akademisyen olmak / akademisyenlik (faydalı, donanımlı bir...)	9
Hukuk fakültesi bitirmiş bir ticaretçi olmak (idealist bir...)	1
Spiker olmak	1
Fotoğrafçı olmak (iyi bir...)	1
Yazar olmak	1
Şair olmak	1
Yönetici / üst düzey yönetici olmak / yönetici kadrosunda bulunmak	3
Gelir uzmanı olarak görev yapmak	1
Başbakan olmak	1
<b>Kariyer</b>	<b>15</b>
Meslekte kariyer	1
Kariyer / iyi bir kariyer / iyi bir kariyer sahibi olmak	8
Kariyer planını gerçekleştirmek	1
Okulu bitirdikten sonra iyi bir kariyer yapmak	1
Alınan eğitim doğrultusunda güzel bir kariyer yapmak	1
Belirli bir alanda kariyer yapmak (banka, gazetecilik)	2
Kariyer yolunda emin adımlarla yürümek	1
<b>Kendi işini kurmak / kendi işini yapmak</b>	<b>13</b>
Eğlence sektöründe faaliyet gösteren bir iş kurmak	1
Kendi işini yapmak	1
Kendi fabrikasını kurup kendi işini yapmak	1
Kendi işinin sahibi olmak	2
Kendi şirketini kurmak / şirket sahibi olmak	2
Bir yer açmak (danışma merkezi, klinik, pastane, kitapçı vb.)	4
Bankaya olan borcunu bitirip bir atölye açmak	1

Ticarete atılmak	1
<b>Atanmak</b>	<b>15</b>
Atanmak / atanıp mesleğini yapmak	4
Devlete atanmak / devlet memuru olmak	2
Belirli bir mesleğe atanmak (diyetisyen, öğretmen)	4
KPSS ile memurluğa atanmak	1
KPSS ile belirli bir şehre / iyi bir şehre atanmak	2
KPSS'den yüksek puan almak / KPSS'de başarılı olmak	2
<b>Mesleki başarı</b>	<b>43</b>
Meslekte başarılı olmak	3
Meslekte yetkin olmak	1
Meslekte deneyim sahibi olmak	1
Mesleğini iyi bir şekilde yapmak	1
Mesleğini gereğince yerine getirmek	1
İstikrarlı bir iş yaşantısı	1
Meslekte statü değişikliği	1
İyi bir meslek elemanı olmak	1
Mesleki gelişim	1
Mesleğiyle ilgili klinik anlamda söz sahibi olmak	1
Mesleğinde yükselmek	2
Mesleğinde / meslek yaşamında iyi / güzel yerlere gelmek	3
Etik sınırlar çerçevesinde mesleğinde iyi bir yere gelebilmek	1
Meslek hayatında önemli / iyi bir konuma gelmek	2
Meslek yaşamında saygın bir yer edinmek	1
Meslekte hep daha ileriye gidebilmek / meslek yaşamında / mesleğinde ilerlemek	3
Mesleki pozisyonda ilerleme (Genel Koordinatörlük)	1
Mesleki alanda aranan bir kişi olmak	1
Mesleki alanda iyiler arasına girebilmek	1
Başarılı iş hayatı / yaşamı / iş hayatında / işinde başarılı olmak	6
İşte daha iyi bir mevkide olma	1
İş yerinde yükselmek	1
Müdürlük pozisyonuna yükselmek	1
İdeallerine ulaşmak	1
Meslek yaşantısı ile ilgili ideale sahip olmak	1
Mesleğinde başarılı, çevresine faydalı bir insan olabilmek	1
İşinde devamlı ve başarılı olmak	1
Eğitimi tamamlayıp mesleğinde yeterli olarak çalışmak	1
Mesleğini tam anlamıyla gerçekleştirebileceği bir yerde çalışmak	1
Mesleki açıdan konumu iyi olan bir iş sahasında yer almak	1
<b>Üniversiteyi kazanıp / üniversiteden mezun olup / üniversiteyi bitirip iş yaşamına atılmak, meslek edinmek vb.</b>	<b>14</b>
İyi bir üniversite kazanıp işinde başarılı olmak	1
Üniversiteden mezun olup istediği işi yapmak / dolgun ücretle işe başlamak / özel sektörde iyi bir iş bulmak	3
Üniversiteyi bitirip iş hayatına atılmak / başarıyla bitirip iyi bir ücretle iş hayatına atılmak	2

Üniversiteyi bitirip mesleğini yapmak / mesleğini eline almak / mesleğini en iyi şekilde yapar hale gelmek / mesleği doğrultusunda ilerlemek	4
Üniversiteyi / okulu bitirip belirli bir yerde (hastane, hava yolu şirketi) işe başlamak	3
Üniversiteyi bitirdikten sonra iş için yurt dışına gitmek	1
<b>Akademik yaşam</b>	<b>18</b>
Akademik kariyer / akademik ilerleme / akademik kariyerini ilerletmek	4
Yüksek lisans yapıp öğretim görevlisi olmak / yüksek lisans yapıp iyi bir akademisyen olmak	2
Doktorayı bitirip öğretim üyesi olmak	1
Doktorayı bitirip kendi üniversitesine dönmek	1
Doktorayı bitirerek iş hayatına nerede devam edeceğini belirlemek	1
Doktorayı bitirip düzenli bir hayat kurmak	1
Kendi memleketindeki üniversitede çalışmaya başlamak	1
Doçentlik sınavında başarılı olmak	1
Otuz yaşına gelmeden doçent olmak	1
Belirli bir bölümde akademik kadroya kabul edilmek	1
Belirli bir alanda iyi bir üniversitede öğretim görevlisi olmak	1
İyi araştırmalar yapmak	1
Yüksek lisans ve doktorayı bitirdikten sonra çalışılan konu üzerinde en iyisi olmak	1
Bir yandan akademik kariyerini tamamlayıp bir yandan tüm sevdikleriyle bir arada olmak	1
<b>Mesleki doğrultuda insanlara faydalı olmak</b>	<b>2</b>
Mesleğinin kendisine verdiği yeterlikleri kullanarak yardıma ihtiyaç duyan insanların hayatını kolaylaştırmak	1
İyi bir yerde çalışıp insanlara faydalı olmak	1
<b>İş yaşamıyla ilgili mevcut durumunda değişiklikler yapmayı istemek</b>	<b>5</b>
Meslek değiştirip kendi mesleğine geri dönmek	1
Kurum değiştirip daha iyi bir pozisyonda çalışmak	1
Daha iyi bir yerde çalışmak	1
Sabit bir gelir elde ederek memuriyeti bırakmak	1
Yüksek lisansı bitirip daha çok kazandıran bir işte çalışmak	1
<b>Toplam</b>	<b>208</b>

*Not.* İlgili kategori kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Kategoride yer alan kodların daha rahat takip edilebilmesi amacıyla sözel olarak birbirine benzeyen ifadeler bir araya getirilmiş ve alt kategoriler (ör. işe girmek / iş bulmak, belirli bir meslek sahibi olmak, mesleki başarı) oluşturulmuştur.

**Tablo 37.** Eğitim Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Eğitim	2
Yarım kalan eğitimini tamamlamak	1
Yurt dışında staj yapmak	1
<b>Lisans eğitimi</b>	<b>25</b>
Üniversiteyi kazanmak / üniversite okumak	2
İyi bir üniversite kazanmak	1
Lisans eğitimi almak	1
Belirli bir bölümde / fakültede okumak	3
Başka bir üniversiteye geçiş yapmak	1
Üniversiteyi bitirmek / üniversiteden mezun olmak / eğitimini tamamlamak	8
İyi bir dereceyle / başarıyla / hakkını vererek okulu / bölümü bitirmek	4
Bölümü belirli bir ortalama ile bitirmek	1
Belirli bir bölümü kazanıp iyi bir dereceyle bitirmek	1
Üniversiteden en iyi ölçüde mezun olmak	1
İyi bir eğitim almak	1
Eğitim hayatında çok başarılı olmak	1
<b>Lisansüstü eğitim</b>	<b>64</b>
Yüksek lisansa başlamak / yüksek lisans yapmak / öğrencisi olmak	7
Belirli bir alanda yüksek lisans yapmak	5
Belirli bir alanda yüksek lisans yapabilecek donanıma sahip olmak	1
Üniversiteyi iyi bir dereceyle bitirip yurt dışında yüksek lisans yapmak	1
Yurt dışında yüksek lisans yapmak	1
Belirli bir alanda yurt dışında yüksek lisans yapmak	1
İstenilen yüksek lisans programına kabul edilmek	1
Yüksek lisansı bitirmek / tamamlamak	2
Tezini bitirmek	1
Kendi bölümünde uzmanlık okumak	1
Uzmanlığını tamamlamak	1
Belirli bir yüksek lisans programına başlamak için başka şehre taşınmak	1
Yüksek lisans için yurt dışına gitmek	1
Doktora eğitimini tamamlayarak yurt dışında yüksek lisansa başlamak	1
Yüksek lisansı bitirip doktora başlamak / doktora devam etmek / doktora yapmak	4
Belirli bir alanda doktora yapmak	1
Yurt dışında doktora yapmak / doktora programına kabul edilmek	4
Doktora tezini yurt dışında yapmak	1
Doktorayı bitirmek / tamamlamak / doktorayı almak / doktora	24

tezini bitirmek / doktora tezini vermek / doktora mezuniyeti	
Doktora tezini bitirip doktora derecesi almak	1
Doktor unvanını almak	1
İyi yayınlar yapmış olarak doktoradan mezun olmak	1
Yurt dışında bir üniversitede yüksek lisans veya doktora yapabilmek	1
İstenilen okulda yüksek lisans, doktora kazanmak	1
<b>Toplam</b>	<b>93</b>

*Not.* İlgili kategori kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Kategoride yer alan kodların daha rahat takip edilebilmesi amacıyla sözel olarak birbirine benzeyen ifadeler bir araya getirilmiş ve alt kategoriler (ör. lisans eğitimi, lisansüstü eğitim) oluşturulmuştur.

**Tablo 38.** Aile Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Mezun olduktan sonra çalışıp aileye destek olmak	1
Evine ve eşine iyi bir gelecek sunabilmek	1
Evli, mutlu, çocuklu	1
<b>Aile kurmak / yuva kurmak</b>	<b>9</b>
Aile / ailem	2
Aile kurmak	1
İyi bir meslek yaşamı sürüp aile kurmak	1
Evlenip yuva kurmak	1
Sevdiği kişiyle mutlu bir yuva kurmak	1
Askere gidip yuva kurmak	1
Aile sahibi olmak	1
Sağlıklı ve huzurlu bir aile hayatı	1
<b>Evlenmek / evlilik</b>	<b>11</b>
Eş	1
Nişanlanmak	1
Evlenmek / evlilik	5
Sevdiği kişiyle evlenmek	1
İş kurup evlenmek	1
Mutlu ve huzurlu bir evlilik	2
<b>Çocuk sahibi olmak / çocuğunu iyi bir şekilde yetiştirebilmek / iyi ebeveyn olmak</b>	<b>17</b>
Çocuk sahibi olmak	7
Doktorayı bitirip sağlıklı bir çocuk sahibi olmak	1
İyi / örnek bir anne olmak	2
İyi bir baba olmak	1
Mutlu bir çocuk yetiştirmek	1
Çocuğuna iyi bir gelecek sunmak	1
Çocuklarının iyi / güzel bir eğitim alması	2
Çocuğunun iyi bir üniversiteye gitmesi	1
Çocuğunu mutlu bir çevrede büyütüp bu ülkede gelecek kaygısı taşımamak	1

<b>Toplam</b>	<b>40</b>
---------------	-----------

*Not.* İlgili kategori kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Kategoride yer alan kodların daha rahat takip edilebilmesi amacıyla sözel olarak birbirine benzeyen ifadeler bir araya getirilmiş ve alt kategoriler (ör. aile kurmak / yuva kurmak, evlenmek / evlilik) oluşturulmuştur.

**Tablo 39.** Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Mutluluk / mutlu olmak	3
Mutlu bir hayat kurmak	1
Mutlu, başarılı ve huzurlu bir yaşam sürmek	1
İyi bir akademisyen olup huzurlu ve mutlu bir yaşam sürmek	1
Ailesi ve sevdikleriyle mutlu bir hayat yaşamak	1
İyi bir meslek sahibi olup eşi ve çocuklarıyla mutlu, huzurlu bir hayat	1
Kendisinin ve sevdiklerinin huzuru, mutluluğu, sağlığı	1
Mutlu ve huzurlu olmak	1
Huzurlu olmak	1
Güzel bir ev sahibi olup hem kariyerini hem de ailesiyle geçireceği mutlu zamanları bir arada yaşayarak huzurlu olmak	1
Huzurlu yaşayabilecek duruma gelebilmek	1
İlişkilerinde huzur bulmak	1
Kimseye muhtaç yaşamamak	1
Kendi ayaklarının üzerinde durabilmek	1
Toplumsal tabuları yıkabilecek bilgi, tecrübe ve güce sahip olmak	1
Hayatı dolu dolu yaşamaya çalışmak	1
Kendini geliştirmek	1
Donanımlı, kendini geliştirmiş, kalifiye bir insan, anne ve personel olmak	1
Hayatın her alanında başarılı, sevilen, iyi bir insan olmak	1
Tasavvuf öğretilerini gerçek, doğru bir şekilde içselleştirmek	1
200 kitap okumak	1
Ülkesine faydalı bir birey olmanın gururunu yaşamak	1
Aileye ve topluma hayırlı bir birey olmak	1
Olabildiğince insanlara yararlı bir insan olmak	1
<b>Toplam</b>	<b>26</b>

**Tablo 40.** Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Yıllık gelirinin artması	1
Ekonomik bağımsızlık kazanmak	1
Yeterli parayı kazanmak	1
Çok çalışmadan para kazanmak	1
Ev almak	1



Borçlarını bitirip ev almak	1
Apartman dairesinden taşınıp bahçeli bir ev almak	1
Yatırım yapmak (ev)	1
Araba sahibi olmak	1
Araba, ev almak	1
<b>Toplam</b>	<b>10</b>

**Tablo 41.** Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
En az 5 ülke görmek	1
Dünyayı dolaşmak / Dünya turuna katılmak	2
Yurt dışına çıkmak / yurt dışı	3
<b>Toplam</b>	<b>6</b>

**Tablo 42.** Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Kaliteli bir yaşam (her açıdan eğitim, sağlık, aile)	1
Yaşam kalitesini arttırmak	1
Şehir değişikliği	1
Yüksek lisans yapıp yurt dışında yaşamak / yurt dışına yerleşmek	2
Doktorayı tamamlayıp yurt dışında bir ülkeye yerleşmek	1
<b>Toplam</b>	<b>6</b>

**Tablo 43.** Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Tiyatro eğitimi almak	1
Kısa filmler çekmek	1
Otomobil yarışlarına geri dönmek	1
<b>Toplam</b>	<b>3</b>

**Tablo 44.** Sağlık İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

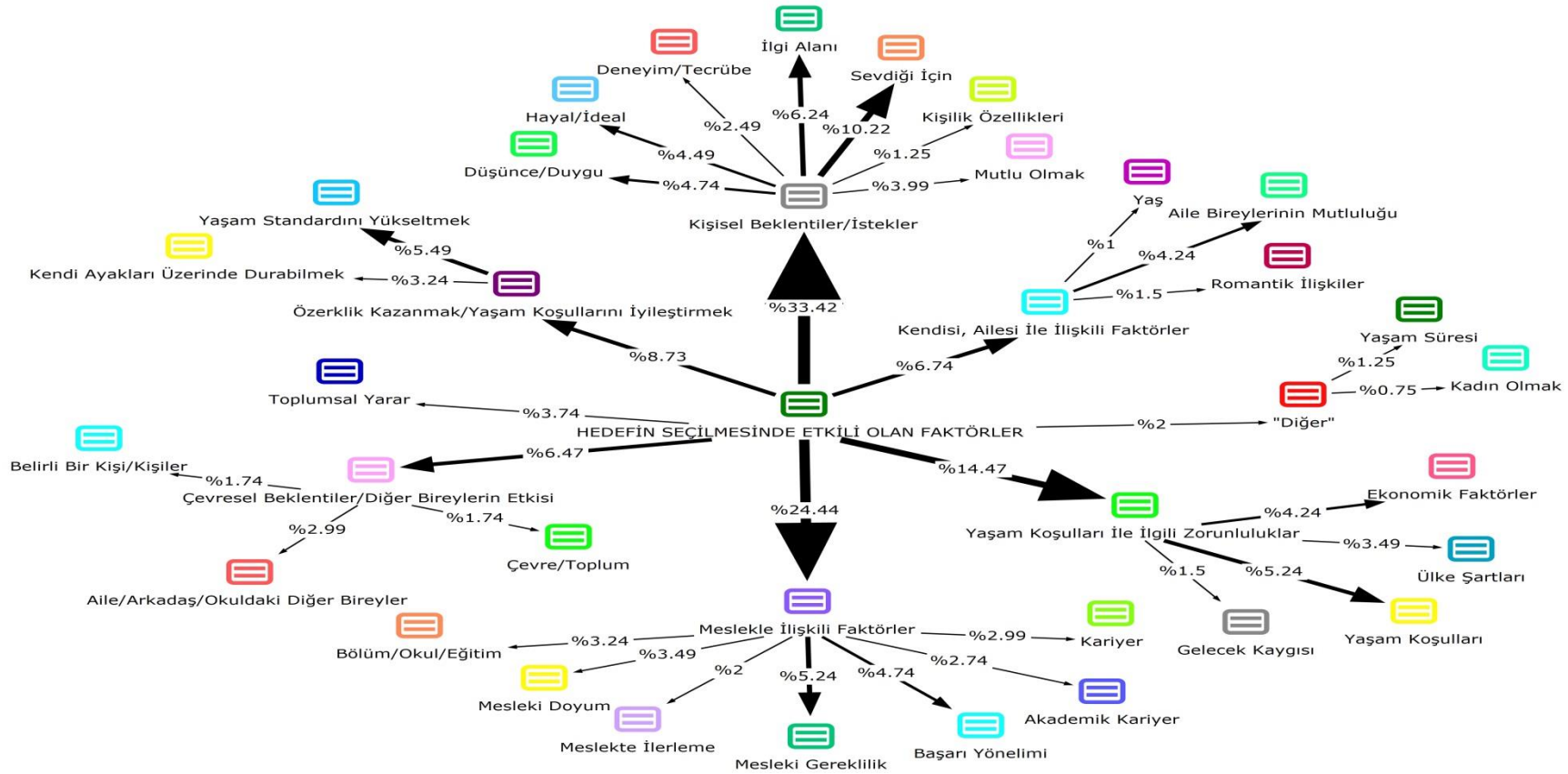
<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Geçirilen kronik rahatsızlığın tekrar etmemesi	1
Sağlık problemlerinin üstesinden gelmek	1
Sağlığını iyileştirmek	1
<b>Toplam</b>	<b>3</b>

**Tablo 45.** Toplumsal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kod

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Kazandığı parayla çocuklara yönelik sosyal sorumluluk projeleri yapmak	1
<b>Toplam</b>	<b>1</b>

### 3.2.1.2. Hedefin Seçilmesinde Etkili Olan Faktörlere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları

Asıl çalışma kapsamında geleceğe yönelik belirtilen hedefin seçilmesinde etkili olan faktörlerin neler olduğunun belirlenebilmesi amacıyla katılımcılara “*Sizi böyle bir hedefe yönlendiren veya böyle bir hedef seçmenizde etkili olan faktörler nelerdir? Kısaca açıklayınız.*” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların %93’ü bu soruya yanıt vermiştir. Yanıt vermeyen katılımcıların %52’si kadın, %48’i erkektir. Kodlama işlemi sırasında katılımcıların bir kısmının birden fazla kategoride yanıt verdikleri görülmüş; bu durumda verilen her yanıt ilgili kategoriye kodlanmıştır (ör. “*hayat şartları, gelecek planlarım*” veya “*ülke şartları, kariyer planlaması ve ekonomik nedenler*”). Yapılan analizler bireylerin hedeflerini çoğunlukla kişisel beklenti ve istekleri (%33.42) doğrultusunda belirlediklerine işaret etmektedir. Bunu, meslekle ilişkili faktörler (%24.44) ve yaşam koşullarıyla ilgili zorunluluklar (%14.47) izlemiştir. İlgili soruya verilen yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların 8 farklı kategoriye ilgili ifadeler kullandıkları görülmüştür (Şekil 16). Her bir kategoriye ait alt kategori ve kodlar aşağıda ayrıntılı bir biçimde gösterilmiştir (Tablo 46-Tablo 53).



Şekil 16. Hedefin Seçilmesinde Etkili Olan Faktörlere İlişkin Yüzdeler

**Tablo 46.** Kişisel Beklentiler / İstekler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Kendi Düşünce, Duygu ve İstekleri</b>	<b>19</b>
İsteklerim	1
En önemlisi benim kendi isteğim	1
Kendi hislerim ve inançlarım	1
Kendi duygu ve isteklerim	1
Duygu ve hisler	1
Öncelikle kendim ve içgüdüsel olarak duyduğum hisler	1
Hayattaki bireysel fikirlerim	1
Kendi düşünce, ilgi ve ihtiyaçlarım doğrultusunda	1
Kendi tercihim, ilgi alanlarım	1
Bu yöndeki eksikliği görmem, buna gücüm olduğunu düşünmem	1
Öğrenmenin ve öğretmenin kısaca bilginin gücüne inanıyorum	1
Başkalarının işinde çalışmaktan memnun olmamak	1
Yönetilmeyi, emir verilmeyi hiç sevmem. Ayrıca bu ülkeye istihdam sağlamak istiyorum	1
Benim dünya görüşüm bunu böyle gerektiriyor	1
İşimi elime almak istiyorum	1
Çevremden gelen talepler ve bir süre sonra kendi işimi kurma düşüncesi	1
Kendim, başarılı olma isteğim. İnsanlara yardımcı olmak isteğim ve ailemin emeklerini boşa çıkarmamak isteğim	1
Kişisel tecrübelerim ve şu an yaşamakta olduğum hayatın bana verdiği memnuniyet duygusu	1
Hayatta anlamlı olan ve sonuçlarını görebileceğim bir eylem / yatırım	1
<b>Hayal, Beklenti ve İdealleri</b>	<b>18</b>
İdeallerim	2
Hayallerim	1
Kendi ideallerim ve yaşantılarım	1
Kendi beklentilerim	1
Kendi ilkelerim, hayallerim en etkili faktörler olmakla birlikte ailemin de büyük payı vardır	1
Hedefimi kazanmak	1
Hukuk ve hukuka dair ideallerimin gerçek olmasını istemem ve bu uğurda çabalamam	1
Hayal ettiğim birçok şeyi yapmamda engel teşkil etmesi ve özgürlüğümü kısıtlaması	1
Bir devlet üniversitesinde memur kadrosunda görev yapmaktayım. Kişisel gelişim için akademik alanda ilerlememin daha elverişli olacağı kanaatine vardım	1
Hayallerimin büyük çoğunluğunu gerçekleştirebilmek için mesleğimi elime almam şart	1
Gelecek planları	1
Diğer tüm şeyler hedefime ulaşmada araç olduğu için	1
Zamanımı boşa harcamayıp hedeflerimi en kısa zamanda	1

gerçekleştirmek	
Devlette bulunan yetersiz imkanlar. Eğitimime hedefim yönünde devam etmem	1
Hayatıma yön verebilmem ve bir aşamayı tamamlamış olmaktır	1
Kendimi geliştirmek	1
Kendimi geliştirmek. Değişik kültürler görmek	1
<b>Deneyim, Tecrübe ve Yaşantıları</b>	<b>10</b>
Geçmişte yaşamış olduğum deneyimlerim	1
Yaşadığım yakın insanların ölümü	1
Kendi geçmişim	1
Hastalığı geçirirken deneyimlediğim (fiziksel ve psikolojik) yıpratıcı unsurlar	1
Ailemdeki sağlık sorunları beni bu hedefe yöneltti	1
Eğitim-öğretim hayatım boyunca edindiğim tecrübeler	1
Kendimi hayat, tecrübe ve becerimde sınırların üstünde gördüğüm tek yer	1
Etrafımda gördüklerim	1
Etrafımda benimle maddi anlamda aynı imkana sahip olup da davranış bozukluğu gösteren insanlarla bir tutulmak	1
Yetiştirilme sürecim	1
<b>İlgi Alanı</b>	<b>25</b>
İlgi	1
Eğitim aldığım alana olan ilgim ve yeteneğim	1
Okuduğum bölüme karşı olan ilgim	1
Yüksek lisans program konularına olan ilgim	1
Bu alana ilgi duyuyorum ve bu alanda çalışmak istiyorum. En iyilerle çalışmak istediğim için hayalim Hacettepe Üniversitesi	1
Bu işi yapmak istiyor olmam ve ilgili oluşum	1
Tarihe ve sosyal psikolojiye ilgim	1
Bu konudaki ilgim	1
Sosyal psikolojiye ilgi duymam, araştırma yapmayı sevmem	1
Araştırma ve geliştirmeye olan ilgim	1
Bu alanı merak ediyorum ve ilgilerimin bu doğrultuda olduğunu düşünüyorum. Bu alan beni büyülüyor adeta	1
Bu alana ilgi duymamdan kaynaklanıyor	1
Yeteneklerim, ilgi alanlarım, yapmaktan keyif duyacağıma inanıyorum	1
Askerliğe olan ilgim (hem asker olabilirim hem de öğretmen bu vesileyle). Disiplinli bir ortamda disiplinli insanlarla çalışmak, planlı programlı yaşamak	1
İlgi, yapabileceğimi düşünmem, yazılanların kitapla uzun ömürlü olabileceği düşüncesi	1
İlgilendiğim alandan zevk alıyorum	1
Hobim olması	1
En büyük hobim olması ve eskiden yaşadığım duygulara olan özlem	1
Klişedir; çocukken haber spikerlerinin taklitlerini yapardım	1
Diğer ünlü diyetisyenleri tanımak ve öyle olma isteği	1

Bilmek istiyorum	1
Dil öğrenmeye eğilimli olduğumu ailem 8 yaşında fark etti ve bu alanda baya ilerleme kaydettim. Diğer ırktan insanları tanımak isteği bu hedefe yöneltti	1
Yeni bir dil, yeni kültürler, farklı insanlar, geziler: Yeni ve farklı olan her şeye karşı oldukça ilgili oldum hep	1
Hayatın monotonluğu	1
Okuduğum kişisel gelişim kitapları	1
<b>Sevdiği ve Hoşlandığı İçin</b>	<b>41</b>
Anatomi dersini çok seviyor olmam ve akademik kariyer yapmak istemem	1
Yüksek lisans yaptığım alanı çok sevmem ve bu alanda daha da uzmanlaşmak istemem	1
İngilizceyi diğer branşlara göre daha çok sevmem	1
Çalıştığım alanı ve konumu çok seviyorum	1
Tiyatroyu çok fazla sevmem	1
"Tarih" e olan sevgim	1
Psikolojiyi seviyorum ve alanda uygulamaya dökmek istiyorum	1
Okumayı sevmek	1
Sevdiğim konularla ilgili bilgi edinmekten zevk alıyor olmam	1
Çocukları sevmem	1
Çocukları çok sevmem ve yetişmelerinde onlara kılavuzluk yapmak istemem	1
Çocukları çok sevdiğim için böyle bir hedefim var	1
Çocuk sevgisi, aile mutluluğu	1
Çocukları ve bu mesleği sevmem	1
Çocuklarla çalışmayı seviyorum. İletişim kurması yetişkinlere göre daha uyumlanmayı gerektiriyor ve sürekli aktif olmayı gerektiriyor. Kendimle iddialaşmaktan mutlu oluyorum	1
Mesleğimi sevmek / meslek sevgisi / mesleğimi çok sevmem	3
Mesleğimi seviyorum, büyümek istiyorum	1
İşimi seviyorum / işini sevmem / işimi sevmem	3
İş hayatını, beyaz önlük giymeyi sevmem	1
Sevdiğim bir işi yapmak. Hem iş hem de hobi olması	1
Çünkü okuduğum bölümün yolu oraya çıkıyor. Severek yapacağımı düşünüyorum	1
İçimdeki eğitim aşkı ve bu meslekle ilgili duyduğum iyi şeyler	1
Yaptığın işten alınan haz (zevk) duygusu	1
Hayatta kalmak için gerekli kaynakları sağlamak. Bunu yaparken de zevk almak	1
İşimi yaparken ki duyduğum mutluluk	1
Daha yaratıcı olabileceğim, keyif aldığım bir işte çalışmak	1
Bölümümden aldığım keyif	1
Havacılık tutkusu	1
Uçmak güzeldir	1
Sinemaya olan hevesim	1
Merak ve araştırmanın etkisi	1
Çok küçük bir ilçede doğup büyüdüm. İlçe çok baskıcı, gerici ve	1

sıkıcı geldiği için sadece kendim ve beni mutlu edecek işlerle uğraşmak istemem temel faktördür	
Mutlu olduğum işi yapmak	1
En çok arzu ettiğim şey çünkü	1
Sporcuları izlemekten zevk aldığım için. Benimde bir katkı olmasını isterim	1
İnsanlarla iletişim kurmayı seviyorum	1
Geçmişteki yaşantım, çevremdeki insanların etkisi en önemlisi başta eğitimim olmak üzere çalışmayı öğrenmeyi sevmek, paylaşım yapabilmek	1
<b>Kişilik Özellikleri / Karakterine Uygun Olduğunu Düşündüğü İçin</b>	<b>5</b>
Kendim	1
Kendi kişisel özelliklerim	1
Kişilik özellikleri	1
Kişiliğim ve alana duyduğum ilgi	1
Karakterim	1
<b>Mutlu ve Huzurlu Olmak</b>	<b>16</b>
Mutluluk	1
Mutlu olma isteği	1
Mutlu olmak için	1
Mutlu bir hayat yaşamak	1
Huzur	1
Huzur istemem	1
Olmak istediğim yerin bana getireceği manevi huzur	1
Çünkü insanlar mutlu olmak için yaşar	1
Hayat doyumu	1
Hayatımın ilerleyen dönemlerinde mutlu olarak yapabileceğim bir işimin olması. Mutluluk iş yaşamındaki rahatlık	1
Hayattan daha çok keyif almak ve etrafıma daha pozitif olmak	1
Şehrin gürültülü ve yorucu tarafından kurtulmak, bahçeye uğraşmak	1
Artık hayatımda stres istemiyorum	1
Bir an evvel hayatımı düzene koymak için	1
Süreç içerisinde beni çok üzmesi ve yorması buna bağlı günlük işlevlerimde bozulmalar olması	1
Geri kalan her şey o mutluluğu yakalamak için kullanılacak araçlar olduğu için	1
<b>Toplam</b>	<b>134</b>

**Tablo 47.** Meslekle İlişkili Faktörler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Mesleki Gereklilik ve Zorunluluklar</b>	<b>21</b>
Mesleğim	1
İşim	1
İş hayatı / iş yaşamı	2

Seçtiğim mesleğin gereklilikleri	1
Mesleki ihtiyaç	1
İşte yapılan haksızlıkları görmek	1
İşim yok	1
Okuduğum okul ve işsiz kalmak istememem	1
İşim, mesleğimi gerçekleştirdiğim çevre	1
Mesleğim ve ÖYP senedim	1
ÖYP'yi seçmiş olmam	1
Mesleki şartlar	1
Mesleğimin gerekleri; lisans eğitiminin yeterli olmadığını düşünüyorum ve ilgilendiğim alanda yurt dışında daha iyi eğitim veriliyor	1
Mesleki zorunluluklar	1
Çalışma koşulları	3
Çalışma koşullarının bana sunduğu imkanlar	1
İş imkanlarındaki avantajlarından dolayı	1
Bana göre bazı fizyoterapistler görevini hakkıyla yapmıyor. Ben de onlar gibi olmak istemediğimden böyle bir hedefe yöneldim	1
<b>Mesleki İlerleme</b>	<b>8</b>
Kendi alanımda söz sahibi olmak	1
Gelecekteki meslek yaşamım	1
Tıptı bitirmem ve belli bir alanda uzmanlaşmak istemem	1
Meslekte ilerleme isteği	1
Kendimi geliştirip mesleğimde ilerleme isteği	1
İş hayatına başlamam için iyi bir adım olur	1
İşimde ilerlemek, yeni ve kalıcı bir düzene girmek, aile düzenimizi buna göre planlamak	1
Başarılı olmak isteği. Daha rahat ve esnek çalışma şartlarına sahip olmak istemem. Medeni durumumun değişebileceği ihtimali (iş değiştirme söz konusu olursa)	1
<b>Mesleki Doyum Sağlamak</b>	<b>14</b>
Aldığım lisans eğitimi, kendimi geliştirmem ve bu yolda ilerlemek istemem	1
Yaptığım işi severek ve kaliteli olarak gerçekleştirebilmek	1
Yaptığım meslek ve mesleğimde daha bilgili daha ayrıntılı araştırma yapma isteğim	1
Öğretmen olarak alanımda kendimi geliştirmek, matematik öğretimi için yeni yöntemler keşfetmek istiyorum	1
Okuduğum işi yapma isteği. Çevremdekilerin bunu yapamazsın senden fizikçi olmaz demeleri	1
Sıradan bir meslek seçmek istememem	1
Uzun yıllar süren eğitim hayatımın meyvelerini toplayıp sevdiğim mesleği yapma isteği. Ve şuanda tüm sevdiğilerimden uzakta olmamdan dolayı hedefim bu	1
Mesleki seçim / tercih	1
Mesleki tatmin sağlamak	1
Mesleğim üzerinde kendimi geliştirmek	1
Mesleki doyum	1



4 yıl eğitim aldım ve bunun sonucunda mesleğimi rahat bir şekilde yapmak istiyorum	1
Eğitim-öğrenimi tamamlamak istiyorum, asıl yapmak istediğim iş	1
Senelerdir eğitim görüyoruz. Sonunda kendime güzel, istediğim gibi, mutlu olabileceğim ve maddi olarak beni tatmin eden bir iş istiyorum	1
<b>Kariyerinde Yükselmek, Kariyer Planlarını Gerçekleştirebilmek</b>	<b>12</b>
Kariyer	1
Kariyer planlarım	1
Kariyer planlaması	1
Kariyer planımı gerçekleştirmek	1
Kariyer yapma isteği	1
Daha iyi kariyer, daha iyi bir yaşam	1
Kariyerim, iş yerimdeki pozisyonum	1
Kariyer hedeflerimden biri olarak belirlediğim için	1
Hayatta edinmeniz gereken yer önemlidir. Ailenizi kurmanıza kadar giden bu süreçte edindiğiniz kariyer çok önemlidir	1
Genç ve dinamik bir yaşta olmam sebebi ile kariyerim için önemli olduğunu düşünüyorum	1
Hayatımı bu işle sürdürüyorum ve kariyerimi tamamlamak istiyorum	1
Şimdiye kadar kendimizi geliştirdik. Okul, staj, part-time iş ve dil okulları... Şimdi ise kariyerde yükselme zamanı gelmiştir	1
<b>Akademik Kariyerinde İlerleme Sağlamak</b>	<b>11</b>
Akademik kariyer	1
Akademik kariyer yapma isteği	1
Akademik başarı	1
Akademik kariyerimde ilerlemek istiyorum	1
Akademik hayatın gereği olarak kariyer basamaklarını atlayıp bir an önce yükselmek gerekiyor	1
Araştırma görevlisiyim. Doçent olmayı planlıyorum	1
Akademik kariyer yapıp ilerleme, kendimi kanıtlama ve toplumun önyargısını kırma	1
İyi bir akademik kariyere sahip olabilmek ve ufkumu genişletebilmek	1
İleride avukatlık mesleğinden üniversiteye geçiş fikri, kendimde akademisyen olmak istediğimden	1
Akademik çalışma deyince aklıma Amerika geliyor	1
Saygı duyduğum ve idolüm olan insanların akademisyen olmaları	1
<b>Başarı Yönelimi</b>	<b>19</b>
Başarılı olma güdüsü	1
Hayatımda sürekli başarılı olma isteğim	1
Başarı duygusu	1
Hayatta başarılı olma arzusu	1
Hayatta başarılı olma isteğimdir	1
Yaşam boyunca her zaman zirvede ve iyi işler yapmayı kendime	1

hedef koyduğum için	
İdealist olmam	1
Yatay geçiş yaptım, bireysel önceliklerim, amaçlarımı gerçekleştirmek adına sarf etmiş olduğum ve hala sarf ettiğim çabanın beni güdülemesi	1
Bilimsel anlamda kendimi kanıtlamak ve özellikle çalıştığım alanda gördüğüm sorunları da ortaya koyacak doktora tezimi tamamlamak	1
Böyle bir hedef seçmemim nedeni mesleğimde iyi bir kariyere sahip olmak. Başarılı bir iş yaşamı sürmek istiyorum. Alanında yetkin ve en iyilerden biri olmak istediğim için böyle hedefler seçtim	1
Adını duyurmuş, ünlü bir diyetisyen olmak, gözde olmak	1
Mesleğimde ileri adımlara geçmek. Kendimi daha geliştirmek istiyorum. Yapabildiğimin en iyisini yapmak için böyle bir adım düşünüyorum	1
Bölüm çok isteyerek geldiğim bir yer değildi. Olmuşken madem en iyisi olmak için böyle bir hedefim var	1
Kişinin kendini sürekli geliştirmesi her alanda başarıya erişiminde etkili rol oynayacaktır	1
Azmim, yaşama isteğim	1
Mesleğimi elime alıp, kendi kendime bir şeyler başardığımı görmek için	1
Okuduğum bölümde nitelikli öğretmen azlığı	1
Başarılı bir insan olmak. Yaşamdan en çok yararlanmak. Aileme yaşlı dönemlerinde yardımcı olmak. Bir bilim insanı olmak	1
Şimdiye kadar elimi attığım her şeyde yüksek başarı elde ettim. Bir yerde çalışırken verdiğim katkının geri dönüşü katkıyla denk olmuyor. Kendi işimi kurduğum zaman ben ne kadar iyi olursam sonucu da o kadar iyi olacak	1
<b>Bölüm, Okul veya Aldığı Eğitim</b>	<b>13</b>
Eğitim	2
Eğitim hayatı	1
Eğitimimi tamamlamak	1
İş hayatımda eğitimimin ön planda olması	1
Mesleğime devam etmek için, doktora eğitimimi tamamlamam gerekiyor	1
Ben bu meslek için eğitim gördüm ve bu mesleği yapıyorum demek	1
Bölümüm	1
Bölümümün getirdiği bilgi birikimi böyle bir seçim yapmamı sağlıyor	1
Bölümden dolayı önemli olduğunu düşünüyorum	1
Okuduğum okul	1
Çok uzadı okul	1
ODTÜ	1
<b>Toplam</b>	<b>98</b>

**Tablo 48.** Yaşam Koşulları İle İlgili Zorunluluklar Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Gelecek Kaygısı, Korkusu, Endişesi</b>	<b>6</b>
Gelecek korkusu	1
Gelecek kaygısı	4
Endişe	1
<b>Yaşam Koşulları</b>	<b>21</b>
Yaşam koşulları / şartları	4
Hayat koşulları / şartları	10
Hayat	2
Şimdiki durum	1
Hayat şartları, maddi ve manevi tatmin olmak	1
Yaşam koşulları, maddi manevi tatminkarlık	1
Hayatın pahalı olması ve işlerin zor olması	1
Büyükşehir yaşam koşulları, çalışma koşulları	1
<b>İçinde Yaşanılan Ülkenin Şartları</b>	<b>14</b>
Hayat çok zor, Türkiye şartlarında yaşamak çok zor	1
Türkiye toplumu	1
Türkiye koşulları	1
Ülkemdeki olumsuz olaylar	1
Ülkemde iş olanaklarının olmadığını düşünüyorum	1
Ülke şartları	1
Ülke şartları. Sağlığın günümüzde önemli bir yer teşkil etmesi	1
Ülkemizin içinde bulunduğu durum. Yurt dışındaki imkanlar.	1
Ülkemizde bilim insanların yeterli saygıyı görmemesi	1
Türkiye koşullarında iyi bir iş bulmak birçok hedef için koşul	1
Bu ülke insanlarından umudumu kestim. Hiç medeni olmadıklarını düşünüyorum. Farklı insanları anlamaya çalışan, saygılı, dürüst, demokratik ve duyarlı bir yerde yaşama isteğim bu konuda birincil etken	1
Yabancı memleketlerdeki çalışma şartları, farklı kültürleri tanıma, yeni deneyimler	1
Ülkemin bulunduğu ahvali ve geleceğe dair öngördüğüm durumların bütünü	1
TC'de yaşayıp yaşanmış olayları gözümle görmem	1
Maddi endişelerden ve Türkiye'de müzisyenliğin durduğu noktadan dolayı "diploma" amacıyla okulu bitirmek	1
<b>Ekonomik Faktörler</b>	<b>17</b>
Para	2
Para kazanmak	1
Daha fazla para kazanmak	1
Ücret	1
Maddiyat	2
Maddi durumlar vs.	1
Maddi sıkıntılar	1
Borçlardan dolayı	1
Ekonomik nedenler	2

Ekonomik boyutu da var	1
Kısıtlı istihdam alanlarının yanında çağımızda maddiyatın belirleyici olması	1
İş bulup gelir elde etmek	1
Zengin olmak insanı muktedir yapar, bununla biz sadece kendi hayatımızı iyi sürdürmekten, birçok insanın hayatını yaşamını değiştirebiliriz	1
İstediğim koşullarda istediğim ücrette çalışabileceğim düşüncesi	1
<b>Toplam</b>	<b>58</b>

**Tablo 49.** Özerklik Kazanmak / Yaşam Koşullarını İyileştirmek Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Ekonomik Özgürlüğünü Kazanabilmek, Kendi Ayakları Üzerinde Durabilmek, Bağımsız Olabilmek</b>	<b>13</b>
Ekonomik özgürlüğümü kazanma isteği	1
Ekonomik özgürlüğe sahip olabilmek isteği. Hayattaki özgürlükleri kaygısız yaşayabilme isteği	1
Geçimimi sağlamak ve ekonomik özgürlüğümü elde etmek için iş kurmak ve her zaman daha ileriye hedeflemek	1
Kendi paramı kendim kazanabilmeyi istemem. Evlendiğim zaman aileme maddi destek sağlamak istemem	1
Kendi ayaklarımın üzerinde durabilmek / durabilme isteği	2
Kendi ayaklarım üzerinden durabilmek, geleceğimi istediğim gibi yaşayabilmek	1
Kendi bağımsızlığımı elde etmek için bir meslek sahibi olmak	1
Aileme daha fazla yük olmak istememem. Kendi hayatımı kurmak istemem	1
Artık aileye yük olmaktan kurtulmak ve 17 yıllık eğitimimin artık bir işe yarayacağına şahit olmak	1
Aileme bağımlı olmak istemiyorum	1
Hayata dair farklı bakış açıları kazanarak, bağımsız bir birey olarak yaşayabilmek istemem önemli faktörler	1
Tek insan hür insandır	1
<b>Yaşam Standardını Yükseltmek, Daha İyi Bir Yaşam Elde Etmek</b>	<b>22</b>
Kaliteli bir hayat sürmek	1
Yaşam standardımı yükseltmek	1
Yaşam kalitemi yükseltme isteği	1
Öncelikle ailemin verdiği emeğe bir an önce karşılık vermek istiyorum. Hedefime ulaşip, kendimin ve onların yaşam kalitesini yükseltme amacı	1
Yaşam koşullarının yükseltilmesi hedefi	1
Yaşam standartları (Gelir)	1
Daha kaliteli bir yaşama sahip olma isteği	1
Kaliteli yaşam isteği	1

Eđitim dűzgűn kaliteli bir yařam için önemli	1
Gűnlűk yařam kalitemi olumsuz etkilemesi	1
Beni bu hedefe yönlendiren ileride kuracağım hayatın şartlarını belirleyecek olmasıdır	1
Daha iyi yaşamak	1
İyi bir yaşam	1
Öđretmen olmak benim rahat bir yařam sűrmem için	1
Gelecekte ideal bir hayat yaşamak	1
Gelecekte rahat bir yaşam	1
Kendime ve aileme iyi bir hayat yaşatmak	1
Daha rahat ve zgűrce yařamımı sűrdűrme isteđi	1
Toplu tařıma araçları ile çok vakit kaybetmem ve arabanın yařamımdaki konforu arttıracađını dűřűnmem	1
Lűksűne dűřkűn olmam	1
Ben bir kadını, lezbiyenim, aleviyim, vejetaryenim. Onlarca teki kimliđim var ve çevremde de onlarca öteki kimlikte insan var. lmek, ldűrmek, ldűrűlmek istemiyorum. Sınıf ayrımı olmayan, eřit olduđumuz, zgűr olduđumuz bir yařam istiyorum	1
Yaşama devam etmek için	1
<b>Toplam</b>	<b>35</b>

**Tablo 50.** evresel Beklentiler / Diğer Bireylerin Etkisi Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Belirli Bir Kişi, Kişiler</b>	<b>7</b>
İlkokul ğretmenim	1
Lisedeki đretmenim en bűyűk faktör	1
Okuldaki hocam	1
Amcamın yönlendirmesi	1
Hastanedekiler, profesörler	1
rnek aldığım kişiler	1
Ailemdaki bireylerinde sağlık kurumlarında çalışmaları	1
<b>Aile, Arkadaş, Okuldaki Diğer Bireyler</b>	<b>12</b>
Ailem	5
Aile yaşantım	1
Ailemin beklentileri	1
Ailemdaki psikolojik sorunlar. Birde psikoloji okuyan arkadaşlarımdaki iyimser tavırlar. İnsan psikolojisine katkı sağlamak	1
Ailem ve arkadaşlarım	1
Aile, arkadaş baskısı	1
Arkadaş evresi	1
Aile ve okul beklentileri	1
<b>evre, Toplum</b>	<b>7</b>
Toplum	1

Toplumda kabul görme	1
Çevre ve toplum beklentisi	1
Sosyal etkenler	1
Sosyal gereklilikler	1
Yaşadığım şehir ve çevrem	1
Çevre baskısı: İnsanlar o kadar okudu ama evde oturuyor demesinler. Ablam öğretmen ve atanmadı. Onun yaşadığı psikolojik sorunları yaşamak istemiyorum	1
<b>Toplam</b>	<b>26</b>

**Tablo 51.** Kendisi, Ailesi İle İlişkili Faktörler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Aile Bireylerinin Mutluluğu</b>	<b>17</b>
Ailemin mutlu olması için	1
Ailemi sevindirmek	1
Aile kurumunu sevmem nedeniyle	1
Eşimi ve ailemi çok sevmem. Toplum içinde de devamlı olarak olumlu düşünen biri olmam	1
Ailemle güzel vakit geçirmeyi çok isterim	1
Aileme karşı sorumluluklarım	1
Evli olarak sorumluluk sahibi olmak	1
Ailemin geçimini sağlama zorunluluğum. Çocuklarıma daha iyi bir gelecek sağlamak isteği	1
Çocuk sahibi olmam. Onların geleceğini umursamam	1
Çocuklarımla başarılı olmalarını ve daha konforlu ve mutlu olmalarını istiyorum	1
Aile yaşantısının hayatın her aşamasını çok fazla etkilediğini düşündüğüm için çocuğumun mutlu bir aile hayatına sahip olmasını arzu ediyorum	1
İş yaşamı olarak tatmin edici bir iş yapmaktayım, bundan dolayı artık aile hayatına yönelmek istiyorum	1
Erkeklerdeki askerlik durumu gibi olduğunu düşünüyorum.	1
Anne olmak istediğim yaşlardayım. Eşim benden 12 yaş büyük ve çocuk sahibi olmayı çok istiyoruz. Zamanı kaçırmadan bu isteğimizi gerçekleştirip iş-yaşam yeni hedeflere odaklanabiliriz	1
İleride bir aile geçindirebilecek olmam ve ailemin bana sunduğu imkanların ötesini aileme, çocuklarıma sunmak istemem	1
Aile kurma amacı sevdiğim insanla evlenip yuva kurmak ve çocuğa sahip olmak	1
Aile hayatı önemlidir. İş hayatı da aile hayatının iyi gitmesinin nedenlerinden	1
Aile olmanın önemi, ailede olmanın bir aileye ait olmanın getirdiği güven duygusu	1
<b>Yaş</b>	<b>4</b>
Yaşım	1

İlerleyen yaş	1
Yaş, düzenli bir hayat ihtiyacı	1
Yaş, ilişki, kariyerde belli bir noktaya gelme	1
<b>Romantik İlişkiler, Evlilik</b>	<b>6</b>
Aşk	2
Aşk. Ömrümü geçireceğim insanı bulduğuma inanmam	1
Hayatta güvenebileceğim, her an seninle olduğunu bildiğin bir insanın huzur kaynağı olacağını düşünüyorum	1
Sevgilimin mükemmelliği	1
Evlilik	1
<b>Toplam</b>	<b>27</b>

**Tablo 52.** Toplumsal Yarar Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
İyi bir insan olmak istemem	1
Çevremde gözlemlediğim sorunlar ve yeni neslin duygusal tatminsiz, vicdani yoksunluk içerisinde geliştiğini gözlemledim	1
Gelecekte yararlı olabilecek nesiller yetiştirebilmek	1
Milletime faydalı bir vatandaş olmak istiyorum	1
Çünkü kendimi insanlara faydalı olabileceğim şekilde mutlu hissediyorum	1
İnsanlara karşılıksız yardım yapmak beni mutlu ediyor	1
Ben yaptığım işte en iyi olmayı isterim. Bana yardımcı olmayan insanlara yapabildiğimi göstermek ama en önemlisi insanlara yardımcı olmak	1
Çevremdeki insanlara faydalı olabilmek çok önemlidir. Hayatta olmamın bir anlamı gibidir. Aynı zamanda hayatın kısa olduğunu düşündüğüm için hedefim bu şekilde	1
Her anımızın bir amacı veya faydası olmalı	1
Adaleti sağlamak	1
(Faydacılık) insanlarla iletişim kurabilmeyi ve faydalı olmak istediğim için	1
Çevrem (aile, arkadaş, akraba) bana ihtiyaç duymaları	1
Ülke eğitim sisteminde farklılık yaratabilmek	1
Sorumluluk, yardımseverlik	1
Bilime katkı ve ülkeme bilim adına insanlar yetiştirmek	1
<b>Toplam</b>	<b>15</b>

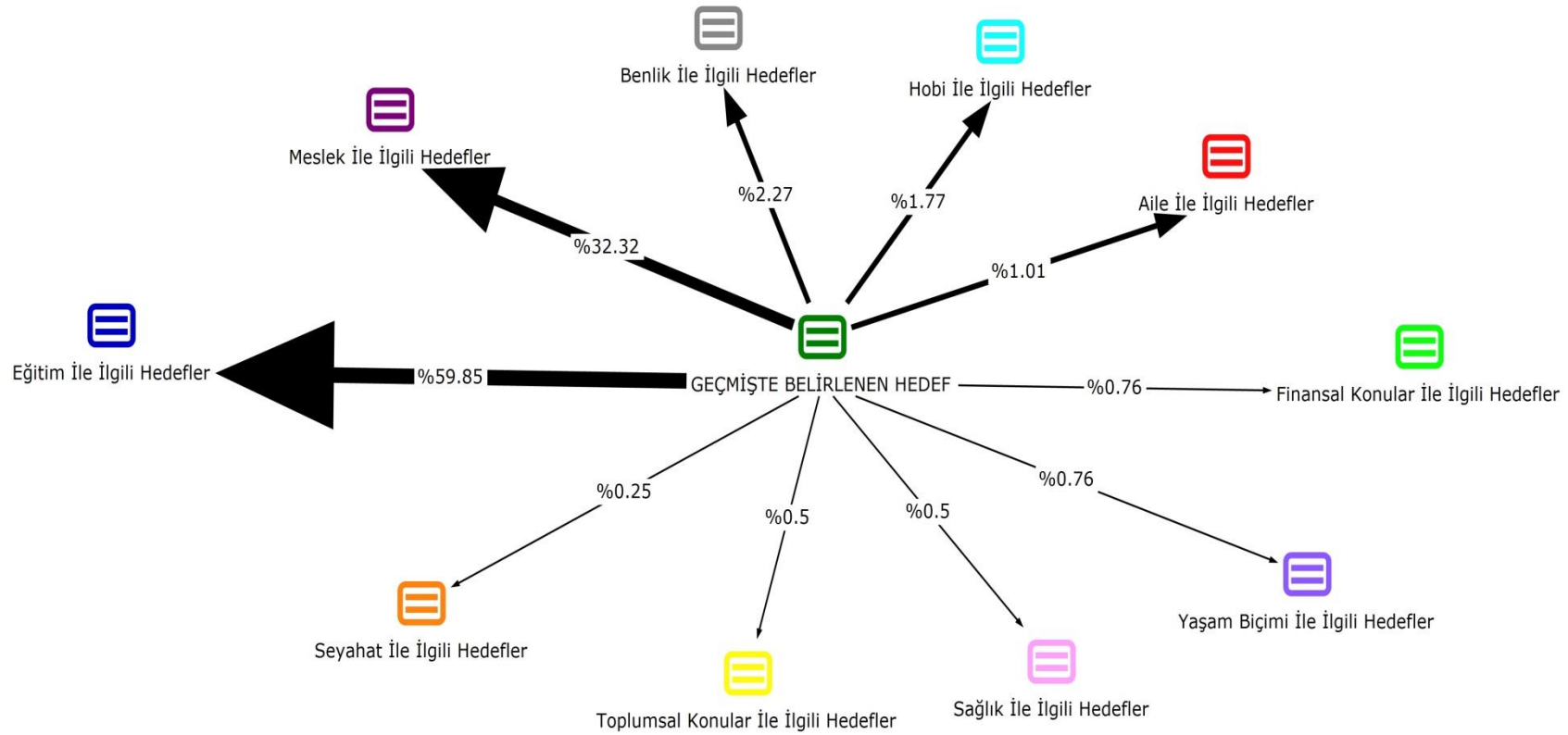
**Tablo 53.** "Diğer" Kategorisi Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Yaşam Süresi</b>	<b>5</b>
Kıscık ömrümüzü sevdiklerimizle geçirmek düşüncesi	1
Hiç değişmeyen ölüm hakikati. Çünkü insan elindeki değerini kaybedince anlıyor. O yüzden sevdiklerimizden ayrılmadan evvel onlarla güzel ve mutlu bir hayat geçirmek beni her zaman mutlu eder	1
Hayatımdaki her şeyin geçici olduğunu fark ettim. Her şey ilüzyon	1
Hayatımızın kısa olması	1
Hayatın pek "mantıklı" olmaması, belirli bir düzen ya da adaletten yoksun olması, yaşamı katlanılmaz hale getirdiği için, bir şeylerle hayatıma anlam vermek zorunda olduğumu hissediyorum. Bunu da merak ve araştırmalarla çözüyorum	1
<b>Kadın Olmak</b>	<b>3</b>
Annem ve babamın emekleri fakat ilk önce tabi ki de küçüklükten beri hayal ettiğim güçlü, değerlerini bilen ekonomik özgürlüğü olan bir kadın olmak isteği	1
Kadınların ayaklarının üzerinde durması gerektiğini düşünüyorum ve iyi bir kariyeri hak ediyorum	1
Köyümün üniversite okuyan tek kadınıyım. Kadınlara fırsatlar verildiğinde neler yapabileceğimizi göstermek istiyorum	1
<b>Toplam</b>	<b>8</b>

### 3.2.1.3. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları

Yapılan analizler beliren yetişkinlerin geçmişe yönelik hedeflerini belirtirken eğitim yaşamı ile ilgili ifadeleri (%59.85) sıklıkla kullandıklarını ortaya koymaktadır. Bu ifadeleri meslek yaşamı (%32.32) ve benlik (%2.27) ile ilgili ifadeler izlemiştir. İlgili soruya verilen yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların 10 farklı alanla ilgili ifadeler kullandıkları görülmüştür (Şekil 17). Her bir temel kategoriye ait kodlar aşağıda ayrıntılı bir biçimde gösterilmiştir (Tablo 54-Tablo 63).





**Şekil 17.** Geçmişte Belirlenen Hedef Kapsamında Elde Edilen Kategorilere Ait Yüzdeler

Tablo 54'den de takip edilebileceği gibi eğitim yaşamı ile ilgili olarak *üniversite kazanmak / üniversiteye yerleşmek / gitmek / girmek / okumak / üniversite eğitimi almak ve belirli bir bölüm / fakülte kazanmak / okumak / yerleşmek (hukuk, psikoloji, tıp, diş hekimliği, konservatuar vb.)* kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Meslek yaşamıyla ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar *meslek sahibi olmak / iyi bir meslek sahibi olmak / insanlara faydalı olabileceği bir mesleğe sahip olmak, akademisyen olmak / öğretim üyesi olmak ve iş sahibi olmak / iyi bir iş sahibi olmak / yapmaktan mutlu olacağı bir iş sahibi olmaktır* (Tablo 55). Benlik ile ilgili sıklıkla ifade edilen kod ise *kendi ayaklarının üstünde durabilmektir* (Tablo 56).

**Tablo 54.** Eğitim İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Eğitim / eğitimsel hedefler	3
Eğitimini tamamlamak / eğitimini başarılı bir şekilde tamamlama	2
Okumak	1
Okulu bitirmek / okulu bitirme	2
Başarılı bir okul hayatı	1
Derslerinin iyi olması	1
Öğrenim gördüğü alanda kendini geliştirebileceği kadar geliştirmek	1
Sevdiği bir alan bulup bu alanda kendini geliştirmek	1
Yurt dışına gitmek (staj için)	1
<b>Lise eğitimi</b>	<b>10</b>
Fen lisesini kazanmak	1
İyi eğitim veren bir liseye gidebilmek	1
Meslek lisesinde grafik bölümüne girebilmek	1
Lise 1'de çocuk gelişimi bölümüne girebilmek	1
Liseden mezun olmak / lise mezuniyeti	2
Liseden dereceyle mezun olmak	1
Lise eğitimini başarıyla tamamlamak / liseyi başarıyla bitirmek	2
Lise hayatını olabildiğince en iyi şekilde geçirmek	1
<b>Üniversite sınavı</b>	<b>8</b>
Üniversite sınavını kazanmak	2
Üniversite sınavını ilk girişinde kazanmak	1
Üniversite sınavında başarı / başarılı olmak / üniversite sınavı başarısı	3
YGS, LYS'den iyi bir puan alıp Ankara'da iyi bir üniversite tutturmak	1
Üniversite sınavını ilk 20.000'de olarak geçirmek	1
<b>Lisans eğitimi</b>	<b>194</b>
Üniversite	12

İyi / güzel bir üniversite	4
Liseden bir an önce kurtulup üniversiteye başlamak	1
Üniversite kazanmak / okumak / eğitimi almak / üniversiteye yerleşmek / gitmek / girmek / okumak	43
İyi bir üniversite kazanmak / iyi bir üniversiteye yerleşmek / girmek / gitmek / iyi bir üniversitede öğrenim görmek	22
Mesleğiyle ilgili en iyi eğitimi alabileceği üniversiteye gitmek	1
İstediği üniversiteyi kazanmak	1
İyi bir bölüm kazanmak	4
Üniversitede istediği bölümü kazanmak / okumak / istediği bölüme girmek	9
İyi bir üniversitenin iyi bir bölümünü kazanmak / iyi bir üniversitede iyi bir bölümde okumak / bulunmak	5
İyi / kaliteli bir üniversitede istediği bölümü okumak	2
İstediği üniversitede istediği bölümü okuyabilmek / istediği bölüme girebilmek	2
Kendine yakın bulduğu, okurken sıkılmak yerine eğlenebileceği bir bölüm kazanmak	1
Sıkılmayacağı bir eğitime devam edebilmek	1
Güzel bir üniversitede güzel bir bölüm okumak / kazanmak	2
Üniversitede belirli bir alanda (sağlık, genetik) eğitim almak	2
Üniversiteye girip istediği alanı seçebilmek	1
Belirli bir bölüm / fakülte kazanmak / okumak / yerleşmek (Hukuk, psikoloji, tıp, diş hekimliği, konservatuar vb.)	27
İyi bir üniversitede belirli bir bölüm okumak (inşaat mühendisliği, tıp, psikoloji vb.)	4
Şu anda okuduğu bölümü kazanmak	2
Belirli bir üniversitede okumak / üniversiteyi kazanmak	6
Belirli bir üniversitede belirli bir bölüm kazanmak	6
Belirli bir şehirde üniversite okumak	1
Üniversitede iyi puanlar almak	1
Üniversiteden mezun olmak / üniversiteyi / lisans eğitimini bitirmek / üniversite eğitimini tamamlamak	20
Fakülteyi bitirmek	1
İsteyerek kazandığı üniversiteyi bitirmek	1
Üniversiteyi başarıyla bitirebilmek	4
İyi bir not ortalamasıyla mezun olmak	1
İyi bir üniversiteye girip mezun olmak	1
Bölümü dereceyle bitirip iş sahibi olabilmek için kalifiye olarak mezun olmak	1
Okuduğu ikinci bölümü zamanında bitirmek	1
İkinci bir üniversite okumak	1
Üniversite mezunu olmak	3
<b>Lisansüstü eğitim</b>	<b>12</b>
Okulu iyi bir ortalamayla bitirip yüksek lisans yapmak / üniversiteyi iyi bir derece ile bitirip yüksek lisansa başlamak	2
Üniversiteyi bitirip alanında veya başka bir alanda uzmanlaşmak	1
Yüksek lisans yapmak / yüksek lisansı tamamlamak	7

Lisansüstü eğitime devam etmek	1
İstediği lisansüstü eğitime yerleşmek	1
<b>Toplam</b>	<b>237</b>

*Not.* İlgili kategori kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Kategoride yer alan kodların daha rahat takip edilebilmesi amacıyla sözel olarak birbirine benzeyen ifadeler bir araya getirilmiş ve alt kategoriler (ör. lisans eğitimi, lisansüstü eğitim) oluşturulmuştur.

**Tablo 55.** Meslek Yaşamı İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Meslek seçimi / ilerde edineceği mesleği doğru olarak seçmek	2
İyi bir iş tecrübesi	1
Bir iş sahibi olup planlarını gerçekleştirmek	1
Mesleğini bırakmak	1
Çalışmak, çalışmak, çalışmak	1
Belirli bir kurumda kalmak / belirli bir yerde çalışmak (ODTÜ vb.)	2
Yurt dışında bir yardım kuruluşunda çalışmak	1
İstediği şehirde çalışmak	1
Yurt dışında çalışmak	1
İyi bir gelecek	1
Akademik kazanım - iş	1
Baba mesleğini devam ettirmek	1
Bilgisayar oyunu yapmak / yapan bir firmada çalışmak	1
<b>İşe girmek / iş bulmak</b>	<b>10</b>
İş / iş bulmak	3
İyi bir iş / iyi bir iş bulabilmek / iyi bir işe girmek	3
Severek yapabileceği bir iş	1
Mezun olduktan sonra güzel maaşlı bir iş	1
Şu an yapılan iş	1
İş yaşamına başlamak	1
<b>İş / meslek sahibi olmak</b>	<b>25</b>
İş sahibi olmak / iyi bir iş sahibi olmak / yapmaktan mutlu olacağı bir iş sahibi olmak	8
Meslek sahibi olmak / iyi bir meslek sahibi olmak / insanlara faydalı olabileceği bir mesleğe sahip olmak	11
Mutlu olabileceği ve kendini adayabileceği bir meslek sahibi olmak	1
Hedefindeki işe sahip olmak	1
Meslek edinmek	1
İşe girme garantisi olan bir meslek edinmek	1
Bir an önce meslek hayatına atılmak	1
İyi bir meslek hayatına sahip olmak	1
<b>Belirli bir meslek sahibi olmak</b>	<b>44</b>
Avukat olmak (başarılı bir...)	1
Hakim olmak	1

Hukukçu olmak (iyi bir...)	1
Akademisyen / öğretim üyesi olmak	10
Klinik psikolog olmak	1
Mimar olmak	1
Mali müşavir olmak	1
Mütercim tercüman olmak	1
Öğretmen olmak (edebiyat, matematik, çocuk gelişimi)	7
Liseden mezun olup makine mühendisi olmak	1
Doktor olmak / doktorluk	3
Diş hekimi olmak	3
Polis olmak	3
Subay olabilmek	1
Diyetisyen olmak	3
Gazeteci olmak	1
İşletme mezunu ticaret adamı	1
Müzisyen olmak	1
Şair olmak	1
Futbolcu olmak	1
Hostes olmak	1
<b>Kariyer</b>	<b>7</b>
Kariyer	1
Kariyer planı / kariyerle ilgili planlar	2
İyi bir kariyer sahibi olmak	1
İyi bir kariyer (meslek) edinmek	1
Belirli bir alanda kariyer yapmak (gazetecilik)	1
Üniversitede eğitimini aldığı alanla ilgili iyi bir kariyer başlangıcı yapmak	1
<b>Atanmak</b>	<b>3</b>
Mezun olup bölümüne atanmak	1
Devlet memuru olmak	1
KPSS	1
<b>Okulu bitirip çalışmak / meslek hayatına atılmak vb.</b>	<b>9</b>
Okulu bitirip çalışmaya başlamak	1
Okulu bitirip daha düzgün bir iş kolunda çalışmak	1
Okulu bitirip meslek hayatına atılmak	1
Okulu bitirip iş sahibi olmak	1
Okulu bitirip iyi bir mühendis olmak	1
Okulu iyi bir şekilde bitirip çok güzel bir işe girmek	1
Üniversiteyi bitirip işe girmek	1
Üniversiteyi iyi şekilde bitirip iyi bir iş sahibi olmak	1
Güzel bir üniversitede okuyup bitirdikten sonra mesleğini eline alıp çalışmak	1
<b>Üniversiteden mezun olup akademisyen olmak / akademik hayata atılmak</b>	<b>4</b>
Üniversiteden mezun olup akademisyen olmak	1
Başarıyla üniversiteden mezun olup akademisyen olmak	1
Üniversiteyi bitirip akademik hayata atılmak / okulu bitirip akademide çalışmaya başlamak	2

<b>İşyeri açmak</b>	<b>2</b>
Kendi işyerini açmak	1
Mesleği üzerine işyeri açmak	1
<b>Mesleki başarı / iş başarısı</b>	<b>5</b>
Mesleğinde ilerlemek	1
Mesleki anlamda kendini en iyi şekilde geliştirmek	1
İş başarısı / iş yaşamında başarıya ulaşabilmek	2
İlerde başarılı olmak	1
<b>Mesleki uzmanlık</b>	<b>4</b>
Elektrik-elektronikte uzman olmak	1
TUS'u kazanabilmek / uzmanlık sınavını kazanabilmek / uzmanlık	3

---

**Toplam** **128**

---

*Not.* İlgili kategori kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Kategoride yer alan kodların daha rahat takip edilebilmesi amacıyla sözel olarak birbirine benzeyen ifadeler bir araya getirilmiş ve alt kategoriler (ör. işe girmek / iş bulmak, belirli bir meslek sahibi olmak) oluşturulmuştur.

**Tablo 56.** Benlik İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Kendi ayaklarının üstünde durabilmek	2
Aileden ayrı, farklı şehirde kendi ayakları üstünde durabilmek	1
Kendini yeterince tanıyarak mutlu olacağı yönünü belirlemek	1
Kendini geliştirecek etkinliklere katılmak	1
Bağımsız olmak için üniversite	1
Metamorfoz	1
Arkadaşları arasında “cool” olmak	1
Hayatın tadını çıkarmak	1
<b>Toplam</b>	<b>9</b>

**Tablo 57.** Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
İlgilendiği sporda kendini geliştirmek	1
Uğraşılan müzik dalında başarılı olmak	1
Hayatına yeni yetenekler katmak	1
Resim alanında kendini geliştirmek	1
Voleybolda ilerlemek	1
Voleybolda çok başarılı olmak, mükemmel takımlarda oynamak	1
Dünyanın en güzel sahnesinde gitar çalmak	1
<b>Toplam</b>	<b>7</b>

**Tablo 58.** Aile Yaşamı ve Yakın İlişkiler İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Evlenmek	1
Sevdiği kişiyle evlenmek	1
Mutlu bir yuva kurmak	1
Kız arkadaş sahibi olmak	1
<b>Toplam</b>	<b>4</b>

**Tablo 59.** Finansal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Zengin olmak	2
Para kazanmak	1
<b>Toplam</b>	<b>3</b>

**Tablo 60.** Yaşam Biçimi İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Evden ayrılmak	1
Tek başına yaşamak, sevgiyle yapabileceği bir işle yaşamak	1
Tembellik yasasının bulunduğu ülkelerde yaşamak	1
<b>Toplam</b>	<b>3</b>

**Tablo 61.** Sağlık İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Sağlığına kavuşmak	1
Kilo vermek	1
<b>Toplam</b>	<b>2</b>

**Tablo 62.** Toplumsal Konular İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kodlar

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Kendini bir şekilde bayrağına adamak	1
Siyasete girmek	1
<b>Toplam</b>	<b>2</b>

**Tablo 63.** Seyahat İle İlgili Hedefler Bağlamında Oluşturulan Kod

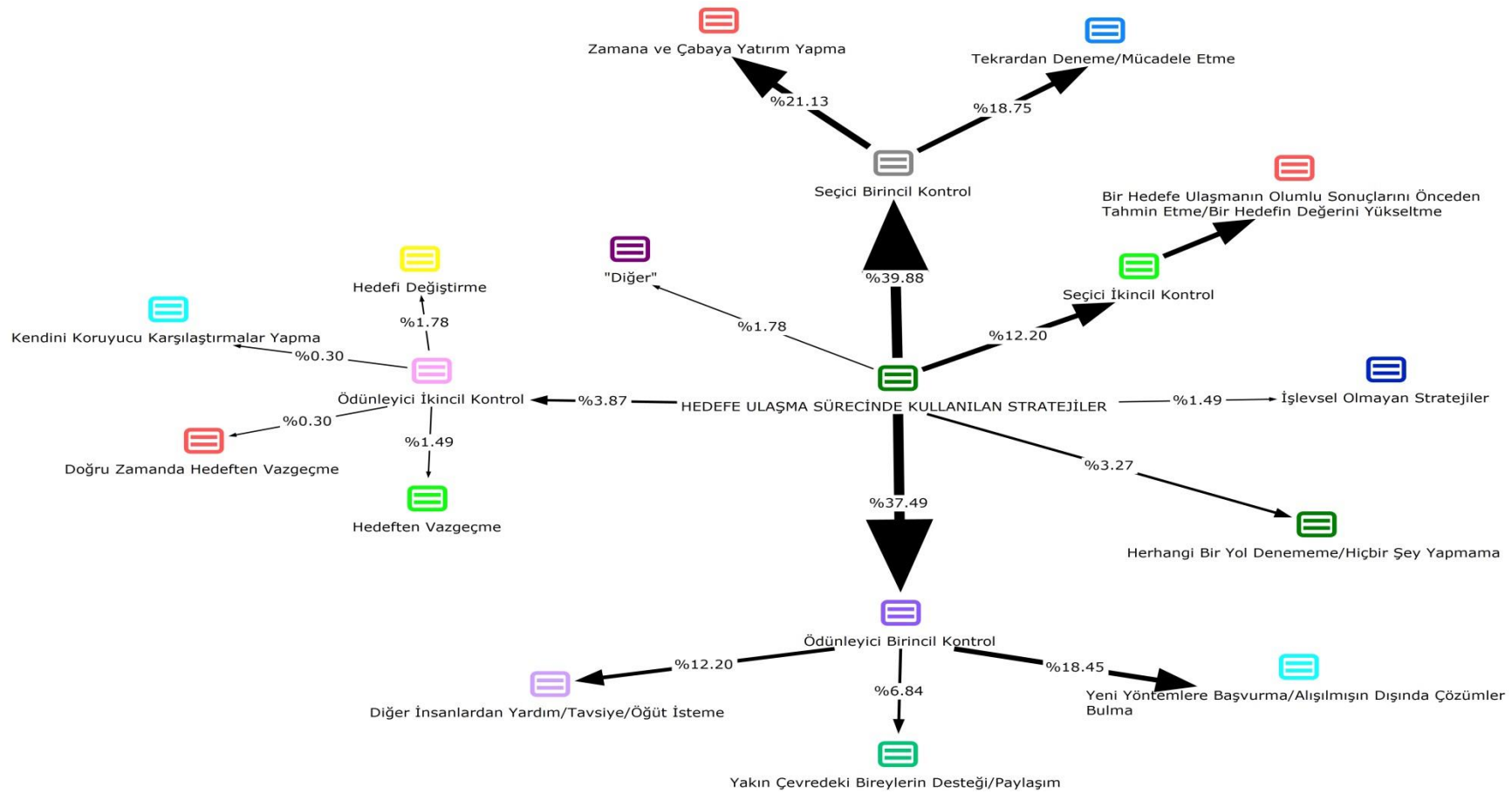
<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Özgürce dünyanın birçok yerini gezmek	1
<b>Toplam</b>	<b>1</b>

#### 3.2.1.4. Hedefe Ulaşma Sürecinde Kullanılan Stratejilere İlişkin Nitel Analiz Sonuçları

Geçmişteki hedefe ulaşma sürecinde bir engel ya da başarısızlıkla karşılaşılmaması durumunda katılımcıların ne tür stratejiler kullandıklarını belirlemek amacıyla “*Bu hedefe ulaşma sürecinde bir engel veya başarısızlıkla karşılaştıysanız bu durumun üstesinden gelmek için neler yaptınız / hangi yolları denediniz? Kısaca açıklayınız.*” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların cevapları yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı kapsamında öne sürülen stratejiler temel alınarak sınıflandırılmıştır (Heckhausen ve ark., 2010). Kodlama işlemi sırasında katılımcıların bir kısmının birden fazla kategoride yanıt verdikleri görülmüş; bu durumda verilen her yanıt ilgili kategoriye kodlanmıştır (ör. “*Daha çok çalıştım. Hedefe giden yolda meslek değiştirdim*” veya “*Üniversite sınavını ilk senemde kazanamadım. Ve tekrar denedim. Daha çok ders çalıştım. Yardım alabileceğim herkesten yardım aldım*”). Katılımcıların %75’i bu soruya yanıt vermiştir. Yanıt vermeyen katılımcıların %45’i kadın, %55’i erkektir. Hedefe ulaşma açısından incelendiğinde ise yanıt vermeyen katılımcıların %80’inin hedefine ulaştığı; %12’sinin hedefe ulaşmak için çaba harcamaya devam ettiği; %8’inin ise hedefinden uzaklaştığı görülmüştür. Bu soruya yanıt veren katılımcıların %8.8’i ise bu süreçte herhangi bir engel ya da başarısızlıkla karşılaşmadıklarını belirtmişlerdir.

Yapılan analizler sonucunda, katılımcılar tarafından verilen cevapların büyük çoğunluğu seçici birincil (%39.88) ve ödünleyici birincil (%37.49) kontrol stratejileri kapsamında sınıflandırılmıştır. Bu stratejileri sırasıyla seçici ikincil (%12.20) ve ödünleyici ikincil (%3.87) kontrol stratejileri izlemiştir. İlgili soruya verilen diğer yanıtlar (Şekil 18) ve her bir temel kategoriye ait kodlar aşağıda ayrıntılı bir biçimde gösterilmiştir (Tablo 64-Tablo 77).





Şekil 18. Hedefe Ulaşma Sürecinde Kullanılan Stratejilere İlişkin Yüzdeler

**Tablo 64.** Herhangi Bir Engel, Başarısızlıkla Karşılaşılması

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Karşılaşmadım	11
Engelle karşılaşmadım	1
Bir engelle karşılaşmadım	1
Pek de engelle karşılaşmadım	1
Çok büyük bir engelle karşılaşmadım	1
Genel anlamda engelle karşılaşmadım	1
Herhangi bir engelle karşılaşmadım	3
Pek bir engel ya da başarısızlıkla karşılaşmadım	1
Hiçbir engel ve başarısızlık olmadı çok şükür	1
Sorunla karşılaşmadım	1
Ciddi bir sorunla karşılaşmadım	1
Bir başarısızlıkla karşılaşmadım	1
Çok beklemem gerekmedi. Ancak beklemem gerekseydi aynı süreçte çaba gösterirdim	1
Pek çaba sarf etmeden, gereken özeni göstermeden çok da istekli olmadığım hedefime ulaştım	1
<b>Toplam</b>	<b>26</b>

**Tablo 65.** Herhangi Bir Yol Denememe, Hiçbir Şey Yapmama

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Herhangi bir şey yapamadım	1
Herhangi bir yol denemedim	1
Herhangi bir yol denemedim. Farklı ideallerimin gerçekleşme olasılığı vardı	1
Görmekten başka çare olmadığı için "görüp" geçtim	1
Hiçbir şey yapmadım	1
Dükkanı kapattım. Hiçbir şey yapmadım	1
Başka yollar denemedim	1
Çok hırslı birisi olmadığım için fazla çaba harcamadım	1
Daha çok çalışmam gerekiyordu ama çokta performans artışı olmadı	1
Hedefimle ilgili beklentilerim farklı olduğu için şartların farklı olduğunu görünce motivasyonumu çabuk kaybettiğimi söyleyebilirim	1
Kendimi hedefe odaklamaya çalıştım ve onun için gerçekten çok çalışmam gerektiğini düşündüm. Ama hiç hakkını vererek çok çalışmadım. Ergenlik dönemimden dolayı olan değişimlerden dolayı karıştıktım düzeltmeye çalıştım	1
<b>Toplam</b>	<b>11</b>

**Tablo 66.** Zamana ve Çabaya Yatırım Yapma (Seçici Birincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Çalışmak</b>	<b>5</b>
Çalışma / çalıştım	2
Başarısızlıkları çalışarak atlattım ve üstesinden geldim	1
Çalıştım fakat başka engeller yüzünden başarılı olamadım	1
Zaman zaman çalıştım bazen vazgeçtim ama araştırmak ve çalışmak sonuca daha çok yaklaştırdı	1
<b>Çok çalışmak</b>	<b>8</b>
Çok çalıştım	3
Gece gündüz çalıştım	1
Çok çalıştım. Gece gündüz zaman gözetmedim. Hayatımı mesleğime adadım	1
İstediğim işi elde edene kadar çalıştım	1
Açıkçası tam hatırlamıyorum ama çok çaba harcadığım bir gerçek	1
Çok çalışıp değişik kaynaklardan faydalandım	1
<b>Daha çok / fazla çalışmak</b>	<b>38</b>
Daha çok çalıştım / çalışmaya başladım	15
Daha çok çalışmam gerektiğini düşündüm	1
Daha çok çalışarak aşmaya çalıştık	1
Daha çok çalıştım, daha çok koştum, idman yaptım	1
Daha çok çalıştım. Bu sayede üstesinden gelebileceğime inandım	1
Zorlandığım alana / alanlarda daha çok çalıştım	2
Daha çok çalıştım ama maalesef olmadı	1
Çalışma saatlerini arttırdım	1
Daha fazla çalışmaya yöneldim	1
Daha fazla çalıştım	3
Daha fazla çalışmam gerektiğini gördüm ve öyle de yaptım	1
Her zorluk benim için motive kaynağıdır. Daha fazla çalışırım	1
Üstüne daha çok çaba harcadım	1
Daha çok çabaladım	1
Daha çok vakit ve emek	1
Daha çok emek verdim	1
Daha fazla araştırmak ve çalışmak	1
Daha çok çalışmak, çabalamak, araştırmak	1
Yılmadan daha çok çalıştım	1
Daha fazla çalıştım. Kendime ayıracağım zamandan ödün verdim	1
Günlük bana kalan vaktimden daha fazla zaman ayırdım çalışmaya	1
<b>Bir sonraki adımda daha fazla çalışma</b>	<b>2</b>
YGS kötü geçtiğinde LYS'ye daha fazla çalıştım	1
YGS puanım düşük gelince LYS konularına daha fazla çalıştım	1
<b>Ders çalışmak / sınavlara çalışmak / test çözmek</b>	<b>7</b>
Daha çok test çözdüm	1

Sınavlarım kötü geldiğinde daha çok çalışmaya çalıştım	1
Ders çalıştım	1
Daha fazla sınavlara çalıştım	1
Daha fazla ders çalışmaya başladım	1
Daha çok ders çalıştım	1
Daha çok ders çalıştım ve kendimi toplumdan soyutladım	1
<b>İlk denemede olmadığında ikincisinde daha fazla çaba harcama</b>	<b>3</b>
İlk denememde kazanamadığımda daha çok çalıştım. Elimden geleni daha fazla yaptım	1
İlk sene kazanamadığım üniversiteyi ikinci sene daha fazla çalışarak kazanmayı başardım	1
İlk yılda kazanamadım. 1 yıl dershaneye giderek azimle çalışarak kazandım	1
<b>Eksik yönlerini telafi etmek için çalışmak</b>	<b>8</b>
Başarısız olduğum derslerde eksik konuları gidermeye çalıştım	1
Üniversite sınavını kazanmak için çalıştım (konularda eksikim vardı)	1
Eksikleri giderip daha iyi hazırlanarak ihtimallerimi arttırdım	1
Eksiklerimi tespit edip açıklarımı kapatmak için çaba sarf ettim	1
Eksiklerimi tespit edip giderdim. İlk kez ders çalıştım	1
Eksik olduğum derslere daha fazla önem vererek başarı sağladım	1
Bilmediğim / eksik bildiğim konuları tekrar ettim	1
Daha çok çalışmayı eksik yönlerimi telafi etmeyi denedim	1
<b>Toplam</b>	<b>71</b>

**Tablo 67.** Tekrardan Deneme, Vazgeçmeme, Pes Etmeme, Mücadele Etme (Seçici Birincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Tekrardan deneme</b>	<b>33</b>
Tekrar denedim	8
Tekrar denemek istedim	1
Tekrar tekrar denedim	1
Aynı şeyleri tekrar denedim	1
Bir daha denedim	1
Başa aldım ve başarmak için birkaç kez denedim	1
Tekrar deneyip sabırlı olurum	1
Karşılaştığım zorlukları yeniden yeniden deneyerek, isteyerek yendim	1
Yapamadığım derslerin daha çok üstüne giderek tekrar denedim	1
Tekrar tekrar deneyerek başarmanın yollarını buldum	1
Tekrar sınava hazırlandım	1
Sınav için 1 yıl daha hazırlandım	1
İlk sene olmadı. Tekrar hazırlandım	2
Birinci seferde olmadı. Tekrar denedim vazgeçmedim kazandım	1
Üniversite sınavına ikinci kez hazırlandım	1

Mezun olarak sınava bir daha hazırlandım	1
Bir sene kaybettim, tekrar başvurdum	1
İlk sene kazanamadım. Diğer sene için tekrar dershaneye asıldım	1
İlk sınavda başarılı olamayınca pes etmeyip tekrar denedim	1
İlk denemede başarısız olunca tekrar çalıştım	1
Hedefime ulaşmak için 1 yıl daha sınava hazırlandım	1
Bir sene kalıp bir daha denedim	1
Yine denemeye karar vermişim. 1 yıl daha gösterdiğim çaba sonucu bile maalesef olmadı	1
Hırslandım ve kazanmam gerektiğine inanıp tekrardan denedim	1
Umudumu kaybetmeyip tekrar tekrar denedim	1
<b>Denemekten vazgeçmeme</b>	<b>7</b>
Denemeye devam ettim	1
Daha çok denedim	1
Denemekten vazgeçmedim, yola devam ettim	1
Yılmadan vazgeçmeden tekrar tekrar denedim	1
Tekrar tekrar sınava girdim. İstedığimi alana kadar devam ettim	1
İlk sınavı kazanamadıktan sonra pes etmedim. Denemeye ve çalışmaya devam ettim	1
Başarısız olduğumu hissettiğimde denemeye devam ettim	1
<b>Pes etmemek</b>	<b>5</b>
Pes etmedim	2
Çalışmaya devam ettim, pes etmedim	1
Pes etmedim, yeni bir iş aradım, ilk fırsatı değerlendirdim	1
Pes etmedim. Gerçekleşene kadar çaba göstermeyi sürdürdüm	1
<b>Yılmadan devam etmek</b>	<b>4</b>
Yılmadım, pes etmedim, beklemekten korkmadım, maddi yetersizlikler dahi beni yıldırmadı	1
Yılmadan yoluma büyük bir kararlılıkla devam ettim	1
Yılmadan çalışmamı sürdürdüm	1
Engeller karşısında yılmadan çalışmak ve zor süreçleri atlatmak	1
<b>Sorunun üzerine gitme</b>	<b>4</b>
Sorunların üzerine gittim ve çözmek için tüm çabamı gösterdim	1
Bıkmadan sorunun üzerine gittim	1
Derslerimde başarısız olduğum dönemler oldu ancak bırakmadım	1
Fazla takılmayıp devam ettim. Sadece elimden geleni yaptım.	1
Engel ve başarısızlıkların üstesinden gelmeyi başardım	1
<b>Umutsuzluğa kapılmadan sorunun üzerine gitme</b>	<b>2</b>
Umutsuzluğa kapılmayıp çözüm yolları aradım	1
Umutsuzluğa kapılmadım, ilk fırsatı kullandım	1
<b>Vazgeçmeme / vazgeçmeden hedefe ulaşmak için çalışma</b>	<b>6</b>
Vazgeçmedim	3
Vazgeçmeden, daima hedefime ulaşmak için çalıştım	1
Umutsuzluğa kapıldığım zamanlar oldu ama vazgeçmedim	1
Kendime küstüm ama hedefime istediklerime küsmedim. Hala uğraşıyorum	1
<b>Mücadele etme / kendiyle mücadele etme</b>	<b>2</b>

Mücadele ettim	1
Kendimle savaştım, her pes edişimde	1
<b>Toplam</b>	<b>63</b>

**Tablo 68.** Diğer İnsanlardan Yardım, Tavsiye, Öğüt İsteme (Ödünleyici Birincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Profesyonel yardım almak</b>	<b>6</b>
Psikiyatrist gözetiminde ilaç kullandım (3 ay)	1
Stresi yenmek için birkaç seans doktora gittim	1
Yardım almak / yardım aldım	2
Konuşarak yardım aldım	1
Psikolog desteği almayı kabul ettim	1
<b>Zorluk çekilen konuda tecrübe sahibi kişilere danışma / onlardan yardım alma</b>	<b>8</b>
Benden önce denemiş ve başarmış olanlarla konuştum	1
Konu ile ilgili uzmanlardan yardım aldım	1
Bu konuda başarılı olan insanlardan yardım aldım	1
Değişik kaynaklardan ve bu alanda yetkili kişilerden yardım aldım	1
Bu yoldan daha önce geçmiş kişilerin tecrübelerini bana aktarması için onlarla konuşturdum	1
Aynı problemi yaşayan insanlarla iletişime geçtim. Görüşlerini aldım	1
Daha tecrübeli insanlarla fikir alışverişinde bulundum	1
Araştırma ve fikir alışverişi yapıyorum	1
<b>Yakın çevredeki bireylerle çözüm odaklı bir araya gelme / konuşma / danışma</b>	<b>13</b>
Aileme bu konuyu açıp halletmeye çalıştım	1
Aileme danıştım - kuzenim ile konuştuk	1
Ailemle, öğretmenlerimle konuşup ortak bir karar alıp o yönde ilerledim	1
Ailemle paylaşıp soruna birlikte çözüm aradım	1
Hocalarıma danıştım	1
Hocalarıma ve o konuda tecrübe sahibi kişilere danıştım	1
Hocalarımla konuşarak gereken sınavlara girdim	1
Rehber öğretmenimle program oluşturduk, onu uyguladım	1
Dersi veren hoca ile görüştüm, çözüm aradım	1
Geometri alanında zorlanıyordum, hocamla konuştum	1
Aileme, öğretmenlerime veya arkadaşlarıma danıştım	1
Arkadaşlarımla birlikte hareket ettim	1
Arkadaşlarımla ortak çalışma yürüttüm	1
<b>Yakın çevredeki bireylerden yardım alma</b>	<b>6</b>
Aynı zamanda öğretmenlerimden yardım aldım	1
Aile, arkadaş yardımını aldım	1

Bu konuda iyi olan arkadaşlarımdan yardım aldım	1
Çevremdeki insanlardan yardım almaya çalıştım	1
Hocalarım ve arkadaşlarımdan yardım aldım	1
Yardım alabileceğim herkesten yardım aldım	1
<b>Başkalarının onu nasıl yaptığına bakma</b>	<b>2</b>
Örneklere bakarım	1
Başkalarının nasıl yaptığını araştırdım, öğrendim. Onlar gibi çalışarak başardım	1
<b>Yol gösterici yayınları ve kitapları takip etme</b>	<b>6</b>
Kitaplar	1
Kişisel gelişim kitapları ile	1
Kişisel gelişim kitapları okuyarak neler yapmam gerektiğini araştırdım	1
İnternet ve kitaplardan konuyla ilgili yazılar okudum ve araştırdım	1
Okudum	1
Çözüm için yararlanacağım kaynak aradım	1
<b>Toplam</b>	<b>41</b>

**Tablo 69.** Yakın Çevredeki Bireylerin Desteği, Paylaşım (Ödünleyici Birincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Arkadaşlarım çok destek oldu ve yapabileceğime inandırdılar	1
Çevremde desteğiyle bu durumu atlattım	1
Çevremden destek aldım	1
Daha çok çalışıp çevremden destek aldım	1
Öğretmenlerimden destek aldım	1
Stresi yenmek için aile ve hocalardan destek aldım	1
Ailem, arkadaşlarım motive ettiler	1
Ailem ve arkadaşlarım destekleyici davrandı	1
İnsanlarla dertlerimi paylaştım, bana destek oldular	1
Yanımda olduklarını, desteklediklerini hissettirdiler	1
Ailemin ve danışmanımın desteği ve telkinleriyle atlattım	1
Kardeşlerim ve arkadaşlarımdan destek aldım	1
Çözmek için hocalarımdan destek aldım	1
Yakındaki insanların desteğiyle birlikte odaklanıp çalışmalarımı arttırdım	1
Umudum bittiğinde ailem hep destek oldu	1
Annem, babam yanımda olduğu için bu dönemi atlattım	1
Ailemin desteğiyle atlattım	1
Annem, babam, kardeşimle özellikle konuştum	1
Ailemle bol bol paylaşım yaptım	1
Ailem ve rehber öğretmenlerimle konuşarak stresimin üstesinden geldim	1
Stresle baş etmek için arkadaşlarımla vakit geçirdim, rehber hocalarla konuştum	1

Rehberlik öğretmenleriyle ailemle konuşarak rahatlama yolunu denedim	1
Erkek arkadaşım ile konuşmak bana çok iyi gelirdi, beni motive ederdi	1
<b>Toplam</b>	<b>23</b>

**Tablo 70.** Yeni Yöntemlere Başvurma, Alışılmışın Dışında Çözümler Bulma (Ödünleyici Birincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Yeni yöntemlere başvurma</b>	<b>23</b>
Yeni yollar denedim	1
Umutsuzluğa kapılmayıp çalışmayı, yeni yollar aramayı sürdürdüm	1
Aşabilecek başka yollar düşünürüm	1
Başarısızlığın kaynağını çözdüm ve başka yollar denemeye karar verdim	1
Alternatif çıkış yolları bulmaya çalışıp hedefe yeni bulduğum yollar üzerinden gitmek	1
İkinci kez dershaneye gidip farklı çalışma stiliyle çalıştım	1
Aynı hedefe ulaşabilmek için farklı sınavlara girdim	1
Hedefe ulaştıracak farklı yolları denedim	1
Engelleri aşmak için yeni yollar bulmaya çalıştım	1
Hemen başka yollar denedim	1
Motivasyonumu kaybettiğimde yeni mekanlarda ders çalışmaya başladım	1
Başka metotlar denedim. Kendi metotlarımda değişiklikler yaptım	1
Başarısızlıklarımı gözden geçirdim ve yeni planlar yaptım	1
Nerde yanlış yaptığıma bakıp aynı hataları tekrar yapmamaya çalıştım	1
İlk sene yaptığım yanlışları yapmadım	1
Olumlu iletişim tarzı ile engelleri aştım	1
Yapılabilecek her şeyi deniyorum	1
Çalışabilmek için seçenekleri geniş tuttum. Özel sek. devlet vs.	1
Alternatifler ürettim (farklı yüksek lisans programları, eğitimler vb.)	1
Alternatifleri değerlendirdim	1
Beceri ve zamanımı etkin kullanabileceğim düzenlemeler yaptım	1
Kendimi geliştirici yollara başvurdum	1
Zamanım çok kısıtlıydı. Bende hızlı olmaya çalıştım	1
<b>Somut adımlar atma</b>	<b>29</b>
Dershaneye gittim	4
Okula gittim	1
Dershane, özel ders	1
İyi olmadığı dersler için özel ders aldım	1
Kurs-sınav	1
ALES / YDS / mülakat gibi sınavları atlatmak için çalıştım	1



Sınav puanlarımı arttırmak için sınavlara girdim (ALES, YDS)	1
Önce ÖSS sonra KPSS ile mücadele ettim	1
İstediğim üniversiteye yatay geçiş yaptım	1
İlgilendiğim alanla ilgili yüksek lisans açan tüm üniversitelere başvurdum	1
Okul uzayınca farklı üniversitelerden ders almak için girişimde bulundum	1
Yeni çalışmalar taradım. Bilmediğim analiz yöntemleri öğrendim	1
Ek kurslar aldım, stajyer olarak çalışmaya başladım	1
Üniversite gazetesinde staj yaptım	1
Staj bulabilmek için beklemem ve farklı yerlere başvurmam gerekti	1
Kadro atamalarımızın daha fazla olması için eylemler yaptık	1
Kadrosuzluk engelini burs ve projelerle telafi ediyorum	1
İngilizcemi geliştirmeye çalışıyorum ki tekrar deneyebileyim	1
Evde olabildiğince az vakit geçirdim	1
Kaldığım yeri değiştirdim. Yeni bir ortam oluşturdum kendime	1
Az yedim. Spor yaptım	1
Ailemi geçindirmek için başka işlerde çalışmak zorunda kaldım	1
Maddi olanaklarımı birkaç işle ilgilenererek uygun hale getirdim	1
Maddi engelimiz sebebiyle istediğim bölümü okuyabilmek için işe girdim	1
Çalıştığım işi bırakıp ders çalıştım	1
Hangi ülkelerde bu yasanın var olduğunu araştırdım. Sosyal ve kültürel anlamda devletin vatandaşına ne kadar yarar sağladığını araştırdım. Bir de kendi ülkemle kıyasladım	1
<b>İmkansızlık / zamansızlık durumlarında kendi başına çabalama</b>	<b>5</b>
Maddi imkansızlıklar nedeniyle dershaneye gidemedim. Kendim çalıştım	1
Kendi imkanlarımla ders çalışmak oldu	1
Dershaneye gitmediğimden, kendim gece-gündüz çabaladım	1
Maddi durumun kötü olması nedeniyle, kendim çalışarak dershaneye gittim	1
Zamanım olmadığı için gitarı bıraktım, evde kendim devam ettim	1
<b>Konuşup ikna için çalışmak / tartışmak</b>	<b>5</b>
Konuştum, ikna ettim	1
Ailem öğretmen olmamı istemediler onları ikna ettim	1
Ailemi ikna için konuştum. Hayattan neler beklediğimi uzunca anlattım	1
Anne, baba ile durumu tartışıp, anlatmaya çalıştım ancak başaramadım	1
Ailemin istediği fakat benim istemediğim bir bölüme gitmemek için direttim, tartıştım	1
<b>Toplam</b>	<b>62</b>

**Tablo 71.** Bir Hedefe Ulaşmanın Olumlu Sonuçlarını Önceden Tahmin Etme, Bir Hedefin Değerini Yükseltme (Seçici İkincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
<b>Kendini motive etme / telkinlerde bulunma</b>	<b>19</b>
Kendi kendimi motive ettim. Yapabileceğime inandım	1
Moralimi bozmamaya çalıştım, kendimi sürekli olacağına inandırıp motive ettim	1
Hedefin önemini hatırlayarak kendimi motive ettim	1
Kendime ödüller verdim	1
Mesleğimin ilk günlerini düşünmem yeterli idi	1
Kendimdeki ilerlemeyi fark etmek daha çok motive olmama sağladı	1
Kendimi motive etmeye devam ettim / kendimi motive etmeye çalıştım	2
Motive edici aktivitelerle ilgilenmeye çalıştım	1
Motivasyonumu yüksek tutmaya çalıştım	1
Bunu ne için istediğimi hatırlayarak kendimi motive ettim	1
Sonuca kitlenip sonucun güzel olacağını kendi kendime telkin ettim	1
Kendime iyi telkinlerde bulunup olumlama yaptım	1
Kendimi hedefe ulaştığımdaki halimle düşünüyorum	1
Hedefime ulaştığım zaman her şeyin daha güzel olacağını düşünüp kendimi motive ettim	1
Başaracağım umudunu hiçbir zaman kaybetmedim	1
Her zaman geleceği düşündüm	1
Hedefime ulaştığımda hissettiğim gururu ve mutluluğu düşündüm	1
Başarısızlığım çevresel baskının ya da faktörün yanı sıra kendime olan güvenimin de zaman zaman sarsılmasıyla ilgiliydi. Başarısızlık eşittir öz güvenim. Ben de her başarısızlıktan sonra daha güçlü olmaya çalıştım	1
<b>Zihinsel olarak kendini rahatlatmak</b>	<b>5</b>
Stresle kitap okuyarak baş etmeye çalıştım	1
Stresi azaltmak için spora ve bilgisayar oyunlarına yöneldim	1
Tatile çıktım	1
Kafa dağıtmak için gezilecek yerler buldum. Çok fazla şarkı söyledim	1
Kafamı dağıtmaya çalıştım	1
<b>İnanmak</b>	<b>2</b>
Başaracağıma inanıp devam ettim	1
İnanmaya gayret ettim	1
<b>Hırslanmak</b>	<b>2</b>
Hırs yaptım. Yardım almadım. İçselleştirdim. Kazandım	1
Hatalarım beni hırslandırdı	1
<b>Sabretmek / sabredip yolundan sapmamaya gayret etmek</b>	<b>8</b>
Sabrettim / sabır gösterdim / sabırlı oldum / sabretmek	4

Sabrettim, uzun süre bekledim	1
Sabredip izlemem gereken yoldan sapmamaya hep gayret ederim	1
Uzayan data toplama sürecine sabrettim	1
Ancak sabretmekti yapılabilecekler	1
<b>Bir süre ara verme, doğru zamanı bekleme, erteleme</b>	<b>5</b>
Bir süre ara verdim. Sonra her şey düzeldi	1
Çalışmaya ara verdim. Sakinleşince devam ettim	1
Doğru zamanı bekleyip yeniden hazırlandım ve çok çalıştım	1
Hala zorunlu görev sürem dolmasını bekliyorum	1
Ertelemek zorunda kaldım. Bu süreçte kendimi tecrübe kazanmış kabul ettim	1
<b>Toplam</b>	<b>41</b>

**Tablo 72.** Hedefi Değiştirme (Ödünleyici İkincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Yapabileceğim çok seçenek olmadığı için istediğim ikinci bölümü tercih ettim	1
Sınavın sonunda başka bir üniversite tercih ettim	1
Hedefe giden yolda meslek değiştirdim	1
İlk sınavda başarılı olamayınca pes etmeyip tekrar denedim. Ancak ikinci yarımda engeller daha da arttı ve ben hedef yönünde bazı değişiklikler yaptım	1
İçinde bulunduğum durumu kabullendim ve bu yeni durumdaki şartları lehime çevirdim	1
Durumu kabullenip okuduğum bölümde başarılı oldum	1
<b>Toplam</b>	<b>6</b>

**Tablo 73.** Kendini Koruyucu Sosyal Karşılaştırmalar Yapma (Ödünleyici İkincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Benden kötü olanları düşünür iyi olana yaklaşmak için çabalarım	1
<b>Toplam</b>	<b>1</b>

**Tablo 74.** Doğru Zamanda Hedeften Vazgeçme (Ödünleyici İkincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Tekrar tekrar denedim. Ama en sonunda vazgeçtim. Vazgeçmem gereken zamanda vazgeçtim	1
<b>Toplam</b>	<b>1</b>

**Tablo 75.** Hedeften Vazgeçme (Ödünleyici İkincil Kontrol)

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Denedim, çok istemiştim ama bilinçli değildim sanırım ve olmadıysa ne yapayım dedim. Üstüne gitmedim	1
Elimden gelenin en iyisini yapmaya çalıştım, yetmediği yerde daha fazla üzerine gitmedim	1
Bir noktadan sonra durumu kabullenerek sadece beklemeye başladım	1
Kabullendim	1
Akışına bıraktım, gerekeni yaptım sadece	1
<b>Toplam</b>	<b>5</b>

**Tablo 76.** İşlevsel Olmayan Stratejiler

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Yokmuş gibi davrandım	1
Uyumayı tercih ettiğim dönemler oldu. (Depresyona yakındı)	1
Sadece odama çekilip ağladım	1
Çok yoruldum	1
Aşırı zorlandım, kendimi her şeyden biraz da olsa çektim	1
<b>Toplam</b>	<b>5</b>

**Tablo 77.** "Diğer" Kategorisindeki İfadeler

<b>Kodlar</b>	<b>Frekans</b>
Engele bağlı	1
O engeli bir şekilde aştım	1
Engeller şekillenmeme yardımcı olduğu için şu an bunları halletmem gereken olumsuzluklar olarak göremiyorum	1
Ablamın sağlık problemi oldu. Ondan dolayı çalışmalarım aksadı	1
Sağlık sorunları yaşadım	1
Asıl amacın ne olduğuna karar vermek	1
<b>Toplam</b>	<b>6</b>

### 3.2.2. Beliren Yetişkinlik Döneminin Özelliklerini Taşımada Demografik Değişkenlere Göre Farklılıklar

Bu bölüm kapsamında beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini taşımada cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, medeni durum ve çalışma durumuna göre farklılık olup olmadığı

incelenmiştir. Sözü edilen değişkenlere göre katılımcıların Yaşam Görüşü Ölçeğinden aldıkları puanlar Tablo 78'de sunulmuştur.

**Tablo 78.** İlgili Değişkenlere Göre Yaşam Görüşü Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler		YGÖ'den Alınan Puan	
		Ort.	S
Cinsiyet	Kadın	2.99	.44
	Erkek	2.83	.47
Yaş	18-24	3.06	.38
	25-30	2.76	.49
Eğitim Düzeyi	Lise Mez., Ön Lisans Öğr. veya Mez.	2.84	.48
	Lisans Öğrencisi	3.09	.37
	Lisans Mez., Lisansüstü Öğr. veya Mez.	2.78	.48
Medeni Durum	Romantik İlişkisi Olmayanlar	3.05	.42
	Romantik İlişkisi Olanlar	2.95	.39
	Nişanlı, Evli	2.6	.49
Çalışma Durumu	Çalışmayanlar	3.07	.36
	Çalışanlar	2.76	.50

Yapılan analizler sonucunda kadınların erkeklere göre [ $t(394) = 3.65, p < .001$ ]; 18 ile 24 yaş arasındaki bireylerin 25 ile 30 yaş arasındaki bireylere göre [ $t(356.184) = 6.84, p < .001$ ]; çalışmayan bireylerin de çalışan bireylere göre [ $t(350.05) = 6.96, p < .001$ ] beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıdıkları ortaya konulmuştur. Lisans öğrenimine devam eden bireylerin diğer bireylere göre beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıdıkları da elde edilen bulgular arasındadır [ $F(2, 393) = 21.89, p < .001$ ]. Nişanlı veya evli olan bireylerin ise diğer bireylere göre beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha az taşıdıkları görülmüştür [ $F(2, 392) = 33.39, p < .001$ ] (bk. Tablo 78).

### 3.2.3. Hedef Türü ve Kategorik Değişkenler Arası Karşılaştırmalar

Niteliksel veri analizi sonrasında katılımcıların hedefleri belirlenmiş ve hedeflere ait yüzdeler Tablo 79'da gösterilmiştir. Tablo 79'dan da takip edilebileceği gibi, katılımcıların geleceğe yönelik en çok *meslek, eğitim, aile ve benlikle* ilgili; geçmişte ise en çok *eğitim ve meslekle* ilgili hedeflere sahip oldukları görülmüştür. Hedef türünde yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu ve beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini taşıma açısından farklılık olup olmadığı ki-kare analizi ile incelenmiştir. Ki-kare testi sayıltıları doğrultusunda analizlerde beklenen değeri 5'den az olabilecek kategoriler (bk. Tablo 79) analiz dışı bırakılmış (Field, 2013); geleceğe yönelik hedefle bağlantılı analizler dört (meslek, eğitim, aile ve benlik), geçmişteki hedefle bağlantılı analizler ise iki kategori (meslek ve eğitim) üzerinden yürütülmüştür.

**Tablo 79.** Geçmişteki ve Gelecekteki Hedeflere Ait Yüzdeler

Hedefin Türü	Geçmişteki Hedef (N = 396)		Gelecekteki Hedef (N = 396)	
	n	%	n	%
<b>Eğitim</b>	<b>237</b>	<b>59.8</b>	<b>93</b>	<b>23.5</b>
<b>Meslek</b>	<b>128</b>	<b>32.3</b>	<b>208</b>	<b>52.5</b>
<b>Aile</b>	4	1	40	10.1
<b>Benlik</b>	9	2.3	26	6.6
<b>Finansal</b>	3	0.8	10	2.5
<b>Seyahat</b>	1	0.3	6	1.5
<b>Yaşam Biçimi</b>	3	0.8	6	1.5
<b>Hobi / Boş Zaman Faaliyetleri</b>	7	1.8	3	0.8
<b>Sağlık</b>	2	0.5	3	0.8
<b>Toplumsal</b>	2	0.5	1	0.3

#### 3.2.3.1. Geleceğe Yönelik Hedefler ve Kategorik Değişkenler Arası Karşılaştırmalar

İlk olarak, geleceğe yönelik belirlenen hedeflerde *yaşa* bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucunda geleceğe yönelik olarak belirlenen hedeflerin yaşa göre değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(3, N = 367) = 12.90, p < .01$ . Aile ile ilgili hedefe sahip olan katılımcıların %28'i 18 ile 24 yaşları arasında, %72'si ise 25 ile 30 yaşları

arasındadır. Buna göre, aile ile ilgili hedefler 25 ile 30 yaş aralığındaki kişiler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir (bk. Tablo 80).

**Tablo 80.** Yaşa Göre Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler

	Hedef Türü				TOPLAM
	Eğitim	Meslek	Aile	Benlik	
<b>18-24 yaş</b>					
<b>Gözlenen Değer</b>	52	121	11	14	198
<b>Beklenen Değer</b>	50.2	112.2	21.6	14	198
%	55.9	58.2	27.5	53.8	54
<b>Adjusted Residual</b>	.4	1.9	<b>-3.6</b>	-.2	
<b>25-30 yaş</b>					
<b>Gözlenen Değer</b>	41	87	29	12	169
<b>Beklenen Değer</b>	42.8	95.8	18.4	12	169
%	44.1	41.8	72.5	46.2	46
<b>Adjusted Residual</b>	-.4	-1.9	<b>3.6</b>	.2	
<b>TOPLAM</b>	93	208	40	26	367

Not. Pearson  $X^2(3, N = 367) = 12.90, p < .01$ .

İkinci olarak, geleceğe yönelik belirlenen hedeflerde *cinsiyete* bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucuna göre geleceğe yönelik belirlenen hedeflerin cinsiyete göre değişme göstermediği bulunmuştur,  $p > .05$ .

Üçüncü olarak geleceğe yönelik belirlenen hedeflerde *medeni duruma* bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucunda, geleceğe yönelik olarak belirlenen hedeflerin medeni duruma bağlı olarak değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(6, N = 367) = 34.13, p < .001$ . Romantik bir ilişkisi olan katılımcıların eğitimle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -2.0); nişanlı veya evli olan katılımcıların meslekle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -2.8); romantik bir ilişkisi olmayan katılımcıların ise aileyle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -4.5) beklenen değerden daha azdır. Buna ek olarak, romantik bir ilişkisi olmayan katılımcıların meslekle ilgili (adjusted standardized residual = 2.0); nişanlı veya evli olan

katılımcıların ise aile ile ilgili hedefleri beklenen değerden daha fazladır (adjusted standardized residual = 4.6) (bk. Tablo 81).

**Tablo 81.** Medeni Duruma Göre Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler

	Hedef Türü				
	Eğitim	Meslek	Aile	Benlik	TOPLAM
<b>Romantik İliş. Yok</b>					
<b>Gözlenen Değer</b>	55	116	7	10	188
<b>Beklenen Değer</b>	47.6	106.6	20.5	13.3	188
%	59.1	55.8	17.5	38.5	51.2
<b>Adjusted Residual</b>	1.8	<b>2.0</b>	<b>-4.5</b>	-1.4	
<b>Romantik İliş. Var</b>					
<b>Gözlenen Değer</b>	18	58	13	11	100
<b>Beklenen Değer</b>	25.3	56.7	10.9	7.1	100
%	19.4	27.9	32.5	42.3	27.2
<b>Adjusted Residual</b>	<b>-2.0</b>	.3	.8	1.8	
<b>Nişanlı veya Evli</b>					
<b>Gözlenen Değer</b>	20	34	20	5	79
<b>Beklenen Değer</b>	20	44.8	8.6	5.6	79
%	21.5	16.3	50	19.2	21.5
<b>Adjusted Residual</b>	0	<b>-2.8</b>	<b>4.6</b>	-.3	
<b>TOPLAM</b>	93	208	40	26	367

Not. Pearson  $X^2(6, N = 367) = 34.13, p < .001$ .

Çalışma kapsamında, geleceğe yönelik belirlenen hedeflerde *çalışma durumuna* bağlı farklılık olup olmadığı da incelenmiştir. Analiz sonucunda, geleceğe yönelik olarak belirlenen hedeflerin çalışma durumuna bağlı olarak değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(3, N = 365) = 17.58, p < .01$ . Meslekle ilgili hedefe sahip olan katılımcıların %61'i şu an herhangi bir işte çalışmamakta, %39'u çalışmaktadır. Aileyle ilgili hedefe sahip olan katılımcıların ise %28'i çalışmamakta, %72'si çalışmaktadır. Buna göre, meslekle ilgili hedefler çalışmayan kişiler; aileyle ilgili hedefler de çalışan kişiler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir (bk. Tablo 82).



**Tablo 82.** Çalışma Durumuna Göre Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler

	Hedef Türü				
	Eğitim	Meslek	Aile	Benlik	TOPLAM
<b>Çalışmıyor</b>					
<b>Gözlenen Değer</b>	42	125	11	14	192
<b>Beklenen Değer</b>	48.9	108.4	21	13.7	192
%	45.2	60.7	27.5	53.8	52.6
<b>Adjusted Residual</b>	-1.7	<b>3.5</b>	<b>-3.4</b>	-1	
<b>Çalışıyor</b>					
<b>Gözlenen Değer</b>	51	81	29	12	173
<b>Beklenen Değer</b>	44.1	97.6	19	12.3	173
%	54.8	39.3	72.5	46.2	47.4
<b>Adjusted Residual</b>	1.7	<b>-3.5</b>	<b>3.4</b>	.1	
<b>TOPLAM</b>	93	206	40	26	365

*Not.* Pearson  $X^2(3, N = 365) = 17.58, p < .01$ .

Son olarak, geleceğe yönelik belirlenen hedeflerde beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini taşıma açısından farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Ki-kare analizi öncesinde Yaşam Görüşü Ölçeğinden alınan puan ortalamaları göz önünde bulundurularak katılımcılar iki ayrı gruba ayrılmışlardır. Buna göre, ortalamanın bir standart sapma altında puan alanlar "beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha az taşıyan bireyler", bir standart sapma üstünde puan alanlar ise "beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıyan bireyler" olarak adlandırılmışlardır. Analiz sonucunda, geleceğe yönelik belirlenen hedeflerin beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini taşımaya göre değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(2, N = 108) = 6.35, p < .05$ . Meslekle ilgili hedefe sahip olan katılımcıların %59'u beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla, %41'ise beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha az taşımaktadır. Buna göre, meslekle ilgili hedefler beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıyan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir (bk. Tablo 83).

**Tablo 83.** Beliren Yetişkinlik Döneminin Özelliklerini Taşıma Açısından Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedefler

	Hedef Türü			TOPLAM
	Eğitim	Meslek	Aile	
<b>Dönemin Öz. Daha Az</b>				
<b>Taşıyan Bireyler</b>				
<b>Gözlenen Değer</b>	18	26	11	55
<b>Beklenen Değer</b>	15.3	32.1	7.6	55
%	60	41.3	73.3	50.9
<b>Adjusted Residual</b>	1.2	<b>-2.4</b>	1.9	
<b>Dönemin Öz. Daha Fazla</b>				
<b>Taşıyan Bireyler</b>				
<b>Gözlenen Değer</b>	12	37	4	53
<b>Beklenen Değer</b>	14.7	30.9	7.4	53
%	40	58.7	26.7	49.1
<b>Adjusted Residual</b>	-1.2	<b>2.4</b>	-1.9	
<b>TOPLAM</b>	30	63	15	108

Not. Pearson  $X^2(2, N = 108) = 6.35, p < .05$ .

### 3.2.3.2. Geçmişteki Hedefler ve Kategorik Değişkenler Arası Karşılaştırmalar

İlk olarak, geçmişteki hedeflerde *yaşa* bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucunda geçmişteki hedeflerin yaşa göre değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(1, N = 365) = 59.02, p < .001$ . Geçmişte eğitim ile ilgili hedefe sahip olan katılımcıların %67'si 18 ile 24 yaşları arasında, %33'ü ise 25 ile 30 yaşları arasındadır. Geçmişte meslekle ilgili hedefe sahip olan katılımcıların ise %25'i 18 ile 24 yaşları arasında, %75'i 25 ile 30 yaşları arasındadır. Buna göre, eğitim ile ilgili hedefler 18 ile 24 yaş aralığındaki kişiler, meslekle ilgili hedefler ise 25 ile 30 yaş aralığındaki kişiler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir (bk. Tablo 84).

**Tablo 84.** Yaşa Göre Geçmişteki Hedefler

	Hedef Türü		
	Eğitim	Meslek	TOPLAM
<b>18-24 yaş</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	159	32	191
<b>Beklenen Değer</b>	124	67	191
%	67.1	25	52.3
<b>Adjusted Residual</b>	<b>7.7</b>	<b>-7.7</b>	
<b>25-30 yaş</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	78	96	174
<b>Beklenen Değer</b>	113	61	174
%	32.9	75	47.7
<b>Adjusted Residual</b>	<b>-7.7</b>	<b>7.7</b>	
<b>TOPLAM</b>	237	128	365

Not. Pearson  $X^2(1, N = 365) = 59.02, p < .001$ .

İkinci olarak, geçmişteki hedeflerde *cinsiyete* bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucunda geçmişteki hedeflerin cinsiyete göre değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(1, N = 365) = 4.06, p < .05$ . Geçmişte eğitim ile ilgili hedefe sahip olan katılımcıların %59'u kadın, %41'i erkektir. Geçmişte meslek ile ilgili hedefe sahip olan katılımcıların ise %48'i kadın, %52'si erkektir. Buna göre, eğitim ile ilgili hedefler kadınlar, meslekle ilgili hedefler ise erkekler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir (bk. Tablo 85).

**Tablo 85.** Cinsiyete Göre Geçmişteki Hedefler

	Hedef Türü		
	Eğitim	Meslek	TOPLAM
<b>Kadın</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	139	61	200
<b>Beklenen Değer</b>	129.9	70.1	200
%	59	47.7	54.8
<b>Adjusted Residual</b>	<b>2.0</b>	<b>-2.0</b>	
<b>Erkek</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	98	67	165
<b>Beklenen Değer</b>	107.1	57.9	165
%	41.4	52.3	45.2
<b>Adjusted Residual</b>	<b>-2.0</b>	<b>2.0</b>	
<b>TOPLAM</b>	237	128	365

Not. Pearson  $X^2(1, N = 365) = 4.06, p < .05$ .

Üçüncü olarak, geçmişteki hedeflerde *medeni duruma* bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucunda, geçmişteki hedeflerin medeni duruma bağlı olarak değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(2, N = 364) = 30.02, p < .001$ . Nişanlı veya evli olan katılımcıların geçmişte eğitimle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -5.5); romantik bir ilişkisi olmayan katılımcıların ise meslekle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -3.2) beklenen değerden daha azdır. Buna ek olarak, romantik bir ilişkisi olmayan katılımcıların geçmişte eğitimle ilgili (adjusted standardized residual = 3.2); nişanlı veya evli olan katılımcıların ise meslek ile ilgili hedefleri beklenen değerden daha fazladır (adjusted standardized residual = 5.5) (bk. Tablo 86).

**Tablo 86.** Medeni Duruma Göre Geçmişteki Hedefler

	Hedef Türü		
	Eğitim	Meslek	TOPLAM
<b>Romantik İliş. Yok</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	133	50	183
<b>Beklenen Değer</b>	118.6	64.4	183
%	56.4	39.1	50.3
<b>Adjusted Residual</b>	<b>3.2</b>	<b>-3.2</b>	
<b>Romantik İliş. Var</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	69	27	96
<b>Beklenen Değer</b>	62.2	33.8	96
%	29.2	21.1	26.4
<b>Adjusted Residual</b>	<b>1.7</b>	<b>-1.7</b>	
<b>Nişanlı veya Evli</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	34	51	85
<b>Beklenen Değer</b>	55.1	29.9	85
%	14.4	39.8	23.4
<b>Adjusted Residual</b>	<b>-5.5</b>	<b>5.5</b>	
<b>TOPLAM</b>	236	128	364

Not. Pearson  $X^2(2, N = 364) = 30.02, p < .001$ .

Son olarak geçmişteki hedeflerde *çalışma durumuna* bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucunda, geçmişteki hedeflerin şu anki çalışma durumuna bağlı olarak değişme gösterdiği görülmüştür,  $X^2(1, N = 363) = 35.53, p < .001$ . Geçmişteki hedefi eğitimle ilgili olan katılımcıların %63'ü şu an çalışmamakta, %37'si çalışmaktadır. Geçmişteki hedefi meslekle ilgili olan katılımcıların ise %70'i şu an çalışmakta, %30'u çalışmamaktadır. Buna göre geçmişte eğitimle ilgili hedefler şu an çalışmayan; meslekle ilgili hedefler ise çalışan kişiler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir (bk. Tablo 87).

**Tablo 87.** Çalışma Durumuna Göre Geçmişte Belirlenen Hedefler

	Hedef Türü		
	Eğitim	Meslek	TOPLAM
<b>Çalışmıyor</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	148	38	186
<b>Beklenen Değer</b>	120.9	65.1	186
%	62.7	29.9	51.2
<b>Adjusted Residual</b>	<b>6.0</b>	<b>-6.0</b>	
<b>Çalışıyor</b>			
<b>Gözlenen Değer</b>	88	89	177
<b>Beklenen Değer</b>	115.1	61.9	177
%	37.3	70.1	48.8
<b>Adjusted Residual</b>	<b>-6.0</b>	<b>6.0</b>	
<b>TOPLAM</b>	236	127	363

*Not.* Pearson  $X^2(1, N = 363) = 35.53, p < .001$ .

### 3.2.4. Hedefin Belirlenmesi Sürecinde Yakın Çevredeki Bireylerin Rolüne İlişkin Analizler

Asıl çalışma kapsamında katılımcılar geleceğe yönelik hedeflerini belirlerken (1) ne ölçüde yakın çevrelerinde yer alan kişilerle fikir alışverişinde bulduklarını ve (2) belirledikleri bu hedefle bağlantılı yakın çevrelerinde yer alan kişilerin onlara ne ölçüde destek olacaklarını düşündüklerini değerlendirmişlerdir (bk. Tablo 88). Tablo 88'den de takip edilebileceği gibi, bireyler hedeflerini belirlerken büyük ölçüde yakın çevrelerinde yer alan kişilerle fikir alışverişinde bulunmakta, aynı zamanda bu kişilerin hedefleriyle bağlantılı kendilerine destek olacaklarını düşünmektedir.

**Tablo 88.** Yakın Çevredeki Bireylere Yönelik Yapılan Değerlendirmelere İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Fikir Alışverişinde				Algılanan Destek	
	Min.	Mak.	Ort.	S	Ort.	S
<b>Anne</b>	1	7	4.5	2.1	6.2	1.4
<b>Baba</b>	1	7	4.3	2.2	6.1	1.5
<b>Kardeş</b>	1	7	4.2	2.1	6.1	1.6
<b>Arkadaş</b>	1	7	4.9	1.8	5.6	1.6
<b>Eş / kız veya erkek arkadaş</b>	1	7	5.7	1.8	6.5	1.1

*Not.* Tablodaki *Ort.* ve *S.* değerleri örneklemin tümüne aittir.

Hedefin belirlenmesi sürecinde yakın çevrede yer alan kişilerle (ör. anne, baba, eş / kız veya erkek arkadaş) fikir alışverişinde bulunma ve hedefle ilişkili olarak yakın çevrede yer alan kişilerden algılanan destek açısından anlamlı farklılıkların olup olmadığı iki ayrı Tek Faktörde Tekrar Ölçümlü ANOVA ile incelenmiştir. Analiz sonuçları fikir alışverişinde bulunma açısından kişiler arasında anlamlı farklılıklar olduğuna işaret etmektedir,  $F(2.97, 437.24) = 29.52, p < .001, \eta^2 = .17$ . Elde edilen sonuçlar, bireylerin en çok eşleriyle/kız veya erkek arkadaşlarıyla hedefleriyle ilgili konuşup fikir alışverişinde bulduklarına işaret etmektedir. Anne ile fikir alışverişinde bulunma babadan; arkadaş ile fikir alışverişinde bulunma ise hem baba hem de kardeştan daha yüksektir. Seçilen hedefle bağlantılı olarak yakın çevredeki bireylerden algılanan destek açısından da kişiler arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür,  $F(3.38, 520.48) = 13.89, p < .001, \eta^2 = .08$ . Elde edilen sonuçlar, bireylerin anne, baba, kardeş ve eş / kız veya erkek arkadaşlarına göre en az arkadaşlarından destek algıladıklarına işaret etmektedir. Diğer kişiler arasında ise algılanan destek açısından anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir.

Katılımcılar geçmişteki hedefleriyle ilgili olarak yakın çevrelerindeki bireylerin kendilerine ne ölçüde destek olduklarını da değerlendirmişlerdir. Elde edilen bulgular bireylerin hedefleriyle bağlantılı yakın çevrelerinden yüksek oranda destek algıladıklarına işaret etmektedir (bk. Tablo 89).

**Tablo 89.** Yakın Çevredeki Bireylerden Algılanan Desteğe İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Algılanan Destek			
	Min.	Mak.	Ort.	S
Anne	1	7	6.1	1.5
Baba	1	7	5.9	1.8
Kardeş	1	7	5.7	1.8
Arkadaş	1	7	5.2	1.8
Eş / kız veya erkek arkadaş	1	7	5.2	2

Not. Tablodaki Ort. ve S. değerleri örneklemin tümüne aittir.

Geçmişte belirlenen hedefle ilişkili olarak yakın çevrede yer alan kişilerden (ör. anne, baba, eş / kız veya erkek arkadaş) algılanan destek açısından anlamlı farklılıkların olup olmadığı Tek Faktörde Tekrar Ölçümlü ANOVA ile incelenmiştir. Geçmişte seçilen hedefle bağlantılı olarak yakın çevredeki bireylerden algılanan destek açısından kişiler arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür,  $F(2.97, 661.76) = 21.39, p < .001, \eta^2 = .09$ . Elde edilen sonuçlar bireylerin en çok *annelerinden* hedefleriyle ilgili destek algıladıklarına işaret etmektedir. Babadan algılanan destek, arkadaş ve eş / kız veya erkek arkadaştan; kardeştan algılanan destek ise arkadaş ve eş / kız veya erkek arkadaştan daha yüksektir.

### 3.2.5. Hedefler ve İyilik Haline İlişkin Yapılan Analizler

Bu bölümde ilk olarak geleceğe yönelik belirlenen hedef ve hedefle ilgili yapılan değerlendirmeler ile iyilik hali arasındaki ilişkiler; ikinci olarak ise geçmişte belirlenen bir hedefe ulaşım ulaşmamanın bireyin iyilik hali üzerindeki rolü incelenmiştir.

#### 3.2.5.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedef ve Hedefle İlgili Yapılan Değerlendirmeler İle İyilik Hali Arasındaki İlişkiler

*Benlik odaklı hedeflere* sahip olmanın bireyin iyilik halini yordamaya olan katkılarının belirlenmesi amacıyla Basit Doğrusal Regresyon Analizleri yürütülmüştür. Araştırma kapsamında bireyin iyilik hali benlik saygısı, yaşam doyumu, yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı puanlarıyla temsil edilmiştir. Analiz öncesinde iyilik halini temsil eden



değişkenlerin normallik sayılısını karşılayıp karşılamadığının belirlenmesi amacıyla kayışlılık (skewness) ve sivrilik (kurtosis) değerleri incelenmiş ve ilgili değişkenlerin normallik sayılısını karşıladığı görülmüştür. Tek değişkenli aşırı değere sahip (z puanı  $\pm 3.29$  sınırını aşan) yedi katılımcı ise analiz dışı bırakılmıştır. Elde edilen bulgular benlikle ilgili hedeflere sahip olmanın yaşam doyumu, yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığına anlamlı bir katkı yapmadığına işaret etmektedir. Bununla birlikte benlikle ilgili hedeflere sahip olma bireyin benlik saygısını negatif yönde ( $\beta = -.09$ ;  $p < .10$ ) yordamaktadır,  $F(1, 387) = 2.93$ ,  $p < .10$ .

Hedefin içeriğine ek olarak hedefe ilişkin yapılan değerlendirmelerin bireyin iyilik halini yordamaya olan katkıları da araştırma kapsamında incelenmiştir. Geleceğe yönelik hedefle ilgili yapılan değerlendirmeler *hedefin önemi*, *hedefin elde edilebileceğine dair inanç*, *seçilen hedefin bireyde ne ölçüde olumlu ve olumsuz duygular uyandırdığı* ile ilgilidir. Bu değerlendirmelere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 90'da gösterilmiştir. Tablo 90'dan da takip edilebileceği gibi, bireyler belirledikleri hedefin oldukça önemli olduğunu ve bu hedefi büyük ölçüde elde edebileceklerini düşünmektedir. Ayrıca belirlenen bu hedef, bireylerde büyük ölçüde olumlu duygular uyandırmaktadır.

**Tablo 90.** Geleceğe Yönelik Hedefle İlgili Değerlendirmelere İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Min.	Mak.	Ort.	S
<b>Bu hedef sizin için ne kadar önemli?</b>	2	7	6.3	.9
<b>Bu hedefi ne ölçüde gerçekleştirebileceğinizi düşünüyorsunuz?</b>	2	7	5.7	1
<b>Bu hedef sizde ne ölçüde olumlu duygular uyandırıyor?</b>	1	7	6.3	.9
<b>Bu hedef sizde ne ölçüde olumsuz duygular uyandırıyor?</b>	1	7	2	1.2

İyilik halinde en fazla varyans açıklayan değişkenin belirlenebilmesi amacıyla dört ayrı Aşamalı (Stepwise) Regresyon Analizi yürütülmüştür (Tabachnick ve Fidell, 2007). Analiz öncesinde ele alınan değişkenler arasındaki korelasyonlar Pearson Momentler Çarpımı korelasyon tekniği kullanılarak hesaplanmıştır. Tablo 91'den de takip edilebileceği gibi hedefin elde edilebileceğine dair inanç, hedefin bireyde uyandırdığı

olumlu duygular ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki korelasyonların pozitif yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Hedefin elde edilebileceğine dair inanç ve hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygular ile yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı arasındaki korelasyonlar ise negatif yönde ve anlamlıdır. Bununla birlikte hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygular ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasında negatif; yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı arasında ise pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Hedefin önemi ile iyilik hali göstergeleri arasındaki ilişkilerin ise anlamsız olduğu görülmüştür.

**Tablo 91.** Hedefle İlgili Değerlendirmeler ve İyilik Hali Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Önem	-							
2. Elde Ed. D. İnanç	.33***	-						
3. Olumlu Duygu	.37***	.22***	-					
4. Olumsuz Duygu	-.16**	-.22***	-.40***	-				
5. Benlik Saygısı	.09	.36***	.26***	-.16**	-			
6. Yaşam Doyumu	.03	.25***	.17**	-.16**	.46***	-		
7. Yalnızlık Düzeyi	-.05	-.18***	-.22***	.15**	-.42***	-.30***	-	
8. Semptom Sıklığı	-.03	-.15**	-.13*	.19***	-.34***	-.25***	.43***	-

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

Yapılan Aşamalı Regresyon Analizi sonuçları Tablo 92'de sunulmuştur. Hedefin önemine ilişkin değerlendirme ile iyilik hali göstergeleri arasındaki ilişkilerin anlamsız olması sebebiyle (bk. Tablo 91) ilgili değişken analizlere dahil edilmemiştir. Elde edilen bulgular **benlik saygısı** puanında en fazla varyans açıklayan değişkenin *hedefin elde edilebileceğine dair inanç* olduğuna işaret etmektedir ( $\beta = .36, p < .001$ ). Analize ikinci aşamada *hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygular* değişkeni dahil olmuştur ( $\beta = .17, p < .001$ ). Her iki değişkenin benlik saygısı toplam puanında açıkladığı varyans %16'dır. **Yaşam doyumu** puanında en fazla varyans açıklayan değişkenin *hedefin elde edilebileceğine dair inanç* ( $\beta = .25, p < .001$ ) olduğu görülmüştür. Analize ikinci aşamada *hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygular* değişkeni dahil olmuştur ( $\beta = .12, p < .05$ ). Her iki değişkenin yaşam doyumu toplam puanında açıkladığı varyans %8'dir.

**Yalnızlık** puanında en fazla varyans açıklayan değişken *hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygulardır* ( $\beta = -.23, p < .001$ ). İkinci sıradaki değişkenin ise *hedefin elde edilebileceğine dair inanç* olduğu görülmüştür ( $\beta = -.14, p < .01$ ). Her iki değişkenin yalnızlık puanında açıkladığı varyans %7'dir. **Semptom sıklığı** puanında en fazla varyans açıklayan değişken *hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygulardır* ( $\beta = .19, p < .001$ ). Analize ikinci aşamada *hedefin elde edilebileceğine dair inanç* değişkeni dahil olmuştur ( $\beta = -.11, p < .05$ ). Her iki değişkenin semptom sıklığı toplam puanında açıkladığı varyans %5'dir.

Yapılan analizler iyilik hali göstergelerinin en güçlü yordayıcılarının *hedefin elde edilebileceğine dair inanç* ve *hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygular* olduğuna işaret etmektedir. Hedefin elde edilebileceğine dair inanç ve hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygular, benlik saygısı ve yaşam doyumunu pozitif; yalnızlık düzeyini negatif yönde yordamaktadır. Hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygular, semptom sıklığını pozitif; hedefin elde edilebileceğine dair inanç ise semptom sıklığını negatif yönde yordamaktadır (bk. Tablo 92).

**Tablo 92.** İyilik Halinin Yordayıcıları

Benlik Saygısı Toplam Puanı						
Yordayıcılar	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	<i>F</i>	$\beta$	<i>t</i>
1. Elde Ed. D. İnanç	.36	.13	.13	57.97***	.36	7.61***
2. Elde Ed. D. İnanç	.40	.16	.03	36.49***	.32	6.77***
Olumlu Duygu					.17	3.63***
Yaşam Doyumu Toplam Puanı						
Yordayıcılar	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	<i>F</i>	$\beta$	<i>t</i>
1. Elde Ed. D. İnanç	.25	.06	.06	25.63***	.25	5.06***
2. Elde Ed. D. İnanç	.27	.08	.01	15.55***	.23	4.48***
Olumlu Duygu					.12	2.28*
Yalnızlık Toplam Puanı						
Yordayıcılar	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	<i>F</i>	$\beta$	<i>t</i>
1. Olumlu Duygu	.23	.05	.05	20.93***	-.23	-4.58***
2. Olumlu Duygu	.26	.07	.02	14.42***	-.20	-3.92**
Elde Ed. D. İnanç					-.14	-2.75**
Semptom Sıklığı Toplam Puanı						
Yordayıcılar	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	<i>F</i>	$\beta$	<i>t</i>
1. Olumsuz Duygu	.19	.04	.04	13.96***	.19	3.74***
2. Olumsuz Duygu	.22	.05	.01	9.52***	.16	3.17**
Elde Ed. D. İnanç					-.11	-2.22*

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

Aşamalı Regresyon Analizlerine ek olarak, hedefle ilgili değerlendirmelere ait dört ve iyilik halini yansıtan dört değişken arasındaki ilişki örüntüsünü belirlemek amacıyla Kanonik Korelasyon Analizi de yürütülmüştür. Hedefin önemi, hedefin elde edilebileceğine dair inanç, hedefin bireyde uyandırdığı olumlu ve olumsuz duygular değişkenleri *hedefle ilgili değerlendirmeler* değişkenini oluşturmuştur. Benlik saygısı, yaşam doyumu, yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı değişkenleri ise *iyilik hali* değişkenini oluşturmaktadır (bk. Şekil 19).

Analiz sonuçları, iki değişken seti arasındaki ilişkinin birinci kanonik kök için anlamlı olduğunu göstermiştir; *Wilks' λ* = .78,  $\chi^2(16) = 96.97$ ,  $p < .001$ . Anlamlı olan birinci kökün kanonik korelasyon katsayısı .44'tür ve iki değişken seti arasındaki ilişkide %20'lik bir varyans açıklamaktadır. Diğer üç kanonik korelasyon katsayısının ise .30'un altında olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ( $p > .05$ ). Dolayısıyla, yalnızca ilk sete ilişkin sonuçlar yorumlanmıştır.

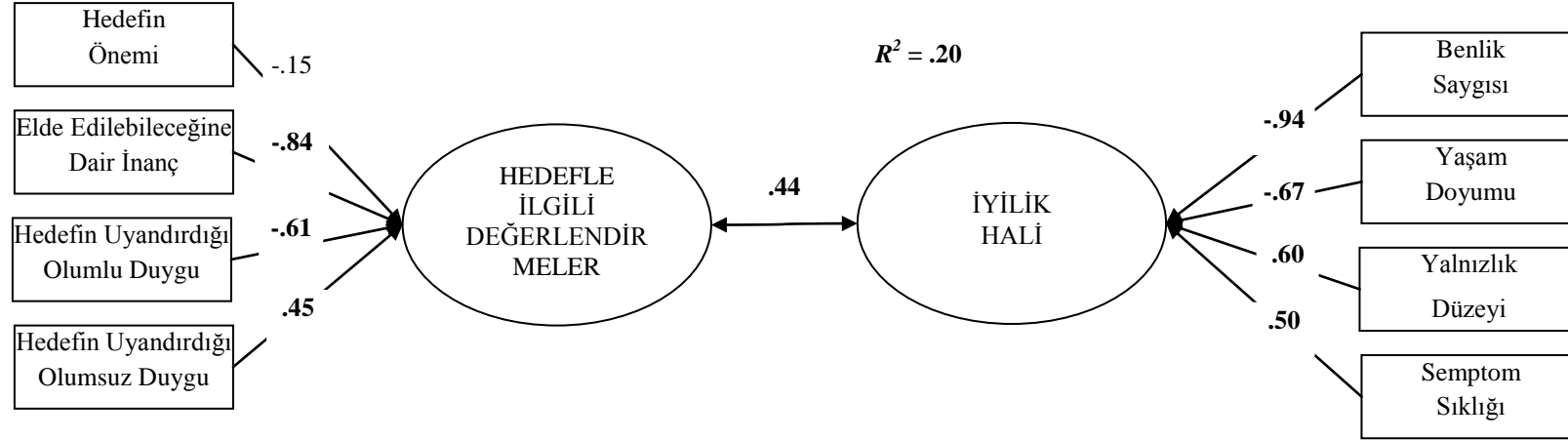
Kanonik yüklerin yorumlanmasında kriter olarak .40 değeri alınmış ve bu değer üzerindeki korelasyonlar değerlendirilmiştir. Sonuçlar, *hedefle ilgili değerlendirmeler* açısından en önemli değişkenin hedefin elde edilebileceğine dair inanç ( $r = -.84$ ); *iyilik hali* açısından en önemli değişkenin ise benlik saygısı olduğuna işaret etmektedir ( $r = -.94$ ) (bk. Tablo 93). Kanonik yükler değerlendirildiğinde, hedefin elde edilebileceğine dair inanç ( $r = -.84$ ) ve hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygulardaki ( $r = -.61$ ) azalmanın benlik saygısı ( $r = -.94$ ) ve yaşam doyumundaki ( $r = -.67$ ) azalmayla; yalnızlık düzeyi ( $r = .60$ ) ve semptom sıklığındaki ( $r = .50$ ) artışla ilişkili olduğu görülmüştür. Hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygulardaki ( $r = .45$ ) artış ise benlik saygısı ( $r = -.94$ ) ve yaşam doyumundaki ( $r = -.67$ ) azalma; yalnızlık düzeyi ( $r = .60$ ) ve semptom sıklığındaki ( $r = .50$ ) artışla ilişkilidir.

Özetle sonuçlar, hedefle ilgili değerlendirmeleri olumlu olan bireylerin iyilik hallerine ilişkin değerlendirmelerinin de olumlu olduğunu göstermiştir. Öte yandan, hedefle ilgili değerlendirmeleri olumsuz olan bireyler iyilik hallerine ilişkin olarak daha olumsuz değerlendirmelerde bulunmuşlardır. Hedefle ilgili değerlendirmeler ve iyilik hali arasındaki ilişkide, hedefle ilgili değerlendirmeler iyilik hali değişkenlerindeki varyansın %6'sını, iyilik hali ise hedefle ilgili değerlendirmelerdeki varyansın %9'unu açıklamaktadır (bk. Tablo 93).

**Tablo 93.** Hedefle İlgili Değerlendirmeler İle İyilik Hali Değişkenleri Arasındaki Yükler, Standardize Kanonik Katsayılar, Kanonik Korelasyon ve Net Varyanslar

Değişkenler	Birinci Kanonik Kök	
	Yükler (r)	Katsayılar
<b>Hedefle İlgili Değerlendirmeler</b>		
Hedefin Önemi	-0.15	.33
Hedefin Gerçekleşeceğine Dair İnanç	<b>-0.84</b>	-0.82
Hedefin Bireyde Uyandırdığı Olumlu Duygular	<b>-0.61</b>	-0.51
Hedefin Bireyde Uyandırdığı Olumsuz Duygular	<b>.45</b>	.12
Açıklanan Net Varyans (Redundancy)	.06	
<b>İyilik Hali</b>		
Benlik Saygısı	<b>-0.94</b>	-0.70
Yaşam Doyumu	<b>-0.67</b>	-0.27
Yalnızlık Düzeyi	<b>.60</b>	.17
Semptom Sıklığı	<b>.50</b>	.12
Açıklanan Net Varyans (Redundancy)	.09	
Kanonik Korelasyon	.44	
$R^2$	.20	

*Not.* Anlamli korelasyonlar koyu renk ile gösterilmiştir (>|.40|).



Şekil 19. Birinci Kanonik Kök İçin Yükler ve Kanonik Korelasyon

### 3.2.5.2. Geçmişte Belirlenen Hedefin Gerçekleşme Durumu, Hedefle İlgili Değerlendirmeler ve İyilik Haline İlişkin Analizler

Hatırlanacağı gibi, çalışma kapsamında geriye dönük olarak bildirilen hedeflerin (1) gerçekleşip gerçekleşmediği ve (2) eğer gerçekleşmediyse katılımcıların hedefe ulaşmayı isteyip istemedikleri değerlendirilmiştir. Tablo 94'den de takip edilebileceği gibi, katılımcıların çoğu (%71) belirledikleri bu hedefin gerçekleştiğini bildirmişlerdir. Belirledikleri hedefin gerçekleştiğini bildiren katılımcılar *hedeflerine ulaşan grup* (goal engagement group) olarak sınıflandırılmışlardır.

**Tablo 94.** Geçmişteki Hedefin Gerçekleşme Durumuna İlişkin Yüzdeler

“Hedefiniz gerçekleşti mi?” (N = 396)		
	Kişi sayısı (n)	%
Gerçekleşmedi	63	15.9
Henüz gerçekleşmedi	51	12.9
Gerçekleşti	282 (Hedefine ulaşan kişiler)	71.2

*Hedefinin gerçekleşmediğini veya henüz gerçekleşmediğini* belirten katılımcılardan hala o yıllardaki kadar hedeflerini gerçekleştirmeyi istediklerini belirtenlerin oranı %67, istemediklerini belirtenlerin oranı ise %33'dür (bk. Tablo 95). İlk gruptaki katılımcılar *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup* (goal striving group), ikinci gruptaki katılımcılar ise *hedeflerinden uzaklaşmış olan grup* (goal disengagement group) olarak sınıflandırılmışlardır (Messersmith ve Schulenberg, 2010).

**Tablo 95.** Hedefi Gerçekleştirmeyi İsteyip İstememe Durumuna İlişkin Yüzdeler

“Hala o yıllardaki kadar bu hedefi gerçekleştirmeyi istiyor musunuz?” (N = 112)		
	Kişi sayısı (n)	%
İstiyorum	75 (Hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden kişiler)	67
İstemiyorum	37 (Hedeflerinden uzaklaşmış olan kişiler)	33



Üç ayrı grubun (hedefine ulaşan, ulaşmak için çaba harcamaya devam eden ve hedefinden uzaklaşan) demografik açıdan (cinsiyet, eğitim, gelir düzeyi ve çalışma durumu) özellikleri üç ayrı logaritmik doğrusal analizle incelenmiştir. Analizlerden ilkinde cinsiyet, eğitim düzeyi ve hedef grupları; ikincisinde cinsiyet, gelir düzeyi ve hedef grupları; üçüncüsünde ise cinsiyet, çalışma durumu ve hedef grupları arasındaki etkileşimler ele alınmıştır.

Araştırmada, üç farklı kategorik değişken olarak ele alınan **cinsiyet**, **eğitim düzeyi** ve **hedef grupları** değişkenleri arasındaki ilişkiler logaritmik doğrusal modelleme yöntemi kullanılarak değerlendirilmiştir. Logaritmik doğrusal analiz ki-kare analizinin yetersiz kaldığı durumlarda çapraz tablolardaki hücre frekanslarının doğal logaritmaları alınarak iki ya da daha fazla kategorik değişken arasındaki koşullu ilişkinin incelenmesine olanak sağlamaktadır (Jeansonne, 2002). Buna göre ilk analizde incelenen değişkenler ve düzeyleri şu şekildedir:

1. Cinsiyet: Kadın (C1), Erkek (C2)
2. Eğitim Düzeyi: Lise mezunu-ön lisans öğrencisi-mezunu (E1), Lisans öğrencisi (E2), Lisans mezunu-lisansüstü öğrencisi-mezunu (E3)
3. Hedef Grupları: Hedefine ulaşan (H1), Hedefe ulaşmak için çaba harcamaya devam eden (H2), Hedefinden uzaklaşan (H3)

Her bir değişken düzeyinde yer alan katılımcılara ilişkin bilgiler Tablo 96'da sunulmuştur.

**Tablo 96.** Değişken Düzeylerindeki Gözlenen ve Beklenen Değerler

			Hedef Grup				
			Ulaşan	Çaba Har.	Uzaklaşan	Toplam	
Eğitim							
<b>Lise M.</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	9	7	2	18
			Beklenen	7.1	8.5	2.4	18
			%	50	38.9	11.1	100
	Erkek	Gözlenen	6	11	3	20	
		Beklenen	7.9	9.5	2.6	20	
		%	30	55	15	100	
	Toplam	Gözlenen	15	18	5	38	
		Beklenen	15	18	5	38	
		%	39.5	47.4	13.2	100	
<b>Lisans Ö.</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	72	16	17	105
			Beklenen	75	16.3	13.8	105
			%	68.6	15.2	16.2	100
	Erkek	Gözlenen	48	10	5	63	
		Beklenen	45	9.8	8.3	63	
		%	76.2	15.9	7.9	100	
	Toplam	Gözlenen	120	26	22	168	
		Beklenen	120	26	22	168	
		%	71.4	15.5	13.1	100	
<b>Lisans M.</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	75	9	6	90
			Beklenen	70.4	14.8	4.8	90
			%	83.3	10	6.7	100
	Erkek	Gözlenen	72	22	4	98	
		Beklenen	76.6	16.2	5.2	98	
		%	73.5	22.4	4.1	100	
	Toplam	Gözlenen	147	31	10	188	
		Beklenen	147	31	10	188	
		%	78.2	16.5	5.3	100	

*Not.* **Lise M.:** Lise mezunu-ön lisans öğrencisi-mezunu; **Lisans Ö.:** Lisans öğrencisi; **Lisans M.:** Lisans mezunu-lisansüstü öğrencisi-mezunu.

Bununla birlikte, 2x3x3 deseni oluşturan bu düzeyler için birlikte değişim ve etkileşimlerin değerlendirilmesi amaçlanmış, verilere ikili ve üçlü etkileşimlerin ve birlikte değişimlerin analiz edilmesine olanak sağlayan ve logaritmik doğrusal analiz yöntemlerinden biri olan hiyerarşik logaritmik doğrusal analiz uygulanmıştır. Bu yöntem, temel etkilerden başlayıp sırasıyla ikili, üçlü ve çoklu etkileşimlerin test edilmesine olanak vermekte ve optimal bir model oluşturarak verilerin oluşturulan bu optimal modele göre analiz edilmesini sağlamaktadır (Özdamar, 1999; akt. Bülbül, 2006).

İlk olarak, ortalama ana etkileri, bütün olası ikili etkileşimleri ve üçlü etkileşimi içeren parametrelerin yer aldığı tam / doymuş (saturated) model üretilmiştir. Bu modelin benzerlik oran istatistiği  $\chi^2(0) = 0, p = 1$ 'dir ve veriye en uygun modeli tanımlamaktadır. Bununla birlikte model, üç yönlü etkileşimin anlamlı olmadığına (Pearson  $\chi^2(4) = 4.424, p > .05$ ), iki yönlü etkileşimlerden (Pearson  $\chi^2(8) = 47.44, p < .001$ ) ve temel etkilerden (Pearson  $\chi^2(5) = 462.54, p < .001$ ) en az birinin anlamlı olduğuna işaret etmiştir. Bu, modelde temel etki parametrelerinden ve iki yönlü etkileşim parametrelerinden en az birinin yer alması gerektiği; üç yönlü etkileşim parametrelerinin ise modelden çıkarılabileceği anlamına gelmektedir. Modelde hangi temel ve iki yönlü etkilerin yer alması gerektiğinin belirlenmesi amacıyla kısmi ilişkiler incelenmiştir. Kısmi ilişkilere ait test sonuçları Tablo 97'de sunulmuştur.

Tablo 97'den de görülebileceği gibi, iki yönlü etkileşimlerden (hedef grupları ve eğitim düzeyi; cinsiyet ve eğitim düzeyi) ve temel etkilerden (hedef grupları ve eğitim düzeyi) yalnızca ikisi anlamlıdır.

**Tablo 97.** Hedef Grupları, Eğitim Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Kısmi İlişkileri Testine İlişkin Sonuçlar

<b>Etkiler</b>	<b>SD</b>	<b>Kısmi <math>\chi^2</math></b>	<b><i>p</i></b>
hedef grup*cinsiyet	2	5.44	.066
hedef grup*eğitim düzeyi	4	26.01	<b>.000</b>
cinsiyet* eğitim düzeyi	2	7.01	<b>.030</b>
hedef grup	2	253.21	<b>.000</b>
cinsiyet	1	2.60	.107
eğitim düzeyi	2	123.35	<b>.000</b>

Değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve derecesi hakkında bilgi edinmek amacıyla logaritmik doğrusal analiz etkileşim parametre kestirim değerlerinden yararlanılmıştır. Tam modelde yer alan parametrelerin kestirim değerleri Tablo 98'de sunulmuştur. Tabloda, üç yönlü etkileşim katsayısının anlamlı olmadığı görülmektedir ( $p > .05$ ). İki yönlü etkileşim parametre kestirimleri incelendiğinde, H1E1 iki değişkenli etkileşim katsayısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur (*Kestirim Değeri (KD)* = -.658,  $z = -3.96$ ,  $p < .001$ ). Bu sonuç, lise veya ön lisans mezunu olan bireylerin lisans mezunu olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıklarına işaret etmektedir. Benzer şekilde, H2E1, H2E2 ve C1E2 iki değişkenli etkileşim katsayılarının da istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur (sırasıyla;  $KD_{H2E1} = .496$ ,  $z = 2.94$ ,  $p < .01$ ;  $KD_{H2E2} = -.345$ ,  $z = -2.45$ ,  $p < .05$ ;  $KD_{C1E2} = .270$ ,  $z = 2.62$ ,  $p < .01$ ). Bu sonuçlar, lise veya ön lisans mezunu olan bireylerin lisans mezunu olan bireylere göre hedefe ulaşmak için daha fazla çaba gösterdiği; lisans öğrencilerinin ise lisans mezunu olan bireylere göre hedefe ulaşmak için daha az çaba gösterdikleri anlamına gelmektedir. Ayrıca, lisans öğrenimine devam eden kızların sayısının mezun gruptaki kızların sayısından daha fazla olduğu görülmüştür.

Geriye doğru adımlama (backward) yaklaşımından elde edilen sonuçlar üç yönlü etkileşimin ve hedef grup ve cinsiyet iki yönlü etkileşiminin modelden çıkarılmasının modelin uyumu açısından herhangi bir fark yaratmayacağına işaret etmiştir. Bu nedenle, bu iki etkinin model dışına alınmasına ve iki temel etkiye ait parametrenin ve iki ayrı iki yönlü etkileşim parametrelerinin modelde kalmasına karar verilmiştir. Uygun bulunan

modelin uyum iyiliği test istatistikleri Pearson  $\chi^2(6) = 9.54$ ,  $p > .05$  ve Likelihood Ratio  $\chi^2(6) = 9.88$ ,  $p > .05$  olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 98.** Hedef Grup, Eğitim Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Parametre Kestirimleri

Etki	Parametre	Kestirim Değeri	SH	z	p	%95 Güven Aralığı	
hedef (H) * cinsiyet (C) * eğitim (E)	1	.182	.17	1.09	.273	-.14	.51
	2	-.206	.12	-1.71	.087	-.44	.03
	3	.055	.17	.33	.744	-.27	.38
	4	.096	.14	.68	.497	-.18	.37
hedef (H) * cinsiyet (C)	1	.072	.09	.73	.463	-.12	.26
	2	-.205	.11	-1.91	.056	-.41	.00
hedef (H) * eğitim (E)	1	-.658	.17	-3.96	<b>.000</b>	-.98	-.33
	2	.173	.12	1.44	.150	-.06	.41
	3	.496	.17	2.94	<b>.003</b>	.16	.83
	4	-.345	.14	-2.45	<b>.014</b>	-.62	-.07
cinsiyet (C) * eğitim (E)	1	-.129	.13	-.98	.327	-.39	.13
	2	.270	.10	2.62	<b>.009</b>	.07	.47
hedef (H)	1	.928	.09	9.47	<b>.000</b>	.74	1.12
	2	-.059	.11	-.55	.585	-.27	.15
cinsiyet (C)	1	.065	.08	.80	.423	-.09	.22
	eğitim (E)	1	-.763	.13	-5.78	<b>.000</b>	-1.02
		2	.426	.10	4.14	<b>.000</b>	.22

Benzer şekilde, **gelir düzeyi**, **cinsiyet** ve **hedef grupları** değişkenleri arasındaki ilişkiler de hiyerarşik logaritmik doğrusal analiz yöntemi ile değerlendirilmiştir. Analizde ele alınan değişkenler ve düzeyleri şu şekildedir:

1. Gelir düzeyi: Düşük gelir (G1), Orta gelir (G2), Yüksek gelir (G3)
2. Cinsiyet: Kadın (C1), Erkek (C2)
3. Hedef Grupları: Hedefine ulaşan (H1), Hedefe ulaşmak için çaba harcamaya devam eden (H2), Hedefinden uzaklaşan (H3)

Her bir değişken düzeyinde yer alan katılımcılara ilişkin bilgiler Tablo 99'da sunulmuştur.

**Tablo 99.** Değişken Düzeylerindeki Gözlenen ve Beklenen Değerler

			<b>Hedef Grup</b>				
				<b>Ulaşan</b>	<b>Çaba Har.</b>	<b>Uzaklaşan</b>	<b>Toplam</b>
<b>Gelir</b>							
<b>Düşük</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	22	8	8	38
			Beklenen	20.7	11.2	6.1	38
			%	57.9	21.1	21.1	100
		Erkek	Gözlenen	15	12	3	30
			Beklenen	16.3	8.8	4.9	30
			%	50	40	10	100
		Toplam	Gözlenen	37	20	11	68
			Beklenen	37	20	11	68
			%	54.4	29.4	16.2	100
<b>Orta</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	92	16	14	122
			Beklenen	90.2	21.6	10.3	122
			%	75.4	13.1	11.5	100
		Erkek	Gözlenen	75	24	5	104
			Beklenen	76.8	18.4	8.7	104
			%	72.1	23.1	4.8	100
		Toplam	Gözlenen	167	40	19	226
			Beklenen	167	40	19	226
			%	73.9	17.7	8.4	100
<b>Yüksek</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	40	7	3	50
			Beklenen	39.6	6.8	3.6	50
			%	80	14	6	100
		Erkek	Gözlenen	36	6	4	46
			Beklenen	36.4	6.2	3.4	46
			%	78.3	13	8.7	100
		Toplam	Gözlenen	76	13	7	96
			Beklenen	76	13	7	96
			%	79.2	13.5	7.3	100

*Not. Düşük:* 1.500 TL ve altı; *Orta.:* 1.501 TL - 5.000 TL; *Yüksek:* 5.001 TL ve üstü.

İlk olarak, ortalama ana etkileri, bütün olası ikili etkileşimleri ve üçlü etkileşimi içeren parametrelerin yer aldığı tam / doymuş model üretilmiştir; bu modelin benzerlik oran istatistiği  $\chi^2(0) = 0$ ,  $p = 1$ 'dir ve veriye en uygun modeli tanımlamaktadır. Bununla birlikte model, üç yönlü etkileşimin anlamlı olmadığına (Pearson  $\chi^2(4) = 3.30$ ,  $p > .05$ ), iki yönlü etkileşimlerden (Pearson  $\chi^2(8) = 21.52$ ,  $p < .01$ ) ve temel etkilerden (Pearson  $\chi^2(5) = 468.47$ ,  $p < .001$ ) en az birinin anlamlı olduğuna işaret etmiştir. Bu, modelde temel etki parametrelerinden ve iki yönlü etkileşim parametrelerinden en az birinin yer alması gerektiği; üç yönlü etkileşim parametrelerinin ise modelden çıkarılabileceği anlamına gelmektedir. Modelde hangi temel ve iki yönlü etkilerin yer alması gerektiğinin belirlenmesi amacıyla kısmi ilişkiler incelenmiştir. Kısmi ilişkilere ait test sonuçları Tablo 100'de sunulmuştur.

**Tablo 100.** Hedef Grupları, Gelir Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Kısmi İlişkileri Testine İlişkin Sonuçlar

<b>Etkiler</b>	<b>SD</b>	<b>Kısmi <math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
hedef grup*cinsiyet	2	6.96	<b>.031</b>
hedef grup*gelir düzeyi	4	12.75	<b>.013</b>
cinsiyet* gelir düzeyi	2	.37	.83
hedef grup	2	252.420	<b>.000</b>
cinsiyet	1	2.31	.13
gelir düzeyi	2	103.61	<b>.000</b>

Değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve derecesi hakkında bilgi edinmek amacıyla logaritmik doğrusal analiz etkileşim parametre kestirim değerlerinden yararlanılmıştır. Tam modelde yer alan parametrelerin kestirim değerleri Tablo 101'de sunulmuştur. Tablo 101'den de görülebileceği gibi, üç yönlü etkileşim katsayısı anlamlı değildir ( $p > .05$ ). İki yönlü etkileşim parametre kestirimleri incelendiğinde, yalnızca H1G1 iki değişkenli etkileşim katsayısının istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $KD_{H1G1} = -.443$ ,  $z = -3.37$ ,  $p < .01$ ). Bu sonuç, "gelir düzeyi düşük" olan bireylerin "gelir düzeyi yüksek" olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıkları anlamına gelmektedir.

Geriye doğru adımlama yaklaşımına göre üç yönlü etkileşimin, cinsiyet ve gelir düzeyi ikili etkileşiminin modelden çıkarılması modelin uyumu açısından herhangi bir fark yaratmamaktadır. Bu nedenle, bu iki etkinin model dışına alınmasına karar verilmiştir. Uygun bulunan modelin uyum iyiliği test istatistikleri Pearson  $\chi^2(6) = 3.72$   $p > .05$  ve Likelihood Ratio  $\chi^2(6) = 3.57$ ,  $p > .05$  olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 101.** Hedef Grup, Gelir Düzeyi ve Cinsiyet Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Parametre Kestirimleri

Etki	Parametre	Kestirim Değeri	SH	z	p	%95 Güven Aralığı	
hedef (H) * cinsiyet (C) * gelir (G)	1	.02	.13	.143	.886	-.24	.28
	2	-.049	.11	-.457	.647	-.26	.16
	3	-.141	.15	-.919	.358	-.44	.16
	4	-.129	.13	-.972	.331	-.39	.13
hedef (H) * cinsiyet (C)	1	.022	.09	.248	.804	-.15	.19
	2	-.198	.11	-1.853	.064	-.41	.01
hedef (H) * gelir (G)	1	-.443	.13	-3.370	<b>.001</b>	-.70	-.18
	2	.169	.11	1.552	.121	-.04	.38
	3	.204	.15	1.334	.182	-.09	.50
	4	-.014	.13	-.106	.915	-.28	.25
cinsiyet (C) * gelir (G)	1	.054	.11	.484	.628	-.16	.27
	2	.038	.09	.391	.696	-.15	.23
hedef (H)	1	1.051	.09	11.997	<b>.000</b>	.88	1.22
	2	-.190	.11	-1.782	.075	-.39	.02
cinsiyet (C)	1	.092	.08	1.185	.236	-.06	.24
	1	-.297	.11	-2.653	<b>.008</b>	-.52	-.08
gelir (G)	1	-.297	.11	-2.653	<b>.008</b>	-.52	-.08
	2	.589	.09	6.063	<b>.000</b>	.39	.78

Benzer şekilde, **çalışma durumu**, **cinsiyet** ve **hedef grupları** değişkenleri arasındaki ilişkiler de hiyerarşik logaritmik doğrusal analiz yöntemi ile değerlendirilmiştir. Analizde ele alınan değişkenler ve düzeyleri şu şekildedir:

1. Çalışma Durumu: Çalışmıyor (ÇD1), Çalışıyor (ÇD2)
2. Cinsiyet: Kadın (C1), Erkek (C2)
3. Hedef Grupları: Hedefine ulaşan (H1), Hedefe ulaşmak için çaba harcamaya devam eden (H2), Hedefinden uzaklaşan (H3)



Her bir değişken düzeyinde yer alan katılımcılara ilişkin bilgiler Tablo 102'de sunulmuştur.

**Tablo 102.** Değişken Düzeylerindeki Gözlenen ve Beklenen Değerler

			Hedef Grup				
			Ulaşan	Çaba Har.	Uzaklaşan	Toplam	
<b>Çalışma Durumu</b>							
<b>Çalışıyor</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	71	12	9	92
			Beklenen	72.4	12.5	7.2	92.0
			%	77.2	13.0	9.8	100
	Erkek	Gözlenen	80	14	6	30	
		Beklenen	78.6	13.5	7.8	30.0	
		%	80.0	14.0	6.0	100	
	Toplam	Gözlenen	151	26	15	192	
		Beklenen	151.0	26.0	15.0	192.0	
		%	78.6	13.5	7.8	100	
<b>Çalışmıyor</b>	<b>Cinsiyet</b>	Kadın	Gözlenen	84	20	16	120
			Beklenen	77.4	29.4	13.2	120.0
			%	70.0	16.7	13.3	100
	Erkek	Gözlenen	45	29	6	80	
		Beklenen	51.6	19.6	8.8	80.0	
		%	56.3	36.3	7.5	100	
	Toplam	Gözlenen	129	49	22	200	
		Beklenen	129.0	49.0	22.0	200.0	
		%	64.5	24.5	11.0	100	

İlk olarak, ana etkileri, bütün olası ikili etkileşimleri ve üçlü etkileşimi içeren parametrelerin yer aldığı tam / doymuş model üretilmiştir;  $\chi^2(0) = 0$ ,  $p = 1$ . Logaritmik doğrusal analiz sonucuna göre, üç yönlü etkileşim anlamlı değildir ( $p > .05$ ). İki yönlü etkileşimlerden ve temel etkilerden en az biri anlamlıdır; Pearson  $\chi^2(5) = 24.55$ ,  $p < .001$ ; Pearson  $\chi^2(4) = 269.47$ ,  $p < .001$ , sırasıyla. Modelde hangi temel ve iki yönlü etkilerin yer alması gerektiğinin belirlenmesi amacıyla kısmi ilişkiler incelenmiştir. Kısmi ilişkilere ait test sonuçları Tablo 103'de sunulmuştur.

**Tablo 103.** Hedef Grupları, Cinsiyet ve Çalışma Durumunun Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Kısmi İlişkileri Testine İlişkin Sonuçlar

<b>Etkiler</b>	<b>SD</b>	<b>Kısmi <math>\chi^2</math></b>	<b><i>p</i></b>
hedef grup *cinsiyet	2	8.21	<b>.017</b>
hedef grup*çalışma durumu	2	11.38	<b>.003</b>
cinsiyet* çalışma durumu	1	7.09	<b>.008</b>
hedef grup	2	250.16	<b>.000</b>
cinsiyet	1	2.62	.106
çalışma durumu	1	.16	.686

Değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve derecesinin belirlenmesi amacıyla incelenen parametre kestirim değerleri, iki yönlü etkileşimlerin H2C1 ve H1ÇD1 için anlamlı olduğuna işaret etmiştir ( $KD_{H2C1} = -.236$ ,  $z = -2.35$ ,  $p < .05$ ;  $KD_{H1ÇD1} = -.214$ ,  $z = -2.64$ ,  $p < .01$ ) (bk. Tablo 104). Bu sonuç, kadınların erkeklere göre, hedefine ulaşmak için daha az çaba harcadıkları; çalışmayan bireylerin çalışanlara göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıkları anlamına gelmektedir.

Geriye doğru adımlama yaklaşımına göre, iki yönlü etkileşimlerden herhangi birinin modelden çıkarılması modelin uyumu açısından anlamlı bir fark yaratmaktadır. Bununla birlikte, üç yönlü etkileşimin modelden çıkarılması sonuçlar açısından anlamlı bir fark ortaya çıkarmamaktadır. Uygun bulunan modelin uyum iyiliği test istatistikleri Pearson  $\chi^2(2) = 3.12$ ,  $p > .05$  ve Likelihood Ratio  $\chi^2(2) = 3.06$ ,  $p > .05$  olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 104.** Hedef Grup, Cinsiyet ve Çalışma Durumu Temel Etki ve Etkileşim Etkilerinin Parametre Kestirimleri

Etki	Parametre	Kestirim Değeri	SH	z	p	%95 Güven Aralığı	
hedef (H) * cinsiyet (C) * çalışma durumu (ÇD)	1	.095	.08	1.171	.242	-.06	.25
	2	-.143	.10	-1.424	.154	-.34	.05
hedef (H) * cinsiyet (C)	1	.017	.08	.208	.835	-.14	.18
	2	-.236	.10	-2.347	<b>.019</b>	-.43	-.04
hedef (H) * çalışma durumu (ÇD)	1	-.214	.08	-2.636	<b>.008</b>	-.37	-.06
	2	.188	.10	1.871	.061	-.01	.39
cinsiyet (C) * çalışma durumu (ÇD)	1	.090	.07	1.228	.220	-.05	.23
	2	-.208	.10	-2.070	<b>.038</b>	-.41	-.01
hedef (H)	1	1.118	.08	13.799	<b>.000</b>	.96	1.28
	2	-.208	.10	-2.070	<b>.038</b>	-.41	-.01
cinsiyet (C)	1	.108	.07	1.485	.138	-.04	.25
	2	.113	.07	1.547	.122	-.03	.26

Katılımcılardan geçmişteki hedefleriyle ilgili bazı değerlendirmeler yapmaları da istenmiştir. Bu değerlendirmeler *hedefin önemi, hedefe ulaşma konusunda ne kadar ilerleme kaydedildiği, hedefe ulaşmak için ne kadar çaba harcandığı ve hedefe ulaşmanın kişi için ne kadar zor ve stres verici olduğuyla* ilgilidir. Değişkenlerin Pearson korelasyon katsayıları, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 105’de gösterilmiştir. Tablo 105’den de takip edilebileceği gibi katılımcılar hedeflerinin oldukça önemli olduğunu, hedeflerine ulaşmak için büyük ölçüde çaba harcadıklarını ve bu sürecin oldukça zor ve stres verici bir süreç olduğunu düşündüklerini bildirmişlerdir.

**Tablo 105.** Hedefle İlgili Değerlendirmelere İlişkin En Düşük, En Yüksek, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri İle Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	Min.	Mak.	Ort.	S	1	2	3	4
<b>Hedefe ulaşma konusunda ne kadar ilerleme kaydettiniz?*</b>	1	7	3.7	2	-			
<b>Bu hedef sizin için ne kadar önemliydi?</b>	1	7	6.3	.9	.26***	-		
<b>Bu hedefe ulaşmak için ne kadar çaba harcadınız?</b>	1	7	5.8	1.3	.37***	.47***	-	
<b>Bu hedefe ulaşmak sizin için ne kadar zor ve stres vericiydi?</b>	1	7	5.6	1.5	.14	.32***	.46***	-

\*Bu soruyu, “*hedefiniz gerçekleşti mi?*” sorusuna “*henüz gerçekleşmedi*” veya “*gerçekleşmedi*” cevabını veren katılımcıların yanıtlamaları istenmiştir. \*\*\*  $p < .001$ .

Hedefle ilgili yapılan değerlendirmelerin *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden* ve *hedefinden uzaklaşmış olan gruplar* arasında anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız gruplar için t-testi yapılmıştır. Hedefe ulaşma konusunda kaydedilen ilerleme gruplara göre anlamlı bir farklılık göstermektedir,  $t(110) = 5.98$ ,  $p < .001$ . *Hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grubun* ortalaması ( $Ort. = 4.43$ ,  $S = 1.82$ ) *hedefinden uzaklaşmış olan grubun ortalamasından* ( $Ort. = 2.30$ ,  $S = 1.66$ ) anlamlı olarak daha yüksektir. Hedefin öneminin de gruplara göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur,  $t(44.64) = 3.79$ ,  $p < .001$ . Buna göre, *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grubun* ortalaması ( $Ort. = 6.29$ ,  $S = .90$ ) *hedefinden uzaklaşmış olan grubun ortalamasından* ( $Ort. = 5.24$ ,  $S = 1.46$ ) anlamlı olarak daha yüksektir. Diğer değerlendirmeler açısından ise (hedefe ulaşmak için ne kadar çaba harcadığı ve hedefe ulaşmanın kişi için ne kadar zor ve stres verici olduğu) iki grup arasında anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir ( $p > .05$ ). Analiz sonucuna göre, hedefe ulaşma konusunda daha fazla ilerleme kaydeden ve hedefini daha önemli olarak gören katılımcıların *hedeften uzaklaşmak yerine hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam ettikleri* söylenebilir.

Geçmişteki hedeflerle ilgili son olarak iyilik hali açısından gruplar arasında (*hedefine ulaşan grup*, *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup*, *hedefinden*

*uzaklaşan grup*) anlamlı farklılıklar olup olmadığı Tek Yönlü ANOVA ile incelenmiştir. İncelenen Levene Testi sonucunda, yaşam doyumu değişkeni için varyansların homojenliği varsayımının karşılanmadığı görülmüştür. Bu nedenle ilgili değişken için Box-Cox dönüşümü gerçekleştirilmiştir (Box ve Cox, 1964). Box-Cox dönüşümü için gerekli olan lambda sayısı Dag, Asar ve İlk (2014) tarafından R programı içinde geliştirilen AID paketi ile hesaplanmıştır. Ardından SPSS'te bu katsayı kullanılarak dönüştürme gerçekleştirilmiştir. Dönüştürme işlemi sonrasında tekrarlanan Tek Yönlü ANOVA sonuçları *yaşam doyumu* açısından gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğuna işaret etmektedir,  $F(2, 384) = 6.56, p < .01$ . *Hedefine ulaşan grubun* ortalaması ( $Ort. = 7.31, S = 2.41$ ) *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grubun* ortalamasından ( $Ort. = 6.24, S = 2.73$ ) anlamlı olarak daha yüksektir. Diğer değişkenler (benlik saygısı, yalnızlık düzeyi, semptom sıklığı) açısından ise gruplar arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir ( $p > .05$ ).

### 3.2.6. Stratejilerin Kullanımı Açısından Gruplar Arası Farklılığa İlişkin Analizler

Araştırmanın ikinci amacı doğrultusunda ilk üç gelişimsel düzenleme modeli temelinde öne sürülen 10 ayrı stratejinin kullanımında hedef gruplarına (*hedefine ulaşan grup, hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup, hedefinden uzaklaşan grup*) göre farklılık olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu yöndeki değerlendirmeye geçilmeden önce, strateji kullanımının cinsiyet ve yaşa göre değişme gösterip göstermediği incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar yalnızca *hedefi ayarlama* stratejisi açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık olduğuna işaret etmektedir,  $t(394) = -2.25, p < .05$ . Erkeklerin ( $Ort. = 2.62, S = .68$ ) hedefi ayarlama alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının kadınlarınkinden ( $Ort. = 2.46, S = .70$ ) anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu ışığında, erkeklerin kadınlara göre hedefe ulaşma sürecinde bir engel veya başarısızlıkla karşılaşmaları durumunda hedeflerinden daha kolay vazgeçebildikleri söylenebilir. Çalışma kapsamında strateji kullanımı açısından yaşa göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > .05$ ). Strateji kullanımı açısından yaş ve cinsiyete göre (hedefi ayarlama dışında) anlamlı farklılıklar bulunmamakla birlikte, Tek Faktörde Tekrar Ölçümlü ANOVA sonuçları bazı stratejilerin diğer stratejilere göre katılımcılar arasında anlamlı olarak daha az kullanıldığına işaret etmektedir. Buna göre seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli bileşenlerinden *isteğe bağlı seçimin*

optimizasyon ve ödünlemeye göre [ $F(1.85, 729.25) = 145.54, p < .001, \eta^2 = .27$ ]; yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı bileşenlerinden *ödünleyici ikincil kontrolün* ise diğer kontrol stratejileri ve optimizasyona göre daha az kullanıldığı ortaya konulmuştur [ $F(3.51, 1386.65) = 215.82, p < .001, \eta^2 = .35$ ].

Yaş ve cinsiyet temel etkilerinin anlamsız olması sebebiyle ilk üç gelişimsel düzenleme modeli temelinde öne sürülen stratejilerin kullanımı açısından gruplar arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığı Tek Yönlü ANOVA ile incelenmiştir. Analiz sonuçları stratejilerin kullanımı açısından gruplar arasında anlamlı farklılıkların olmadığına işaret etmektedir ( $p > .05$ ). Gruplara göre strateji kullanımına ilişkin ortalama ve standart sapma değerlerine Tablo 106'dan ulaşılabilir.

**Tablo 106.** Gruplara Göre Stratejilerin Kullanımına İlişkin Ortalama, Standart Sapma ve Ranj Değerleri

Hedef Grupları	n	İsteğe Bağlı Seçim		Optimizasyon <sup>a</sup>	
		Ort. (S)	Ranj	Ort. (S)	Ranj
Hedefine Ulaşan	282	.61 (.23)	.08-1.00	.80 (.20)	.00-1.00
Çaba Gösteren	75	.60 (.25)	.00-1.00	.78 (.22)	.00-1.00
Hedefinden Uzaklaşan	37	.57 (.23)	.00-.92	.77 (.25)	.08-1.00
		Ödünleme		Optimizasyon <sup>b</sup>	
Hedefine Ulaşan	282	.74 (.20)	.00-1.00	3.72 (.50)	2.25-5.00
Çaba Gösteren	75	.73 (.22)	.00-1.00	3.75 (.45)	2.67-4.92
Hedefinden Uzaklaşan	37	.77 (.17)	.33-1.00	3.64 (.48)	2.75-4.83
		Seçici Birincil Kontrol		Seçici İkincil Kontrol	
Hedefine Ulaşan	282	3.99 (.58)	2.38-5.00	3.74 (.58)	2.14-5.00
Çaba Gösteren	75	4.01 (.61)	2.63-5.00	3.86 (.59)	2.38-5.00
Hedefinden Uzaklaşan	37	3.99 (.55)	2.75-5.00	3.69 (.50)	3.00-5.00
		Ödünleyici Birincil Kontrol		Ödünleyici İkincil Kontrol	
Hedefine Ulaşan	282	3.81 (.58)	1.50-5.00	3.25 (.51)	2.0-5.00
Çaba Gösteren	75	3.84 (.64)	2.25-5.00	3.14 (.59)	1.5-4.50
Hedefinden Uzaklaşan	37	3.81 (.67)	2.38-5.00	3.22 (.58)	2.13-4.86
		Hedefin Peşinden Koşma		Hedefi Ayarlama	
Hedefine Ulaşan	282	2.57 (.61)	.92-4.00	2.52 (.71)	.57-4.00
Çaba Gösteren	75	2.73 (.71)	1.38-4.00	2.58 (.66)	.57-4.00
Hedefinden Uzaklaşan	37	2.59 (.59)	1.77-3.85	2.48 (.70)	1.29-3.86

Not. **a.** Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Modeli; **b.** Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı.

### **3.2.7. Gelişimsel Düzenleme Modelleri Kapsamında Öne Sürülen Süreçler (Metadüzenleme, Hedefe Bağlı Olma, Hedeften Vazgeçme) İle İyilik Hali Arasındaki İlişkiler**

Hatırlanacağı gibi, araştırmanın son amacı, gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen üç temel süreç ile (*metadüzenleme, hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme*) bireyin iyilik hali arasındaki ilişkiyi Türkiye örneğinde beliren yetişkinlik dönemini temsil eden yaş grubu üzerinde incelemektir (bk. Şekil 20). Önerilen modelin testinden önce araştırmada yer alan değişkenler arasındaki korelasyonlar, Pearson Momentler Çarpımı korelasyon tekniği kullanılarak hesaplanmıştır. Değişkenlerin Pearson korelasyon katsayıları, ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 107'de sunulmuştur. Tablo 107'den de takip edilebileceği gibi, yaşam yönetim stratejilerinin benlik saygısı ve yaşam doyumuyla pozitif; yalnızlık düzeyi (isteğe bağlı seçim dışında) ve semptom sıklığı ile (optimizasyon, seçici ikincil ve ödünleyici ikincil kontrol dışında) negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.



**Tablo 107.** Değişkenlerin Pearson Korelasyon Katsayıları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Ort. (S)
1. Opt. <sup>a</sup>	-														3.73 (.49)
2. Seç. Bir. K.	.56***	-													4.00 (.58)
3. Seç. İk. K.	.64***	.67***	-												3.77 (.58)
4. Öd. Bir. K.	.52***	.54***	.45***	-											3.82 (.59)
5. Öd. İk. K.	.53***	.31***	.49***	.39***	-										3.22 (.53)
6. İs. B. Seçim	.04	.30***	.24***	.12*	.04	-									.61 (.23)
7. Opt. <sup>b</sup>	.19***	.47***	.31***	.25***	.10	.50***	-								.80 (.21)
8. Ödünleme	.16**	.33***	.23***	.47***	.15**	.31***	.51***	-							.74 (.20)
9. Asi.	.26***	.59***	.43***	.25***	-.04	.26***	.50***	.28***	-						2.62 (.62)
10. Ako.	.41***	.33***	.34***	.29***	.40***	.05	.19***	.12*	.26***	-					2.54 (.69)
11. Ben. Say.	.31***	.46***	.44***	.27***	.27***	.18***	.32***	.24***	.48***	.39**	-				3.31 (.50)
12. Yaş. Doy.	.29***	.34***	.31***	.21***	.30***	.16**	.27***	.18***	.28***	.29***	.46***	-			4.84 (1.07)
13. Yalnızlık	-.26***	-.27***	-.25***	-.26***	-.15**	-.08	-.20***	-.22***	-.29***	-.32***	-.42***	-.30***	-		1.55 (.42)
14. Semp. Sık.	-.07	-.12*	-.04	-.10*	-.00	-.15**	-.16**	-.16**	-.18**	-.27***	-.34***	-.25***	.43***	-	.72 (.55)

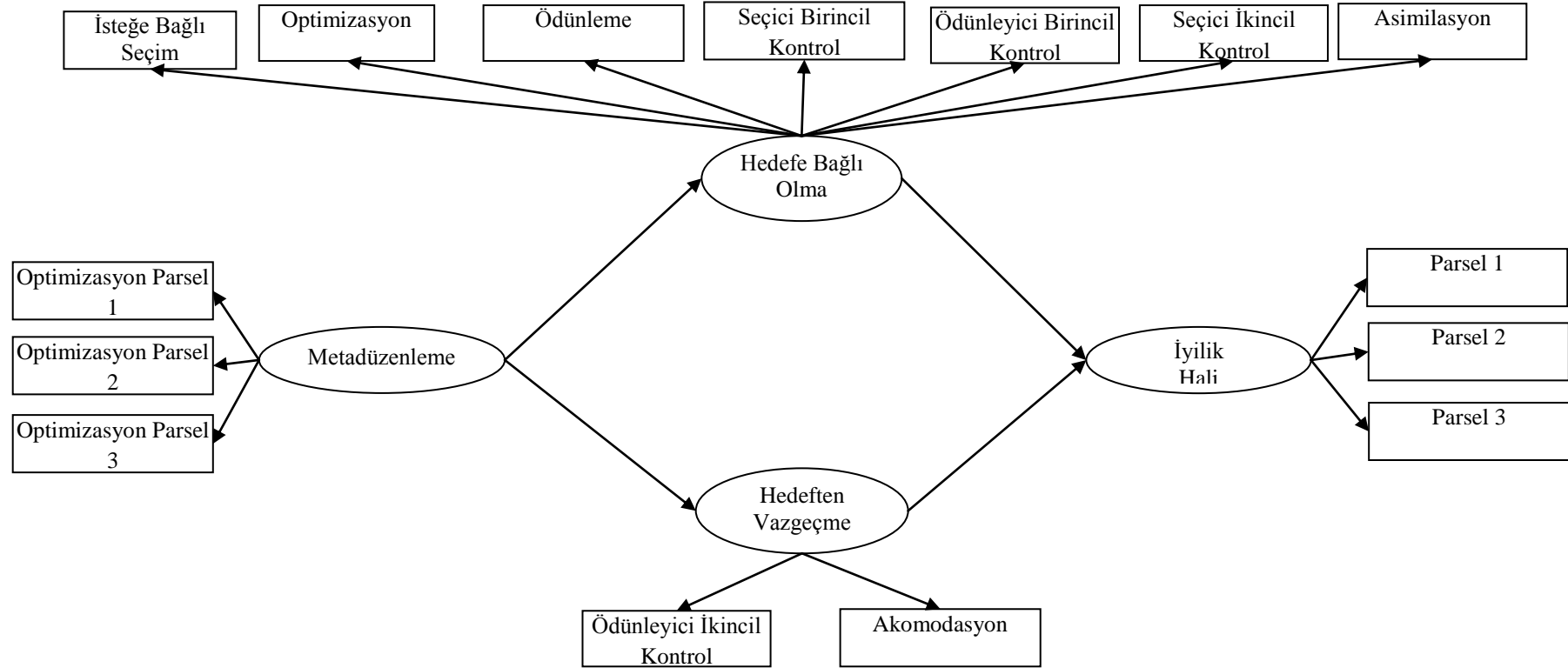
**Metadüzenleme:** Optimizasyon (1) (Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı)

**Hedefe Bağlı Olma:** Seçici Birincil Kontrol, Seçici İkincil Kontrol, Ödünleyici Birincil Kontrol, İsteğe Bağlı Seçim, Optimizasyon (7), Ödünleme, Asimilasyon.

**Hedeften Vazgeçme:** Ödünleyici İkincil Kontrol ve Akomodasyon.

**a.** Yaşam Boyu Gelişimde Motivasyon Kuramı; **b.** Seçme, Optimizasyon ve Ödünleme Modeli.

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .



**Şekil 20.** Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve İyilik Hali Arasındaki İlişki (Haase ve ark., 2013)

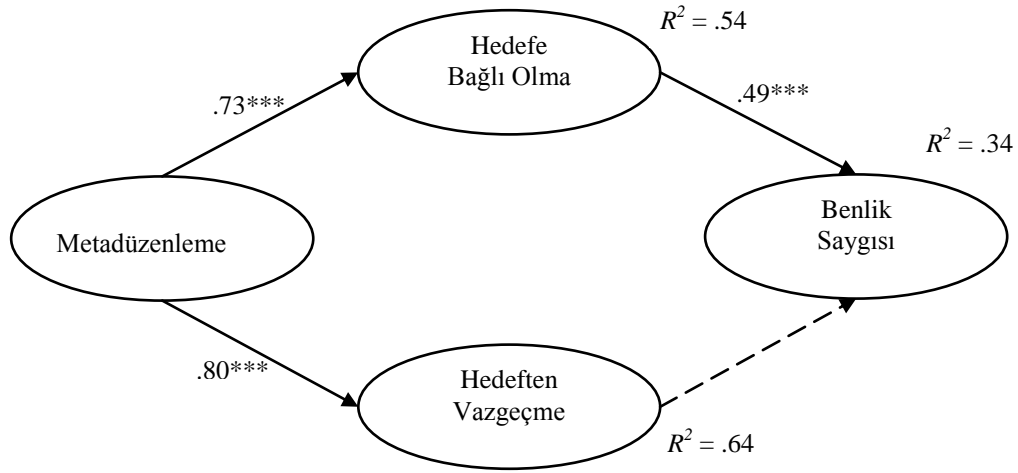
Çalışma kapsamında *metadüzenleme* optimizasyon<sup>a</sup>; *hedefe bağlı olma* isteğe bağlı seçim, optimizasyon<sup>b</sup>, ödünleme, seçici birincil ve ikincil kontrol, ödünleyici birincil kontrol ve asimilasyon; *hedeften vazgeçme* ise ödünleyici ikincil kontrol ve akomodasyon ile temsil edilmiştir (bk. Şekil 20). Optimizasyon, benlik saygısı, yaşam doyumu ve yalnızlık puanları için parselleme yoluna gidilmiş; her biri için gösterge değişkenler oluşturulmuştur. Her bir bağımlı değişken için önerilen model ayrı ayrı test edilmiştir. Semptom sıklığının optimizasyon, seçici ikincil ve ödünleyici ikincil kontrolle ilişkili olmaması, diğer değişkenler ile de düşük düzeyde ilişkili olması sebebiyle semptom sıklığına ilişkin model test edilmemiştir.

Gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen üç süreç ile (*metadüzenleme*, *hedefe bağlı olma* ve *hedeften vazgeçme*) bireyin iyilik hali arasındaki ilişkileri test etmek için Yapısal Eşitlik Modeli kullanılmıştır. Önerilen modelin testinden önce ölçüm modeli her bir değişken için (benlik saygısı, yaşam doyumu, yalnızlık düzeyi) sınanmıştır. Üretilen ölçüm modellerinin veri ile çok iyi uyum göstermediği görülmüştür. Modellerle ilgili modifikasyon indeksi sonuçları ayrıntılı olarak incelendiğinde bazı göstergelere (isteğe bağlı seçim, optimizasyon, ödünleme ve ödünleyici birincil kontrol) ait korelasyonların serbest bırakılmasının ki-kare değerlerinde anlamlı bir düşüşe sebep olacağı görülmüştür. İlgili göstergeler arasındaki korelasyonlar incelendiğinde (bk. Tablo 107), bu göstergelerin birbirleriyle yüksek düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiş; kuramsal açıdan uygunluk da göz önünde bulundurularak göstergeler arasına hata korelasyonları eklenmiş ve modeller tekrardan sınanmıştır. İlerleyen bölümde her bir değişken için (benlik saygısı, yaşam doyumu, yalnızlık düzeyi) sınanan ölçüm ve yapısal eşitlik modellerine ilişkin bulgular sunulmuştur.

**Benlik saygısına** ilişkin ölçüm modelinin veri ile orta düzeyde uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(82, N = 389) = 428.36, p < .001, GFI = .87, AGFI = .81, NNFI = .92, CFI = .94, RMSEA = .10$ ]. Modeldeki tüm yükler anlamlı olup .30-.88 arasında değişmektedir. Üretilen ölçüm modelindeki gizil değişkenler arasındaki yapısal korelasyonlar incelendiğinde *metadüzenleme* ile *hedefe bağlı olma* ( $r = .74, p < .001$ ), *hedeften vazgeçme* ( $r = .83, p < .001$ ) ve benlik saygısı arasında ( $r = .36, p < .001$ );

hedefe bağlı olma ile hedeften vazgeçme ( $r = .61, p < .001$ ) ve benlik saygısı arasında ( $r = .59, p < .001$ ); hedeften vazgeçme ile de benlik saygısı arasında ( $r = .52, p < .001$ ) pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür.

Ölçüm modelinin ardından önerilen yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelin veri ile orta düzeyde uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(84, N = 389) = 451.34, p < .001, GFI = .87, AGFI = .81, NNFI = .92, CFI = .94, RMSEA = .11$ ]. Metadüzenleme hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyi; hedefe bağlı olma ise benlik saygısını pozitif yönde yordamaktadır. Ancak hedeften vazgeçmenin benlik saygısını anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür ( $p > .05$ ). Elde edilen sonuçlar, hedeften vazgeçme ile benlik saygısı arasındaki yolun anlamsız olması sebebiyle, metadüzenlemenin yalnızca hedefe bağlı olma üzerinden bireyin benlik saygısıyla ilişkili olduğuna işaret etmektedir (bk. Şekil 21).



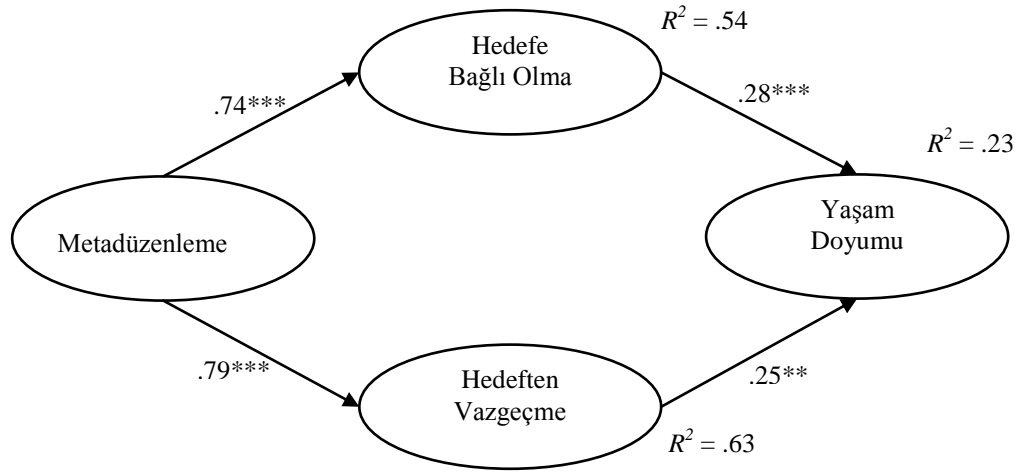
**Şekil 21.** Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki

\*\*\*  $p < .001$ . Not. Kesik çizgi ilişkinin anlamsız olduğunu göstermektedir.

**Yaşam doyumuna** ilişkin ölçüm modelinin veri ile orta düzeyde uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(70, N = 389) = 371.53, p < .001, GFI = .88, AGFI = .82, NNFI = .91, CFI = .93, RMSEA = .10$ ]. Modeldeki tüm yükler anlamlı olup .30-.91 arasında değişmektedir. Üretilen ölçüm modelindeki gizil değişkenler arasındaki yapısal

korelasyonlar incelendiğinde metadüzenleme ile hedefe bağlı olma ( $r = .74, p < .001$ ), hedeften vazgeçme ( $r = .82, p < .001$ ) ve yaşam doyumu arasında ( $r = .34, p < .001$ ); hedefe bağlı olma ile hedeften vazgeçme ( $r = .60, p < .001$ ) ve yaşam doyumu arasında ( $r = .44, p < .001$ ); hedeften vazgeçme ile de yaşam doyumu arasında ( $r = .48, p < .001$ ) pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür.

Ölçüm modelinin ardından önerilen yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelin veri ile orta düzeyde uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2 (72, N = 389) = 383.92, p < .001, GFI = .88, AGFI = .82, NNFI = .91, CFI = .93, RMSEA = .11$ ]. Metadüzenleme hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyi; hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme de yaşam doyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Elde edilen sonuçlar, metadüzenlemenin hem hedefe bağlı olma hem de hedeften vazgeçme üzerinden bireyin yaşam doyumuyla ilişkili olduğuna işaret etmektedir (bk. Şekil 22).



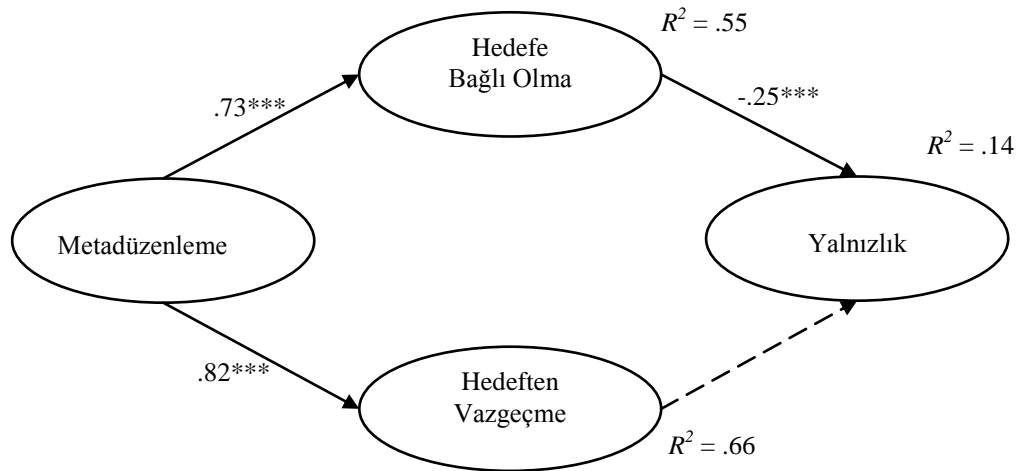
**Şekil 22.** Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

\*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

**Yalnızlık düzeyine** ilişkin ölçüm modelinin veri ile orta düzeyde uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2 (82, N = 389) = 418.44, p < .001, GFI = .87, AGFI = .82, NNFI = .91, CFI = .93, RMSEA = .10$ ]. Modeldeki tüm yükler anlamlı olup .30-.90 arasında değişmektedir. Üretilen ölçüm modelindeki gizil değişkenler arasındaki yapısal

korelasyonlar incelendiğinde metadüzenleme ile hedefe bağlı olma ( $r = .74, p < .001$ ) ve hedeften vazgeçme ( $r = .82, p < .001$ ); hedefe bağlı olma ile hedeften vazgeçme ( $r = .61, p < .001$ ) arasında pozitif; metadüzenleme ( $r = -.30, p < .001$ ), hedefe bağlı olma ( $r = -.35, p < .001$ ) ve hedeften vazgeçmenin ( $r = -.34, p < .001$ ) ise yalnızlık ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Ölçüm modelinin ardından önerilen yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelin veri ile orta düzeyde uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(84, N = 389) = 420.97, p < .001, GFI = .87, AGFI = .81, NNFI = .92, CFI = .94, RMSEA = .10$ ]. Metadüzenleme hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyi pozitif; hedefe bağlı olma ise yalnızlığı negatif yönde yordamaktadır. Ancak hedeften vazgeçmenin yalnızlığı anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür ( $p > .05$ ). Elde edilen sonuçlar, hedeften vazgeçme ile yalnızlık arasındaki yolun anlamsız olması sebebiyle, metadüzenlemenin yalnızca hedefe bağlı olma üzerinden bireyin yalnızlık düzeyiyle ilişkili olduğuna işaret etmektedir (bk. Şekil 23).

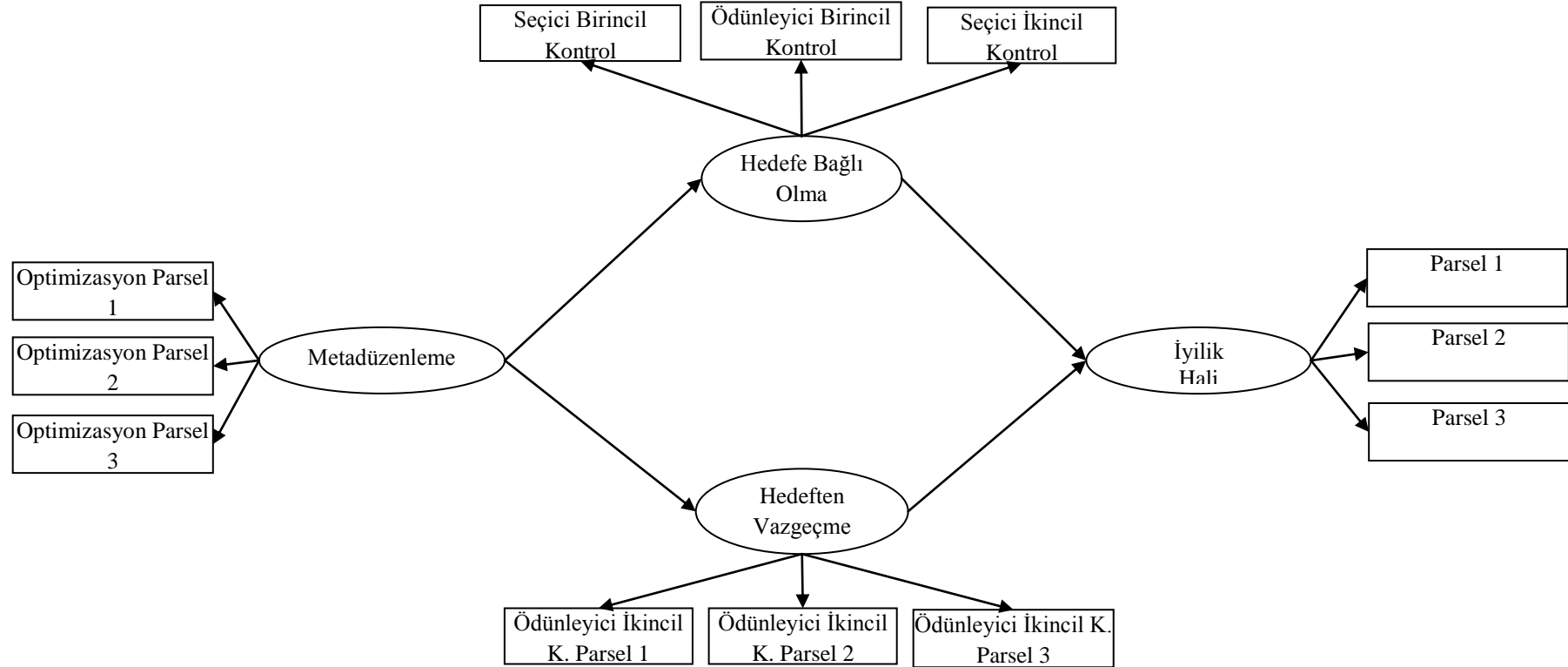


**Şekil 23.** Gelişimsel Düzenleme Modelleri Temelinde Önerilen Süreçler ve Yalnızlık Arasındaki İlişki

\*\*\*  $p < .001$ . Not. Kesik çizgi ilişkinin anlamsız olduğunu göstermektedir.

Modelin, Haase ve arkadaşlarının (2013) önerdiği şekliyle testinin ardından, gizil değişkenleri temsil eden göstergeler açısından sadeleştirmeye gidilmiş; önerilen model

yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı temelinde öne sürülen stratejiler aracılığıyla tekrardan test edilmiştir (bk. Şekil 24). Bu model, *metadüzenleme*, *hedefe bağlı olma* ve *hedeften vazgeçme* gizil değişkenlerini temsil eden göstergeleri barındıran tek model olması sebebiyle tercih edilmiştir.



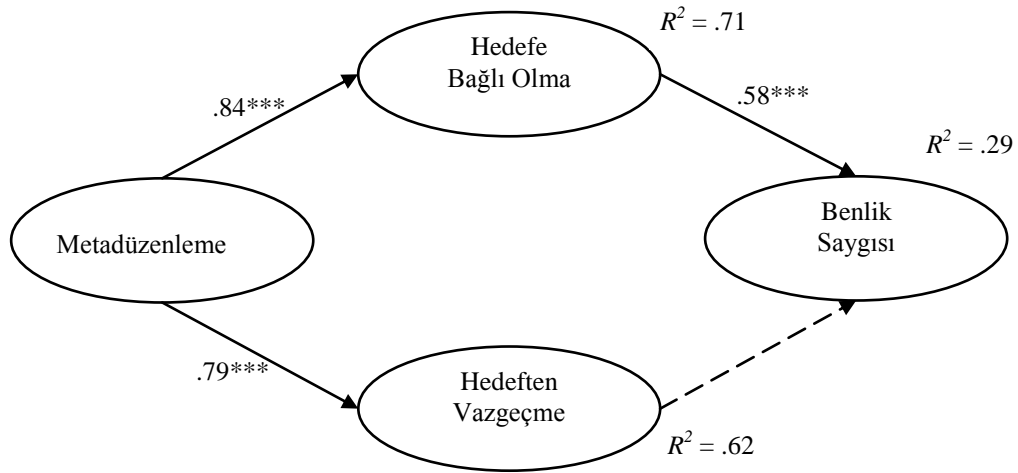
**Şekil 24.** Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve İyilik Hali Arasındaki İlişki



Çalışma kapsamında *metadüzenleme* optimizasyon; *hedefe bağlı olma* seçici birincil ve ikincil kontrol ve ödünleyici birincil kontrol; *hedeften vazgeçme* ise ödünleyici ikincil kontrol ile temsil edilmiştir (bk. Şekil 24). Optimizasyon, ödünleyici ikincil kontrol, benlik saygısı, yaşam doyumu ve yalnızlık puanları için parselleme yoluna gidilmiş; her biri için gösterge değişkenler oluşturulmuştur. Her bir bağımlı değişken için önerilen model ayrı ayrı test edilmiştir. Semptom sıklığının optimizasyon, seçici ikincil ve ödünleyici ikincil kontrolle ilişkili olmaması, diğer değişkenler ile de düşük düzeyde ilişkili olması sebebiyle semptom sıklığına ilişkin model test edilmemiştir.

**Benlik saygısına** ilişkin ölçüm modelinin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(48, N = 389) = 149.33, p < .001, GFI = .94, AGFI = .90, NNFI = .96, CFI = .97, RMSEA = .07$ ]. Modeldeki tüm yükler anlamlı olup .55-.88 arasında değişmektedir. Üretilen ölçüm modelindeki gizil değişkenler arasındaki yapısal korelasyonlar incelendiğinde *metadüzenleme* ile *hedefe bağlı olma* ( $r = .85, p < .001$ ), *hedeften vazgeçme* ( $r = .76, p < .001$ ) ve *benlik saygısı* arasında ( $r = .36, p < .001$ ); *hedefe bağlı olma* ile *hedeften vazgeçme* ( $r = .69, p < .001$ ) ve *benlik saygısı* arasında ( $r = .56, p < .001$ ); *hedeften vazgeçme* ile de *benlik saygısı* arasında ( $r = .38, p < .001$ ) pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür.

Ölçüm modelinin ardından önerilen yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(50, N = 389) = 158.97, p < .001, GFI = .94, AGFI = .90, NNFI = .96, CFI = .97, RMSEA = .08$ ]. *Metadüzenleme* *hedefe bağlı olma* ve *hedeften vazgeçmeyi*; *hedefe bağlı olma* ise *benlik saygısını* pozitif yönde yordamaktadır. Ancak *hedeften vazgeçmenin* *benlik saygısını* anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür ( $p > .05$ ). Elde edilen sonuçlar, *hedeften vazgeçme* ile *benlik saygısı* arasındaki yolun anlamsız olması sebebiyle, *metadüzenlemenin* yalnızca *hedefe bağlı olma* üzerinden bireyin *benlik saygısıyla* ilişkili olduğuna işaret etmektedir (bk. Şekil 25).



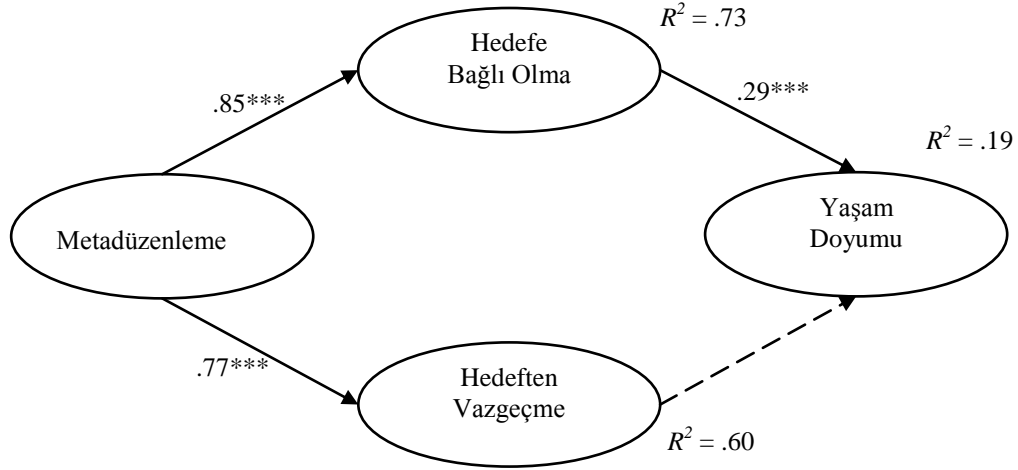
**Şekil 25.** Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki

\*\*\*  $p < .001$ . *Not.* Kesik çizgi ilişkinin anlamsız olduğunu göstermektedir.

**Yaşam doyumuna** ilişkin ölçüm modelinin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(39, N = 389) = 113.77, p < .001, GFI = .95, AGFI = .91, NNFI = .96, CFI = .97, RMSEA = .07$ ]. Modeldeki tüm yükler anlamlı olup .54-.91 arasında değişmektedir. Üretilen ölçüm modelindeki gizil değişkenler arasındaki yapısal korelasyonlar incelendiğinde metadüzenleme ile hedefe bağlı olma ( $r = .85, p < .001$ ), hedeften vazgeçme ( $r = .76, p < .001$ ) ve yaşam doyumunu arasında ( $r = .34, p < .001$ ); hedefe bağlı olma ile hedeften vazgeçme ( $r = .70, p < .001$ ) ve yaşam doyumunu arasında ( $r = .43, p < .001$ ); hedeften vazgeçme ile de yaşam doyumunu arasında ( $r = .40, p < .001$ ) pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür.

Ölçüm modelinin ardından önerilen yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(41, N = 389) = 115.58, p < .001, GFI = .95, AGFI = .92, NNFI = .96, CFI = .97, RMSEA = .07$ ]. Metadüzenleme hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyi; hedefe bağlı olma ise yaşam doyumunu pozitif yönde yordamaktadır. Ancak hedeften vazgeçmenin yaşam doyumunu anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür ( $p > .05$ ). Elde edilen sonuçlar, hedeften vazgeçme ile yaşam doyumunu arasındaki yolun anlamsız olması sebebiyle, metadüzenlemenin yalnızca

hedefe bağı olma üzerinden bireyin yaşam doyumuyla ilişkili olduğuna işaret etmektedir (bk. Şekil 26).



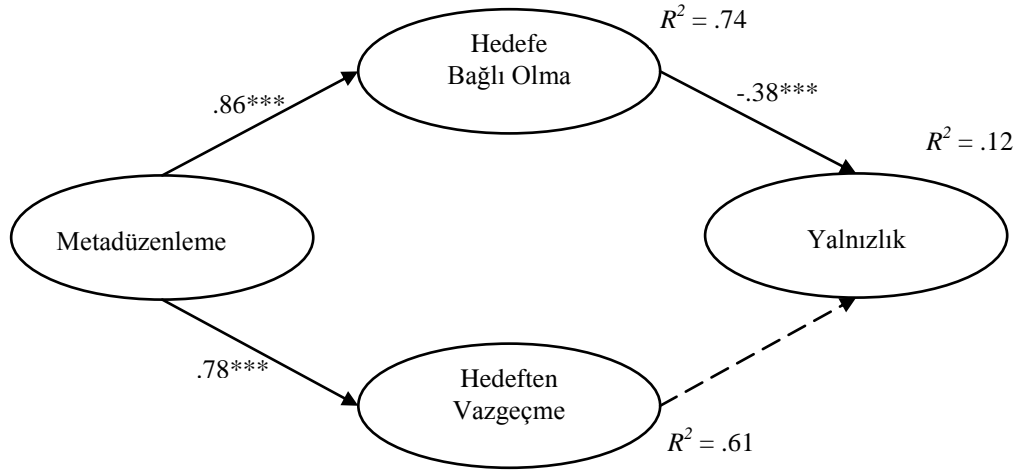
**Şekil 26.** Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

\*\*\*  $p < .001$ . Not. Kesik çizgi ilişkinin anlamsız olduğunu göstermektedir.

**Yalnızlık düzeyine** ilişkin ölçüm modelinin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(48, N = 389) = 145.56, p < .001, GFI = .94, AGFI = .90, NNFI = .96, CFI = .97, RMSEA = .07$ ]. Modeldeki tüm yükler anlamlı olup .54-.91 arasında değişmektedir. Üretilen ölçüm modelindeki gizil değişkenler arasındaki yapısal korelasyonlar incelendiğinde metadüzenleme ile hedefe bağı olma ( $r = .85, p < .001$ ) ve hedeften vazgeçme ( $r = .76, p < .001$ ); hedefe bağı olma ile hedeften vazgeçme ( $r = .70, p < .001$ ) arasında pozitif; metadüzenleme ( $r = -.30, p < .001$ ), hedefe bağı olma ( $r = -.35, p < .001$ ) ve hedeften vazgeçmenin ( $r = -.21, p < .01$ ) ise yalnızlık ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Ölçüm modelinin ardından önerilen yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmüştür, [ $\chi^2(50, N = 389) = 144.92, p < .001, GFI = .94, AGFI = .91, NNFI = .96, CFI = .97, RMSEA = .07$ ]. Metadüzenleme hedefe bağı olma ve hedeften vazgeçmeyi pozitif; hedefe bağı olma ise yalnızlığı negatif yönde

yordamaktadır. Ancak hedeften vazgeçmenin yalnızlığı anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür ( $p > .05$ ). Elde edilen sonuçlar, hedeften vazgeçme ile yalnızlık arasındaki yolun anlamsız olması sebebiyle, metadüzenlemenin yalnızca hedefe bağlı olma üzerinden bireyin yalnızlık düzeyiyle ilişkili olduğuna işaret etmektedir (bk. Şekil 27).



**Şekil 27.** Gelişimsel Düzenleme Modeli Temelinde Önerilen Süreçler ve Yalnızlık Arasındaki İlişki

\*\*\*  $p < .001$ . *Not.* Kesik çizgi ilişkinin anlamsız olduğunu göstermektedir.

## BÖLÜM 4

### TARTIŞMA

Bireyler, hem içinde yaşadıkları toplumun talep ve beklentilerini hem de kendi istek ve değerlerini göz önünde bulundurarak hedef belirler ve yaşamlarına yön verir (ör. Heckhausen, 1999; Nurmi, 2004; Salmela-Aro, 2009). Bireylerin kendileri için hedefler belirleyerek yaşamlarına yön vermeleri yaşam süresi boyunca önemlidir. Ancak, beliren yetişkinlik dönemi olarak kavramsallaştırılan dönemin bu açıdan daha da önemli olduğu düşünülmektedir. Söz konusu dönem, bireylerin başta eğitim, iş ve aile olmak üzere yaşamlarının pek çok farklı alanıyla ilgili önemli kararlar aldıkları bir dönemdir. Bireylerin bu dönemde aldıkları kararlar, yaşamlarının bundan sonraki yönünü belirlemeleri açısından da oldukça önemlidir. Bu doğrultuda araştırmanın temel amacı beliren yetişkinlik dönemini hedef belirleme perspektifinden incelemektir. Bu kapsamda beliren yetişkinlik döneminde hedefler, hedeflerin belirlenmesinde etkili olan faktörler, belirlenen hedeflerle bağlantılı yapılan değerlendirmeler ve iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Ayrıca araştırmanın ön çalışmasında gelişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde öne sürülen süreçleri görgül olarak ölçmeye yardımcı iki ayrı ölçeğin psikometrik özellikleri de değerlendirilmiştir. İlerleyen bölümlerde ilk olarak ön çalışma, ikinci olarak ise asıl çalışma kapsamında elde edilen bulgular, ilgili alan yazın çerçevesinde tartışılmıştır.

#### 4.1. ÖN ÇALIŞMAYA İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Ön çalışmanın iki temel amacı bulunmaktadır. İlk amacı, gelişimsel düzenleme modellerini görgül olarak sınamaya olanak sağlayan iki ayrı ölçeğin psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesidir. Bu ölçekler: (1) Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formu (Freund ve Baltes, 2002) ve (2) Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğidir (Brandtstädter ve Renner, 1990). Ön çalışmanın ikinci amacı ise beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin gelişimsel hedefleri ve hedefleriyle bağlantılı faktörleri belirleyebilmek amacıyla oluşturulan soruların gözden geçirilmesi ve asıl çalışmada kullanılması planlanan şekline karar verilmesidir. Bu kapsamda ilk olarak

sözü edilen ölçüm araçlarının psikometrik özelliklerine ilişkin değerlendirmelere, ikinci olarak ise katılımcıların hedeflerinin belirlenebilmesi amacıyla yürütülen analizlere ait değerlendirmelere yer verilecektir.

#### **4.1.1. Seçme Optimizasyon Ödünleme Soru Formunun Psikometrik Özelliklerine İlişkin Değerlendirmeler**

Ön çalışma kapsamında psikometrik özellikleri incelenen soru formu, seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli (Baltes ve Baltes, 1990) çerçevesinde önerilen dört sürecin (isteğe bağlı seçim, kayıp temelli seçim, optimizasyon, ödünleme) değerlendirilmesi amacıyla geliştirilmiştir (Freund ve Baltes, 2002). Yapılan değerlendirmeler, formun geçerlik ve güvenilirliğinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğuna işaret etmektedir.

Formun **faktör yapısı** doğrulayıcı faktör analiziyle incelenmiş; faktör analizi orijinal çalışmada da (Freund ve Baltes, 2002) olduğu gibi doğrudan maddeler üzerinden değil, maddelerin seçkisiz bir biçimde birleştirilmesiyle oluşturulan parseller üzerinden yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar önerilen dört bileşenli yapının (isteğe bağlı seçim, kayıp temelli seçim, optimizasyon, ödünleme) veri ile iyi uyum sergilediğini ortaya koymaktadır. Soru formunun bileşenleri arasındaki korelasyonların ve parsellerin faktör yüklerinin yüksek ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Bu durumun ölçeğin geçerliğine yönelik önemli bir kanıt oluşturduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda teorik olarak önerilen dört bileşenli yapının bu çalışma kapsamında da desteklendiği söylenebilir. Önerilen dört bileşenli bu model bütün maddelerin tek bir boyut altında toplandığı model ile de karşılaştırılmıştır. Tek faktörlü modelin veri ile iyi uyum sergilemediği; önerilen modelin uyumunun tek faktörlü modelin uyumundan anlamlı olarak daha iyi olduğu görülmüştür.

Formun **yordayıcı geçerliğinin** değerlendirilmesi amacıyla, bileşenler ile yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiş, elde edilen ilişkilerin büyük çoğunluğunun beklendik yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak, ölçeğin kayıp temelli seçim alt boyutu ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir. Bununla birlikte, bileşenler ile iyilik hali göstergeleri arasında elde edilen orta

düzeydeki ilişki beklendiktir. Yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumuyla en yüksek ilişkiyi gösteren bileşen ödünlemedir. Elde edilen ilişkiler detaylı bir şekilde incelendiğinde, isteğe bağlı seçim ve kayıp temelli seçim bileşenlerinin bireyin yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumunu ile korelasyonunun diğer bileşenlere kıyasla daha düşük olduğu görülmüştür. Araştırmanın giriş bölümünde de ifade edildiği gibi, *isteğe bağlı seçim* bireyin sahip olduğu pek çok seçenek arasından kendisi için anlamlı olan bir hedef belirlemesi ve belirlediği bu hedef gerçekleşene kadar kendisini bu hedefe adanmasıdır. Freund ve Baltes (2002), bireyin en önemli hedefine odaklanması ve diğer seçenekleri dışarıda bırakması şeklinde kavramsallaştırılan bu stratejinin doğası gereği içinde bir “kayıp” barındırdığına; bu sebeple bu bileşenin bireyin iyilik haline güçlü bir katkı yapmayabileceğine dikkat çekmektedir. *Kayıp temelli seçim* de kişinin kaynaklarında ortaya çıkan bir kayıp sonucunda belirli düzeydeki işlevselliğin sürdürülmesine tehdit oluşması ve bu sebeple hedeflerin yeniden yapılandırılmasıdır. Birey, önemli gördüğü bir işi önceden yaptığı gibi yapamadığında, işlerini alışık olduğu şekilde sürdüremediğinde veya belirlediği bir hedefe ulaşması gittikçe zorlaştığında, kendisi için gerçekten neyin önemli olduğunu düşünür ve içinde bulunduğu şartlar altında elde edebileceği yeni bir hedefe yönelir. Örneğin, eğitim yaşantısıyla ilgili belirlediği bir hedefe (ör. tıp fakültesini kazanmak) ulaşmakta zorluk yaşayan bir gencin, içinde bulunduğu koşulları göz önünde bulundurarak daha ulaşılabilir yeni bir hedefe yönelmesi (ör. diş hekimliği, fizik tedavi ve rehabilitasyon veya beslenme ve diyetetik bölümlerinden birini tercih etmesi) bu stratejiye örnek olarak gösterilebilir. Örnekten de anlaşılacağı gibi bu strateji de tıpkı isteğe bağlı seçim gibi içinde kaybı barındırmaktadır ve bu sebeple bireyin iyilik haline güçlü bir katkı yapmamış olabilir. Ön çalışma kapsamında yapılan değerlendirmeler sonucunda, soru formunun kayıp temelli seçim bileşeninin diğer bileşenlere kıyasla (ör. ödünleme, optimizasyon) bireyin iyilik haliyle (yalnızlık düzeyi) daha düşük düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Ölçeğin kayıp temelli seçim alt boyutu ile yaşam doyumunu arasında ise anlamlı bir ilişki elde edilmemiştir. Sözü edilen bileşenin iyilik hali göstergeleriyle düşük düzeyde ilişkili olması (veya ilişkisiz olması) sebebiyle ilgili boyutun asıl çalışma kapsamında kullanılmamasına karar verilmiştir.

Formun **birleşiklik geçerliliğinin** değerlendirilmesi amacıyla, bileşenler ile diğer yaşam yönetim stratejileri (hedefin peşinden koşma ve hedefi ayarlama) arasındaki ilişkiler incelenmiş; elde edilen ilişkilerin büyük çoğunluğunun beklendik yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Bileşenler, hedefi ayarlamaya göre hedefin peşinden koşma ile daha yüksek düzeyde ilişki göstermektedir. Kuramsal olarak bakıldığında da isteğe bağlı seçim, optimizasyon ve ödünleme ile hedefin peşinden koşma stratejilerinin “hedefe bağlı olma” çatısı altında bir araya geldikleri görülmektedir (Haase ve ark., 2013). Bu kapsamda hedefin peşinden koşmanın hedefi ayarlamaya göre bileşenler ile daha yüksek korelasyon göstermesi beklendik bir sonuçtur.

Formun **iç tutarlığı** incelendiğinde ise, bileşenlerin iç tutarlık katsayılarının orijinal çalışma ile benzerlik taşıdığı ve istatistiksel olarak kabul edilebilir düzeyde oldukları söylenebilir. Elde edilen tüm sonuçlar bir arada değerlendirildiğinde, ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu ve Türkiye örneğinde mevcut haliyle kullanılabileceği düşünülmektedir.

#### **4.1.2. Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerine İlişkin Değerlendirmeler**

Ölçek, bireylerin kazanç ve kayıpları arasındaki dengeyi en iyi hale getirmelerine yardımcı olan iki ayrı stratejiyi (hedefin peşinden koşma ve hedefi ayarlama) değerlendirmek amacıyla Brandtstädter ve Renner (1990) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin faktör yapısı, orijinal çalışma dışında başka araştırmalar kapsamında da incelenmiştir (ör. Henselmans ve ark., 2011; Mueller ve Kim, 2004). Bu çalışma kapsamında ise hem orijinal çalışma hem de diğer çalışmalarda izlenen yol göz önünde bulundurularak, Hedefin Peşinden Koşma ve Hedefi Ayarlama Ölçeğinin faktör yapısı ilk olarak açımlayıcı, sonrasında ise doğrulayıcı faktör analizi ile değerlendirilmiştir.

**Açımlayıcı faktör analizi** sonuçları ölçeğin kuramsal olarak önerildiği şekliyle iki faktöre (hedefin peşinden koşma ve hedefi ayarlama) ayrışmadığını ortaya koymaktadır. Varimax rotasyonu kullanılarak yapılan temel bileşenler analizi sonucunda özdeğeri 1’den büyük olan sekiz faktör elde edilmiş, ancak maddelerin faktörlere dağılımı ve ölçeğin kuramsal yapısı göz önünde bulundurulduğunda, elde edilen bu sekiz faktörlü



yapının açıklanabilir olmadığına karar verilmiştir. Ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelendiği başka bir çalışmada da (Henselmans ve ark., 2011) benzer sonuçlar elde edilmiş ve sözü edilen çalışma kapsamında ölçeğin kuramsal temeli de dikkate alınarak ölçek iki faktöre zorlanmıştır. Bu çalışmada da benzer bir yol izlenmiş; *hedefin peşinden koşma* alt boyutunda yer alması gereken maddelerden çoğunun (on beş maddenin on üçü) kendi yerinde yük aldığı görülmüştür. Bununla birlikte bu boyuta ait maddelerden biri hedefi ayarlama alt boyutunda yer almış, diğeri ise oldukça düşük bir yük almıştır. *Hedefi ayarlama* alt boyutu açısından sonuçlar değerlendirildiğinde ise, iki maddenin hedefin peşinden koşma alt boyutunda, dört maddenin ise .30'un altında yük aldığı görülmüştür. Diğer maddeler ise (on beş maddenin dokuzu) kendi yerlerinde yük almıştır.

Ölçeğin faktör yapısı **doğrulayıcı faktör analizi**yle de değerlendirilmiştir. Yapılan ilk analizler *hedefin peşinden koşma* ve *hedefi ayarlama* olmak üzere kuramsal olarak önerilen iki bileşenli yapının veri ile çok iyi uyum sergilemediğini ortaya koymaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları bazı maddelerin faktör yüklerinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını, bazı maddelerin yüklerinin ise oldukça düşük olduğunu göstermektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda faktör yükü düşük veya anlamsız olan maddelerin çoğunluğunun açımlayıcı faktör analizinde de temsil gücü düşük maddeler olduğu görülmüştür. Elde edilen bu sonuçlar doğrultusunda, hem açımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizinde temsil gücü düşük olan maddelerin ölçekten çıkarılabileceği düşünülmüştür. Temsil gücü düşük maddeler çıkartıldıktan sonra yapılan analizler bu yapının veri ile daha iyi uyum sergilediğini ortaya koymaktadır. Maddelerin tümünün faktör yükleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Önerilen iki bileşenli bu model bütün maddelerin tek bir boyut altında toplandığı model ile de karşılaştırılmıştır. Tek faktörlü modelin veri ile iyi uyum sergilemediği; önerilen son modelin uyumunun tek faktörlü modelin uyumundan anlamlı olarak daha iyi olduğu görülmüştür.

**Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinden** ve ölçeğin geçerliğinin incelendiği araştırmalardan elde edilen sonuçlar bir arada değerlendirildiğinde, asıl çalışma kapsamında ölçekten bazı maddelerin çıkartılarak kullanılmasına karar verilmiştir. Bu

kapsamda *hedefin peşinden koşma* boyutundan iki madde (9. ve 13. madde), *hedefi ayarlama* boyutundan ise sekiz madde (1., 4., 5., 8., 9., 13., 14. ve 15. maddeler) çıkartılmıştır. Ölçek maddelerinin kullanılmasına karar verilen son hali ile yapılan açımlayıcı faktör analizi sonuçları iki faktörlü yapının varyansın yaklaşık yarısını (%45) açıkladığını ortaya koymaktadır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri de oldukça yüksektir ( $> .44$ ).

Ölçeğin **yordayıcı geçerliliğinin** değerlendirilmesi amacıyla, bileşenler ile yalnızlık düzeyi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler incelenmiş, elde edilen ilişkilerin beklendik yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Hedefin peşinden koşma ve hedefi ayarlama bireyin yalnızlık düzeyiyle negatif, yaşam doyumuyla ise pozitif yönde ilişkilidir. Elde edilen bulgular literatürle tutarlık göstermektedir (Brandtstädter ve Renner, 1990). Sonuçlar, hedefle olan bağı sürdürmek için çaba harcamanın (hedefin peşinden koşma); başarısızlıkla karşılaşılması durumunda ise kaynakların yeni / uygun hedeflere yönlendirilmesinin (hedefi ayarlama) bireyin iyilik hali açısından önemine işaret etmektedir. Ölçeğin **birleşiklik geçerliliğinin** değerlendirilmesi amacıyla, bileşenler ile diğer yaşam yönetim stratejileri (isteğe bağlı seçim, kayıp temelli seçim, optimizasyon, ödünleme) arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen bulgular bir önceki bölümde (4.1.1) değerlendirildiği için bu bölüm kapsamında tekrardan ele alınmamıştır.

Ölçeğin kullanılmasına karar verilen yapısı için **iç tutarlık** katsayıları her iki bileşen için de hesaplanmış ve elde edilen sonuçların literatürdeki çalışmalarla benzerlik gösterdiği bulunmuştur (Brandtstädter ve Renner, 1990; Henselmans ve ark., 2011). Yapılan incelemeler sonucunda, temsil gücü düşük maddelerin çıkarılarak ölçeğin Türkiye örnekleminde kullanılabileceği düşünülmektedir. Ancak hem mevcut çalışma hem de ölçeğin geçerliliğinin incelendiği diğer çalışmalardan elde edilen bulgular bir arada değerlendirildiğinde, orijinal ölçeğin psikometrik özelliklerini güçlendirecek iyileştirmelere gidilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

### 4.1.3. Ön Çalışma Kapsamında Yapılan Niteliksel Veri Analizine İlişkin Değerlendirmeler

Ön çalışma kapsamında katılımcılara iki ayrı açık uçlu soru yöneltilmiştir. Yöneltilen ilk soru beliren yetişkinlerin gelecekteki hedeflerini, ikinci soru ise geçmişteki hedeflerini belirlemeye yöneliktir. Hedeflerin belirlenebilmesi amacıyla yöneltilen iki ayrı açık uçlu soruya ilişkin katılımcıların verdikleri cevaplar, nitel veri analizi yöntemi ile değerlendirilmiştir. Nitel veri analizi öncesinde, katılımcıların belirledikleri hedefler açısından temel bazı kategorilerin var olup olmadığı alan yazın taraması yapılarak incelenmiştir. Alan yazındaki çalışmalar dikkate alınarak, katılımcıların açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar ilgili kategorilere kodlanmıştır. İlerleyen bölüm kapsamında ilk olarak gelecekteki; ikinci olarak ise geçmişteki hedefe ilişkin yapılan nitel veri analizinden elde edilen sonuçlar tartışılmıştır.

#### 4.1.3.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Beliren yetişkinlerin gelecekteki hedefleri *meslek, eğitim, aile, hobi-boş zaman faaliyetleri, seyahat, yaşam biçimi, finansal konular, sağlık, benlik, toplumsal konular* ve "*diğer*" kategorisindeki hedefler olmak üzere on bir temel kategoride toplanmıştır. Ön çalışma kapsamında elde edilen on bir temel kategorinin, alan yazında beliren yetişkinlerin hedeflerinin ele alındığı çalışmalarda elde edilen kategorilerle büyük ölçüde örtüştüğü düşünülmektedir. Örneğin, okuldan iş yaşamına geçişte bireylerin hedeflerinin incelendiği bir çalışmada oldukça benzer dokuz (eğitim, meslek, aile, benlik, insan ilişkileri, boş zaman aktiviteleri, sağlık, varlık ve bakım); üniversite öğrencilerinin hedeflerinin boylamsal olarak değerlendirildiği bir çalışmada ise sekiz (eğitim, meslek, kişilik, yaşam biçimi, sağlık, evlilik, eş-karşı cinsle ilişkiler ve çocuklar) temel kategori ele alınmıştır (Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a).

Katılımcıların geleceğe yönelik hedeflerini belirtirken sıklıkla meslek yaşamı ile ilgili (%44.82) ifadeler kullandıkları görülmüştür. Bu ifadeleri eğitim (%22.97) ve aile ile ilgili (%16.89) ifadeler izlemiştir. **Meslek yaşamı** ile ilgili olarak (1) *kariyer yapmak /*

mesleki ilerleme, (2) belirli bir meslek (ör, öğretmen, doktor, polis vb.) sahibi olmak, (3) (iyi) bir meslek / iş sahibi olmak (4) atanmak / memuriyet ve (5) bir yer açmak / sahibi olmak kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Meslekle bağlantılı eğitim almak, meslekle bağlantılı sınavlara hazırlanmak, iyi çalışma şartları elde edebilmek vb. ise meslek yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. **Eğitim** ile ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar (1) doktorayı bitirmek, (2) yüksek lisansa başlamak / yüksek lisans yapmak ve (3) üniversiteyi bitirmek / mezun olmaktır. İkinci bir üniversite okumak, doktorayı bitirip yurt dışına gitmek, yurt dışında yüksek lisans ve doktora yapmak, İngilizce öğrenmek vb. ise eğitim yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. **Aile yaşamı** ile ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar ise (1) evlenmek / evlilik, (2) çocuk sahibi olmak ve (3) aile kurmaktır. Bununla birlikte, ideal bir aile ortamına sahip olmak, aile ile vakit geçirmek / aileye gereken özeni göstermek, iyi geliri olan iyi bir aile babası olmak vb. ise aile yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. Meslek, eğitim ve aile dışında kalan kategorilerde belirtilen hedef sayısının oldukça az olduğu görülmüştür (%15). Bu sebeple söz konusu kategorilerdeki kodların ayrıntılı bir değerlendirmesine bu bölümde yer verilmemiştir. Askere gitmek, araba kullanmayı öğrenmek ve hacca gitmek ifadeleri ise var olan kategorilerin hiçbirine uymadığı düşünüldüğünden "**Diğer**" kategorisine kodlanmıştır.

Elde edilen sonuçlar, 18 ile 30 yaş arasındaki bireylerin gelecekteki beş yıllık dönemde en çok meslek yaşamı ile ilgili hedeflere ulaşmak istediklerine işaret etmektedir. Bireylerin içinde buldukları bu dönemde, aldıkları eğitime uygun bir işe yerleşebilmek, meslek hayatlarına iyi bir başlangıç yapabilmek ve kariyerlerini diledikleri gibi şekillendirebilmek amacıyla yoğun çaba harcadıkları görülmektedir. Eğitim yaşamıyla ilgili hedefler ayrıntılı olarak incelendiğinde ise lisans eğitimini başarılı bir şekilde tamamlamanın yanı sıra, bireylerin büyük ölçüde lisansüstü düzeyde eğitimlerine devam etmeyi planladıkları da görülmektedir. Tüm bu sonuçlar, genç bireylerin içinde buldukları yaşam dönemini kendilerini pek çok açıdan geliştirmek ve donanımlı bir birey olabilmek için çaba harcamaları gereken bir dönem olarak gördüklerine işaret etmektedir.

#### 4.1.3.2. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Hatırlanacağı üzere katılımcılardan bu soruyu cevaplarken yaşamlarının bir önceki dönemini; bir başka ifadeyle lise veya üniversite eğitimi aldıkları yılları düşünmeleri istenmiştir. Beliren yetişkinlerin geçmişteki hedefleri *eğitim, meslek, benlik, finansal konular, aile, seyahat, hobi-boş zaman faaliyetleri* ve *yaşam biçimi* olmak üzere sekiz temel kategoride toplanmıştır. Beliren yetişkinler geçmişteki hedeflerini belirtirken sıklıkla eğitim yaşamı (%54.95) ile ilgili ifadeler kullanmışlardır. Bu ifadeleri meslek yaşamı (%31.83) ile ilgili ifadeler izlemiştir. Ergenler üzerine yürütülen çalışmalarda sıklıkla bireylerin eğitim yaşantıları (ör. eğitim, kariyer ve başarıyla ilgili hedefler) üzerine odaklanıldığı görülmektedir. Bireylerden çoğunlukla spesifik bir alanla ilgili (eğitim veya meslek) hedef belirtmeleri istenmektedir. Katılımcıların lise veya üniversite eğitimi aldıkları yıllarda en çok eğitim ve meslek alanıyla ilgili hedeflere sahip olmaları, alan yazında ergenlerin hedeflerinin değerlendirildiği çalışmalarla da tutarlık göstermektedir (ör. Dietrich ve Salmela-Aro, 2013; Kiuru ve ark., 2009; Vasalampi ve ark., 2009).

Beliren yetişkinlerin %85'inden fazlası, bir önceki gelişim dönemindeki hedefinin eğitim veya meslek yaşamıyla ilgili olduğunu söylemiştir. **Eğitim yaşamıyla** ilgili olarak **(1) üniversiteye başlamak / üniversiteyi kazanmak, (2) iyi bir bölümde / üniversitede okumak / iyi bir üniversiteye yerleşmek** ve **(3) belirli bir bölüm (hukuk, psikoloji, mühendislik vb.) kazanmak / okumak** kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. *Üniversiteyi normal zamanında bitirebilmek, meslek yüksekokulunun ardından bir fakülteden mezun olmak, kendine en uygun lisans programına yerleşebilmek* vb. ise eğitim yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. **Meslek yaşamıyla** ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar **(1) belirli bir meslek (pilot, doktor, öğretmen vb.) sahibi olmak, (2) (iyi) bir meslek / iş sahibi olmak, (3) üniversitede akademik kariyer yapmak** ve **(4) üniversiteden mezun olup iş bulmak / iş sahibi olmaktır. Mesleki tatmin sağlayacak bir işte çalışmak, işinde başarılı olmak, meslekle ilgili araştırmalar yapmak** vb. ise meslek yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. Eğitim ve meslek dışında kalan kategorilerde belirtilen hedef sayısının oldukça az olduğu görülmüştür (%13). Bu sebeple söz konusu kategorilerdeki kodların

ayrıntılı bir değerlendirmesine bu bölümde yer verilmemiştir. Elde edilen sonuçlar, genç bireylerin geçmişte en çok eğitim yaşantıları ile ilgili hedeflere ulaşmak istediklerine işaret etmektedir. Bireylerin büyük ölçüde ilgi alanları ve yetenekleri doğrultusunda iyi bir bölüme ve ideallerindeki üniversiteye yerleşmek için çaba harcadıkları görülmektedir. Üniversite eğitimi almanın önemli bir değer olarak sunulduğu ülkemizde, yükseköğrenime devam etme ile ilgili hedeflerin ilk sıralarda yer almasının oldukça anlaşılır olduğu düşünülmektedir.

Hem gelecek hem de geçmişteki hedefin belirlenebilmesi amacıyla yapılan niteliksel veri analizi sonucunda, elde edilen kategorilerin literatürle tutarlı olduğu görülmüştür (Dietrich ve Salmela-Aro, 2013; Kiuru ve ark., 2009; Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; Vasalampi ve ark., 2009). Ayrıca, elde edilen kategoriler ışığında asıl çalışma kapsamında gelişimsel hedefleri belirlemeye yönelik oluşturulan sorularda herhangi bir değişikliğe gidilmeyeceği; soruların mevcut haliyle kullanılabileceği sonucuna varılmıştır.

## **4.2. ASIL ÇALIŞMAYA İLİŞKİN BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ**

Bu bölüm kapsamında ilk olarak nitel yöntemle elde edilen bulgular; ikinci olarak ise nicel analizlerden elde edilen bulgular tartışılmıştır. Son olarak ise araştırmanın güçlü yanları, bilimsel birikim ve uygulamaya katkısı ile sınırlılıkları ve ileriki çalışmalar için önerilere yer verilmiştir.

### **4.2.1. Asıl Çalışma Kapsamında Yapılan Niteliksel Veri Analizine İlişkin Değerlendirmeler**

Hatırlanacağı gibi asıl çalışma kapsamında katılımcılara dört ayrı açık uçlu soru yöneltilmiştir. Yöneltilen *ilk soru* beliren yetişkinlerin gelecekteki hedeflerini, *ikinci soru* ise belirtilen bu hedefin seçilmesinde etkili olan faktörlerin neler olduğunu belirlemeye yöneliktir. *Diğer sorular* ise bireylerin geçmişteki hedeflerini ve o hedefe ulaşma sürecinde herhangi bir engel veya başarısızlıkla karşılaşılması durumunda kullanılan stratejileri belirlemeye yöneliktir. İlerleyen bölümlerde her bir soru için yapılan analizlere ilişkin değerlendirmelere yer verilecektir.

#### 4.2.1.1. Geleceğe Yönelik Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Beliren yetişkinlerin gelecekteki hedefleri *meslek, eğitim, aile, benlik, finansal konular, yaşam biçimi, seyahat, hobi-boş zaman faaliyetleri, sağlık ve toplumsal konular* olmak üzere on temel kategoride toplanmıştır. Asıl çalışma kapsamında elde edilen on temel kategorinin, alan yazında beliren yetişkinlerin hedeflerinin ele alındığı çalışmalarda elde edilen kategorilerle büyük ölçüde örtüştüğü görülmüştür (ör. Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a).

Katılımcıların geleceğe yönelik hedeflerini belirtirken sıklıkla meslek yaşamı ile ilgili (%52.52) ifadeler kullandıkları görülmüştür. **Meslek yaşamı** (1) *işe girmek / iş bulmak*, (2) *iş / meslek sahibi olmak*, (3) *belirli bir meslek sahibi olmak*, (4) *kariyer*, (5) *kendi işini kurmak / kendi işini yapmak*, (6) *atanmak*, (7) *mesleki başarı*, (8) *üniversiteyi kazanıp / üniversiteden mezun olup iş yaşamına atılmak / meslek edinmek*, (9) *akademik yaşam*, (10) *mesleki doğrultuda insanlara faydalı olmak* ve (11) *iş yaşamıyla ilgili mevcut durumda değişiklikler yapmayı istemek* olmak üzere on bir alt kategoriden oluşmaktadır. Meslek yaşamı ile ilgili (a) *akademisyen olmak / akademisyenlik*, (b) *kariyer / iyi bir kariyer sahibi olmak* ve (c) *başarılı iş hayatı / yaşamı / işinde başarılı olmak* kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. *Uzman olduğu görev tanımının sorumluluk dalına geçirilmesi için çalışmak, yazar olmak ve bankaya olan borcunu bitirip bir atölye açmak* vb. ise meslek yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır.

Meslek yaşamı ile ilgili ifadeleri eğitim (%23.48), aile (%10.10) ve benlik ile ilgili (%6.56) ifadeler izlemiştir. **Eğitim yaşamı** (1) *lisans eğitimi* ve (2) *lisansüstü eğitim* olmak üzere iki alt kategoriden oluşmaktadır. Eğitim yaşamı ile ilgili (a) *doktorayı bitirmek / tamamlamak / doktora tezini bitirmek*, (b) *üniversiteyi bitirmek / üniversiteden mezun olmak* ve (c) *yüksek lisansa başlamak / yüksek lisans yapmak / öğrencisi olmak* kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. *Üniversiteyi iyi bir dereceyle bitirip yurt dışında yüksek lisans yapmak, belirli bir yüksek lisans programına başlamak için başka şehre taşınmak* ve *iyi yayınlar yapmış olarak doktoradan mezun olmak* vb. ise eğitim yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. **Aile yaşamı**

(1) *aile kurmak / yuva kurmak*, (2) *evlenmek / evlilik* ve (3) *çocuk sahibi olmak / çocuğunu iyi bir şekilde yetiştirebilmek* olmak üzere üç alt kategoriden oluşmaktadır. Aile ile ilgili sıklıkla ifade edilen kod *evlenmek / evliliktir*. **Benlik** ile ilgili daha sık ifade edilen kod ise *mutluluk / mutlu olmaktır*. Meslek, eğitim, aile ve benlik dışında kalan kategorilerde belirtilen hedef sayısının oldukça az olduğu görülmüştür (%7). Bununla birlikte, meslek, eğitim ve aile kategorileri kapsamında diğer kategorilere oranla daha fazla sayıda kod üretilmiştir. Çalışmanın örnekleminin beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcılardan oluştuğu göz önünde bulundurulduğunda bu beklendik bir bulgudur.

Asıl çalışma kapsamında geleceğe yönelik belirlenen hedefle bağlantılı elde edilen sonuçların, ön çalışma kapsamında elde edilen sonuçlar ile oldukça benzer olduğu görülmüştür. 18 ile 30 yaş arasındaki bireyler, gelecekteki beş yıllık dönemde en çok meslek yaşamı ile ilgili hedeflere ulaşmak istediklerini ifade etmişlerdir. Genç bireylerin ideallerindeki mesleğe sahip olmak, kariyer planlarını gerçekleştirmek ve meslek yaşamlarında iyi yerlere gelmek için yoğun bir çaba harcadıkları görülmektedir. Gençlerin ileri uzmanlık bilgisine ihtiyaç duydukları ve bu doğrultuda lisansüstü eğitime yöneldikleri de düşünülmektedir. Tüm bu sonuçlar, genç bireylerin profesyonel bir meslek edinmeye ve eğitimlerini daha ileri seviyelere taşımaya yönelik yüksek bir motivasyona sahip olduklarına işaret etmektedir.

#### 4.2.1.2. Hedefin Seçilmesinde Etkili Olan Faktörlere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Gelecekteki hedefin seçilmesinde etkili olan faktörler "*kişisel beklentiler / istekler*", "*meslekle ilişkili faktörler*", "*yaşam koşulları ile ilgili zorunluluklar*", "*bireyin kendisi ve ailesiyle ilişkili faktörler*", "*çevresel beklenti ve talepler*", "*özerklik kazanmak ve yaşam koşullarını iyileştirmek*", "*toplumsal yarar*" ve "*diğer*" olmak üzere sekiz temel kategoride toplanmıştır. Bireyler çoğunlukla kendi beklenti ve istekleri doğrultusunda (%33.42) hedeflerini belirlediklerini ifade etmişlerdir. Bunu; meslekle ilişkili faktörler (%24.44) ve yaşam koşulları ile ilgili zorunluluklar (%14.47) izlemiştir. Elde edilen sonuçlar, bireylerin büyük ölçüde kendi ilgi alanları doğrultusunda hedeflerini şekillendirdiklerine, keyif aldıkları ve sevdikleri alanlara yöneldiklerine ve



yaşamlarındaki idealleriyle uyumlu tercihler yaptıklarına işaret etmektedir. Buna ek olarak, bireylerin mesleki gereklilikler, çevresel beklenti ve talepler ile içinde yaşadıkları ülkeye özgü şartları da göz önünde bulundurarak hedeflerini belirledikleri anlaşılmaktadır. Ülkemizde üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada, duygularının farkında olan ve kendini daha iyi tanıyan gençlerin kendilerini daha fazla yetişkin olarak hissettikleri ortaya konulmuştur. Kendi istekleri doğrultusunda karar aldığına inanan, yaptığı seçimler konusunda kendini özgür hisseden gençlerin, içinde yaşadıkları topluma kendilerini daha ait hissettikleri de ifade edilmiştir (Özdikmenli-Demir, 2009). Bu kapsamda bireylerin hedeflerini büyük ölçüde kendi istek ve beklentileri doğrultusunda belirlemelerinin kendilerini daha fazla yetişkin olarak hissetmelerine yol açabileceği ve bunun toplumsal kimlikleri açısından da önemli olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan alan yazın taramalarında, bir hedefin seçilmesinde etkili olan faktörlerin neler olduğuna dair yürütülen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte hedefin arkasında yatan motivasyonun değerlendirildiği çalışmalar bulunmaktadır (ör. Dietrich ve Salmela-Aro; 2013; Dietrich, Shulman ve Nurmi, 2013). Örneğin, ergenlerin kariyer ile ilgili hedefleri üzerinde ebeveynlerin rolünün incelendiği bir çalışmada, ergenlerden kariyerleriyle ilişkili bir hedef yazmaları ve sonrasında bu hedefle bağlantılı bazı değerlendirmeler yapmaları istenmiştir. Bu değerlendirmelerden ikisi hedefin ne ölçüde özerk veya kontrollü motivasyonla belirlendiğini saptamaya yöneliktir. Hedefin ne ölçüde özerk bir motivasyonla belirlendiğinin değerlendirilmesi amacıyla, katılımcılara "*Bu hedef sizin için ne kadar önemli?*" sorusu yöneltilmiştir. Hedefin ne ölçüde kontrollü bir motivasyonla belirlendiğinin değerlendirilmesi amacıyla ise "*Neden bu hedefi gerçekleştirmek için çalışıyorsunuz*" sorusu yöneltilmiş ve katılımcılardan "bir kişi istediği için" ya da "koşullar öyle gerektirdiği için" gibi ifadeleri yedi dereceli bir ölçek üzerinden değerlendirmeleri istenmiştir. Özerk motivasyonla hedef belirlemenin, hedef için harcanan çaba ile pozitif; kontrollü motivasyonla hedef belirlemenin ise hedef için harcanan çaba ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Dietrich ve Salmela-Aro, 2013). Aynı araştırmacı ekibinin yürüttüğü bir başka çalışmada da, hedefin arkasında yatan motivasyonun benzer şekilde değerlendirildiği görülmüştür (Dietrich ve ark., 2013). Hatırlanacağı gibi, mevcut

çalışma kapsamında da bireylerden belirledikleri hedefin kendileri için önemini ve hedefe ulaşma sürecinde ne kadar çaba harcadıklarını değerlendirmeleri istenmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonucunda, hem geçmiş hem de geleceğe yönelik belirlenen hedefin birey için oldukça önemli olduğu ve hedefin önemi ile hedef için harcanan çaba arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Elde edilen bu sonuçlar yukarıda özetlenen araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Dolayısıyla bireylerin özerk bir motivasyonla, kendi istekleri doğrultusunda hedef belirlemeleri durumunda hedefe ulaşmak için yüksek oranda çaba harcadıkları söylenebilir.

#### 4.2.1.3. Geçmişte Belirlenen Hedeflere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Hatırlanacağı üzere katılımcılardan bu soruyu cevaplarken yaşamlarının bir önceki dönemini; bir başka ifadeyle lise veya üniversite eğitimi aldıkları yılları düşünmeleri istenmiştir. Beliren yetişkinlerin geçmişteki hedefleri *eğitim, meslek, benlik, hobi-boş zaman faaliyetleri, aile, finansal konular, yaşam biçimi, sağlık, toplumsal konular ve seyahat* olmak üzere on temel kategoride toplanmıştır. Beliren yetişkinler geçmişteki hedeflerini belirtirken sıklıkla eğitim yaşamı (%59.85) ile ilgili ifadeler kullanmışlardır. Bu ifadeleri meslek yaşamı (%32.32) ile ilgili ifadeler izlemiştir. Elde edilen bu bulgunun ön çalışma kapsamında elde edilen bulguyla büyük ölçüde örtüştüğü görülmüştür. Bir önceki bölüm kapsamında da (4.1.3.2) ifade edildiği gibi, katılımcıların özellikle lise eğitimi aldıkları yıllarda en çok eğitim ve meslek alanıyla ilgili hedeflere sahip olmaları, alan yazında ergenlerin hedeflerinin değerlendirildiği çalışmalarla tutarlık göstermektedir (ör. Dietrich ve Salmela-Aro, 2013; Kiuru ve ark., 2009; Tynkkynen, Dietrich ve Salmela-Aro, 2014; Vasalampi ve ark., 2009). Ergenlik dönemi için tanımlanan en önemli gelişimsel görevlerden birinin, *ergenin gelecekteki meslek yaşamı için hazırlık yapmaya başlaması* olduğu düşünüldüğünde, genç bireylerin geçmişte en çok eğitim ve meslek yaşantıları ile ilgili hedeflere ulaşmak için çaba harcamalarının oldukça beklendiği ifade edilebilir.

Beliren yetişkinlerin %90'ından fazlası, bir önceki gelişim dönemindeki hedefinin eğitim veya meslek yaşamıyla ilgili olduğunu söylemiştir. **Eğitim yaşamı (1) lise**

*eğitimi, (2) üniversite sınavı, (3) lisans eğitimi ve (4) lisansüstü eğitim olmak üzere dört alt kategoriden oluşmaktadır. Eğitim yaşamı ile ilgili (a) üniversite kazanmak / üniversiteye yerleşmek / üniversiteye gitmek / üniversite okumak / üniversite eğitimi almak, (b) belirli bir bölüm / fakülte kazanmak / okumak / yerleşmek (hukuk, psikoloji, tıp, diş hekimliği, konservatuar vb.) ve (c) iyi bir üniversite kazanmak / iyi bir üniversiteye yerleşmek / iyi bir üniversitede öğrenim görmek kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Fakülteyi bitirmek, sıkılmayacağı bir eğitime devam edebilmek ve isteyerek kazandığı üniversiteyi bitirmek vb. ise eğitim yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. Meslek yaşamı (1) işe girmek / iş bulmak, (2) iş / meslek sahibi olmak, (3) belirli bir meslek sahibi olmak, (4) kariyer, (5) atanmak, (6) okulu bitirip çalışmak / meslek hayatına atılmak, (7) üniversiteden mezun olup akademisyen olmak / akademik hayata atılmak, (8) işyeri açmak, (9) mesleki başarı / iş başarısı ve (10) mesleki uzmanlık olmak üzere on alt kategoriden oluşmaktadır. Meslek yaşamıyla ilgili, (a) (iyi bir) meslek sahibi olmak / insanlara faydalı olabileceği bir mesleğe sahip olmak, (b) akademisyen olmak / öğretim üyesi olmak ve (c) (iyi bir) iş sahibi olmak / yapmaktan mutlu olacağı bir iş sahibi olmak kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Baba mesleğini devam ettirmek, yurt dışında bir yardım kuruluşunda çalışmak ve istediği şehirde çalışmak vb. ise eğitim yaşamıyla ilgili en az ifade edilen kodlar arasındadır. Eğitim ve meslek dışında kalan kategorilerde belirtilen hedef sayısının ise oldukça az olduğu görülmüştür.*

Bilindiği gibi, ülkemizde alan seçimi (Türkçe-matematik, fen bilimleri, sosyal bilimler ve yabancı dil) lisenin ilk yıllarında yapılmakta ve bu seçim bir anlamda bireyin tüm yaşamı boyunca yapacağı mesleği de belirlemektedir. Bu kapsamda bireyin ilgi ve yetenekleri doğrultusunda seçimler yapması oldukça önemli gözükmektedir. Bununla birlikte, ülkemizdeki koşulların, özellikle eğitim alanında tercih değişimine elverişli olmadığı bilinmektedir. Bu kapsamda, genç bireylerin özellikle lise eğitimi aldıkları yıllarda ilgi alanları ve yetenekleri doğrultusunda iyi bir bölüme ve üniversiteye yerleşmek için çaba harcamalarının ve bu yöndeki hedeflerinin ilk sıralarda yer almasının oldukça anlaşılır olduğu düşünülmektedir.

#### 4.2.1.4. Hedefe Ulaşma Sürecinde Kullanılan Stratejilere İlişkin Nitel Analiz Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Geçmişteki hedefe ulaşma sürecinde bir engel ya da başarısızlıkla karşılaşılması durumunda katılımcıların ne tür stratejiler kullandıklarını belirlemek amacıyla bir açık uçlu soru yöneltilmiştir. Bu soruya verilen yanıtlar yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı çerçevesinde öne sürülen kontrol stratejileri temel alınarak sınıflandırılmıştır (ör. Heckhausen, 1999). Katılımcılar tarafından verilen cevapların %39.88'inin seçici birincil kontrol, %37.49'unun ödünleyici birincil kontrol, %12.20'sinin seçici ikincil kontrol ve %3.87'sinin ise ödünleyici ikincil kontrol stratejisi kapsamında değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

**Seçici birincil kontrol** (1) zamana ve çabaya yatırım yapma ve (2) tekrardan deneme, vazgeçmeme, pes etmeme, mücadele etme kategorilerinden; **ödünleyici birincil kontrol** (1) diğer insanlardan yardım, tavsiye, öğüt isteme, (2) yakın çevredeki bireylerin desteği, paylaşım ve (3) yeni yöntemlere başvurma, alışılmışın dışında çözümler bulma kategorilerinden; **seçici ikincil kontrol** bir hedefe ulaşmanın olumlu sonuçlarını önceden tahmin etme, bir hedefin değerini yükseltme kategorisinden; **ödünleyici ikincil kontrol** ise (1) hedefi değiştirme, (2) kendini koruyucu sosyal karşılaştırmalar yapma, (3) doğru zamanda hedeften vazgeçme ve (4) hedeften vazgeçme kategorilerinden oluşmaktadır.

Elde edilen sonuçlar seçici birincil ve ödünleyici birincil kontrol stratejilerine diğer stratejilere oranla daha fazla başvurduğuna işaret etmektedir. Bu sonuç, genç bireyler arasında birincil kontrol stratejilerinin, ikincil kontrol stratejilerine oranla daha fazla tercih edildiği şeklinde yorumlanabilir. Ülkemizde yürütülen bir çalışma kapsamında da genç yetişkinlik döneminde birincil kontrol stratejisinin, ikincil kontrol stratejisinden daha fazla kullanıldığı görülmüştür. Çalışma kapsamında ayrıca, bireyin kendi isteklerine uygun biçimde çevresini değiştirme çabası olarak tanımlanan birincil kontrolün kullanımının yaşla birlikte anlamlı bir azalma göstermediği; yaşın ilerlemesiyle ikincil kontrol stratejilerinin de en az birincil kontrol stratejileri kadar sıklıkla kullanıldığı ortaya konulmuştur (Uçanok, 2002b). Mevcut araştırma kapsamında elde edilen bulgunun, yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramının,

*birincil kontrolün ikincil kontrole göre fonksiyonel açıdan önceliğinin bulunduğu; bir başka ifadeyle birincil kontrolün bireyin yaşamı için daha işlevsel olduğu* yönündeki görüşüyle de tutarlı olduğu düşünülmektedir (Schulz ve Heckhausen, 1996). Ek olarak niteliksel veri analizi sonuçları, ödünleyici ikincil kontrol stratejisine, diğer stratejilere oranla daha az başvurulduğuna işaret etmektedir. Mevcut araştırma kapsamında yapılan nicel analizler sonucunda da yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı çerçevesinde öne sürülen kontrol stratejilerinden ödünleyici ikincil kontrolün diğer stratejilere oranla daha az kullanıldığı ortaya konulmuştur. Hatırlanacağı gibi, ödünleyici ikincil kontrol, elde edilemeyecek hedeflerin devre dışı bırakılması, elde edilebilecek hedeflerin peşinden koşmak için kaynak yaratılması; kendinden daha kötü durumda olan kişilerle kendi durumunu karşılaştırma, nedensel yüklemeler yapma ve diğer alanlardaki başarılarla odaklanma gibi benliği korumaya yönelik stratejileri kapsar (ör. Heckhausen ve ark., 2010). Araştırmanın örnekleminin beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerden oluştuğu göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin hedeflerinden uzaklaşmak yerine hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam etmeleri beklenmektedir. Geçmişte belirlediği hedefe ulaşamayan katılımcıların üçte birinin (%33) hedefinden uzaklaştığı; üçte ikisinin ise (%67) hedefine ulaşmak için hala çaba harcamaya devam ettikleri görülmüştür. Elde edilen bu bulgunun yukarıda sözü edilen beklentiyi desteklediği düşünülmektedir. Hedefi üniversite eğitimi almak veya iyi bir meslek sahibi olmak olan bir gencin kendinden daha kötü durumda olan kişilerle kendi durumunu karşılaştırıp hedefinden vazgeçmesi; bir başka ifadeyle ödünleyici ikincil kontrol stratejisini kullanması işlevsel gözükmemektedir. Bu doğrultuda bireylerin hedeflerine ulaşmak için zamana ve çabaya yatırım yapmaları, pes etmemeleri, tekrar denemeleri (seçici birincil kontrol); zorluk çektikleri konularda ise tecrübe sahibi kişilere danışıp onlardan yardım istemeleri gibi (ödünleyici birincil kontrol) hedefle olan zihinsel bağın sürdürülmesine katkı sağlayan stratejilerin daha çok kullanılması oldukça anlaşılırdır.

#### 4.2.1.5. Asıl Çalışma Kapsamında Yapılan Nitel Veri Analizine İlişkin Genel Değerlendirme

Nitel veri analizi sonucunda hedeflerle ilgili elde edilen kategorilerin, beliren yetişkinlik döneminin hedef belirleme perspektifinden incelendiği çalışmalarda elde edilen kategorilerle büyük ölçüde benzerlik gösterdiği görülmüştür (Dietrich ve ark., 2013;

Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Hem mevcut çalışma hem de alan yazındaki çalışmalardan elde edilen sonuçlar, genç bireylerin meslek, eğitim, aile, benlik, boş zaman aktiviteleri, sağlık ve toplumsal konular ile ilgili hedeflere yöneldiklerine işaret etmektedir.

Alan yazında konuyla ilgili yürütülen çalışmalarda bireylerin hedefleri içerik analizi yöntemiyle belirlenmiştir (ör. Dietrich ve Salmela-Aro, 2013; Kiuru ve ark., 2009; Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; Vasalampi ve ark., 2009). Sözü edilen çalışmalarda bağımsız gözlemciler, katılımcılar tarafından belirtilen hedefleri var olan kategorilere (Little, 1983) atanmışlardır. Bu çalışma kapsamında ise nitel yöntemin doğasına uygun olarak ayrıntılı bir değerlendirmeye gidilmiştir. Belirtilen hedefler (ör. iyi bir üniversite kazanmak) sadece üst kategorilere (ör. eğitim ile ilgili hedefler) değil; ilgili alt kategorilere de (ör. lisans eğitimi ile ilgili hedefler) kodlanmıştır. Hedeflerin ilgili kategori ve alt kategorilere atanması sürecinde bireylerin diğer açık uçlu sorulara verdikleri cevaplar ve demografik özellikleri de (ör. bireyin yaşı, eğitim düzeyi) dikkate alınmıştır. Katılımcılardan bir kısmının sorulara tek bir kelime veya ifade ile yanıt verdikleri görülmüştür. Bu tür durumlarda, ilgili kişilerin uygulama materyallerine tekrar dönülmüş; anlaşılması güç yanıtlar hem katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyleri hem de hedefin seçilmesinde etkili olan faktörler, hedefe ulaşma sürecinde başvurulan stratejiler gibi diğer açık uçlu sorulara verilen yanıtlar göz önünde bulundurularak kategorilere atanmıştır.

Alan yazında konuyla ilgili yürütülen çalışmalarda daha önceden niteliksel veri analizi yönteminin tercih edilmemiş olması ve yalnızca üst kategorilere (ör. meslek, eğitim, aile) odaklanması sebebiyle, çalışma kapsamında elde edilen alt kategori ve kodların literatürle tutarlılığı değerlendirilememiştir. Bununla birlikte hem ön hem de asıl çalışma kapsamında özellikle belirlenen hedefler bağlamında elde edilen kodlar arasında büyük benzerliklerin varlığı dikkat çekmektedir. Asıl çalışma kapsamında ise özellikle meslek ve eğitim yaşamıyla ilgili elde edilen alt kategorilerin gelecek ve geçmişte belirlenen hedefler için oldukça benzer olduğu görülmüştür. Her iki durumda yapılan niteliksel veri analizinde elde edilen kategori, alt kategori ve

kodların geçerliğine ilişkin önemli bir destek oluşturacağı düşünülmektedir. Ayrıca ön ve asıl çalışma kapsamında bulgular açısından elde edilen bu benzerliklerin, veri toplama araçlarının, özellikle de hedeflerle ilgili yapılandırılan soruların gücüne ilişkin önemli bir kanıt oluşturduğu düşünülmektedir.

#### **4.2.2. Asıl Çalışma Kapsamında Yapılan Nicel Analizlere İlişkin Değerlendirmeler**

Araştırma kapsamında yürütülen nicel analizlere ilişkin değerlendirmeler yedi temel başlık altında ele alınmıştır. İlerleyen bölümlerde (1) katılımcıların beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini ne ölçüde taşıdıklarına, (2) bireylerin gelecek ve geçmişteki hedeflerine, (3) demografik değişkenlere göre belirlenen hedeflerde farklılık olup olmadığına ve (4) hedefin belirlenmesi sürecinde yakın çevredeki bireylerin rolüne ilişkin yürütülen analizlerden elde edilen bulgular tartışılmıştır. Daha sonra ise (5) hedefler ve iyilik haline, (6) gelişimsel düzenleme modelleri temelinde öne sürülen stratejilerin kullanımı açısından hedef grupları arasında (*ör. hedefine ulaşan grup, hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup, hedefinden uzaklaşan grup*) farklılık olup olmadığına ve (7) gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen süreçler (*metadüzenleme, hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme*) ile iyilik hali arasındaki bağlantıya ilişkin değerlendirmelere yer verilmiştir.

##### **4.2.2.1. Katılımcıların Beliren Yetişkinlik Döneminin Özelliklerini Ne Ölçüde Taşıdıklarına İlişkin Değerlendirmeler**

Katılımcıların beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini ne ölçüde taşıdıkları ve bu durumun demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin yapılan incelemeler, kadınların erkeklere göre; 18 ile 24 yaş arasındaki bireylerin de 25 ile 30 yaş arasındaki bireylere göre beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıdıklarına işaret etmektedir. Ayrıca, çalışmayan bireylerin çalışan bireylere; üniversite eğitime devam eden bireylerin ise üniversite eğitimi almamış veya üniversite eğitimini tamamlamış bireylere göre bu dönemin sunduğu olanaklardan daha fazla yararlandıkları ortaya konulmuştur. Nişanlı veya evli olan bireylerin ise diğer bireylere kıyasla beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha az taşıdıkları görülmüştür. Elde edilen bu sonuçların beliren yetişkinlik dönemiyle ilgili ülkemizde

yürütülen çalışmaların (ör. Atak, 2005; Vural-Yüzbaşı, 2012) sonuçlarıyla oldukça benzer olduğu görülmektedir. Hem mevcut hem de sözü edilen çalışmalardan elde edilen sonuçlar, kadınların, 18 ile 25 yaş arasındaki, çalışmayan ve üniversite öğrenimine devam eden bireylerin beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıdıklarına ve dönemin kendilerine sunduğu olanaklardan daha fazla yararlandıklarına işaret etmektedir. Beliren yetişkinlik döneminin temel özellikleri göz önünde bulundurulduğunda, bu bireylerin diğer bireylere kıyasla farklı yaşam alanlarındaki (ör. iş ve aşk) keşiflerini sürdürdükleri; keşif sürecinin bir sonucu olarak gelecek planlarını pek çok kez gözden geçirdikleri; daha fazla kendilerine odaklanarak hayattan ne istediklerini anlamaya çalıştıkları ve pek çok farklı seçeneğe ulaşma imkanlarının bulunduğu söylenebilir. Bu sonuçlar sözü edilen bireylerin diğerlerine kıyasla yetişkin yaşamına geçişi daha fazla erteledikleri şeklinde de yorumlanabilir.

Araştırmanın yöntem bölümünde de ifade edildiği gibi, örneklemin yaklaşık yarısı üniversite eğitime devam eden; üçte biri ise üniversite eğitimini tamamlamış ve belirli bir alanda uzmanlaşmayı seçmiş bireylerden oluşmaktadır (bk. Şekil 4). Ayrıca, katılımcıların beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini ne ölçüde taşıdıklarını belirlemek amacıyla kendilerine uygulanan Yaşam Görüşü Ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının oldukça yüksek olduğu görülmüştür. İlgili ölçekten alınan puanlar doğrultusunda katılımcılar iki ayrı gruba ayrıldıklarında ise "beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha az taşıyan bireylerin" sayısının görece az olduğu bulunmuştur. Tüm bu bilgiler dikkate alındığında, örneklemdaki bireylerin büyük ölçüde beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini taşıdıkları düşünülmektedir. Bununla birlikte, bazı bireylerin (ör. kadınlar, çalışmayan ve üniversite eğitime devam edenler) dönemin kendilerine sunduğu olanaklardan daha fazla yararlandıkları açıkça ortaya konulmuştur.

#### 4.2.2.2. Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerin Geleceğe Yönelik ve Geçmişteki Hedeflerine İlişkin Değerlendirmeler

Hatırlanacağı gibi beliren yetişkinlik döneminin doğasındaki değişkenliğe rağmen, genç bireylerin çoğunlukla meslek, eğitim ve aile yaşamıyla ilgili hedefler belirlemeleri



beklenmekteydi. Asıl çalışma kapsamında yapılan nitel veri analizi sonucunda bu hipotezi destekler şekilde, beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik en çok *meslek, eğitim ve aile* ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Bu hedefleri *benlik, finansal konular, yaşam biçimi, seyahat, hobi-boş zaman faaliyetleri, sağlık ve toplumsal konular* ile ilgili hedefler izlemiştir. Elde edilen bu sonuçların konuyla ilgili yapılan araştırmalardan elde edilen sonuçlarla büyük ölçüde paralellik gösterdiği düşünülmektedir (ör. Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; Salmela-Aro, Read, Nurmi ve ark., 2012). Sözü edilen çalışmalardan ilkinde okuldan iş yaşamına geçmekte olan bireylerin en çok eğitim, meslek, aile ve yakın ilişkiler alanlarıyla ilgili hedeflere; ikincisinde ise üniversite öğrencilerinin en çok başarı, aile ve benlikle ilgili hedeflere sahip oldukları görülmüştür. Beliren yetişkinlik yıllarında eğitim, meslek ve aile ile ilgili hedefler ön planda; hobi, boş zaman aktiviteleri ve sağlıkla ilgili hedefler ise ikinci planda yer almaktadır. Daha önce de ifade edildiği gibi, beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin farklı yaşam alanlarında keşifler yaptıkları bir dönemdir (Arnett, 2004). Örneğin bireyler iş yaşamıyla ilgili yaptıkları keşifler sonucunda yapmak istedikleri iş konusunda bilgi sahibi olur, ilgi ve yetenekleri doğrultusunda gelecekte yapacakları işi belirler. Yakın ilişkiler alanıyla ilgili yaptıkları keşifler sonucunda ise yaşamlarının geri kalanını geçirmek istedikleri, kendileri için uygun olan eşin kim olduğuna karar vermeye çalışır. İş ve yakın ilişkiler alanlarında kimlik keşfinin yoğun olarak yaşandığı bu dönemde; bireylerin geleceğe yönelik en çok meslek, eğitim ve aile yaşamıyla ilgili hedefler belirmeleri oldukça beklendiktir. Bununla birlikte, içinde bulunulan yaşam dönemi fiziksel performans ve sağlık açısından bireyin zirvede olduğu yıllar olarak kabul edilmektedir. Bu kapsamda çok daha az sayıda bireyin sağlık alanıyla ilgili hedef belirtmesi de beklendik yönde bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Alan yazında beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin hedeflerinin incelendiği çalışmalarda ilk sırayı eğitim veya meslek ile ilgili hedeflerin aldığı; aileyle ilgili hedeflerin ise eğitim ve meslek hedeflerinden sonra geldiği görülmektedir (ör. Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Ranta ve ark., 2014; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Bu durumun, çalışmaların yükseköğrenime devam eden veya devam etme yönünde yüksek bir motivasyonu olan bireylerle yürütülüyor olmasından kaynakladığı düşünülmektedir (ör.

Ranta ve ark., 2014). Mevcut çalışma kapsamında da benzer bir bulgu elde edilmiş; aile ile ilgili hedefler, meslekle ve eğitimle ilgili hedeflerden sonra gelerek üçüncü sırada yer almıştır. Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumlarına ilişkin veriler ayrıntılı olarak incelendiğinde, lisans ve lisansüstü düzeyde eğitimine devam kişilerin örneklemede ağırlıklı olarak temsil edildiği görülmüştür. Yapılan niteliksel veri analizine ilişkin sonuçlar değerlendirildiğinde ise, bireylerin eğitim yaşantıları bağlamında kendilerini daha da geliştirme ve ileriye götürme amacı taşıdıkları pek çok hedefe sahip oldukları görülmüştür. Bireyler, lisans eğitimini başarılı bir şekilde tamamlamanın yanı sıra büyük ölçüde lisansüstü düzeyde de eğitimlerine devam etmeyi planladıklarını belirtmişlerdir. Tüm bu değerlendirmeler ışığında, mevcut araştırmanın eğitim yönelimi yüksek bir grubu temsil ettiği söylenebilir. Bu doğrultuda aile ile ilgili hedeflerin, meslek ve eğitim hedeflerinden sonra gelerek üçüncü sırada yer alması beklendik yönde bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Bu noktada, katılımcıların anne ve babalarının eğitim düzeylerine ait verilerin ayrıntılı olarak incelenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Yöntem bölümünde de ifade edildiği gibi, katılımcıların annelerinin oldukça azının üniversite mezunu olduğu görülmüştür. Bu durum, annelerin pek çoğunun profesyonel bir mesleğinin olmadığını düşündürmektedir. Babaların ise yaklaşık üçte biri üniversite mezunudur. Buna göre, anne ve babaların çoğunun temel düzeyde eğitim aldıkları ve yükseköğrenime devam etmedikleri söylenebilir. Anne ve babası özellikle lisans ve lisansüstü düzeyde eğitime devam etmemiş bu bireylerin, lisans eğitimini bitirmenin yanı sıra yüksek lisans ve doktora eğitimine başlamayı ve bitirmeyi planlamak, akademik kariyerinde ilerleme kaydetmek ve lisansüstü düzeyde eğitime devam edebilmek amacıyla yurt dışına gitmek yönünde pek çok hedefe sahip olmaları oldukça dikkat çekicidir. Bu durum, bireylerin kariyer, ekonomik durum ve genel yaşam kalitesi açısından ileride ailelerinden daha iyi bir konumda olmayı hedeflediklerini düşündürmektedir.

Geçmişteki hedefler incelendiğinde ise beliren yetişkinlerin bir önceki gelişim döneminde en çok *eğitim* ve *meslekle* ilgili hedeflere sahip oldukları görülmüştür. Beliren yetişkinlerin neredeyse tamamına yakını (%92), bir önceki gelişim dönemindeki hedefinin, eğitim veya meslek yaşamıyla ilgili olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların

özellikle lise eğitimi aldıkları yıllarda en çok eğitim ve meslek alanıyla ilgili hedeflere sahip olmaları, alan yazında ergenlerin hedeflerinin değerlendirildiği çalışmalarla da tutarlık göstermektedir (ör. Dietrich ve Salmela-Aro, 2013; Kiuru ve ark., 2009; Salmela-Aro, Mutanen, Koivisto ve Vuori, 2010; Tynkkynen ve ark., 2014; Vasalampi ve ark., 2009; Vasalampi ve ark., 2010). Yaşam boyu motivasyon modeli başta olmak üzere diğer gelişimsel düzenleme modelleri kapsamında da vurgulandığı gibi, yaşla ilişkili olarak sosyokültürel bağlam hedeflerin belirlenmesi sürecine yön verir. Bir başka ifadeyle, bireylerin hedeflerinin içeriği yaşa bağlı gelişimsel görevler ve rol geçişlerini yansıtır (ör. Salmela-Aro, 2009). Araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar da bu görüşü destekler niteliktedir. Bir önceki gelişim döneminde bireylerin, kendi ayakları üzerinde durabilen bir yetişkin olmak ve gelecekteki meslek yaşamlarını diledikleri gibi şekillendirebilmek amacıyla hedefler belirledikleri görülmüştür. Geçmişteki hedeflerin büyük bir kısmı, bireylerin ilgi alanları ve yetenekleri doğrultusunda ileride yapacakları mesleği belirleme ve eğitim yaşantılarına bu doğrultuda yön verme ile ilgilidir. Bu sonuç, bireylerin bir önceki gelişim döneminde kendileri için tanımlanan gelişimsel görevleri yerine getirmek için çabaladıklarını düşündürmektedir. Benzer şekilde, beliren yetişkinlerin de içinde buldukları yaş döneminde, aldıkları eğitime uygun bir işe yerleşebilmek, meslek hayatlarına iyi bir başlangıç yapabilmek ve kariyerlerini diledikleri gibi şekillendirebilmek amacıyla yoğun bir çaba harcadıkları görülmüştür. Bu kapsamda hem gelecek hem de geçmişteki hedefler bağlamında elde edilen bu sonuçlar, genç bireylerin içinde buldukları gelişimsel dönemin özelliklerine uygun hedefler belirlediklerine işaret etmekte ve yaşam boyu motivasyon modeli kapsamında öne sürülen bu yöndeki görüşe önemli bir destek sağlamaktadır.

Bilindiği gibi, mevcut araştırmada enlemesine kesitsel desenle araştırma sorularına yanıt aranmıştır. Gelecekteki hedeflerin yanı sıra retrospektif bir yöntemle katılımcılardan yaşamlarının bir önceki dönemini düşünmeleri ve o dönemde kendileri için belirledikleri hedefleri hatırlamaları ve yazmaları istenmiştir. Geçmişteki hedeflerde ilk sırayı eğitim (%60), ikinci sırayı ise meslekle ilgili hedef (%32) alırken; gelecekteki hedeflerde tam tersi bir sıralama görülmüştür (meslek %52; eğitim %23). Buna ek olarak geçmişte aile ile ilgili hedeflerin söylenme sıklığı oldukça düşükken (%1), gelecekteki hedeflerde aile ile ilgili hedefin sıklığının arttığı (%10) ve üçüncü

sırada yer aldığı görülmüştür. Mevcut araştırma kapsamında birey düzeyinde hedeflerde meydana gelen değişim ortaya konulmamakla birlikte, çalışmanın ergenlikten beliren yetişkinliğe *hedeflerin içeriğinde* meydana gelen değişime dair önemli ipuçları sunduğu düşünülmektedir.

Konuyla ilgili ülkemizde yapılan çalışmaların son derece sınırlı sayıda olması, elde edilen bulguların kültüre özgü taraflarını değerlendirmeyi güçleştirmektedir. Ülkemizde gelişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde yetişkinlik dönemindeki bireylerin hedef belirleme perspektifinden ele alındığı yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır (Uçanok, 2004). Söz konusu çalışmada yetişkinlikten yaşlılığa doğru gelişimsel hedeflerdeki farklılık incelenmiş; genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin (20 ile 35 yaş) geleceğe yönelik hedeflerinde ilk sırayı işle ilgili hedeflerin aldığı görülmüştür. Bu hedefleri sırasıyla aile ve ekonomik hedefler izlemiştir. İlgili çalışma kapsamında Heckhausen'un (1997) çalışmasında belirlediği altı temel yaşam alanı (işle ilgili hedefler, aile ile ilgili hedefler, toplumsal hedefler, sağlıkla ilgili hedefler, ekonomik hedefler ve boş zaman faaliyetlerine ilişkin hedefler) doğrultusunda hedefler sınıflandırılmıştır. Hedeflerin sınıflandırılmasıyla ilgili mevcut çalışmayla farklılıklar bulunmakla birlikte, mevcut çalışmadan elde edilen bulguların söz konusu çalışmanın bulgularıyla büyük ölçüde paralellik gösterdiği görülmüştür. Her iki çalışmada da, genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin gelecekteki ortalama beş ile on yıllık sürede en çok meslek yaşamı ile ilgili hedeflere ulaşmak istedikleri ortaya konulmuştur. İlgili çalışma kapsamında ayrıca, genç yetişkinlerin iş sahibi olmak, meslek edinmeye yönelik bilgi ve beceri kazanmak veya belirli bir mesleki alanda uzmanlaşmaya yönelik eğitimlerini devam ettirme aşamasında oldukları ifade edilmiştir. Ülkemizde yürütülen bir başka çalışmada ise lise ve üniversite öğrencilerinin geleceğe ilişkin beklentilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Geleceğe ilişkin hem bireysel hem de toplumsal düzeydeki beklentilerin belirlenmesi amacıyla, öğrencilere, araştırmacılar tarafından hazırlanan bir envanter uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar, lise ve üniversite öğrencilerinin gelecek beklentilerinin mesleki başarı, evlilik, ekonomik kazanç ve toplumsal saygınlık alanlarında yoğunlaştığına işaret etmektedir (Yavuzer, Demir, Meşeci ve Sertelin, 2005). Ülkemizde yürütülen bu çalışmalar ve mevcut araştırma sonuçları bir arada ele alındığında, genç bireylerin yaşamlarının özellikle 20 ile 30 yaşları arasındaki dönemini eğitim yaşantılarına yön

vermek, meslek edinmek ve mesleklerinde ilerlemek için en elverişli yıllar olarak gördükleri düşünülmektedir.

#### 4.2.2.3. Demografik Değişkenlere Göre Hedeflerdeki Farklılıklara İlişkin Değerlendirmeler

Araştırma kapsamında demografik değişkenlere göre gelecek ve geçmişte belirlenen hedeflerde farklılık olması beklenmekteydi. Bu kapsamda yürütülen analizler yaş, cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumuna göre belirlenen hedeflerde farklılık olduğuna işaret etmektedir.

Yapılan analizlerde, **yaşa** göre gelecek ve geçmişte belirlenen hedeflerin değişim gösterdiği bulunmuştur. Gelecekteki hedefe ilişkin sonuçlar, aile ile ilgili hedeflerin 25 ile 30 yaş aralığındaki kişiler tarafından daha sıklıkla ifade edildiğine işaret etmektedir. Geçmişteki hedefe ilişkin sonuçlar ise, eğitim ile ilgili hedeflerin 18 ile 24 yaş aralığındaki kişiler; meslekle ilgili hedeflerin ise 25 ile 30 yaş aralığındaki kişiler tarafından daha sıklıkla ifade edildiğine işaret etmektedir.

Özetle, yaşı daha büyük olan katılımcıların daha çok aile ve meslekle ilgili hedeflere sahip oldukları söylenebilir. Elde edilen bu sonuçlar, konuyla ilgili alan yazında yapılan çalışmaların sonuçlarıyla paralellik göstermektedir (ör. Nurmi, 1992; Salmela-Aro ve ark., 2007). Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin incelendiği bir çalışmada, yaşı daha büyük olan katılımcıların daha çok iş ve aile ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2007). Farklı yaş gruplarındaki bireylerin hedeflerinin incelendiği bir başka çalışmada ise eğitimle ilgili hedeflere olan ilginin zamanla azaldığı görülmüştür. Bireylerin artan yaşla birlikte, içinde buldukları gelişimsel dönemin taleplerine uygun biçimde meslek yaşamları ve çocuklarının geleceği ile ilgili konulara yöneldikleri ortaya konulmuştur (Nurmi, 1992).

Yapılan analizlerde, **cinsiyete** göre yalnızca geçmişte belirlenen hedeflerin değişim gösterdiği bulunmuştur. Geleceğe yönelik belirlenen hedefler cinsiyete göre değişim göstermemektedir. Gelecekteki hedefe ilişkin elde edilen sonuçların, konuyla ilgili alan

yazında yapılan çalışmaların sonuçlarıyla büyük ölçüde tutarlı olduğu düşünülmektedir (ör. Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; Salmela-Aro ve ark., 2012). Genç yetişkinlerle yürütülen bir çalışmada eğitim, iş ve aile ile ilgili hedeflerin belirtilmesinde cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık bulunmamıştır. Bununla birlikte kadınların erkeklere göre daha fazla benlikle ilgili hedeflere sahip oldukları görülmüştür (Salmela-Aro ve ark., 2012). Üniversite öğrencileriyle yürütülen iki ayrı çalışmadan ilkinde, yalnızca günlük yaşam ve boş zaman aktiviteleriyle ilgili hedeflerde cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. İkincisinde ise hedefler açısından cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir (Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Cinsiyetin rolüne ilişkin araştırma bulguları çelişkili olmakla birlikte elde edilen sonuçlar, özellikle üniversite öğrencileriyle yürütülen çalışmalarda daha sık rastlanılan hedefler açısından (ör. eğitim ve meslek) cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar bulunmadığına işaret etmektedir. Bununla birlikte mevcut araştırma kapsamında özellikle lise eğitimi alınan yıllarda, eğitim ile ilgili hedeflerin kadınlar, meslek ile ilgili hedeflerin ise erkekler tarafından daha sıklıkla ifade edildiği ortaya konulmuştur. Kız öğrencilerin akademik başarıya daha fazla önem verdikleri ve okul başarılarıyla ilgili daha fazla endişe duydukları bilinmektedir (Murberg ve Bru, 2004). Ülkemizde ergenlerle yürütülen çalışmalar kapsamında ise kızların erkeklere göre akademik yeterlik algıları, sayısal ve sözel derslerdeki akademik başarıları ve bu alandaki özerk düzenlemelerinin daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur (Kındap, 2011; Sayıl, Kumru, Bayraktar, Özdikmenli-Demir ve Kındap, 2008). Bu kapsamda kızların lise eğitimi aldıkları yıllarda, erkeklere göre daha fazla eğitimle ilgili hedefe sahip olmalarının beklendik bir bulgu olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte her iki cinsiyete ilişkin oranlardaki farkın oldukça düşük olduğunun belirtilmesinde yarar vardır.

Yapılan analizlerde, **medeni duruma** göre gelecek ve geçmişte belirlenen hedeflerin değişim gösterdiği bulunmuştur. Gelecekteki hedefe ilişkin sonuçlar aile ile ilgili hedeflerin nişanlı veya evli olan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiğine işaret etmektedir. Bununla birlikte söz konusu hedeflerin romantik bir ilişkisi olmayan bireyler tarafından daha az ifade edildiği görülmüştür. Meslek ile ilgili hedefler ise romantik bir ilişkisi olmayan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir. Bununla

birlikte söz konusu hedeflerin nişanlı veya evli olan bireyler tarafından daha az ifade edildiği görülmüştür. Elde edilen sonuçlar medeni durum ile belirlenen hedefler arasında bir ilişki olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca sonuçlar, konuyla ilgili alan yazında yapılan çalışmaların sonuçlarıyla da büyük ölçüde paralellik göstermektedir (Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Örneğin, evli ve çocuk sahibi olan kişilerin yalnız olan / romantik bir ilişkisi olmayan kişilere göre daha fazla aile ile ilgili hedefe sahip oldukları alan yazındaki çalışmalarda da ortaya konulmuştur (ör. Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a).

Geçmişteki hedefe ilişkin sonuçlar ise meslek ile ilgili hedeflerin şu anda nişanlı veya evli olan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiğine işaret etmektedir. Bununla birlikte söz konusu hedeflerin romantik bir ilişkisi olmayan bireyler tarafından daha az ifade edildiği görülmüştür. Eğitim ile ilgili hedefler ise nişanlı veya evli olan bireyler tarafından daha az ifade edilmiştir. Bununla birlikte, sözü edilen hedeflerin romantik bir ilişkisi olmayan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiği görülmüştür. Araştırmanın giriş bölümünden de hatırlanacağı gibi, hedefler bireyin yaşamının yönünü belirlemede oldukça önemli bir role sahiptir (ör. Kiuru ve ark., 2009; Salmela-Aro, 2009; Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Özellikle boylamsal yöntemle yürütülen araştırmalar bu görüşe önemli destek sağlamaktadır. Örneğin, aileyle ilgili hedefe sahip bireylerin (bu hedefe sahip olmayanlara göre) daha sonra alınan ölçümde büyük olasılıkla evlendikleri görülmüştür. Belirli bir türde hedef belirleme (ör. aile) bireylerin daha sonraki yaşam durumlarını (ör. evli veya bekar olma, çocuk sahibi olma vb.) etkilemektedir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Mevcut araştırma kapsamında ilişkiler boylamsal olarak ele alınmamış, yalnızca retrospektif bir yöntemle katılımcıların geçmişteki hedeflerini hatırlamaları ve yazmaları istenmiştir. Ancak, geçmişteki hedefin içeriği ve bireyin şu anki medeni durumu arasında elde edilen bu ilişkinin, hedeflerin bireylerin yaşamlarını belirlemede oldukça önemli bir role sahip oldukları yönündeki görüşe destek olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan analizlerde, **çalışma durumuna** göre gelecek ve geçmişte belirlenen hedeflerin değişim gösterdiği bulunmuştur. Gelecekteki hedefe ilişkin sonuçlar meslek ile ilgili hedeflerin şu an herhangi bir işte çalışmayan kişiler tarafından daha sıklıkla ifade

edildiğine işaret etmektedir. Aile ile ilgili hedeflerin ise bir işte çalışan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiği görülmüştür. Beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin yaşamlarıyla ilgili pek çok önemli alanda (ör. iş ve yakın ilişkiler) karar aldıkları ve yaşamlarını yapılandırdıkları bir dönemdir (Arnett, 2004). Bu kapsamda henüz bir işte çalışmayan bireylerin meslek ile ilgili hedeflere; çalışan bireylerin ise aileyle ilgili hedeflere yönelmelerinin beklendiği düşünülmektedir.

Geçmişteki hedefe ilişkin sonuçlar ise meslek ile ilgili hedeflerin şu an bir işte çalışan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiğine işaret etmektedir. Eğitim ile ilgili hedeflerin ise şu an herhangi bir işte çalışmayan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiği görülmüştür. Bu doğrultuda, geçmişte meslek ile ilgili hedefi olan katılımcıların büyük bir bölümünün şu an bir işte çalıştıkları; geçmişte eğitim ile ilgili hedefi olan katılımcıların ise büyük bir bölümünün şu an bir işte çalışmadıkları söylenebilir. Lise veya üniversite eğitimi alınan yıllarda, meslek ile ilgili bir hedefe sahip olan katılımcıların büyük çoğunluğunun şu anda bir işte çalışıyor olmaları, bu bireylerin hedeflerine büyük ölçüde ulaştıklarını düşündürmektedir. Ayrıca geçmişte belirli bir türde hedefe sahip olma (ör. meslek), bireylerin şu anki yaşam durumları (ör. çalışma durumu) üzerinde de belirleyici bir rol oynamış olabilir. Ancak daha önceden de ifade edildiği gibi, söz konusu ilişkilerin boyamsal olarak ele alınmasının ilişkilerin yönü hakkında daha detaylı bilgiler ortaya çıkaracağı düşünülmektedir.

Araştırma kapsamında gelecekteki hedefe ilişkin tercihlerin **beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini taşımaya** göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Hatırlanacağı gibi, beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıyan bireylerin daha çok eğitim ve meslek yaşamıyla ilgili hedefler belirlemeleri beklenmekteydi. Elde edilen sonuçlar meslek ile ilgili hedeflerin beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla taşıyan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiğine işaret etmektedir. İstatistiksel düzeyde anlamlı olarak farklılaşmamakla birlikte, beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla sergileyen bireylerin aile yaşamı ile ilgili hedeflere daha az yöneldikleri de görülmüştür. Bilindiği gibi sözü edilen dönem, bireylerin iş alanıyla ilgili keşifler yaptıkları bir dönemdir. Bireylerin iş alanıyla ilgili yaptıkları keşifler sonucunda, yetenek ve ilgilerini fark ettiği; hangi işte



iyi oldukları ve gelecekte hangi işi yapmak istedikleri konusunda bilgi sahibi oldukları ifade edilmektedir (Arnett, 2004). Bu kapsamda beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini daha fazla sergileyen bireylerin meslek yaşamı ile ilgili hedeflere yönelmelerinin beklendiği düşünülmektedir.

#### 4.2.2.4. Hedefin Belirlenmesi Sürecinde Yakın Çevredeki Bireylerin Rolüne İlişkin Değerlendirmeler

Hatırlanacağı gibi, hedefin belirlenmesi sürecinde yakın çevredeki bireylerle fikir alışverişinde bulunma ve belirlenen hedefle bağlantılı yakın çevredeki bireylerden algılanan destek açısından kişiler (ör. anne, baba, eş / kız veya erkek arkadaş) arasında anlamlı farklılıklar olması beklenmekteydi. Sonuçlar beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin en çok *eşleriyle/kız veya erkek arkadaşlarıyla* hedefleriyle ilgili konuşup fikir alışverişinde bulduklarına işaret etmektedir. Bilindiği gibi beliren yetişkinlik dönemi, meslek alanındaki keşiflerinin yanı sıra bireylerin romantik ilişkiler alanında da keşif yaptıkları bir dönemdir (Arnett, 2000; 2004). Üniversite yıllarından itibaren yakın ilişkilerin önem kazanması sebebiyle, yakın çevrede yer alan diğer kişilere kıyasla özellikle *eş / kız veya erkek arkadaşın* hedefin belirlenmesi sürecine önemli bir katkı yapmasının beklendiği bir bulgu olduğu düşünülmektedir.

Algılanan destek açısından sonuçlar incelendiğinde ise gelecekteki hedefle bağlantılı olarak beliren yetişkinlerin en az *arkadaşlarından* destek algıladıkları, bununla birlikte diğer kişiler arasında algılanan destek açısından anlamlı farklılıklar olmadığı görülmüştür. Geçmişteki hedefle bağlantılı olarak ise bireylerin en çok *annelerinden* destek algıladıkları bulunmuştur. Bireyler lise eğitimi aldıkları veya üniversiteye başladıkları yıllarda belirledikleri hedefle bağlantılı olarak, en fazla annelerinin kendilerine destek olduklarını ifade etmişlerdir. İlgili sosyal destek yazını tarandığında, farklı sosyal destek kaynaklarının (ör. anne, baba ve akran) bireyin yaşamındaki koruyucu rolüne odaklanıldığı görülmüştür (ör. Barrera ve Garrison-Jones, 1992; Helsen, Vollebergh ve Meeus, 2000; Piko, 2000; Stice, Ragan ve Randall, 2004). Ergenin psikososyal uyumunda, aile kadar akranın da önemli olduğu bilinmekle birlikte; çalışmalar kapsamında özellikle ebeveynlerden algılanan sosyal desteğin ergenin yaşamındaki önemine dikkat çekilmektedir (ör. Helsen ve ark., 2000).

#### 4.2.2.5. İyilik Haline İlişkin Sonuçların Değerlendirilmesi

Araştırma kapsamında benlik odaklı hedefler belirleme ile bireyin iyilik hali arasında negatif yönde bir ilişki beklenmekteydi. Elde edilen sonuçlar benlik odaklı hedeflere sahip olmanın bireyin iyilik haliyle (yaşam doyumu, yalnızlık ve semptom sıklığı) ilişkili olmadığına işaret etmektedir. Bununla birlikte, benlikle ilgili hedeflerin bireyin benlik saygısıyla negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (anlamlılık düzeyi .10 olarak kabul edildiğinde).

Hedefler ile iyilik hali arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmalarda, benlikle ilgili hedeflere olan ilginin iyilik halindeki azalmayla ilişkili olacağı ortaya konulmakla birlikte (ör. Martiinen ve Salmela-Aro, 2012; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; Salmela-Aro, Pennanen ve Nurmi, 2001; Salmela-Aro ve ark., 2012) söz konusu ilişkide düzenleyici rol oynayabilecek bazı faktörlere dikkat çekilmektedir. Örneğin, genç yetişkinlik dönemindeki bireylerle yürütülen bir çalışmada benlik odaklı hedefler ile depresif belirtiler arasında bir ilişki olduğu; ancak bireyin başka alanlardan da (ör. aile) hedeflere sahip olması durumunda, söz konusu ilişkinin gücünün zayıflayabileceği ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark., 2012). Sözü edilen araştırmada, benlik odaklı hedefler ile depresif belirtiler arasındaki ilişki, bireyin aileyle ilgili bir başka hedefe sahip olması durumunda anlamsız hale gelmiştir. Başka alanlardan (ör. aile) hedefe sahip olma, bireyin işlevselliği açısından koruyucu bir rol oynayabilmektedir.

Mevcut araştırma kapsamında pratik sebeplerden dolayı (uygulama materyalinin uzun ve yoğun oluşu vb.) bireylerden tek bir hedef yazmaları istenmiştir. Ancak bireylerin yaşamın farklı alanlarına ait birden fazla hedeflerinin olabileceği bilinmektedir (Little, 1983). En önemli hedefi benlikle ilgili olan bu kişilerin, içinde buldukları gelişimsel dönemin özelliklerini yansıtan başka hedeflere de (ör. eğitim, meslek ve aile) sahip olabilecekleri ve bu durumun söz konusu ilişkinin gücünü zayıflatmış olabileceği düşünülmektedir.

Alan yazında üzerinde durulan bir diğer nokta, benlikle ilgili hedeflerin sınıflandırılması aşamasında hedeflerin arkasında yatan motivasyonun da dikkate alınmasının gerekliliğidir. Ancak cevaplardaki heterojenliğin bu sınıflamayı zorlaştırdığı üzerinde

durulmaktadır (Salmela-Aro ve ark., 2012). Mevcut çalışmadaki katılımcıların benlik odaklı hedefleri dikkatle incelendiğinde, alan yazındaki bu görüşle paralel olarak, benlikle ilgili hedeflerin arkasında yatan motivasyonun farklı olabileceği görülmüştür. Örneğin, "*kendini geliştirmek*", "*hayatı dolu dolu yaşamak*" gibi hedefler daha olumlu; "*huzurlu yaşayabilecek duruma gelebilmek*", "*ilişkilerinde huzur bulmak*" ise daha olumsuz bir yöne işaret ediyor olabilir. Bu noktadan hareketle, benlik odaklı hedeflerin sınıflandırılması aşamasında daha detaylı bir incelemeye gidilmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Ancak mevcut çalışma kapsamında benlikle ilgili hedef belirten kişi sayısının oldukça az olması böyle bir ayrıma izin vermemiştir. Araştırmanın bulgular bölümünde de ifade edildiği gibi, benlik odaklı hedeflere sahip olan katılımcıların örneklem içindeki oranı yalnızca %7'dir. Sözü edilen ilişkiye dair daha sağlıklı sonuçlara, bu türden hedeflere sahip kişilerin örneklemdeki temsilinin artırılmasıyla ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Hedefin içeriğine ek olarak, hedefe ilişkin yapılan değerlendirmelerin de (*hedefin önemi, hedefin elde edilebileceğine dair inanç, hedefin bireyde uyandırdığı olumlu ve olumsuz duygular*) bireyin iyilik hali ile ilişkili olması beklenmekteydi. Hatırlanacağı gibi araştırma kapsamında hedefe ilişkin değerlendirmeler ile iyilik hali arasındaki ilişki iki farklı şekilde ele alınmıştır. Yapılan ilk incelemede bireyin iyilik halini açıklamaya katkısı en yüksek olan değişkenin belirlenmesi amaçlanmış ve iyilik halinin her bir göstergesi için ayrı ayrı değerlendirme yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar *ulaşılabilir bir hedefe ve o hedefe ilişkin olumlu duygulara sahip olmanın* bireyin iyilik hali açısından önemini ortaya koymaktadır. Hedefle ilgili değerlendirmeler ile iyilik halini yansıtan değişkenler arasındaki ilişki örüntüsünü belirlemek amacıyla yapılan ikinci incelemeden elde edilen sonuçlar ise hedefin elde edilebileceğine dair inanç ve hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygulardaki azalmanın benlik saygısı ve yaşam doyumundaki azalmayla; yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığındaki artışla ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygulardaki artış ise benlik saygısı ve yaşam doyumundaki azalma; yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığındaki artışla ilişkilidir. Her iki yöntemle elde edilen sonuçlar, hedefle ilgili değerlendirmelerden özellikle hedefin elde edilebileceğine dair inanç; bir başka ifadeyle, hedefin ulaşılabilirliğinin bireyin iyilik hali açısından önemine işaret etmektedir. Buna ek

olarak, hedefle ilgili olumlu değerlendirmelerin iyilik haline olumlu yönde katkı yaptığı; hedefle ilgili değerlendirmelerin olumsuz olmasının ise bireyin uyumu açısından risk oluşturabileceği söylenebilir.

Yukarıda özetlenen sonuçlar, konuyla ilgili yapılan araştırmalardan elde edilen sonuçlarla büyük ölçüde benzerlik göstermektedir. Araştırmalar kapsamında, yalnızca hedeflerin içeriğinin değil, hedeflerle ilgili yapılan değerlendirmelerin de bireyin iyilik haline önemli bir katkı yapabileceği üzerinde durulmaktadır (ör. Brunstein, 1993; Emmons, 1986; Emmons ve King, 1988; Salmela-Aro ve Nurmi, 1996; 1997b; Vasalampi ve ark., 2009; 2010). Örneğin, üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada, başarıyla ilgili bir hedefin elde edilebilirliği ve hedefle ilgili yapılan olumlu değerlendirmelerin birey açısından önemine dikkat çekilmiştir. Buna göre, elde edilmesi güç bir hedefe sahip olduğunu düşünen ve hedefiyle ilgili daha olumsuz değerlendirmeler yapan öğrencilerin, üniversitenin ilk senesinde daha az derste başarılı oldukları ortaya konulmuştur. Bu öğrencilerin sınav öncesinde daha fazla kaygılı oldukları da elde edilen bulgular arasındadır (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997b).

Üniversite öğrencileriyle yürütülen bir başka çalışmada ise öğrencilerden hedefleriyle bağlantılı pek çok değerlendirme (ör. hedefin önemi, zorluğu, hedefe olan bağlılık / adanmışlık, hedef için harcanan çaba) yapmaları istenmiş ve bu değerlendirmeler ile iyilik hali (pozitif duygu, negatif duygu, yaşam doyumu) arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, özellikle hedefin öneminin yaşam doyumunun güçlü bir yordayıcısı olduğuna işaret etmektedir. Buna göre, bireylerin önemli gördükleri bir hedefe bağlanmaları, iyilik hallerine olumlu yönde katkı yapmaktadır (Emmons, 1986). Mevcut çalışma kapsamında ise hedefin birey açısından önemi ile iyilik hali arasında herhangi bir ilişki elde edilmemiştir. Daha önce de ifade edildiği gibi, bu çalışma kapsamında bireylerden tek bir hedef yazmaları istenmiştir. Bireyler kendileri için en önemli olan hedefi belirtmişlerdir. Bu durumun doğal bir sonucu olarak, hedefin önemine ilişkin yapılan değerlendirmelerin oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Bu kapsamda, birden fazla hedefin belirtildiği durumda, hedefin önemine ilişkin yapılacak değerlendirmelerin daha sağlıklı sonuçlar ortaya çıkaracağı düşünülmektedir.

Hatırlanacağı gibi, çalışma kapsamında geriye dönük olarak bildirilen hedeflerin gerçekleşip gerçekleşmediği ve eğer gerçekleşmediyse katılımcıların hedefe ulaşmayı hala isteyip istemedikleri değerlendirilmiştir. Yapılan bu değerlendirmeler sonucunda katılımcılar üç gruba ayrılmışlardır: **(1)** Geçmişte belirledikleri hedefe ulaşanlar, **(2)** henüz hedefine ulaşamayan; ancak, hedefe ulaşmak için çaba harcamaya devam edenler ve **(3)** hedefinden vazgeçenler. Sonuçlar katılımcıların çoğunun (%71) geçmişte belirttikleri hedefe ulaştıklarına işaret etmektedir. Hedefine ulaşamayan katılımcıların üçte ikisi (%67) hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam ettiklerini; üçte biri ise (%33) hedeflerinden uzaklaştıklarını belirtmişlerdir. Geçmişte belirtilen hedeflerin büyük çoğunluğunun eğitim ile ilgili olduğu düşünüldüğünde, katılımcıların içinde buldukları gelişimsel dönemin en önemli görevlerinden birini karşıladıkları söylenebilir.

Üç grubun demografik açıdan özelliklerini belirlemeye yönelik yapılan ileri analizler, üniversite eğitimi almamış bireylerin, üniversiteyi bitirmiş ve belli bir alanda uzmanlaşmayı seçmiş bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıklarına ve belirledikleri bu hedefe ulaşmak için daha fazla çaba harcadıklarına işaret etmektedir. Daha önce de ifade edildiği gibi, genç bireylerin geçmişte en çok eğitim yaşantıları ile ilgili hedeflere ulaşmak istedikleri ortaya konulmuştur. Bireyler büyük ölçüde ilgi alanları ve yetenekleri doğrultusunda iyi bir bölüm ve üniversiteye yerleşmek istediklerini belirtmişlerdir. Beliren yetişkinlik dönemi bireylerin yaşamlarında pek çok seçeneğe sahip oldukları bir dönem olarak kavramsallaştırılsa da ülkemiz koşulları düşünüldüğünde, bireylerin ideallerindeki işe yerleşebilmeleri ve yaşamlarına diledikleri gibi yön verebilmeleri için üniversite eğitimi almalarının gerekliliği ortadadır. Bu kapsamda geçmişteki hedefine ulaşamayan lise ve ön lisans mezunu bireylerin belirledikleri hedefe ulaşmak için hala çaba harcamaya devam etmeleri oldukça anlaşılırdır. Araştırma kapsamında ayrıca, gelir düzeyi düşük olan bireylerin gelir düzeyi yüksek olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıkları ortaya konulmuştur. Yürütülen bir çalışmada ise daha varlıklı ailelerden gelen gençlerin eğitimle ilgili hedeflerinden daha kolay vazgeçebildikleri ortaya konulmuştur. Bu durumun sebeplerinden biri, daha varlıklı ailelerden gelen gençlerin üniversite eğitimine devam etmeden de kariyerlerini yapılandırabilme ve diğer

hedeflerini elde edebilme fırsatlarının olmasıdır (Uno ve ark., 2010). Her iki araştırmanın sonuçları, ailenin gelir düzeyi ile belirlenen bir hedefe ulaşma veya hedeften vazgeçme arasında bir ilişki olduğuna işaret etmektedir. Belirlenen hedefe ulaşma sürecinde bir engel ya da başarısızlıkla karşılaşılması durumunda başvurulan stratejilerin belirlenmesi amacıyla yapılan niteliksel veri analizi sonuçları ise bireylerin geçmişteki hedeflerine ulaşma sürecinde maddi engellerle karşılaşabildiklerine işaret etmektedir. Katılımcıların ilgili soruya verdikleri cevaplardan yola çıkılarak sözü edilen engelin üstesinden gelmek ve belirledikleri hedefe ulaşmak için daha fazla çaba harcadıkları söylenebilir (ör. "Maddi imkansızlıklar nedeniyle dershaneye gidemedim. Kendim çalıştım", "Maddi engelimiz sebebiyle istediğim bölümü okuyabilmek için işe girdim" veya "Maddi olanaklarımı birkaç işle ilgilendirerek uygun hale getirdim"). Katılımcıların bu yöndeki cevaplarının elde edilen bulguya destek oluşturduğu düşünülmektedir. Çalışma kapsamında hedefe ulaşma açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık elde edilmezken, erkeklerin kadınlara göre hedeflerine ulaşmak için daha fazla çaba harcamaya devam ettikleri ortaya konulmuştur. Ergenlerin eğitim yaşantılarıyla ilgili hedeflerinin incelendiği bir çalışmada, hedefe ulaşma konusunda erkeklerin kızlara göre daha fazla ilerleme kaydettikleri ifade edilmiştir. Özellikle, mesleki eğitim veren bir okula devam eden kız öğrencilerin, erkek öğrencilere göre eğitim yaşantılarıyla ilgili hedeflerinden daha kolay vazgeçebildikleri de elde edilen sonuçlar arasındadır (Vasalampi ve ark., 2010). Genç bireylerin geçmişte en çok eğitim yaşantıları ile ilgili hedefler belirledikleri göz önünde bulundurulduğunda, yukarıda sözü edilen bulguyu destekler şekilde, kızların erkeklere göre bu hedeflerinden daha kolay vazgeçtikleri ve hayatın diğer alanlarından hedeflere yönelmiş olabilecekleri düşünülmektedir.

Çalışma kapsamında geçmişte belirlenen bir hedefe ulaşmanın bireyin iyilik hali üzerindeki rolü de incelenmiştir. Sonuçlar, *yaşam doyumu* açısından hedef grupları arasında anlamlı farklılıklar olduğuna işaret etmektedir. Çalışma kapsamında *hedefine ulaşan grubun* yaşam doyumunun *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grubunkinden* anlamlı olarak daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Bununla birlikte benlik saygısı, yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı açısından gruplar arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir.

Yapılan alan yazın taramalarında, belirtilen bir hedefe ulaşım ulaşmamanın veya hedefle ilgili kaydedilen ilerlemenin bireyin iyilik hali açısından önemini inceleyen çalışmaların daha sınırlı sayıda olduğu görülmüştür (ör. Haase, Heckhausen ve Köller, 2008; Reynold ve Baird, 2010; Schulenberg ve ark., 2004; Stauner, 2013; Klug ve Maier, 2015; Messersmith ve Schulenberg, 2010; Sheldon, 2008). Yürütülen bir çalışmada, dönemin gelişimsel görevlerini yerine getirme (ör. eğitim, meslek, maddi bağımsızlık, madde kötüye kullanımından kaçınma) ve iyilik hali arasındaki ilişki incelenmiş; beliren yetişkinlik dönemi boyunca iyilik halinde düşüşün meydana geldiği grubun, döneme özgü gelişimsel görevleri yerine getirmede zorluklar yaşadıkları; artışın meydana geldiği grubun ise işe girme ve romantik ilişki yaşama gibi döneme özgü gelişimsel görevleri yerine getirmede başarı gösterdikleri görülmüştür (Schulenberg ve ark., 2004). Ülkemizde genç yetişkinlerle yürütülen ve yetişkinlik rolleri (evlilik ve çocuk sahibi olma) ile bu rolleri elde etme zamanına ilişkin bireylerin algılarının değerlendirildiği bir çalışmada ise "tam zamanında" evlendiğini ve çocuk sahibi olduğunu düşünen bireylerin, "erken" veya "geç" evlendiğini ve çocuk sahibi olduğunu düşünen bireylere göre iyilik hallerinin daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur (Pekel-Uludağlı ve Akbaş, değerlendirmede).

Bir hedefe ulaşmanın yalnızca o anki iyilik hali üzerinde değil; bireyin yıllar sonraki iyilik hali üzerinde de önemli bir rol oynayabileceği ifade edilmektedir (Sheldon, 2008). Bu kapsamda yaşam doyumu açısından elde edilen sonuçların sözü edilen araştırmanın sonuçlarına önemli bir destek sağladığı düşünülmektedir. Bununla birlikte, yürütülen bir başka çalışmada, eğitim yaşantısıyla ilgili karşılanmamış beklentilerin bireyin iyilik hali üzerinde uzun süreli olumsuz sonuçlarının olmayabileceğine dikkat çekilmektedir (Reynold ve Baird, 2010). Bir diğer çalışma kapsamında ise, hedef için çaba harcama ve hedeften vazgeçme ile iyilik hali arasındaki ilişkide "zamanlamanın" önemi vurgulanmıştır (Messersmith ve Schulenberg, 2010). Hatırlanacağı gibi, katılımcıların geçmişte belirttikleri hedeflerin büyük bir çoğunluğu eğitim ve meslek yaşantılarıyla ilgilidir. Araştırmanın giriş bölümünde de ifade edildiği gibi, katılımcıların içinde buldukları dönem, pek çok farklı seçeneğe ulaşma imkanlarının olması sebebiyle *olanaklar* dönemi olarak adlandırılmaktadır (Arnett, 2004). İçinde buldukları dönemin eğitim ve meslek yaşantılarını yapılandırmak için en uygun dönemlerden biri

olduğu göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin seçtikleri bir hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam etmelerinin veya seçtikleri hedeften uzaklaşıp yeni bir hedefe bağlanmalarının, işlevsellikleri açısından (ör. yalnızlık düzeyi, semptom sıklığı) bozucu bir etki yaratmamış olabileceği düşünülmektedir.

Geçmişte belirlenen hedefler kapsamında son olarak, hedefle ilgili yapılan değerlendirmelerin (hedefe ulaşma konusunda ne kadar ilerleme kaydedildiği, hedefin önemi, hedefe ulaşmak için ne kadar çaba harcandığı ve hedefe ulaşmanın kişi için ne kadar zor ve stres verici olduğu) *hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden ve hedefinden uzaklaşmış olan gruplar* arasında anlamlı farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi amaçlanmaktaydı. Hem hedefe ulaşma konusunda kaydedilen ilerlemenin hem de hedefin öneminin gruplara göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar, hedefe ulaşma konusunda daha fazla ilerleme kaydeden ve hedefini daha önemli olarak gören katılımcıların *hedeften uzaklaşmak yerine hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam ettiklerine* işaret etmektedir. Belirlenen hedefle bağlantılı olarak yapılan değerlendirmelerin, özellikle hedefin birey açısından öneminin, hedeften vazgeçme olarak tanımlanan akomodatif süreçlere geçişi engelleyebileceği belirtilmektedir. Hedefin birey için önemli olması ve elde edilebileceğine dair inancın güçlü olması durumunda, bireyler asimilatif stratejiyi sürdürmekte ısrarcı olacaktırlar (Brandtstädter, 2009; Brandtstädter ve Rothermund, 2002). Bu bilgiler ışığında, hedefe ulaşma konusunda daha fazla ilerleme kaydeden ve hedefini daha önemli olarak gören katılımcıların *hedeften uzaklaşmak yerine hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam etmelerinin* beklendiği söylenebilir.

#### 4.2.2.6. Stratejilerin Kullanımı Açısından Hedef Gruplarına İlişkin Değerlendirmeler

Araştırma kapsamında ilk üç gelişimsel düzenleme modeli temelinde öne sürülen stratejilerin kullanımı açısından hedef grupları (*hedefine ulaşan grup, hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup, hedefinden uzaklaşan grup*) arasında anlamlı farklılıkların olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, strateji kullanımı açısından gruplar arasında anlamlı farklılıklar olmadığına işaret etmektedir. Bilindiği gibi analizler, gelişimsel düzenleme modellerindeki süreçlerin sınanması amacıyla



geliştirilen kendini bildirim türündeki ölçeklerden elde edilen toplam puanlar ile yürütülmüştür. Yapılan alan yazın taramalarında konuyla ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte, çalışma kapsamında bireylerin hedefe ulaşma sürecinde bir engel ya da başarısızlıkla karşılaşmaları durumunda kullandıkları kontrol stratejilerinin belirlenebilmesi amacıyla yürütülen nitel veri analizi sonuçları da yukarıdaki bulguyu desteklemektedir. Geçmişte belirlediği hedefe ulaşamayan bireylerin (37 kişi) başvurdukları kontrol stratejileri ayrıntılı olarak incelendiğinde; seçici birincil, ödünleyici birincil ve ödünleyici ikincil kontrol stratejilerinin kullanımı açısından oldukça benzer bir dağılımın olduğu görülmüştür. Eşit oranda katılımcı ise bu soruyu yanıtlamayı tercih etmemiştir. Hedefine ulaşamayan bireylerin seçici ikincil kontrol stratejisini kullanmadıkları dikkat çekmektedir. Seçici ikincil kontrol, motivasyonel açıdan seçilen hedefe bağlılığı sürdürmeye yarar. Bu durum özellikle seçilen bir hedef yerine daha iyi alternatifler devreye girdiğinde veya seçilen hedef beklenmeyen engeller tarafından kesintiye uğratıldığında söz konusudur. Sözü edilen strateji, seçilen hedefin değerinin yükseltilmesini, seçilmeyen alternatiflerin ise değerinin düşürülmesini içerir. Hedeften vazgeçen bireylerin, hedefle olan bağlarını sürdürmeye yarayan bu stratejiyi kullanmamaları beklendiktir. Bununla birlikte, örneklemin genelinde seçici ikincil kontrolün, ödünleyici ikincil kontrolden sonra en az başvurulan strateji olduğunun belirtilmesinde yarar vardır. Strateji kullanımı açısından hedef grupları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamakla birlikte, yapılan değerlendirmeler sonucunda, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin ödünleyici ikincil kontrolü diğer üç kontrol stratejisine göre daha az kullandıkları ortaya konulmuştur. Hedefe ulaşma sürecinde bir engelle karşılaşılması durumunda kullanılan stratejileri belirlemek amacıyla yapılan niteliksel veri analizi sonuçları da bu bulguyu desteklemektedir. Elde edilen sonuçlar genç bireylerin en az ödünleyici ikincil kontrol stratejisine başvurduklarına işaret etmektedir. Buna ek olarak, niteliksel veri analizi sonucunda katılımcıların büyük oranda (%77) birincil kontrol stratejilerini tercih ettikleri de ortaya konulmuştur. Bu sonuçlar, strateji kullanımındaki farklılıkları açıklamada hedef gruplarına kıyasla yaşın; bir başka ifadeyle yaşla bağlantılı strateji kullanımına ilişkin tercihlerin daha belirleyici olabileceğini düşündürmektedir.

#### 4.2.2.7. Gelişimsel Düzenleme Modellerinin Sentezi Sonucunda Önerilen Süreçler ve İyilik Arasındaki Bağlantıya İlişkin Değerlendirmeler

Hatırlanacağı gibi araştırmanın son amacı, gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen üç temel süreç ile (metadüzenleme, hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme) bireyin iyilik hali arasındaki ilişkiyi Türkiye örneğinde beliren yetişkinlik dönemini temsil eden yaş grubu üzerinde incelemektir. Haase ve arkadaşlarının (2013) çalışmasından yola çıkılarak gelişimsel düzenleme modelleri temelinde önerilen süreçlerden metadüzenlemenin, hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyle; hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmenin de bireyin iyilik haliyle pozitif yönde ilişkili olması beklenmekteydi. Metadüzenleme ise hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme yoluyla bireyin iyilik haliyle ilişkili olacaktır.

Çalışma kapsamında *metadüzenleme* optimizasyon; *hedefe bağlı olma* isteğe bağlı seçim, optimizasyon (seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli) ödünleme, seçici birincil ve ikincil kontrol, ödünleyici birincil kontrol ve asimilasyon; *hedeften vazgeçme* ise ödünleyici ikincil kontrol ve akomodasyon ile temsil edilmiştir (bk. Şekil 20). İyilik halini temsil eden her bir değişken (benlik saygısı, yaşam doyumu ve yalnızlık) için önerilen model ayrı ayrı test edilmiştir. Elde edilen sonuçlar önerilen modelin veri ile orta düzeyde uyum gösterdiğine işaret etmektedir. Metadüzenlemenin hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçmeyle pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Hedefe bağlı olma bireyin benlik saygısı ve yaşam doyumuyla pozitif; yalnızlık düzeyi ile negatif yönde ilişkilidir. Hedeften vazgeçmenin ise bireyin yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkili olduğu; ancak, benlik saygısı ve yalnızlık düzeyiyle ilişkili olmadığı görülmüştür. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda araştırma hipotezlerinin kısmen doğrulandığı söylenebilir. Metadüzenlemenin hem hedefe bağlı olma hem de hedeften vazgeçme yoluyla bireyin yaşam doyumu ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bununla birlikte hedeften vazgeçme ile benlik saygısı ve yalnızlık düzeyi arasındaki yolun anlamsız olması, metadüzenlemenin yalnızca hedefe bağlı olma üzerinden bireyin iyilik haliyle ilişkili olduğuna işaret etmektedir.

Yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramında *optimizasyon*, belli bir hedefin seçimine yardımcı olan üst düzey bir seçim süreci olarak kavramsallaştırılmaktadır.

Optimizasyon süreci kapsamında birey çevresinde bulunan fırsatları, içinde bulunduğu gelişimsel dönemin taleplerini ve zaman sınırlamalarını değerlendirerek seçimler yapar. Optimizasyon süreci yardımıyla hedefler seçildikten sonra, hedefle olan bağın sürdürülmesine yardımcı kontrol stratejileri aktif hale gelir. Kimi zaman ise bireyler hedeflerini yeniden gözden geçirme gereksinimi duyar ve hedefle olan bağlarını keserler. Sonuç olarak, optimizasyon sözü edilen diğer stratejilerin etkin bir biçimde kullanılmasını sağlar (ör. Heckhausen, 1999). Bu kapsamda metadüzenleme ile hedefe bağlı olma ve hedeften vazgeçme arasında elde edilen pozitif yöndeki ilişkinin beklendiği olduğu düşünülmektedir. Konuyla ilgili ülkemizde yapılan bir çalışma kapsamında da metadüzenleme olarak kavramsallaştırılan optimizasyon ile kontrol stratejileri arasında (ödünleyici birincil kontrol dışında) olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur. Elde edilen bu ilişkiler, bireyin tüm kaynaklarını kullanarak mücadele etme, hedefi elde etmenin olumlu taraflarını düşünme, elde edilmesi mümkün olmayan hedefler söz konusu olduğunda ise hedeften vazgeçme çabalarında, yaşamını yeniden yapılandırma isteğinin önemine işaret etmektedir (Uçanok, 2002b).

Mevcut çalışma kapsamında hedeften vazgeçme ile benlik saygısı ve yalnızlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki elde edilememesi, çalışmanın beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerle yürütülmüş olmasından kaynaklanmış olabilir. Hedefi değiştirme, hedeften vazgeçme ve kendini koruyucu sosyal yüklemeler yapma şeklinde tanımlayabileceğimiz ödünleyici ikincil kontrolün kullanımı yaşla birlikte artış göstermektedir (ör. Wrosch, Heckhausen ve Lachman, 2000; Heckhausen ve ark., 1998; Uçanok, 2002b). Sınırlılıklarla karşılaşılması durumunda kaynakların yeni ve uygun hedeflere yönlendirilmesi şeklinde tanımlayabileceğimiz ve hedeften vazgeçmeyi temsil eden bir diğer strateji olan akomodasyonun da yaşla artış gösterdiği bilinmektedir (ör. Brandtstädter ve Renner, 1990). Ayrıca hedeften vazgeçmenin, hedefi elde etme fırsatlarının görece daha düşük olduğu ileri yaştaki bireyler için daha uyum sağlayıcı olduğu da ortaya konulmuştur (Haase ve ark., 2013). Mevcut çalışma kapsamında yapılan incelemeler ise yukarıda özetlenen araştırmaların sonuçlarını desteklemekte; beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin en fazla seçici birincil kontrol, en az ödünleyici ikincil kontrol stratejisine başvurduklarına işaret etmektedir. Modelin

sınandığı yaş aralığı göz önünde bulundurulduğunda yaşla birlikte artış göstermesi beklenen ve hedeften vazgeçme kapsamında değerlendirilen bu stratejilerin (ör. ödünleyici ikincil kontrol) ileri yaştaki bireyler için daha uyum sağlayıcı olabileceği düşünülmektedir.

Modelin Haase ve arkadaşlarının (2013) önerdiği şekliyle sınanmasının ve veri ile orta düzeyde uyum gösterdiğinin ortaya konulmasının ardından, gizil değişkenleri temsil eden göstergeler açısından sadeleştirmeye gidilmiş; önerilen model yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı temelinde öne sürülen stratejiler aracılığıyla tekrardan sınanmıştır. Bu kapsamda, *metadüzenleme* optimizasyon; *hedefe bağlı olma* seçici birincil ve ikincil kontrol ve ödünleyici birincil kontrol; *hedeften vazgeçme* ise ödünleyici ikincil kontrol ile temsil edilmiştir. Elde edilen sonuçlar, son modelin veri ile iyi uyum gösterdiğine işaret etmektedir. Bununla birlikte daha az sayıda gösterge ile temsil edilen değişkenler arasında elde edilen ilişkilerin, bir önceki model kapsamında elde edilen ilişkilerle oldukça benzer olduğu görülmüştür. Metadüzenlemenin yalnızca hedefe bağlı olma üzerinden bireyin iyilik haliyle ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Elde edilen sonuçlar, içinde bulunulan yaşam dönemine uygun hedefler belirlemenin yanı sıra, belirlenen hedefe ulaşmak için zorluklarla mücadele etme, yeni beceriler kazanma, yeni yöntemlere başvurma ve hedefe ulaşmanın olumlu sonuçlarını önceden tahmin etme gibi hedefle olan bağın sürdürülmesine yardımcı süreçlerin kullanımının beliren yetişkinlerin işlevsellikleri açısından önemine işaret etmektedir. Her iki modelin sınanmasıyla elde edilen sonuçların, gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen üç temel sürecin birbirleriyle ve bireyin iyilik haliyle olan ilişkisine dair önemli ipuçları sunduğu düşünülmektedir. Ayrıca ilgili çalışmada gelişimsel düzenleme modellerinin sentezi sonucunda önerilen üç temel sürecin bir arada ele alınmasının, bireyin gelişimine dair daha kapsamlı çıkarımlar yapılabilmesine olanak sağlayacağı ifade edilmiştir.

#### **4.2.3. Araştırmanın Güçlü Yanları, Bilimsel Birikim ve Uygulamaya Katkısı**

Bilindiği kadarıyla bu araştırma, bireylerin kendi gelişimlerini düzenlemede oldukça önemli rolleri olduğunu vurgulayan dört gelişimsel düzenleme modelindeki süreçlerin

bir arada ele alındığı ilk araştırmadır. Modellerin ortak noktaları, başarılı bir gelişim için elde edilebilir hedeflere sahip olmanın ve elde edilmesi güç hedeflerden uzaklaşmanın önemine vurgu yapmalarıdır. (1) Seçme, optimizasyon ve ödünleme modeli (ör. Baltes ve Baltes, 1990) (2) asimilatif ve akomodatif baş etmede ikili süreç modeli (ör. Brandtstädter ve Rothermund, 2002) ve (3) yaşam boyu gelişimde motivasyon kuramı (ör. Heckhausen ve ark., 2010) temelinde önerilen süreçler (ör. optimizasyon, asimilasyon ve akomodasyon) kendini bildirim türündeki ölçeklerle değerlendirilmiştir. (4) Yaşam boyu motivasyon modeli temelinde (ör. Salmela-Aro, 2009) ise bireylere hedefleriyle bağlantılı sorular yöneltilmiş ve modelde yer alan dört sürecin (yön verme, seçim, ortak düzenleme ve ödünleme) ayrı ayrı ele alınması planlanmıştır. Bu kapsamda beliren yetişkinlik döneminde hedefler, hedeflerin belirlenmesinde etkili olan faktörler, belirlenen hedeflerle bağlantılı yapılan değerlendirmeler, yakın çevredeki bireylerin bu süreçteki rolü ve iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Beliren yetişkinlik döneminin yukarıda sözü edilen dört gelişimsel düzenleme modeli çerçevesinde ele alınmasının araştırmanın güçlü bir yanı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın giriş bölümünde de ifade edildiği gibi, alan yazında hedeflerin iki şekilde değerlendirilebileceği üzerinde durulmaktadır (ör. Emmons, 1986; Little, 1983). Bunlardan ilki, bireylere açık uçlu sorular yönelterek gelecekteki hedeflerini (proje, plan vb.) belirtmelerini istemek ve bu yöntem sayesinde bireylerin hedeflerinin içeriğini belirlemektir. İkincisi ise bireylerden hedefleriyle bağlantılı bazı değerlendirmeler yapmalarını istemektir. Bu değerlendirmeler hedefin önemi, zorluğu, hedefe ulaşmanın ne kadar stres verici olduğu, hedef için harcanan çaba gibi farklı pek çok boyutta olabilmektedir. Bu görüşle tutarlı olarak alan yazındaki çalışmaların bir kısmında hedeflerin içeriğine; daha sınırlı sayıdaki araştırmada ise hedefin içeriğine ek olarak hedeflerle bağlantılı yapılan değerlendirmelere odaklanıldığı görülmektedir (ör. Nurmi ve ark., 2002; Salmela-Aro ve Suikkari, 2008; Vasalampi ve ark., 2009). Yapılan bir çalışma kapsamında katılımcılardan iş yaşamlarıyla ilgili bir hedef yazmaları istenmiş; sonrasında bu hedefe ilişkin değerlendirmeleri ile çalışma durumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar işle ilgili hedefini daha önemsiz olarak gören katılımcıların daha sıklıkla işsiz kaldıkları veya aldıkları eğitimle ilgili olmayan bir işte çalıştıklarına işaret etmektedir (Nurmi ve ark., 2002). Örnekten de anlaşılacağı gibi,

hedefin içeriği ve hedefle ilgili yapılan değerlendirmelerin bir arada ele alınması, hedeflerin bireylerin yaşamları üzerindeki rolüne ilişkin daha detaylı bilgiler sağlamaktadır. Mevcut araştırma kapsamında her iki yöntem de benimsenmiş; katılımcılara ilk olarak gelecekte gerçekleştirmeyi planladıkları en önemli hedefleri sorulmuş; sonrasında ise bu hedefle bağlantılı bazı değerlendirmeler (ör. hedefin önemi, elde edilebilirliği, hedefe ulaşma konusunda ne kadar ilerleme kaydedildiği) yapmaları istenmiştir. Hedeflerinin değerlendirilmesi sürecinde ilgili yazında önerilen iki yöntemin de tercih edilmiş olmasının araştırmanın bir diğer güçlü yanı olduğu düşünülmektedir.

İlgili yazında konuyla ilgili yürütülen çalışmalarda, bireylerin hedeflerinin içerik analizi yöntemiyle değerlendirildiği görülmektedir (ör. Dietrich ve Salmela-Aro, 2013; Kiuru ve ark., 2009; Nurmi ve Salmela-Aro, 2002; Salmela-Aro ve ark., 2007; Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a; Vasalampi ve ark., 2009). Sözü edilen çalışmalarda bağımsız gözlemciler, katılımcılar tarafından belirtilen hedefleri var olan kategorilere (Little, 1983) atamışlardır. Bu çalışma kapsamında ise niteliksel veri analizi yöntemi tercih edilmiş; yöntemin doğasına uygun olarak hedeflerle ilgili ayrıntılı bir değerlendirmeye gidilmiştir. Hedeflerin ilgili kategorilere atanması sürecinde bireylerin diğer açık uçlu sorulara verdikleri cevaplar ve demografik özellikleri de (ör. bireyin yaşı, eğitim düzeyi) dikkate alınmıştır. Kimi zaman katılımcılardan bir kısmının sorulara tek bir kelime veya ifade ile yanıt verdikleri görülmüş; bu tür durumlarda ilgili kişilerin uygulama materyallerine tekrar dönülerek, derinlemesine bir incelenmeyle kategorilere atama işlemi gerçekleştirilmiştir. Bireylerin hedefleriyle ilgili verdikleri cevapların heterojenliği (Ranta ve ark., 2014) göz önünde bulundurulduğunda, araştırmanın sağlıklı bir şekilde ilerleyebilmesi için kodlama sürecinin önemi ortadadır. Bu kapsamda başta bireylerin hedefleri olmak üzere diğer açık uçlu soruların da niteliksel veri analizi yöntemiyle değerlendirilmesinin, çalışmada göz ardı edilmemesi gereken bir nokta olduğu düşünülmektedir.

Alan yazında konuyla ilgili yapılan çalışmaların büyük bir kısmı bir Kuzey Avrupa ülkesi olan Finlandiya'da yürütülmektedir (bk. Finnish Educational Transitions (FinEdu) Studies). Bilindiği gibi Finlandiya dünyanın en zengin ülkelerinden biridir. Yaşam boyu

motivasyon modeli kapsamında (Nurmi, 2004; Salmela-Aro, 2009) bireylerin kendi gelişimlerine yön veren bir çevre içerisinde büyüdüğü ve pek çok sosyokültürel faktörün (ör. kültürel inançlar, okul ve eğitim sistemi gibi kurumsal yapılar vb.) bireyler için bir **“fırsat alanı”** yaratıp onların düşünce ve davranışlarını etkileyebileceği ifade edilmektedir. Bir başka ifadeyle, farklı yerlerde (ör. ülkelerde) yaşayan bireyler, bir hedefe ulaşma sürecinde aynı fırsatlara sahip olmayabilir veya farklı engellerle karşılaşabilirler. Bu noktadan hareketle farklı ülkelerde konuyla ilgili çalışmaların yapılmasının oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Bilindiği kadarıyla, ülkemizde gelişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde yetişkinlik dönemindeki bireylerin hedeflerinin değerlendirildiği yalnızca bir çalışma bulunmaktadır (bk. Uçanok, 2004). Sözü edilen çalışmada genç yetişkinlik, orta yaşlılık ve yaşlılık olmak üzere üç ayrı dönemdeki bireylerin gelişimsel hedefleri incelenmiştir. İlgili araştırma 20-75 yaşları arasındaki bireyleri kapsamakta ve yaşla bağlantılı hedeflerde ortaya çıkan değişime ilişkin önemli bilgiler sunmaktadır. Çalışmanın genç yetişkinlik dönemiyle ilgili bulguları, 20 ile 35 yaşları arasındaki bireylerin gelecekteki beş ile on yıllık dönemde en çok meslek yaşamı ile ilgili hedeflere ulaşmak istediklerine işaret etmektedir. Bu hedefleri, aile ve ekonomik konular ile ilgili hedeflerin izlediği görülmüştür. Çalışma kapsamında ayrıca, genç yetişkinlerin belirttikleri hedeflerin kayıptan kaçınma yerine, kazanç elde etmeye yönelik olduğu da ortaya konulmuştur. Mevcut çalışmada elde edilen bulguların, söz konusu çalışmanın bulgularıyla büyük ölçüde örtüştüğü düşünülmektedir. Her iki çalışmadan elde edilen sonuçlar, bireylerin içinde buldukları gelişimsel döneme uygun hedefler belirlediklerine işaret etmektedir. Bununla birlikte, genç yetişkinlik döneminde eğitimini tamamlama, meslek sahibi olma, ekonomik bağımsızlığını kazanma, evlenme ve çocuk sahibi olma gibi hedeflerin önem kazandığı görülmektedir. Her iki çalışmadan elde edilen verilerin konuyla ilgili ülkemizde yapılacak çalışmalar için yol gösterici olabileceğine inanılmaktadır.

Bireylerin başarılı bir gelişim sergilemelerine katkı sağlayan başlıca faktörlerin belirlenmesi, pek çok müdahale çalışmasına zemin oluşturması açısından oldukça önemlidir (ör. Morisano, Hirsh, Peterson, Pihl ve Shore, 2010; Salmela-Aro ve ark., 2010; Taner, 2006). Bu çerçevede çalışmadan elde edilen sonuçların genç bireylerin yaşamlarına başarılı bir biçimde yön vermelerini sağlamak amacıyla oluşturulacak pek

çok müdahale programına destek sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu kapsamda genç bireylerin kendi yeteneklerini ve içinde buldukları yaşam koşullarının onlara sunduğu olanakları ya da fırsatları aynı zamanda sınırlamaları göz önünde bulundurarak, istek ve ilgilerine uygun ve ulaşılabilir hedefler belirlemelerine ve iyilik hallerine olumlu yönde katkı yapabilmelerine yardımcı olacak rehberlik hizmetlerinin geliştirilebileceği düşünülmektedir.

#### 4.2.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Hatırlanacağı gibi, çalışma kapsamında katılımcılara gelecekte gerçekleştirmeyi planladıkları en önemli hedeflerinin ne olduğu sorulmuş ve kendilerinden tek bir hedef yazmaları istenmiştir. Ancak bireylerin aynı anda birden fazla hedefe sahip olabildikleri; bu hedeflerden biri veya birkaçının diğerinin elde edilmesini hızlandırabildiği / kolaylaştırabildiği veya zorlaştırabildiği bilinmektedir (Little, 1983). Belirli bir türde hedef belirleme ve iyilik hali arasındaki ilişkide sahip olunan diğer hedeflerin düzenleyici bir rol oynayabileceği de ifade edilmektedir (ör. Salmela-Aro ve ark., 2012). Bu kapsamda hem hedeflerin birbirleriyle olan etkileşimlerinin görülebilmesi hem de belirli bir türde hedef belirleme ile iyilik hali arasındaki ilişkiye dair yapılan değerlendirmelerde daha sağlıklı sonuçlara ulaşılabilmesi amacıyla var olan diğer hedeflerin de ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer sınırlılığı, hedefle bağlantılı yapılan değerlendirmelerin sayıca az olması ve her bir boyutun tek bir madde ile değerlendirilmesidir. Bunun yerine, farklı boyutlar bir araya getirilerek daha güvenilir ölçümler elde edilebilir. Örneğin, hedefle ilgili *olumlu duyguları* tek bir soru ile değerlendirmek yerine; katılımcılardan hedefin ne kadar stres verici ve zor olduğunu, bireyde ne ölçüde olumlu ve olumsuz duygular uyandırdığını değerlendirmeleri istenebilir (ör. Nurmi ve ark., 2002). Bu kapsamda ileriki araştırmalarda hedefle bağlantılı yapılan değerlendirmelerin daha da zenginleştirilmesinin yararlı olacağına inanılmaktadır.

Üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada, bireylerin kendilerini değiştirme çabaları (bu yöndeki hedefleri) incelenmiş ve bu süreçte kendilik kavramının önemine dikkat çekilmiştir (Kiecolt ve Mabry, 2000). Örneğin, bireylerin kendilerini



değiştirmede ne kadar başarılı olacaklarına yönelik algıları, öz yeterlik ve kendilik değeri gibi kavramlarla ilişkili bulunmuştur. Hatırlanacağı gibi, bu çalışma kapsamında bireylerden hedefleriyle ilgili pek çok değerlendirme yapmaları istenmiş; hedefle ilgili değerlendirmelerden özellikle *hedefin elde edilebileceğine dair inancın* bireyin iyilik hali açısından önemi ortaya konmuştur. Bu noktadan hareketle, ileride yapılacak çalışmalarda, özellikle hedefin birey tarafından ne ölçüde elde edilebilir / ulaşılabilir, zor veya stres verici algılandığına yönelik yapılan değerlendirmeler ile öz yeterlik ve kendilik değeri gibi kavramlar arasındaki ilişkilerin incelenmesinin önemli olacağı düşünülmektedir.

Beliren yetişkinlik dönemi üzerine yapılan çalışmaların çoğunlukla lisans ve lisansüstü eğitime devam eden bireyler üzerinde yürütüldüğü görülmüştür. Bu çalışmalar yükseköğrenime devam edemeyen bireylerin yaşamlarıyla ilgili bilgi sağlama potansiyelinden uzaktır. Bilindiği gibi ülkemizde genç bireylerin eğitim yaşantıları içerisinde karşılaşılabilecekleri en önemli engeller, Yükseköğretime Geçiş Sınavı (YGS) ve Lisans Yerleştirme Sınavıdır (LYS). Bu sınavlarda hedeflediği başarıyı elde edemeyen pek çok birey eğitim yaşantılarıyla ilgili olarak hedeflerini yeniden gözden geçirmek veya hedeflerinden vazgeçmek durumunda kalabilmektedir. Yaşam koşulları farklı olan bu bireylerin gelişimsel düzenleme süreçlerinin anlaşılmasının ise oldukça önemli olacağı düşünülmektedir. Bu önemden hareketle, çalışma kapsamında yükseköğrenime devam etmeyen bireylere de ulaşılması hedeflenmiş; ancak, veri toplama sürecinde karşılaşılan bazı güçlükler (ör. uygulama materyalinin eksiksiz ve doğru bir şekilde doldurulamaması, materyalin uzunluğu vb.) sebebiyle bu bireyler örnekleme yeterince temsil edilememiştir. Bu kapsamda ileride yapılacak çalışmalarda, yükseköğrenime devam edemeyen ya da tercihi bu yönde olmayan daha çok bireye ulaşılmasının oldukça önemli olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın bir diğer kısıtlılığı ise, enlemesine kesitsel bir desenle araştırma sorularına cevap aranmış olmasıdır. Yapılacak boylamsal çalışmalarla, hedefin veya hedef yönelimlerinin nasıl oluştuğu ve hedeflerin içeriğinde zamanla meydana gelen değişim gelişimsel olarak değerlendirilebilir. Ek olarak, yapılacak boylamsal çalışmalar

hedefler ve hedeflerle ilgili yapılan değerlendirmeler ile iyilik hali arasındaki ilişkinin yönünün net bir şekilde ortaya konmasına katkı sağlayabilir.

#### 4.2.5. Sonuç

Hatırlanacağı gibi araştırmanın temel amacı, gelişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde beliren yetişkinlik dönemini, hedef belirleme perspektifinden incelemektir. Bu kapsamda beliren yetişkinlik döneminde hedefler, hedeflerin belirlenmesinde etkili olan faktörler, belirlenen hedeflerle bağlantılı yapılan değerlendirmeler, yakın çevredeki bireylerin bu süreçteki rolü ve iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu doğrultuda katılımcılara yaşamlarındaki hedefleri ve bu hedeflere yönelik değerlendirmelerini içeren bazı sorular sorulmuş; katılımcıların hem gelecekteki hem de geçmişteki hedefleri değerlendirilmiştir.

Elde edilen sonuçlar, bireylerin yaşlarına uygun, içinde buldukları yaşam döneminin gelişimsel görevlerini yansıtan hedeflere sahip olduklarına işaret etmektedir. Yapılan nitel veri analizi sonucunda beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik en çok *meslek*, *eğitim* ve *aile yaşamı* ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Geçmişteki hedefler incelendiğinde ise beliren yetişkinlerin bir önceki gelişim döneminde en çok *eğitim* ve *meslek yaşamıyla* ilgili hedeflere sahip oldukları görülmüştür. Elde edilen sonuçlar, 18 ile 30 yaş arasındaki bireylerin gelecekteki beş yıllık dönemde en çok meslek yaşamı ile ilgili hedeflere ulaşmak istediklerine işaret etmektedir. İlgili soruya verilen yanıtlar ayrıntılı bir biçimde incelendiğinde, genç bireylerin içinde buldukları yaşam döneminde belirli bir meslek sahibi olma, mesleki başarı elde etme ve kariyer planlarını gerçekleştirmeye yönelik hedefler belirledikleri görülmüştür. Eğitim yaşamıyla ilgili hedefler ayrıntılı bir biçimde incelendiğinde ise bireylerin lisans eğitimini başarılı bir şekilde tamamlama ve lisansüstü düzeyde eğitime devam etme yönünde pek çok hedefe sahip oldukları görülmüştür. Tüm bu sonuçlar, genç bireylerin profesyonel bir meslek edinmeye ve eğitimlerini daha ileri seviyelere taşımaya yönelik yüksek bir motivasyona sahip olduklarına işaret etmektedir. Bununla birlikte elde edilen sonuçlar, bireylerin ideallerindeki işe yerleşebilme ve yaşamlarını diledikleri gibi şekillendirebilme konusunda bir takım endişelere sahip oldukları ve bu yönde yoğun bir

çaba harcadıkları şeklinde de değerlendirilebilir. Ülkemiz koşulları düşünüldüğünde üniversite eğitimini yeni tamamlamış bir bireyin iş bulabilmesi için önünde birçok engel (ör. iş deneyimi, mezun olduğu üniversite) bulunmaktadır. Buna ek olarak bireyler aday sayısı her geçen yıl artan pek çok sınava hazırlanmak durumunda da kalabilmektedir. TÜİK işgücü istatistikleri 2016 yılı Ocak ayı sonuçlarına göre, Türkiye genelinde genel işsizlik oranı %11 seviyesinde gerçekleşmiştir. 15-24 yaş grubunu içeren genç işsizlik oranı ise %19 olarak belirlenmiştir. Tüm bu veriler göz önünde bulundurulduğunda, içinde bulunulan yaşam döneminde belirli bir meslek sahibi olma, mesleki başarı elde etme, kariyer planlarını gerçekleştirme, lisans eğitimi başarılı bir şekilde tamamlama ve lisansüstü düzeyde eğitime devam etmeyi planlama yönündeki hedeflerin daha öncelikli yer alması beklendiği bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Mevcut araştırma kapsamında birey düzeyinde hedeflerde meydana gelen değişim ortaya konulmamakla birlikte, çalışmanın ergenlikten beliren yetişkinliğe *hedeflerin içeriğinde* meydana gelen değişime dair önemli ipuçları sunduğu düşünülmektedir. Buna göre, geçmişteki hedeflerde ilk sırayı eğitim, ikinci sırayı meslekle ilgili hedefler alırken; gelecekteki hedeflerde tam tersi bir sıralamanın varlığı dikkat çekmektedir. Ergenlikten beliren yetişkinlik yıllarına aile ile ilgili hedeflerde bir artış olduğu da görülmektedir. Bu sonuçlar, yaşla birlikte eğitim ile ilgili hedeflere olan ilginin azaldığına ve içinde bulunulan gelişimsel dönemin taleplerine uygun biçimde bireylerin meslek ve aile yaşamlarıyla ilgili hedeflere yönelmeye başladıklarına işaret etmektedir.

Yapılan değerlendirmeler sonucunda, bireylerin büyük ölçüde kendi ilgi alanları doğrultusunda hedeflerini şekillendirdikleri, keyif aldıkları alanlara yöneldikleri ve yaşamlarındaki idealleriyle uyumlu tercihler yaptıkları ortaya konulmuştur. Bununla birlikte, bireylerin içinde yaşadıkları ülkeye özgü şartları göz önünde bulundurarak hedeflerini belirledikleri ve yaşamlarına yön verdikleri de anlaşılmaktadır.

Hedefe ulaşma sürecinde engellerle karşılaşmaları durumunda, bireylerin hedeflerinden hemen vazgeçmedikleri, büyük ölçüde belirledikleri o hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam ettikleri görülmüştür. Belirlenen hedefe ulaşmak için zorluklarla mücadele etme, yeni beceriler kazanma, yeni yöntemlere başvurma ve zorluk çekilen

konuda tecrübe sahibi kişilere danışıp onlardan yardım alma gibi hedefle olan zihinsel bağın sürdürülmesine katkı sağlayan stratejileri daha çok kullandıkları ortaya konulmuştur.

Bireyler belirledikleri hedefin oldukça önemli olduğunu ve bu hedefe büyük ölçüde ulaşabileceklerini düşünmektedir. Ayrıca belirlenen hedef bireyde olumlu duygular uyandırmaktadır. Hedefle ilgili olumlu değerlendirmelerin bireyin iyilik haline olumlu yönde katkı yaptığı; hedefle ilgili değerlendirmelerin olumsuz olmasının ise bireyin uyumu açısından risk oluşturabileceği söylenebilir. Bununla birlikte elde edilen sonuçlar, özellikle ulaşılabilir bir hedefe sahip olmanın bireyin iyilik hali açısından önemine işaret etmektedir.

Yapılan değerlendirmeler beliren yetişkinlerin çoğunun ergenlik döneminde belirledikleri hedefe ulaştıklarına işaret etmektedir. Geçmişte belirtilen hedeflerin büyük çoğunluğunun eğitim yaşamı ile ilgili olduğu düşünüldüğünde, katılımcıların içinde buldukları gelişimsel dönemin en önemli görevlerinden birini karşıladıkları söylenebilir. Hedefe ulaşma konusunda daha fazla ilerleme kaydeden ve hedefini daha önemli olarak gören bireylerin *hedeften uzaklaşmak yerine hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam ettikleri* görülmüştür. Ayrıca, lise mezunu bireylerin, üniversiteyi bitirmiş ve belli bir alanda uzmanlaşmayı seçmiş bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıkları ve belirledikleri bu hedefe ulaşmak için daha fazla çaba harcadıkları ortaya konulmuştur. Gelir düzeyi düşük olan bireylerin ise yüksek olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıkları bulunmuştur.

Dört ayrı gelişimsel düzenleme modeline ait süreçlerin bir arada ele alındığı bu araştırmadan elde edilen sonuçlar, gelişimsel düzenleme modellerinin temel sayılıtlarını destekleyen bir örüntünün varlığına işaret etmektedir. Elde edilen sonuçlar toplu bir biçimde değerlendirildiğinde, genç bireylerin kendi gelişimlerini düzenlemede aktif bir rol oynadıkları ileri sürülebilir. Buna göre, bireyler hem içinde buldukları gelişimsel dönemin özelliklerine uygun bir biçimde hedeflerini belirlemede hem de belirledikleri bu hedeflere ulaşabilmek amacıyla sözü edilen modeller çerçevesinde öne sürülen pek çok stratejiyi aktif bir biçimde kullanmaktadır. Araştırmanın giriş bölümünde de ifade

edildiği gibi, hedef seçme, ancak seçtiğimiz hedefi elde etmek için çaba harcadığımız durumda uyum sağlayıcı bir süreçtir. Elde edilen bulgular bu görüşü desteklemekte, bireylerin belirledikleri bu hedeflere ulaşabilmek amacıyla yoğun bir çaba harcadıklarına; içinde buldukları gelişimsel dönemle uyumlu bir biçimde hedefle olan zihinsel bağın sürdürülmesine katkı sağlayan stratejilere sıklıkla başvurduklarına işaret etmektedir.

Bilindiği gibi, mevcut çalışma en az lise mezunu bireylerle yürütülmüştür. Ancak, örneklemin büyük bir kısmı üniversite eğitimine devam eden veya üniversite eğitimini tamamlamış bireylerden oluşmaktadır. Katılımcıların anne ve babalarının çoğunun yükseköğrenime devam etmediği; bununla birlikte, temel düzeyde eğitim aldıkları bilinmektedir. Bu kapsamda hedefler açısından elde edilen sonuçların örneklemin özellikleri göz önünde bulundurularak bir kez daha değerlendirilmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Daha önce de ifade edildiği gibi, bireylerin eğitim yaşantıları bağlamında kendilerini daha da geliştirme ve ileriye götürme amacı taşıdıkları pek çok hedefe sahip oldukları görülmüştür. Bireyler, büyük ölçüde lisansüstü düzeyde de eğitimlerine devam etmeyi planladıklarını belirtmişlerdir. Buna ek olarak, genç bireylerin ideallerindeki mesleğe sahip olmak, kariyer planlarını gerçekleştirmek ve meslek yaşamlarında iyi yerlere gelmek yönünde birçok hedefi bulunmaktadır. Bu doğrultuda, araştırmanın kırsal kesimde yaşayan, anne ve babası okuma-yazma bilmeyen ve daha düşük sosyoekonomik düzeyden gelen genç bireylerle yürütülmesi durumunda, belirtilen *hedeflerin niteliği* açısından bazı farklılıkların ortaya çıkabileceği; sözü edilen bireylerin eğitimlerini hangi aşamaya kadar sürdürecekleri, hangi mesleği tercih edecekleri, kısaca yaşamlarına nasıl yön verecekleri konusundaki tercihlerinin farklılaşabileceği düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçların genç bireylerin yaşamlarına başarılı bir biçimde yön vermelerini sağlamak amacıyla oluşturulacak pek çok müdahale programına destek sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu kapsamda, genç bireylerin içinde buldukları yaşam koşullarının onlara sunduğu olanakları ve sınırlamaları göz önünde bulundurarak, kendi istek ve değerleri doğrultusunda ulaşılabilir hedefler

belirlemelerine yardımcı olacak rehberlik hizmetlerinin geliştirilmesinin oldukça önemli olacağı ifade edilebilir.

## KAYNAKÇA

- Arnett, J. J. (1994). Are college students adults? Their conceptions of the transition to adulthood. *Journal of Adult Development*, 1(4), 213-224.
- Arnett, J. J. (1997). Young people's conceptions of the transition to adulthood. *Youth & Society*, 29(1), 3-23.
- 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. (2001). Conceptions of the transition to adulthood from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development*, 8(2), 133-143.
- Arnett, J. J. (2003). Conceptions of the transition to adulthood among emerging adults in American ethnic groups. *New Directions in Child and Adolescent Development*, 100, 63-75.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press, New York.
- Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 235-254.
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood in Europe: A response to Bynner. *Journal of Youth Studies*, 9(1), 111-123.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73.

- Arnett, J. J. (2009). Handbook of youth and young adulthood. In A. Furlong (Ed.), *The emergence of 'emerging adulthood': The new life stage between adolescence and young adulthood* (pp. 39-45). London and New York: Routledge, Taylor & Francis Group.
- Arnett, J. J. ve Eisenberg, N. (2007). Introduction to the special section: Emerging adulthood around the world. *Child Development Perspectives*, 1(2), 66-67.
- Atak, H. (2005). *Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Atak, H. (2009). Big five traits and loneliness among Turkish emerging adults. *International Journal of Psychological and Behavioral Sciences*, 1(2), 124-128.
- Atak, H. ve Çok, F. (2008). The Turkish version of inventory of the dimensions of emerging adulthood (The IDEA). *International Journal of Humanities and Social Sciences*, 3(7), 148-154.
- Atak, H. ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Atak, H., Kapçı, E. G., ve Çok, F. (2013). Yetişkinliğe geçişte bireyleşme türleri ve kimlik statüleri: Üniversite öğrencileri ve "unutulan yarı". *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 16(2), 71-82.
- Atak, H. ve Taştan, N. (2012). Agency in the emerging adulthood period: An introductory study in Turkey. *European Journal of Social Sciences*, 32(1), 97-107.
- Austin, J. T. ve Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, 120(3), 338-375.



- Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny: Selection, optimization and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist*, 52(4), 366–380.
- Baltes, P. B. ve Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences* (pp. 1-34). New York: Cambridge University Press.
- Barrera Jr, M. ve Garrison-Jones, C. (1992). Family and peer social support as specific correlates of adolescent depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 20(1), 1-16.
- Boerner, K. ve Jopp, D. (2007). Improvement/maintenance and reorientation as central features of coping with major life change and loss: Contributions of three life-span theories. *Human Development*, 50(4), 171-195.
- Box, G. E. P. ve Cox, D. R. (1964). An analysis of transformations. *Journal of the Royal Statistical Society, Series B (Methodological)*, 26, 211-252.
- Brandtstädter, J. (1989). Personal self-regulation of development: Cross-sequential analyses of development-related control beliefs and emotions. *Developmental Psychology*, 25(1), 96-108.
- Brandtstädter, J. (2006). Adaptive resources in later life: Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology* (pp. 143-164). New York, NY: Oxford University Press.
- Brandtstädter, J. (2009). Goal pursuit and goal adjustment: Self-regulation and intentional self-development in changing developmental contexts. *Advances in Life Course Research*, 14(1), 52-62. doi:10.1016/j.alcr.2009.03.002.

- Brandtstädter, J. ve Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging*, 5(1), 58-67.
- Brandtstädter, J. ve Rothermund, K. (2002). The life-course dynamics of goal pursuit and goal adjustment: A two-process framework. *Developmental Review*, 22(1), 117-150. doi:10.1006/drev.2001.0539.
- Brunstein, J. C. (1993). Personal goals and subjective well-being: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(5), 1061-1070.
- Bülbül, S. (2006). Üç boyutlu çapraz tablolarda logaritmik doğrusal analiz: Çocuk işgücü değişkenleri arasındaki etkileşimler. *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 25(2), 41-70.
- Cantor, N., Norem, J. K., Niedenthal, P. M., Langston, C. A., ve Brower, A. M. (1987). Life tasks, self-concept ideals, and cognitive strategies in a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(6), 1178-1191.
- Cheah, C. ve Nelson, L. (2004). The role of acculturation in the emerging adulthood of aboriginal college students. *International Journal of Behavioral Development*, 28(6), 495-507.
- Çok, F. ve Atak, H. (2015). Emerging adulthood in Turkey: Does it (yet) exist? *The Online Journal of Counseling and Education*, 4(3), 46-75.
- Çuhadaroğlu, F (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dag, O., Asar, O., ve İlk, O. (2014). A methodology to implement Box-Cox transformation when no covariate is available. *Communications in Statistics-Simulation and Computation*, 43(7), 1740-1759.

- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7, 14-18.
- Derogatis, L. R. (1992). *The Brief Symptom Inventory (BSI), Administration, Scoring and Procedures Manual = II*. Clinical Psychometric Research Inc.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Dietrich, J., Jokisaari, M., ve Nurmi, J. E. (2012). Work-related goal appraisals and stress during the transition from education to work. *Journal of Vocational Behavior*, 80(1), 82-92.
- Dietrich, J., Parker, P., ve Salmela-Aro, K. (2012). Phase-adequate engagement at the post-school transition. *Developmental Psychology*, 48(6), 1575-1593.
- Dietrich, J. ve Salmela-Aro, K. (2013). Parental involvement and adolescents' career goal pursuit during the post-school transition. *Journal of Adolescence* 36(1), 121-128.
- Dietrich, J., Shulman, S., ve Nurmi, J. E. (2013). Goal pursuit in young adulthood: The role of personality and motivation in goal appraisal trajectories across 6 years. *Journal of Research in Personality*, 47(6), 728-737.
- Doğan, A. ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren yetişkinlik: Ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14(28), 11-21.
- Douglass, C. B. (2007). From duty to desire: Emerging adulthood in Europe and its consequences. *Child Development Perspectives*, 1(2), 101-108.

- Durak, M., Senol-Durak, E., ve Gencoz, T. (2010). Psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults. *Social Indicators Research*, 99(3), 413-429.
- Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(5), 1058-1068.
- Emmons, R. A. (1991). Personal strivings, daily life events, and psychological and physical well-being. *Journal of Personality*, 59(3), 453-472.
- Emmons, R. A. (1996). Striving and feeling: Personal goals and subjective well-being. In P. M. Gollwitzer & J. A. Bargh (Eds.), *The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior* (pp. 313-337). New York: Guilford Press.
- Emmons, R. A. ve King, L. A. (1988). Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1040-1048.
- Facio, A. ve Micocci, F. (2003). Emerging adulthood in Argentina. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 100, 21-31.
- Facio, A. ve Resett, S. (2014). Work, romantic relationships, and life satisfaction in Argentinean emerging adults. *Emerging Adulthood*, 2(1), 27-35.  
doi: 10.1177/2167696813515854
- Facio, A., Resett, S., Micocci, F., ve Mistrorigo, C. (2007). Emerging adulthood in Argentina: An age of diversity and possibilities. *Child Development Perspectives*, 1(2), 115-118.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (4th ed.). London: Sage.

- Freund, A. M. (2008). Successful aging as management of resources: The role of selection, optimization, and compensation. *Research in Human Development*, 5(2), 94-106.
- Freund, A. M. ve Baltes, P. B. (1998). Selection, optimization, and compensation as strategies of life management: Correlations with subjective indicators of successful aging. *Psychology and Aging*, 13(4), 531-543.
- Freund, A. M. ve Baltes, P. B. (2002). Life-management strategies of selection, optimization and compensation: Measurement by self-report and construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 642-662.
- Fuligni, A. J. (2007). Family obligation, college enrollment, and emerging adulthood in Asian and Latin American families. *Child Development Perspectives*, 1(2), 96-100.
- Galambos, N. L., Barker, E. T., ve Krahn, H. J. (2006). Depression, anger, and self-esteem in emerging adulthood: Seven-year trajectories. *Developmental Psychology*, 42(2), 350-365.
- Galambos, N. L. ve Martínez, M. L. (2007). Poised for emerging adulthood in Latin America: A pleasure for the privileged. *Child Development Perspectives*, 1(2), 109-114.
- Haase, C. M., Heckhausen, J., ve Köller, O. (2008). Goal engagement during the school–work transition: Beneficial for all, particularly for girls. *Journal of Research on Adolescence*, 18(4), 671-698.
- Haase, C. M., Heckhausen, J., ve Wrosch, C. (2013). Developmental regulation across the life span: Toward a new synthesis. *Developmental Psychology*. 49(5), 964-972. doi: 10.1037/a0029231.

- Havighurst, R. J. (1948). *Developmental tasks and education* (3rd ed.). New York: McKay.
- Heckhausen, J. (1997). Developmental regulation across adulthood: Primary and secondary control of age-related challenges. *Developmental Psychology*, 33(1), 176-187.
- Heckhausen, J. (1999). *Developmental regulation in adulthood: Age-normative and sociostructural constraints as adaptive challenges*. New York, NJ: Cambridge University Press.
- Heckhausen, J. ve Schulz, R. (1993). Optimization by selection and compensation: Balancing primary and secondary control in life span development. *International Journal of Behavioral Development*, 16(2), 287-303.
- Heckhausen, J. ve Schulz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review*, 102(2), 284-304.
- Heckhausen, J., Schulz, R., ve Wrosch, C. (1998). *Developmental regulation in adulthood: Optimization in primary and secondary control*. Manuscript submitted for publication, Max Planck Institute for Human Development, Berlin.
- Heckhausen, J., Wrosch, C., ve Fleeson, W. (2001). Developmental regulation before and after a developmental deadline: The sample case of “biological clock” for child-bearing. *Psychology and Aging*, 16(3), 400-413.
- Heckhausen, J., Wrosch, C., ve Schulz, R. (2010). A motivational theory of life-span development. *Psychological Review*, 117(1), 32-60.
- Helsen, M., Vollebergh, W., ve Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(3), 319-335.

- Henselmans, I., Fleer, J., van Sonderen, E., Smink, A., Sanderman, R., ve Ranchor, A. V. (2011). The tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment scales: A validation study. *Psychology and Aging*, 26(1), 174-180.
- Howard, A. L., Galambos, N. L., ve Krahn, H. J. (2010). Paths to success in young adulthood from mental health and life transitions in emerging adulthood. *International Journal of Behavioral Development*, 34(6), 538-546.
- Hu, L. T. ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
- Jeansonne, A. (2002). *Loglinear models*.  
<http://userwww.sfsu.edu/efc/classes/biol710/loglinear/Log%20Linear%20Model%20s.htm> adresinden erişilmiştir.
- Jöreskog, K. G. ve Sörbom, D. (2003). *LISREL 8.54 for Windows [Computer Software]*. Lincolnwood, IL: Scientific Software International, Inc.
- Kındap, Y. (2011). *Kendini Belirleme Kuramı temelinde ergenlikte destekleyici ebeveynlik, akademik ve sosyal uyum ve kendini belirleme düzeyi arasındaki ilişkilerin boylamsal olarak incelenmesi*. (Yayınlanmamış doktora tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kiecolt, K. J. ve Mabry, J. B. (2000). Agency in young adulthood: Intentional self-change among college students. *Advances in Life Course Research*, 5, 181-205.
- Kiuru, N., Nurmi, J. E., Aunola, K., ve Salmela-Aro, K. (2009). The role of peer groups in adolescents' educational trajectories. *European Journal of Developmental Psychology*, 6(5), 521-547.

- Kiuru, N., Salmela-Aro, K., Nurmi, J. E., Zettergren, P., Andersson, H., ve Bergman, L. (2012). Best friends in adolescence show similar educational careers in early adulthood. *Journal of Applied Developmental Psychology, 33*(2), 102-111.
- Klug, H. J. ve Maier, G. W. (2015). Linking goal progress and subjective well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies, 16*(1), 37-65.
- Kypri, K., McCarthy, D. M., Coe, M. T., ve Brown, S. A. (2004). Transition to independent living and substance involvement of treated and high risk youth. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse, 13*(3), 85-100.
- Lerner, R. M. ve Busch-Rossnagel, N. (1981). *Individuals as producers of their development: A life-span perspective*. New York, NY: Academic Press.
- Liem, J. H., Lustig, K., ve Dillon, C. (2010). Depressive symptoms and life satisfaction among emerging adults: A comparison of high school dropouts and graduates. *Journal of Adult Development, 17*(1), 33-43.
- Little, B. R. (1983). Personal projects a rationale and method for investigation. *Environment and Behavior, 15*(3), 273-309.
- Little, B. R., Salmela-Aro, K. E., ve Phillips, S. D. (2007). *Personal project pursuit: Goals, action, and human flourishing*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- MacCallum, R. C., Browne, M. W., ve Sugawara, H. M. (1996). Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. *Psychological Methods, 1*(2), 130-149.
- Macek, P., Bejček, J., ve Vaníčková, J. (2007). Contemporary Czech emerging adults generation growing up in the period of social changes. *Journal of Adolescent Research, 22*(5), 444-475.



- Markus, H. ve Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41(9), 954-969.
- Martinen, E. ve Salmela-Aro, K. (2012). Personal goal orientations and subjective well-being of adolescents. *Japanese Psychological Research*, 54(3), 263-273.
- Mayseless, O. ve Scharf, M. (2003). What does it mean to be an adult? The Israeli experience. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 100, 5-20.
- Messersmith, E. E. ve Schulenberg, J. E. (2010). Goal attainment, goal striving, and well-being during the transition to adulthood: A ten-year U.S. national longitudinal study. In S. Shulman & J.-E. Nurmi (Eds.), *The role of goals in navigating individual lives during emerging adulthood*. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 130, 27-40.
- Milevsky, A. (2005). Compensatory patterns of sibling support in emerging adulthood: Variations in loneliness, self-esteem, depression and life satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(6), 743-755.
- Morisano, D., Hirsh, J. B., Peterson, J. B., Pihl, R. O., ve Shore, B. M. (2010). Setting, elaborating, and reflecting on personal goals improves academic performance. *Journal of Applied Psychology*, 95(2), 255-264.
- Morsünbül, Ü. (2013). Are they emerging adults or emerging adults who are university students? An investigation through risk taking and identity development. *Elementary Education Online*, 12(3), 873-885.
- Mueller, D. J. ve Kim, K. (2004). The Tenacious Goal Pursuit and Flexible Goal Adjustment Scales: Examination of their validity. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 120-142. doi:10.1177/0013164403258456.

- Murberg, T. A. ve Bru, E. (2004). School-related stress and psychosomatic symptoms among Norwegian adolescents. *School Psychology International*, 25(3), 317-332.
- Nelson, L. J. (2003). Rites of passage in emerging adulthood: Perspectives of young Mormons. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 100, 33-49.
- Nelson, L. J. (2009). An examination of emerging adulthood in Romanian college students. *International Journal of Behavioral Development*, 33(5), 402-411.
- Nelson, L. J., Badger, S., ve Wu, B. (2004). The influence of culture in emerging adulthood: Perspectives of Chinese college students. *International Journal of Behavioral Development*, 28(1), 26-36.
- Nelson, L. J. ve Barry, C. M. (2005). Distinguishing features of emerging adulthood the role of self-classification as an adult. *Journal of Adolescent Research*, 20(2), 242-262.
- Nelson, L. J. ve Chen, X. (2007). Emerging adulthood in China: The role of social and cultural factors. *Child Development Perspectives*, 1(2), 86-91.
- Neugarten, B. L., Moore, J. W., ve Lowe, J. C. (1965). Age norms, age constraints, and adult socialization. *American Journal of Sociology*, 70, 710-717.
- Nurmi, J. E. (1992). Age differences in adult life goals, concerns, and their temporal extension: A life course approach to future-oriented motivation. *International Journal of Behavioral Development*, 15(4), 487-508.
- Nurmi, J. E. (2004). Socialization and self-development: Channeling, selection, adjustment, and reflection. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 85-124). Hoboken, NJ: Wiley.

- Nurmi, J. E., Pulliainen, H., ve Salmela-Aro, K. (1992). Age differences in adults' control beliefs related to life goals and concerns. *Psychology and Aging*, 7(2), 194-196.
- Nurmi, J. E. ve Salmela-Aro, K. (2002). Goal construction, reconstruction and depressive symptoms in a life-span context: The transition from school to work. *Journal of Personality*, 70(3), 385-420.
- Nurmi, J. E. ve Salmela-Aro, K. (2006). What works makes you happy. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology* (pp. 182-199). New York, NY: Oxford University Press.
- Nurmi, J. E., Salmela-Aro, K., ve Aunola, K. (2009). Personal goal appraisals vary across both individuals and goal contents. *Personality and Individual Differences*, 47(5), 498-503.
- Nurmi, J. E., Salmela-Aro, K., ve Koivisto, P. (2002). Goal importance and related achievement beliefs and emotions during the transition from vocational school to work: Antecedents and consequences. *Journal of Vocational Behavior*, 60(2), 241-261.
- O'Connor, M., Sanson, A., Hawkins, M. T., Letcher, P., Toumbourou, J. W., Smart, D., Vassallo, S., ve Olsson, C. A. (2011). Predictors of positive development in emerging adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(7), 860-874.
- Özdamar, K. (1999). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi-1*. Eskişehir: Kaan Kitabevi.
- Özdikmenli-Demir, G. (2009). *Üniversite öğrencilerinin kimlik gelişiminde sosyal ve kimlik sermayelerinin rolü*. (Yayınlanmamış doktora tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Parmaksız, H. R. (2008). *Beliren yetişkinlikte kültürel etkinliklere katılım*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pekel-Uludağlı, N. ve Akbaş, G. (değerlendirmede). Young adults' perceptions of social clock and adulthood roles in the Turkish population. (Gönderilme Tarihi: 11.06.2016).
- Piko, B. (2000). Perceived social support from parents and peers: Which is the stronger predictor of adolescent substance use? *Substance Use & Misuse*, 35(4), 617-630.
- Poulin, M., Haase, C. M., ve Heckhausen, J. (2005). Engagement and disengagement across the life span: An analysis of two-process models of developmental regulation. In W. Greve, K. Rothermund, & D. Wentura (Eds.), *The Adaptive Self: Personal Continuity and Intentional Self-Development* (pp. 117–135). Gottingen/New York: Hogrefe.
- Ranta, M., Dietrich, J., ve Salmela-Aro, K. (2014). Career and romantic relationship goals and concerns during emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 2(1), 17-26.
- Ratelle, C. F., Simard, K., ve Guay, F. (2013). University students' subjective well-being: The role of autonomy support from parents, friends, and the romantic partner. *Journal of Happiness Studies*, 14(3), 893-910.
- Reifman, A., Colwell, M. J., ve Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: Theory, assessment and application. *Journal of Youth Development* 2(1), 1-12.
- Reynolds, J. R. ve Baird, C. L. (2010). Is there a downside to shooting for the stars? Unrealized educational expectations and symptoms of depression. *American Sociological Review*, 75(1), 151-172.

- Rindfuss, R. R. (1991). The young adult years: Diversity, structural change and fertility. *Demography*, 28(4), 493-512.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberger, N. (2007). Rethinking emerging adulthood in Japan: Perspectives from long-term single women. *Child Development Perspectives*, 1(2), 92-95.
- Ruehlman, L. S. ve Wolchik, S. A. (1988). Personal goals and interpersonal support and hindrance as factors in psychological distress and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(2), 293-301.
- Russell, D., Peplau, L. A., ve Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Salmela-Aro, K. (1992). Struggling with self: The personal projects of students seeking psychological counselling. *Scandinavian Journal of Psychology*, 33(4), 330-338.
- Salmela-Aro, K. (2009). Personal goals and well-being during critical life transitions: The four C's-Channeling, choice, co-agency and compensation. *Advances in Life Course Research*, 14, 63-73. doi:10.1016/j.alcr.2009.03.003.
- Salmela-Aro, K. (2010). Personal goals and well-being: How do young people navigate their lives? In S. Shulman & J.-E. Nurmi (Eds.), *The role of goals in navigating individual lives during emerging adulthood*. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 130, 13-26.
- Salmela-Aro, K., Aunola, K., ve Nurmi, J.-E. (2007). Personal goals during emerging adulthood: A 10-year follow-up. *Journal of Adolescent Research*, 22(6), 690-715.

- Salmela-Aro, K., Aunola, K., ve Nurmi, J. E. (2008). Trajectories of depressive symptoms during emerging adulthood: Antecedents and consequences. *European Journal of Developmental Psychology, 5*(4), 439-465.
- Salmela-Aro, K., Mutanen, P., Koivisto, P., ve Vuori, J. (2010). Adolescents' future education-related personal goals, concerns, and internal motivation during the "Towards Working Life" group intervention. *European Journal of Developmental Psychology, 7*(4), 445-462.
- Salmela-Aro, K. ve Nurmi, J. E. (1996). Depressive symptoms and personal project appraisals: A cross-lagged longitudinal study. *Personality and Individual Differences, 21*(3), 373-381.
- Salmela-Aro, K. ve Nurmi, J. E. (1997a). Goal contents, well-being, and life context during transition to university: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Development, 20*(3), 471-491.
- Salmela-Aro, K. ve Nurmi, J. E. (1997b). Personal project appraisals, academic achievement and related satisfaction: A prospective study. *European Journal of Psychology of Education, 12*(1), 77-88.
- Salmela-Aro, K. ve Nurmi, J. E. (1997c). Positive and negative self-related goals and subjective well-being: A prospective study. *Journal of Adult Development, 4*(3), 179-188.
- Salmela-Aro, K., Nurmi, J.-E., Saisto, T., ve Halmesmaki, E. (2000). Women's and men's personal goals during the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology, 14*(2), 171-186.

- Salmela-Aro, K., Nurmi, J.-E., Saisto, T., ve Halmesmäki, E. (2001). Goal reconstruction and depressive symptoms during the transition to motherhood: Evidence from two cross-lagged longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*(6), 1144-1159.
- Salmela-Aro, K., Nurmi, J. E., Saisto, T., ve Halmesmäki, E. (2010). Spousal support for personal goals and relationship satisfaction among women during the transition to parenthood. *International Journal of Behavioral Development, 34*(3) 229-237.
- Salmela-Aro, K., Pennanen, R., ve Nurmi, J. (2001). Self-focused goals: What they are, how they function, and how they relate to well-being. In P. Schmuck & K. Sheldon (Eds.), *Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving* (pp. 148-166). Gottingen, Germany: Hogrefe & Huber.
- Salmela-Aro, K., Read, S., Korhonen, T., Vuoksimaa, E., Rose, R. J., ve Kaprio, J. (2012). Young adults' developmental task-related goals modify the association between self-focused goals and depressive symptoms. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 4*(1), 106-125.
- Salmela-Aro, K., Read, S., Nurmi, J. E., Vuoksimaa, E., Siltala, M., Dick, D. M., Pulkkinen, L., Kaprio, J., ve Rose, R. J. (2012). Personal goals and personality traits among young adults: Genetic and environmental effects. *Journal of Research in Personality, 46*(3), 248-257.
- Salmela-Aro, K., Read, S., Vuoksimaa, E., Korhonen, T., Dick, D. M., Kaprio, J., ve Rose, R. J. (2014). Depressive symptoms and career-related goal appraisals: Genetic and environmental correlations and interactions. *Twin Research and Human Genetics, 17*(4), 236-243.

- Salmela-Aro, K. ve Suikkari, A. M. (2008). Letting go of your dreams-Adjustment of child-related goal appraisals and depressive symptoms during infertility treatment. *Journal of Research in Personality, 42*(4), 988-1003.
- Sayıl, M., Kumru, A., Bayraktar, F., Kındap, Y., ve Özdikmenli-Demir, G. (2008). *Çocukluktan yetişkinliğe geçiş sürecinde sosyal ilişkilerin niteliği ve karakter oluşumuyla ilişkisi*. (Proje No: 105K029). TÜBİTAK - SOBAG.
- Schulenberg, J. E., Bryant, A. L., ve O'malley, P. M. (2004). Taking hold of some kind of life: How developmental tasks relate to trajectories of well-being during the transition to adulthood. *Development and Psychopathology, 16*(4), 1119-1140.
- Schulz, R. ve Heckhausen, J. (1996). A life span model of successful aging. *American Psychologist, 51*(7), 702-714.
- Sirsch, U., Dreher, E., Mayr, E., ve Willinger, U. (2009). What does it take to be an adult in Austria? Views of adulthood in Australian adolescents, emerging adults and adults. *Journal of Adolescent Research, 24*, 275-292.
- Sharon, T. (2015). Constructing adulthood: Markers of adulthood and well-being among emerging adults. *Emerging Adulthood*. doi: 10.1177/2167696815579826
- Sheldon, K. M. (2008). Assessing the sustainability of goal-based changes in adjustment over a four-year period. *Journal of Research in Personality, 42*(1), 223-229.
- Shulman, S. ve Nurmi, J. E. (2010). Dynamics of goal pursuit and personality make-up among emerging adults: Typology, change over time, and adaptation. In S. Shulman & J.-E. Nurmi (Eds.), *The role of goals in navigating individual lives during emerging adulthood*. *New Directions for Child and Adolescent Development, 130*, 57-70.



- Skaletz, C. ve Seiffge-Krenke, I. (2010). Models of developmental regulation in emerging adulthood and links to symptomatology. In S. Shulman & J.-E. Nurmi (Eds.), *The role of goals in navigating individual lives during emerging adulthood. New Directions for Child and Adolescent Development, 130*, 71-82.
- Stauner, N. (2013). *Personal goal attainment, psychological well-being change, and meaning in life*. (Unpublished doctoral dissertation), University of California, Riverside, California.
- Stice, E., Ragan, J., ve Randall, P. (2004). Prospective relations between social support and depression: Differential direction of effects for parent and peer support? *Journal of Abnormal Psychology, 113*(1), 155-159.
- Sumner, R., Burrow, A. L., ve Hill, P. L. (2015). Identity and purpose as predictors of subjective well-being in emerging adulthood. *Emerging Adulthood, 3*, 46-54. doi: 10.1177/2167696814532796
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi, 14*(44), 35-60.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI): Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi, 9*(31), 44-56.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007), *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Tanner, J. (2006). Recentring during emerging adulthood: A critical turning point in life span human development. In J. Arnett & J. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 21-55). Washington, DC, US: American Psychological Association.

- Taylor, Z. E., Doane, L. D., ve Eisenberg, N. (2014). Transitioning from high school to college: Relations of social support, ego-resiliency, and maladjustment during emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 2(2), 105-115.
- Tucker, J. S., Ellickson, P. L., Orlando, M., Martino, S. C., ve Klein, D. J. (2005). Substance use trajectories from early adolescence to emerging adulthood: A comparison of smoking, binge drinking, and marijuana use. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 307-332.
- Tynkkyne, L., Dietrich, J., ve Salmela-Aro, K. (2014). Career goal-related success expectations across two educational transitions: A seven-year longitudinal study. *European Journal of Developmental Psychology*, 11(3), 356-372.
- Tynkkyne, L., Nurmi, J. E., ve Salmela-Aro, K. (2010). Career goal-related social ties during two educational transitions: Antecedents and consequences. *Journal of Vocational Behavior*, 76(3), 448-457.
- Uçanok, Z. (2001). *Gelişimsel düzenleme modeli çerçevesinde genç yetişkin, orta yaş ve yaşlılıkta kontrol stratejilerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış doktora tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Uçanok, Z. (2002a). Gelişimsel düzenleme modelinin psikometrik olarak incelenmesi. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi (3P)*, 10(2), 141-153.
- Uçanok, Z. (2002b). Gelişimsel düzenleme modeli: Yetişkinlikte kontrol stratejilerinin incelenmesi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 1-16.
- Uçanok, Z. (2004). Yetişkinlikten yaşlılığa doğru gelişimsel hedeflerde meydana gelen değişimler. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi (3P)*, 12(2), 109-116.

- Uno, M., Mortimer, J. T., Kim, M., ve Vuolo, M. (2010). "Holding on" or "coming to terms" with educational underachievement: A longitudinal study of ambition and attainment. In S. Shulman & J.-E. Nurmi (Eds.), *The role of goals in navigating individual lives during emerging adulthood. New Directions for Child and Adolescent Development, 130*, 41-56.
- Varjas, K., Nastasi, B. K., Moore, R. B., ve Jayasena, A. (2005). Using ethnographic methods for development of culture specific interventions. *Journal of School Psychology, 43*, 241-258. doi:10.1016/j.jsp.2005.04.006
- Vasalampi, K., Salmela-Aro, K., ve Nurmi, J. E. (2009). Adolescents' self-concordance, school engagement, and burnout predict their educational trajectories. *European Psychologist, 14*(4), 332-341.
- Vasalampi, K., Salmela-Aro, K., ve Nurmi, J. E. (2010). Education-related goal appraisals and self-esteem during the transition to secondary education: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Development, 34*(6), 481-490.
- Viglund, K., Al x, L., Jons n, E., Lundman, B., Norberg, A., Fischer, R. S., Strandberg, G., ve Nygren, B. (2013). Psychometric properties of the Swedish version of the selection, optimization, compensation questionnaire. *Scandinavian Journal of Caring Sciences, 27*(2), 460-467.
- Vural-Yüzbaşı, D. (2012). *Türkiye'de beliren yetişkinlik: Yetişkinlik kriterlerinin ve yetişkinlik stat lerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Wrosch, C., Heckhausen, J., ve Lachman, M. E. (2000). Primary and secondary control strategies for managing health and financial stress across adulthood. *Psychology and Aging, 15*(3), 387-399.

Yavuzer, H., Demir, İ., Meşeci, F., ve Sertelin, Ç. (2005). Günümüz gençliğinin gelecek beklentileri. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 93-103.

Zubaroglu, S. (2008). *Cultural influences on emerging adulthood: A comparison of European-American and Turkish young adults in their early and late twenties*. (Unpublished doctoral dissertation), The New School for Social Research of The New School.

## EKLER

## EK 1: Etik Kurul İzni



T.C.  
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
Genel Sekreterlik

Zehra Haca

Yazı İşleri Müdürlüğü

Sayı : 88600825 / 411-112

Konu :

14 Ocak 2014

## SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: 17.12.2013 tarih ve 6018 sayılı yazınız

Enstitünüz Psikoloji Anabilim Dalı Gelişim Psikolojisi Bilim Dalı doktora öğrencilerinden **Deniz KURT**'un **Prof. Dr. Zehra UÇANOK** danışmanlığında hazırladığı "**Gelişimsel Düzenleme Modelleri Çerçevesinde Beliren Yetişkinlerde Gelişimsel Hedefler ve İyilik Halinin İncelenmesi**" başlıklı tez çalışması Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonununun 24 Aralık 2013 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.



Prof. Dr. Ömer UĞUR  
Rektör a.  
Rektör Yardımcısı

Ek: Tutanak



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Tarih: 16.01.2014  
Sayı: 849

Hossein Bey

## EK 2: Orijinallik Raporu

 <div style="display: inline-block; vertical-align: middle; text-align: center;"> <p><b>HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ</b>  <b>NÜFUS ETÜTLERİ ENSTİTÜSÜ</b>  <b>YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU</b></p> </div>												
<p><b>HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ</b>  <b>NÜFUS ETÜTLERİ ENSTİTÜSÜ</b>  <b>PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA</b></p> <p style="text-align: right;">Tarih <u>30/06/2016</u></p>												
<p>Tez Başlığı / Konusu: Gelişimsel Düzenleme Modelleri Çerçevesinde Beliren Yetişkinlerde Gelişimsel Hedefler ve İyilik Halinin İncelenmesi</p> <p>Yukarıda başlığı/konusu gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam <u>264</u>.. sayfalık kısmına ilişkin, <u>29./06/2016</u> tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından <u>Turhan</u> adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % <u>3</u>. 'tür.</p> <p>Uygulanan filtrelemeler:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1- Kaynakça hariç</li> <li>2- Alıntılar hariç/dâhil</li> <li>3- 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç</li> </ol> <p>Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü Tez Çalışması Orjinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.</p> <p>Gereğini saygılarımla arz ederim.</p>												
<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 70%;"></td> <td style="text-align: right;">Tarih ve İmza</td> </tr> <tr> <td><b>Adı Soyadı:</b> Deniz KURT</td> <td style="text-align: right;"><u>30.06.2016</u></td> </tr> <tr> <td><b>Öğrenci No:</b> N10144514</td> <td style="text-align: right;"><u>D. Kurt</u></td> </tr> <tr> <td><b>Anabilim Dalı:</b> Psikoloji</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>Programı:</b> Gelişim Psikolojisi</td> <td></td> </tr> <tr> <td><b>Statüsü:</b> <input type="checkbox"/> Y.Lisans <input checked="" type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/> Bütünleşik Dr.</td> <td></td> </tr> </table>		Tarih ve İmza	<b>Adı Soyadı:</b> Deniz KURT	<u>30.06.2016</u>	<b>Öğrenci No:</b> N10144514	<u>D. Kurt</u>	<b>Anabilim Dalı:</b> Psikoloji		<b>Programı:</b> Gelişim Psikolojisi		<b>Statüsü:</b> <input type="checkbox"/> Y.Lisans <input checked="" type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/> Bütünleşik Dr.	
	Tarih ve İmza											
<b>Adı Soyadı:</b> Deniz KURT	<u>30.06.2016</u>											
<b>Öğrenci No:</b> N10144514	<u>D. Kurt</u>											
<b>Anabilim Dalı:</b> Psikoloji												
<b>Programı:</b> Gelişim Psikolojisi												
<b>Statüsü:</b> <input type="checkbox"/> Y.Lisans <input checked="" type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/> Bütünleşik Dr.												
<p><b><u>DANIŞMAN ONAYI</u></b></p> <p style="text-align: center;">UYGUNDUR.</p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">Prof. Dr. Zehra UÇANOK</p>												

## Originality Report

	<p><b>HACETTEPE UNIVERSITY</b>  <b>INSTITUTE OF POPULATION STUDIES</b>  <b>THESIS/DISSERTATION ORIGINALITY REPORT</b></p>
<p><b>HACETTEPE UNIVERSITY</b>  <b>INSTITUTE OF POPULATION STUDIES</b>  <b>TO THE DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY</b></p>	
<p>Date: <u>30/06/2016</u></p>	
<p>Thesis Title / Topic: <u>Developmental Regulation Models: An Investigation of Developmental Goals and Well-Being in Emerging Adulthood</u></p>	
<p>According to the originality report obtained by myself/my thesis advisor by using the <u>Turkmen</u> plagiarism detection software and by applying the filtering options stated below on <u>29/06/2016</u> for the total of <u>264</u> pages including the a) Title Page, b) Introduction, c) Main Chapters, and d) Conclusion sections of my thesis entitled as above, the similarity index of my thesis is <u>3</u> %.</p>	
<p>Filtering options applied:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bibliography/Works Cited excluded</li> <li>2. Quotes excluded</li> <li>3. Match size up to 5 words excluded</li> </ol>	
<p>I declare that I have carefully read Hacettepe University Institute of Population Studies Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.</p>	
<p>I respectfully submit this for approval.</p>	
<p><b>Name Surname:</b> <u>Deniz KURT</u></p> <p><b>Student No:</b> <u>N10144514</u></p> <p><b>Department:</b> <u>Psychology</u></p> <p><b>Program:</b> <u>Developmental Psychology</u></p> <p><b>Status:</b> <input type="checkbox"/> Masters <input checked="" type="checkbox"/> Ph.D. <input type="checkbox"/> Integrated Ph.D.</p>	<p>Date and Signature</p> <p><u>30.06.2016</u> <u>D. Kurt</u></p>
<p><b><u>ADVISOR APPROVAL</u></b></p> <p style="margin-top: 20px;">APPROVED.</p> <p style="text-align: center;"></p> <p style="text-align: center;">Prof. Dr. Zehra UÇANOK</p>	

**EK 3: Özgeçmiş****Kişisel Bilgiler**

Adı Soyadı: Deniz Kurt  
Doğum Yeri: Ankara

**Eğitim Durumu**

Lisans Öğrenimi: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Psikoloji Bölümü  
Yüksek Lisans Öğrenimi: Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji ABD, Gelişim Psikolojisi Bilim Dalı  
Bildiği Yabancı Diller: İngilizce  
Bilimsel Faaliyetleri: Makale, ulusal ve uluslararası bilimsel kongrelere panel, sözel bildiri ve poster ile katılımları bulunmaktadır.

**İş Deneyimi**

Projeler: Ana Baba Ergen İlişkilerinde Kontrol, Özerklik ve Çatışmanın Sosyal Alan Kuramı ve Sosyal Değişim Bağlamında İncelenmesi: Ebeveyn ve Ergen Açısından Sonuçlar (TÜBİTAK SOBAG Projesi - No: 113K208) (Rol: BİDEB Bursiyeri)  
Çalıştığı Kurumlar: Hacettepe Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü (2009 - devam ediyor)

**İletişim**

E-Posta Adresi: denizkurt@hacettepe.edu.tr

**Tarih** 07.06.2016