T.C.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK İLE BÜYÜME KORKUSU ARASINDAKİ İLİŞKİDE UMUDUN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Zehra ÇALIŞKAN

(Yüksek Lisans Tezi)

İstanbul, 2024

T.C.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK İLE BÜYÜME KORKUSU ARASINDAKİ İLİŞKİDE UMUDUN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

THE MEDIATING ROLE OF HOPE IN THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND GROWTH FEAR IN EMERGING ADULTHOOD

Zehra ÇALIŞKAN

(Yüksek Lisans Tezi)

Danışman

Doç. Dr. Durmuş ÜMMET

İstanbul, 2024

Tüm kullanım hakları

M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.

© 2024

ETİK BEYANI

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırladığım çalışmamda;

- Sunduğum bilgileri, dokümanları ve verileri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Çalışmamda yararlandığım eserlerin tamamına atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Elde ettiğim verilerde ve sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı bildirir, aksi bir durumda aleyhimde doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

31/05/2024

Zehra ÇALIŞKAN

ONAY

Zehra ÇALIŞKAN tarafından hazırlanan "Beliren Yetişkinlik Döneminde Psikolojik Sağlamlık ile Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolünün İncelenmesi" konulu bu çalışma, 12/06/2024 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda aşağıdaki jüri üyeleri tarafından başarılı bulunmuş ve Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

ESER YÖNETİCİSİ: Doç. Dr. Durmuş ÜMMET
JÜRİ ÜYESİ: Prof. Dr. Müge YUKAY YÜKSEL
JÜRİ ÜYESİ: Dr. Öğr. Üyesi Neslihan YAMAN

ÖZGEÇMİŞ

2020	Uşak Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalından mezun olma
2021	Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programına giriş

ÖNSÖZ

Tezin ortaya çıkma sürecinde desteğini hiç esirgemeyen, bilgisini ve zamanını paylaşmadaki cömertliğinin yanı sıra anlayışı ile süreci kolaylaştıran değerli tez danışmanım Doç. Dr. Durmuş ÜMMET' e içtenlikle teşekkür ediyorum.

Lisans ve yüksek lisans eğitimimde hayat görüşümü şekillendiren, kişisel ve akademik anlamda gelişimime büyük katkı sağlayan, kişiliği, duruşu ve yaklaşımıyla kendime örnek aldığım, üzerimde emeği olan tüm hocalarıma minnettarım.

Tezin geliştirilmesi için tez savunma jürisinde görüş ve öneriler sunan değerli hocalarım Prof. Dr. Müge Yukay Yüksel' e ve Dr. Öğr. Üyesi Neslihan Yaman' a teşekkür ederim.

Ayrıca bu süreçte birlikte yürüdüğüm, süreç boyunca desteklerini ve cesaretlendirmelerini her daim hissettiğim birbirinden kıymetli arkadaşlarıma çok teşekkür ediyorum. İyi ki varsınız.

En özel teşekkürüm ise sevgili aileme. Bana her daim inandıkları ve destekledikleri için kendimi çok şanslı hissediyorum. İyi ki varsınız.

ÖZET

Bu araştırmanın temel amacı beliren yetişkinlerde psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünü incelemektir. Ayrıca büyüme korkusunun çeşitli demografik değişkenler (cinsiyet, doğum sırası, daha önce psikolojik yardım alıp almama, sosyoekonomik düzey, algılanan ebeveyn tutumu, üniversite türü, anne-baba eğitim düzeyi) açısından ele alınması da araştırmanın bir diğer amacıdır. Araştırmanın örneklemi, 18-29 yaş arası 320 beliren yetişkinden oluşmaktadır. Katılımcıların 232' si (%72,5) kadın, 88' i (%27,5) erkektir. Araştırmada büyüme korkusu bağımlı değişken, psikolojik sağlamlık bağımsız değişken ve umut ise aracı değişken olarak belirlenmiştir. Verilerin toplanmasında Demografik Bilgi Formu, Büyüme Korkusu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Sürekli Umut Ölçeği kullanılmıştır. Mevcut araştırma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 27 paket programı ve AMOS 24 programları kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Katılımcıların büyüme korkusu düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını görmek amacıyla Bağımsız Gruplar t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolü yapısal eşitlik modeli (YEM) ile incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre katılımcıların büyüme korkusu ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Psikolojik sağlamlık ile umut arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, umut ile büyüme korkusu düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun tam aracı role sahip olduğu bulunmuştur. Büyüme korkusu toplam puanının psikolojik yardım alıp almama ve anne-baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı gözlemlenirken; cinsiyet, sosyoekonomik düzey, doğum sırası, algılanan ebeveyn tutumu ve üniversite türüne göre farklılık gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Psikolojik sağlamlık, umut, büyüme korkusu, beliren yetişkinlik, pozitif psikoloji*

ABSTRACT

THE MEDIATING ROLE OF HOPE IN THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND GROWTH FEAR IN EMERGING ADULTHOOD

The main purpose of this study is to examine the mediating role of hope in the relationship between the resilience and growth fear of emerging adulthood. In addition, the focus of growth fear in terms of various demographic variables (gender, birth order, whether receiving psychological help before or not, socioeconomic level, perceived parenting attitude, university type, level of parental education) is another objective of this study. The study group of research consists of 320 emerging adults aged 18-29. Of the participants, 232 (72,5%) were female and 88 (27,5%) were male. In the study, growth fear was determined as the dependent variable, resilience as the independent variable and hope as the mediating variable. The Demographic Information Form, the Growth Fear Scale, the Brief Resilience Scale and the Dispositional Hope Scale were used to collect the data. The current research was designed in relational screening model as a quantitative research method. The data obtained from the study group was analyzed using the SPSS 27 package program and AMOS 24 programs. Pearson Product-Moment Correlation Analysis was used to examine the relationship between variables in data analysis. Independent Groups t Test and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) is used to see if participants' growth fear levels differ according to demographic variables. The mediating role of hope in the relationship between resilience and growth fear is examined through the structural equation modeling (SEM). According to the results of the research, negative significant relationships were observed between the participants' fear of growth and level of resilience. A positive significant relationship between resilience and hope; a negative significant was observed between the level of fear of growth and hope. It was found hope, has a full mediator role in the relationship between resilience and fear of growth. While it is seen that fear of growth total score does not differ according to döşe whether psychological help is received or not, level of parental education; it has been observed that it differs according to gender, socioeconomic level, birth order, perceived parenting attitude and university type.

Key Words: *Resilience, hope, growth fear, emerging adulthood, positive psychology*

İÇİNDEKİLER

ETİK BEYANI iv
ONAY v
ÖZGEÇMİŞ vi
ÖNSÖZ vii
ÖZET viii
ABSTRACT ix
KISALTMALAR xiii
TABLOLAR LİSTESİ xiv
ŞEKİLLER LİSTESİ xvii
BÖLÜM I: GİRİŞ 1
1.1. Problem Durumu 1
1.2. Araştırmanın Amacı 3
1.2.1. Problem Cümlesi 4
1.3. Araştırmanın Önemi 5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları 6
1.5. Araştırmanın Varsayımları 6
1.6. Araştırmanın Tanımları 6
BÖLÜM II: KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR 7
2.1. Beliren Yetişkinlik 7
2.1.1. Kimlik Arayışı 7
2.1.2. İstikrarsızlık 8
2.1.3. Kendine Odaklanma 8
2.1.4. Arada Kalmışlık 9
2.1.5. Sonsuz Olanaklar 9
2.2. Büyüme Korkusu 9
2.2.1. Dan Kiley- Peter Pan Sendromu 10
2.2.2. Jeffrey Jensen Arnett- Beliren Yetişkinlik Kuramı 10
2.2.3. Eric Ericson- Psikososyal Gelişim Kuramı 11
2.2.4. Daniel J. Levinson- Yaşam Yapısı Kuramı 11
2.2.5. Kenneth Keniston- Gençlik Teorisi 11
2.2.6. Colette Dowling- Sindirella Kompleksi 12

2.2.7. Puer ve Puella Sendromu 12
2.2.8. Büyüme Korkusu ile İlgili Yapılan Çalışmalar 13
2.3. Psikolojik Sağlamlık 15
2.3.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramı Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması 15
2.3.2. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler 17
2.3.3. Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar 18
2.4. Umut 20
2.4.1. Umut Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması 20
2.4.2. Umuda İlişkin Kuramlar ve Yaklaşımlar 23
2.4.3. Umut ile İlgili Yapılmış Çalışmalar 24
BÖLÜM III: YÖNTEM 27
3.1. Araştırma Modeli 27
3.2. Evren ve Örneklem 27
3.3. Veri Toplama Araçları 30
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu 30
3.3.2. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği 30
3.3.3. Büyüme Korkusu Ölçeği 31
3.3.4. Sürekli Umut Ölçeği 32
3.4. Verilerin Toplanması 33
3.5. Verilerin Analizi 33
BÖLÜM IV: BULGULAR 35
4.1. Psikolojik Sağlamlık, Büyüme Korkusu ve Umut Değişkenleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine İlişkin Bulgular 35
4.2. Psikolojik Sağlamlık, Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolüne İlişkin Yapısal Eşitlik Modellemesine Ait Bulgular 38
4.2.1. Ölçme Modelinin Test Edilmesi 38
4.2.2. Yapısal Modelin Test Edilmesi 40
4.3. Beliren Yetişkinlerin Büyüme Korkusu Düzeylerinin Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular 45
4.3.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular 45
4.3.2. Öğrenim Görülen Üniversite Türü Değişkenine İlişkin Bulgular 46
4.3.3. Psikolojik Yardım Alıp Almama Değişkenine İlişkin Bulgular 48
4.3.4. Sosyoekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Bulgular 50
4.3.5. Anne-Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine İlişkin Bulgular 53
4.3.6. Algılanan Ebeveyn Tutum Değişkenine İlişkin Bulgular 57

4.3.7. Doğum Sırası Değişkenine İlişkin Bulgular 62
BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER 67
5.1. Sonuçlar ve Tartışma 67
5.1.1. Psikolojik Sağlamlık, Büyüme Korkusu ve Umut Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Tartışma 67
5.1.2. Psikolojik Sağlamlık ile Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolüne İlişkin Tartışma 72
5.1.3. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusu Alt Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Tartışma 74
5.2. Öneriler 82
5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler 82
5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler 83
KAYNAKÇA 84
EKLER 102

KISALTMALAR

AGFI: Düzenlenmiş İyilik Uyum İndeksi

CFI: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi

GFI: İyilik Uyum İndeksi

NFI: Normlaştırılmış Uyum İndeksi

IFI: Artımlı Uyum İndeksi

RMSEA: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü

SRMR: Standartlaştırılmış Artık Ortalamaların Karekökü

NNFI: Normlaştırılmamış Uyum İndeksi

TLI: Tucker Lewis İndeksi

VIF: Varyans Enflasyon Faktörü

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri 28
Tablo 4.1. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçlarından Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri (n=320) 35
Tablo 4.2. Psikolojik Sağlamlık, Umut ve Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Analiz Sonuçları 36
Tablo 4.3. Ölçme Modeline Ait Uyum İyiliği İndeksleri 40
Tablo 4.4. Yapısal Modele Ait Uyum İyiliği İndeksleri..... 44
Tablo 4.5. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusunun Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları..... 45
Tablo 4.6. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusunun Alt Boyutlarının Öğrenim Görülen Üniversite Türüne Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları..... 47
Tablo 4.7. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusunun Alt Boyutlarının Psikolojik Yardım Alma Durumuna Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları..... 49
Tablo 4.8. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Sosyoekonomik Düzeyine (SED) Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 50
Tablo 4.9. Büyüme Korkusu Sosyal Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 51
Tablo 4.10. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 51
Tablo 4.11. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 52
Tablo 4.12. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 53
Tablo 4.13. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 54

Tablo 4.14. Büyüme Korkusu Sosyal-Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 54
Tablo 4.15. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 55
Tablo 4.16. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Anne-Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 56
Tablo 4.17. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 57
Tablo 4.18. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 58
Tablo 4.19. Büyüme Korkusu Sosyal- Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 59
Tablo 4.20. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 60
Tablo 4.21. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 61
Tablo 4.22. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 62
Tablo 4.23. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 63
Tablo 4.24. Büyüme Korkusu Sosyal- Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları..... 63
Tablo 4.25. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 64

Tablo 4.26. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 65
Tablo 4.27. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları 65

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1. Büyüme Korkusunun Psikolojik Sağlamlık ve Umut ile Modellenmesi 3
Şekil 4.1. Ölçme Modeline Ait Yol Diyagramı 39
Şekil 4.2. Psikolojik Sağlamlık ile Büyüme Korkusu Arasındaki Regresyon Modeline Ait Yol Diyagramı 41
Şekil 4.3. Psikolojik Sağlamlık ile Umut Arasındaki Regresyon Modeline Ait Yol Diyagramı 42
Şekil 4.4. Umut ile Büyüme Korkusu Arasındaki Regresyon Modeline Ait Yol Diyagramı 42
Şekil 4.5. Psikolojik Sağlamlık ile Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolüne Dair Oluşturulan Yapısal Eşitlik Modeli 43

BÖLÜM I: GİRİŞ

Birinci bölümde araştırmanın problem durumu, amacı, önemi, sınırlılıkları, varsayımları ve araştırmadaki temel kavramlara ait tanımlar yer almaktadır.

1.1. Problem Durumu

İnsan çevresinde olan, toplumsal, ekonomik ve demografik değişiklikler insanı ve gelişimini etkilemektedir (Atak, 2005). Sanayileşme ile birlikte geçtiğimiz yarım yüzyılda, evlilik yaşının artması, ilk çocuğa sahip olma yaşının artması, yüksek öğrenimin artması ve süresinin uzaması gibi demografik değişimler sebebi ile yaşamdaki olasılıkların keşfi ile karakterize olan, onlu yaşların sonu ve yirmili yaşların ortalarını kapsayan yeni bir gelişim döneminin ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır (Arnett, 2000). Ergenlik sonrası ve yetişkinlik öncesi dönem için önemli bu demografik değişim ve gelişmeler göz önüne alınarak, genel olarak 18-29 yaş aralığı, ortalama olarak ise 18-25 yaş arası ‘‘beliren yetişkinlik’’ dönemi olarak kavramsallaştırılmıştır (Arnett, 2000; Arnett, 2004; Arnett, 2010). Beliren yetişkinlik dönemi ergenlik ve yetişkinlikten farklı bir dönem olmakla birlikte bu iki dönemi birbirine bağlayan, bireylerin farklı kazanımlar elde ettiği, farklı ve ayırt edici özellikler sergilediği yeni bir yaşam dönemidir. Bu dönem, arada kalma duygusunun hâkim olduğu, olasılık ve fırsatların değerlendirildiği, kişinin kendine odaklandığı ve kimlik keşfi gibi kendine özgü ayırt edici özellikler taşımaktadır (Arnett, 2004; Arnett, 2007; Nelson ve Chen, 2007). Ayrıca beliren yetişkinlik döneminde bulunan kişiler, kendilerini yetişkin olarak tanımlayamamakla birlikte ergenlik dönemini de tamamladıklarını belirtmektedirler (Arnett, 2004).

Arnett (2000) beliren yetişkinlik kuramında yaş aralığının 18-25 yaş odağında olduğunu, kişilerin eğitim hayatını yirmili yaşlarında sürdürdüğünü (Arnett, 2005) ve beliren yetişkinliğin üniversite yıllarını kapsadığını ifade etmektedir (Arnett, 2019). Türkiye’de beliren yetişkinliğin araştırıldığı çalışmalarda bu dönemin ülkemizde var olduğu ve beliren yetişkinlerin bulundukları yaş aralığı itibariyle büyük çoğunluğunun üniversite döneminde yer aldığı belirtilmektedir (Atak ve Çok, 2015; Atak vd.., 2016; Doğan ve Cebioğlu, 2011; Kurt, 2016; Kurt ve Uçanok, 2019; Morsünbül, 2013; Onglu, 2023; Parmaksız, 2008; Vural-Yüzbaşı, 2012).

Bu dönem, ergenlikteki aileye bağlılığın ve yetişkin yaşamının getirdiği sorumluluğunun olmayışı ile beliren yetişkine daha önce yaşayamadığı özgürlüğü sunmaktadır (Arnett, 2010). Ayrıca kişi bu dönemde özerk olması sebebi ile de ayrı eve

çıkma, kendi kararlarını verebilme, ekonomik özgürlüğü kazanma gibi bağımsız yaşama hazırlık sürecine adım atabilmekte ancak yetişkin rolünü tam anlamı ile edinmeye hazır değildir (Arnett, 2000). Bunun yanı sıra kişi bu dönemde romantik ilişki yaşama, uygun eş bulma gibi gelişimsel süreçlerden geçmektedir ve bu süreçte iş olanakları, ev ve iş seçme, evlenme, çocuk sahibi olma gibi sürekli değişen seçenekler ve sorumluluklar arasında plan yapmaktadır (Arnett, 2000; Arnett, 2004; Arnett, 2010). Günümüz yaşam koşulları göz önüne alındığında, kişilerin 18 yaşından büyük olmanın getirdiği yasal hakları olmasına karşın, yetişkinliğin getirdiği sorumlulukları içselleştiremediği ve sorumluluklara ilişkin ‘‘büyüme korkusu’’ duydukları belirtilmektedir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018; Doğan ve Cebioğlu, 2011). Ülkemizde bulunan bireylerin büyümek ve yetişkin olmak ile ilgili korkularını ortaya çıkarma ve ölçmek amacıyla, ‘‘sosyal-duygusal yalnızlık’’, ‘‘romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma’’, ‘‘evliliğe karşı olumsuz tutumlar sergileme ve bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma’’ gibi boyutlarda karakterize olmuş ölçüm aracı geliştirilmiştir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018). Sürekli değişen seçenekler ve sorumluluklar arasında plan yapan ve yetişkin olmaya ilişkin gelişimsel süreçten geçen beliren yetişkinin (Arnett, 2000; 2004; 2010) yetişkin olmaya ilişkin duyduğu büyüme korkusu (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018), psikolojik sağlamlık kavramı ile ilişkili olduğu ifade edilebilir. Hayatın farklı gelişimsel dönemlerine karşı gelişimsel özelliğe sahip olmak, stres yaratan durumlar ile başa çıkabilmek, olumsuz durumların bıraktığı etkiyi azaltmak veya iyileştirmek, psikolojik sağlamlık kavramının bileşenleri arasında yer aldığı görülmektedir (Stewart vd., 1997). Dolayısıyla psikolojik sağlamlığın beliren yetişkinlik döneminde büyüme korkusu ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.

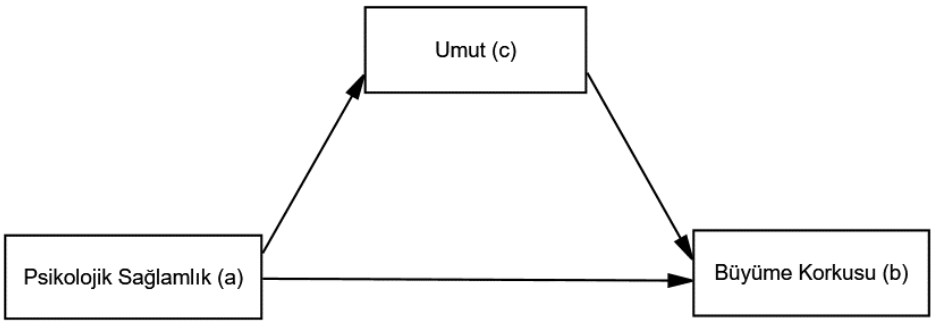
Alan yazında birden çok tanımı bulunan psikolojik sağlamlık, Latince kökenli ‘‘resilience’’ kelimesinden türemiş olup, Türkçe alan yazında kendini toparlama gücü (Terzi, 2006), yılmazlık (Gürgan, 2006), dayanıklılık (Gökmen, 2009) ve psikolojik sağlamlık (Bulut vd., 2013; Gizir, 2007) şeklinde ifade edildiği görülmekle birlikte bu çalışmada psikolojik sağlamlık kavramı kullanılacaktır. Smith ve diğerleri (2008) tarafından psikolojik sağlamlık, stresli bir yaşantı sonrasında kendini toparlama olarak tanımlanmaktadır. Alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde kaygı ve yaşam deneyimlerinin psikolojik sağlamlık ile ilişkili olduğu görülmüştür (Demirsu, 2018; Şahin, 2019). Rutter’ a (2006) göre de stresli yaşam deneyimlerine rağmen nispeten iyi bir psikolojik sağlığa sahip olmak psikolojik sağlamlığın belirtisidir. Farklı boyutları içerdiği belirtilen psikolojik sağlamlığın,

dinamik bir süreç olduğu ve geliştirilebilir özellikler içermesi, yapılan farklı tanımlar arasındaki ortak nokta olarak ifade edilmektedir (Gizir, 2007).

Beliren yetişkinlik döneminde bulunan kişilerin geleceğe ilişkin iyimser bir tavır sergilediği, istediği yaşamı kurabileceği ve hayallerini gerçekleştirebileceğine ilişkin yüksek beklentiler içinde oldukları, büyük umutlar taşıdıkları ifade edilmektedir (Arnett, 2000; 2004). Dolayısıyla umut kavramının bu çalışma kapsamı içinde yer alan önemli bir değişken olduğu düşünülmektedir. Ayrıca Murphy' e (1987, s.101) göre psikolojik sağlamlık da olumlu baş etmenin sonuçlarından biri olan umut ile ilgilidir. Literatürde birden çok tanımı bulunan umut kavramı, Synder ve diğerleri (2002) tarafından alternatif yollar düşüncesi, eyleyici düşünce ve amaçlar olmak üzere 3 boyutta açıklanmaktadır. Synder' a (2002) göre umut; kişinin hedefine yönelik düşünce türü olup, kişinin hedefine giden yolu üretip bu yolu harekete geçirme ve bu yolu sürekli olarak kullanma şeklinde tanımlanmaktadır. Frankl (2000) tarafından ise umut, kişinin çabalamaya değer bulduğu bir amacı gerçekleştirmek üzere mücadelede bulunması şeklinde tanımlanmıştır. Ayrıca umut düzeyi yüksek kişilerin yaşam amaçlarının daha fazla olduğu ve yaşamdaki amaçları için strateji üretebilen, zorluklarla başa çıkabilme gücünün daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Synder vd., 1991). Dolayısıyla mevcut çalışmanın temel problemi, beliren yetişkinlikte psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünün incelenmesidir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada beliren yetişkinlik döneminde psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda oluşturulan hipotetik model Şekil 1.1.' de verilmiştir. Bununla birlikte bağımlı değişken olan büyüme korkusu ile demografik değişkenler arasındaki ilişki incelenecektir.



Şekil 1.1. Büyüme Korkusunun Psikolojik Sağlamlık ve Umut ile Modellenmesi

Şekil 1.1.'de belirtilen modele ilişkin oluşturulan hipotezler aşağıda yer almaktadır.

H1: Psikolojik sağlamlık değişkeni büyüme korkusu değişkenini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H2: Psikolojik sağlamlık değişkeni umut değişkenini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H3: Umut değişkeni büyüme korkusu değişkenini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

H4: Psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu değişkeni arasındaki ilişkide umudun aracı rolü bulunmaktadır.

1.2.1. Problem Cümlesi

Bu araştırmanın problem cümlesi; beliren yetişkinlik döneminde psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolü var mıdır? şeklindedir.

1.2.1.1. Alt Problemler

Araştırmanın alt problemleri aşağıda belirtildiği gibidir:

1- Psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2- Psikolojik sağlamlık ile umut arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3- Büyüme korkusu ile umut arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4- Psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasında ilişkide umudun aracı rolü var mıdır?

5- Büyüme korkusu değişkeni ve alt boyutları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

6- Büyüme korkusu değişkeni ve alt boyutları gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

7- Büyüme korkusu değişkeni ve alt boyutları doğum sırasına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

8- Büyüme korkusu değişkeni ve alt boyutları ebeveynlik tutumu algısına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

9- Büyüme korkusu değişkeni ve alt boyutları anne-baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

10- Büyüme korkusu değişkeni ve alt boyutları öğrenim görülen üniversite türüne göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

11- Büyüme korkusu değişkeni ve alt boyutları psikolojik yardım alma durumuna göre farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Birey doğum ile başlayıp ölüm ile biten yaşam seyrinde belirli gelişim dönemlerinden geçmektedir. Sanayileşme ile birlikte yirminci yüzyılın son çeyreğinden itibaren yaşanan değişimler sebebi ile son yıllarda yapılan çalışmalarda beliren yetişkinlik (emerging adulthood) olarak adlandırılan yeni bir gelişim döneminin varlığından söz edilmeye başlanmıştır. Yetişkinlik için ölçüt olarak kabul edilen; işe yerleşme, eğitimi tamamlama, evliliği gerçekleştirme, çocuk sahibi olma ve bağımsız yaşama adım atma gibi gelişimsel görevlerin yirmili yaşların sonuna doğru ilerlemesi sebebi ile kendine özgü farklı özellikler taşıyan bu yaşam döneminde (Arnett, 2000) bireyler büyüme korkusu yaşayabilir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018). Büyüme korkusu, ülkemize yeni kazandırılmış ve ölçüm aracı nispeten yeni geliştirilmiştir olan dolayısıyla çalışmalarda az yer almış bir kavramdır. Erken dönem uyumsuz şemalar (Hayran, 2020), öz şefkat (Daşçı, 2022), psikolojik esneklik (Yeler, 2021) gibi değişkenler ile ilişkisine bakılan büyüme korkusu kavramının bu çalışmanın konusu olan psikolojik sağlamlık ile ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin geleceğe ilişkin büyük umut taşıdıkları ifade edilmektedir (Arnett, 2000; 2004). Dolayısıyla bu çalışmadaki diğer bir kavram olan umut değişkeninin beliren yetişkinlik dönemine ilişkin yapılmış çalışma literatürüne ve özellikle çalışmalara yeni konu olan büyüme korkusu kavramının etkilerinin ve ilişkili olduğu kavramların, alanların anlaşılmasına önemli katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca pozitif psikoloji çalışmalarının hız kazanması sebebi çalışmalara konu olan psikolojik sağlamlık ve umut kavramının, yapılan literatür taraması soncunda psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide aracı etkisi bağlamında ele alınmadığı da görülmektedir. Pozitif psikoloji gibi güncel bir yaklaşımın kavramlarını içeren bu araştırmada, diğer değişkeninin büyüme korkusu olarak belirlenmesi yani literatüre yeni kazandırılmış bir kavram olması araştırmanın güncelliğini de ortaya koymaktadır. Bilimin bilgi birikimi ve bilgi birikimleri ile kendini sürekli yenileyen dinamik bir yapıya sahip olması sebebi ile güncel kavramları, yönelimleri takip etmenin önemi göz önünde bulundurulduğunda bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmadan elde edilen bilgiler ışığında, beliren yetişkinlerin karşılaştıkları gelişimsel süreçte yaşayabilecekleri büyüme korkusu ve sorumluluğu içselleştirmedeki zorluğun üstesinden gelmelerine yüksek düzey psikolojik sağlamlık ve umut yolu ile

yardımcı olunabilir. Çalışmanın hedef kitlesi göz önüne alındığında da bu bağlamda çalışan, ruh sağlığı hizmeti veren kurum ve kuruluşlar, danışman ve araştırmacılara yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırmadan elde edilen veriler ölçme aracının ölçtüğü özellikler ile sınırlıdır.
- Araştırmadan elde edilen veriler araştırmaya katılmaya gönüllü olan, İstanbul' da iki devlet ve iki vakıf üniversitesinde öğrenim gören beliren yetişkinlerle sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

- Katılımcıların, araştırmada kullanılan ölçme araçlarını içtenlikle cevapladıkları ve ulaşılacak sonuçların güvenilir olduğu varsayılmaktadır.
- Araştırma örnekleminin, evreni simgelediği varsayılmaktadır.

1.6. Araştırmanın Tanımları

Beliren Yetişkinlik: Sanayileşme ile birlikte geçtiğimiz yarım yüzyılda, evlilik yaşının artması, ilk çocuğa sahip olma yaşının artması, yüksek öğrenimin artması ve süresinin uzaması gibi demografik değişimler sebebi ile yaşamdaki olasılıkların keşfi ile karakterize olan, onlu yaşların sonu ve yirmili yaşların ortalarını kapsayan ayırt edici özellikler taşıdığı ifade edilen yeni bir yaşam dönemidir (Arnett, 2000).

Psikolojik Sağlamlık: Smith ve diğerleri (2008) tarafından stresli bir yaşantı sonrasında kendini toparlama yeteneği olarak tanımlanmaktadır.

Umut: Alternatif yollar düşüncesi, eyleyici düşünce ve amaçlar olmak üzere 3 boyutu bulunan, kişinin hedefine yönelik düşünce türü olup, kişinin hedefine giden yolu üretip bu yolu harekete geçirme ve bu yolu sürekli olarak kullanması şeklinde tanımlanmaktadır (Synder vd., 2002). Frankl (2000) tarafından ise umut, kişinin çabalamaya değer bulduğu bir amacı gerçekleştirmek üzere mücadelede bulunması şeklinde tanımlanmıştır.

Büyüme Korkusu: Ergenlik ve yetişkinlik dönemleri arasında bulunan ve mevcut bir ruhsal bozukluğa sahip olmayan bireylerin yetişkin rollerini ve sorumluluklarını üstlenmeye ilişkin duydukları korku, ve yetişkin rollerine ilişkin sergiledikleri tutum sebebi ile yaşadıkları problemdir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018).

BÖLÜM II: KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Beliren Yetişkinlik

ABD' li gelişim psikoloğu olan Jeffrey Jensen Arnett (2000) tarafından ortaya atılan beliren yetişkinlik dönemi (emerging adulthood), kendine özgü ayırt edici özellikleri bulunan, yetişkinlik ve ergenlikten farklılaşan yeni bir gelişim dönemidir. Sanayileşme ile birlikte, evlilik yaşının yükselmesi, ilk doğum yaşının yükselmesi, yüksek öğrenimin artması ve süresinin uzaması gibi demografik değişimler ile yetişkinliğe geçişin ölçütleri farklılaşmıştır (Andrew vd., 2006; Arnett ve Taber, 1994; Arnett, 2000). Arnett (2000), bu sosyolojik değişimlere dayanarak, teorik ve ampirik olarak ergenlikten ve yetişkinlikten farklı olan, genel olarak 18-29 yaş aralığı, ortalama olarak ise 18-25 yaş arasını ‘‘beliren yetişkinlik’’ dönemi olarak kavramsallaştırmıştır (Arnett, 2000; 2004; 2010). Beliren yetişkinlik, normatif gelişimsel görev içermeyen ve geleceğe dair kesin olarak çok az kararın verildiği, yaşamdaki olasılıkların diğer yaşam dönemlerine göre daha fazla olduğu bir yaşam dönemi olarak ifade edilmektedir (Arnett, 2000; Rindfuss, 1991; Wallace, 1995). Bireylerin ergenlikten genç yetişkinliğe doğrudan geçmediğini, yetişkin rolünü tam anlamıyla edinmediğini bunun yerine beliren yetişkinlik döneminde bulunduğunu ifade eden Arnett (2007), bu dönemde farklı deneyimler yaşayarak, yavaş yavaş, aşk ve işte kalıcı seçimlere yönelik uzun bir zaman dilimi harcadıklarını belirtmektedir.

Beliren yetişkinlik döneminin; kimlik arayışı, istikrarsızlık, kendine odaklanma, arada kalmışlık ve sonsuz olanaklar şeklinde 5 temel özelliği bulunmakla birlikte bu özellikler beliren yetişkinliği diğer dönemlerden ayıran ayırt edici özelliklerdir (Arnett, 2000; 2004). Beliren yetişkinliğin bu temel özellikleri kültürel yapılardan etkilenebilmekle birlikte bu dönemin heterojen ve en az yapılandırılmış bir dönem olduğu ve her gelişim dönemi için bu durumun geçerli olabileceği vurgulanmaktadır (Arnett, 2007).

2.1.1. Kimlik Arayışı

Ergenlik döneminin önemli bir gelişimsel görevi olarak görülen kimlik keşifi (Ericson, 1950), son yarım yüzyılda meydana gelen toplumsal değişikliklerle birlikte (eğitim süresinin uzaması gibi) artık beliren yetişkinlik döneminde yaşanmaktadır (Arnett, 2007; Hendry ve Kloep, 2007). Arnett (2000), beliren yetişkinlikte kimlik keşfinin, kişinin ‘‘Ben kimim?’’ sorusunu yanıtlamak amacı ile yaşamındaki çeşitli olasılıkları deneme süreci ile gerçekleştiğini ifade etmektedir. Ericson'un da ifade ettiği gibi aşk, iş ve dünya görüşü gibi alanlarda kimlik kazanımı temel gelişimsel görevleri kimlik probleminin odağıdır (Arnett,

2000). Ancak Arnett (2010), Ericson' un aksine bireylerin ergenlik dönemi sonrası yani beliren yetişkinlik döneminde kimlik kazanımının temel gelişimsel görevi olduğunu belirtmektedir. Kişinin kimlik keşifi ergenlik döneminde başlamış olsa da ergenlik döneminde araştırma ve değerlendirme süreci daha çok boş zamanı değerlendirme ve kısa süreli para kazanma amacı taşımakta dolayısıyla bilgi ve deneyimden uzak olan bu deneme süreci beliren yetişkinlikte ise daha yoğun bir şekilde ve yetişkin yaşamındaki uzun vadeli çalışma rolüne hazırlık aşaması olarak gerçekleşmektedir (Arnett, 2000; 2010). Romantik ilişki, iş ve dünya görüşlerinde kimlik arayışı içinde olan beliren yetişkinin romantik ilişkiye yönelik arayışı ergenlik döneminden farklı olarak daha ciddi ve samimi, daha fiziksel ve duygusal yakınlık içeren bir keşif sürecidir (Arnett, 2004). Ayrıca bu dönem, ergenlikteki aileye bağlılığın ve yetişkin yaşamının getirdiği sorumluluğunun olmayışı ile beliren yetişkine daha önce yaşayamadığı özgürlüğü sunmaktadır (Arnett, 2010).

2.1.2. İstikrarsızlık

Beliren yetişkinliğin ayırt edici, kendine özgü özellikleri arasında beliren yetişkini olumsuz yönde etkileyen istikrarsızlık; beliren yetişkinlerin sık sık iş değişiklikleri, romantik ilişkiye başlama ve bitirme ve ev değiştirme gibi süreçten geçtiği bir dönemdir (Arnett, 2004). Arnett ve Mitra' nın (2020) yapmış oldukları çalışmada, beliren yetişkinlerin yaşamlarının bu dönemini ‘‘değişimler ile dolu’’ bir dönem olarak algıladıklarını ifade ettiği belirtilmektedir.

2.1.3. Kendine Odaklanma

Bu dönemin diğer bir ayırt edici ve kendine özgü özelliği, beliren yetişkinin kendine odaklandığı bir süreçten geçiyor oluşudur (Arnett, 2004). Bu dönemde beliren yetişkinin, kendi kararlarını vermeye ilişkin bir zorunluluk hissettiği, kendi kararlarını yaşadığı, hayata karşı kendini hazırladığı, yeterlilik kazanmaya çalıştığı ve kendi ayakları üzerinde durmayı öğrendiği yani daha kişisel sorumluluklarını alarak bireyselleşmeye yönelik adım attığı ifade edilmektedir (Arnett, 2004; Reifman vd., 2007). Ayrıca beliren yetişkinliğin, kendine odaklanmaya yönelik bir zaman dilimi olduğu konusunda hemfikir olan beliren yetişkinler (Arnett ve Mitra, 2020), bu dönemde kimlik keşifleri için (Layland vd., 2018) kendilerine akranlarıyla sosyalleşme gibi ve eğlenceli gördükleri diğer faaliyetlere (Douglass, 2007) katılım fırsatı sağlamaktadırlar.

2.1.4. Arada Kalmışlık

Beliren yetişkinlik döneminin özelliklerinden biri de bireylerin kendilerini arada kalmış hissetmeleridir. Bu dönemde yer alan kişiler kendilerini ne ergen ne de yetişkin olarak hissetmemektedirler (Arnett, 2004; Atak vd., 2016). Bu arada kalmışlık duygusunun olumsuz olarak deneyimlenen bir özellik olması sebebi ile yaşamın bu döneminde ergenlik ile yetişkinlik hissi arasında gidip gelen beliren yetişkin, önüne çıkan birçok fırsatlara rağmen daha düşük yaşam doyumuna ve duygusal yakınlıktan kaçınmaya maruz kalmaktadır (Arnett, 2004; Lane vd., 2017).

2.1.5. Sonsuz Olanaklar

Beliren yetişkinlik döneminin son ve kendine has, ayırt edici özelliklerinden biri de bu dönemin sonsuz olanaklar dönemi olmasıdır. Beliren yetişkinlerin hayatlarının bu döneminde çok daha fazla fırsatı, imkânı ve geleceğe ilişkin umutları vardır (Arnett, 2000; 2004; Atak ve Çok, 2010). Bu dönemin büyük beklenti ve umut dönemi olmasının sebebi beliren yetişkinin geleceğe ilişkin; iyi bir maaş, doyum sağlayan bir iş, evlilik gibi sorumluluk gerektiren birçok konuda planlar ve hayaller kurmasıdır (Arnett, 2000; 2004). Bu dönemi, yaşamında köklü değişimler yapabileceği ve yaşamını daha iyiye doğru götürecek bir fırsat olarak gören beliren yetişkin, kurduğu planları ve hayalleri gerçekleştiremediğinde bile bunu kontrol altına alabileceğine ilişkin inanca sahiptir dolayısıyla bu dönem umut dönemidir (Arnett, 2004; Atak ve Çok, 2010; Ergin, 2015). Ayrıca beliren yetişkinin bu dönemde umut ve beklentilerle gelecek planları yapması, hayaller kurmasının koruyucu bir faktör olarak iyimserlik ve psikolojik sağlamlığı yansıttığı ifade edilmektedir (Arnett, 2004; Arnett ve Schwab, 2012).

2.2. Büyüme Korkusu

Yaşamın içerisinde gelişimsel süreçlerden geçen insanın, geçtiğimiz son yarım yüzyıl içerisinde sanayileşme ve yetişkinliğe geçişin ölçütlerinin değişmesi ile birlikte ortaya çıkan beliren yetişkinlik döneminde, döneme özgü birçok gelişim görevlerini yerine getirmede zorlandığı ifade edilmektedir (Atak ve Çok, 2010). Arnett (2004), beliren yetişkinlik kuramında, yetişkinliğin gerektirdiği sorumlulukları yerine getiremeyen, uzun vadeli, kalıcı romantik ilişki kuramayan, bağımsız yaşamı sürdüremeyen bireylerin sayısının gittikçe arttığını ifade ederek kendisinden beklenen gelişimsel görevi yerine getiremediklerine dikkat çekmektedir. Ayrıca sonsuz olanak ve seçenekler arasında yetişkinlik öncesi bir tür hazırlık dönemi geçiren beliren yetişkinler arasında bazı bireyler için bu hazırlık dönemi hiç bitmemektedir (Arnett, 2004, s. 477). Bu durumda bireylerin kendilerini tanımlarken nasıl

tanımlayacağının bir problem durumu oluşturduğu düşünülmüş ve ‘‘Büyüme Korkusu’’ kavramı ortaya çıkarmıştır (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018). Büyüme korkusu, genellikle 18-35 yaş arası bireylerin, yetişkinliğin getirdiği sorumlulukları edinmekten kaçınarak yetişkin olmak ile ilgili yaşadıkları korku hali ile tanımlanan, sosyal-duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evliliğe karşı olumsuz tutumlar sergileme, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma gibi alt boyutlarda problem yaşanıldığını ifade eden kavramdır (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018). Ateş ve Özden-Yıldırım, (2018) ülkemiz örneklemini kullanarak, büyüme korkusunu ölçmemize olanak tanıyan, 4 alt boyuttan oluşan 14 maddelik bir ölçek geliştirmişlerdir.

Kendisini yetişkin olarak adlandıramayan, evlilik, evlat sahibi olma ve meslek sahibi olma gibi gelişimsel görevler ile ilgili acele etmeyen, büyümekten korkan, büyümeyi reddeden bireylerin yaşadığı durumu ifade eden büyüme korkusu kavramının ortaya çıkmasına teorik olarak katkıda bulunan çeşitli kuramlar, kavramlar ve çalışmalar bulunmaktadır (Arnett, 2000; Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018; 2020).

2.2.1. Dan Kiley- Peter Pan Sendromu

Dan Kiley (1983) tarafından ortaya atılan, bireyin ruh sağlığına etki eden bu psikolojik olgu Dünya Sağlık Örgütü tarafından bir hastalık olarak kabul edilmemekle birlikte, İngiliz yazar William Matthew Barrie’ nin oluşturduğu Peter Pan karakterinden esinlenerek ortaya çıkmış bir sendromdur. Sorumsuzluk, kaygı, cinsiyet rolü çatışması, yalnızlık, narsisizm ve şovenizm olmak üzere 6 semptom belirtileri etrafında toplanan sendrom, sorumluluk almaktan kaçan yetişkin erkekleri tanımlamaktadır (Kiley, 1983). Büyümeyen, daima çocuk gibi davranan ve sürekli çocuk kalmak isteyen, 30’lu yaşlara gelmesine rağmen büyümeye ilişkin direnç gösteren vakaları Peter Pan Sendromu şeklinde tanımlayan Kiley, (1983) böylelikle büyüme korkusu kavramının ortaya çıkmasına katkıda bulunmuştur.

2.2.2. Jeffrey Jensen Arnett- Beliren Yetişkinlik Kuramı

Büyüme korkusu kavramına ilişkin önemli bir kuramsal katkı Arnett (1994) tarafından gelmiştir. Arnett’ in (2000) yayımladığı çalışmasında, sanayileşme ve modernizm ile birlikte bireylerin kendini yetişkin olarak görmediklerini ve kendisinden beklenen yetişkin olmaya ilişkin gelişimsel görevleri (evlenme, bağımsız yaşama, çocuk sahibi olma vs.) üstlenemediğini ifade ettiği beliren yetişkinlik kuramı büyüme korkusu kavramının ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır.

2.2.3. Eric Ericson- Psikososyal Gelişim Kuramı

Büyüme korkusu kavramının ortaya çıkmasında etkili olan bu kuramda, insan yaşamı boyunca sekiz evreden geçmektedir (Ericson, 1968). Ericson' a (1968) göre bu sekiz evrenin her birinde atlatması, geçirmesi gereken temel kriz durumları mevcuttur. Ergenlik döneminin temel krizini ise kimlik kazanımına karşı rol karmaşası olarak ifade etmektedir. Kişinin döneme özgü temel krizi yaşayıp çözümlemesinin ardından bir sonraki evreye geçmektedir ve krizin çözümlenememesi bir sonraki evrelerde üstesinden gelebilir ancak bir sonraki evrenin krizinin çözümlenmesine de etki edebilir (Ericson, 1950). Kişi kimlik kazanımı temel krizini atlatırken dönemin getirisi olan sorumluluklarına bir süre ara verme ihtiyacı duyabilir ve bu da Ericson (1968) tarafından ‘‘psikososyal moratoryum’’ olarak adlandırılmaktadır. Arnett' in (2000) beliren yetişkinlik kuramında da ifade ettiği gibi aslında Ericson' ın kişilerin yetişkin olmaya ilişkin sorumlulukları almada zorlandığını, üstlenemediğini, sorumlulukları da üstlenmek için acele etmemeleri gerektiğini vurgulaması büyüme korkusunun ortaya çıkışını destekler niteliktedir.

2.2.4. Daniel J. Levinson- Yaşam Yapısı Kuramı

Levinson, (1986) yetişkin gelişimine ilişkin çalışmaların arttırılması gerektiğini ifade ederek erkekler ile yaptığı çalışmalarla ortaya attığı ve kadınlar üzerinde yaptığı çalışmalar ile de geliştirdiği yaşam yapısı kuramında tıpkı Ercison' ın kuramında ifade edildiği gibi kişi yaşamında belli evrelerden geçmektedir. Yaşam yapısı, romantik ilişkiler, iş, aile ve evlilik sorumluluklar ve ilişkilerden oluşan ve bu alanlarda önemli değişimler yaşayan 17-33 yaş arası bireyler, ‘‘acemi faz’’ dönemi olarak adlandırılan bu dönem sonunda yetişkinliğe girerek düzenli yaşam yapılarını oluşturmaktadır (Levinson, 1986). Levinson' ın bu döneme ilişkin ortaya attığı açıklamaları ile Ericson' ın psikososyal moratoryum olarak ifade ettiği rol denemeleri ile benzerlik gösteren bu fikirler Arnett' in beliren yetişkinlik kuramındaki açıklamaları ile de benzer noktaları taşımaktadır (Arnett, 2000).

2.2.5. Kenneth Keniston- Gençlik Teorisi

Keniston, (1971) Ericson ve Levinson' ın ifadelerine benzer olarak ortaya attığı gençlik kavramının ergenlik ve genç yetişkinlik dönemleri arasında süregelen bir rol denemesi olduğunu ifade etmektedir. Amerika- Vietnam savaşı sırasında ortaya çıkmış olan bu kavram savaşa katılımı protesto eden gençlik hareketleri sebebi ile tarihsel bir anıyı temsil etmekle beraber tam anlamıyla gelişimsel özellik gösteren bir dönem özelliği taşımamaktadır (Arnett, 2000; Keniston, 1971).

2.2.6. Colette Dowling- Sindirella Kompleksi

Cinsiyete yönelik farklı çocuk yetiştirilme tarzından kaynaklı kadınların yetişkinlikten kaçınma, yetişkin olamama ile ilgili semptomlarını ifade eden bu kavram Dowling tarafından 1981 yılında ortaya atılmıştır ve ismini bir hikâye kahramanı olan Sindirella' dan almaktadır. Bu komplekse göre kadınlar, erkeklere göre daha bağımlı, korunması gereken, duygularının bastırıldığı bir yetiştirilme tarzında büyütüldüğü için aklını ve yaratıcılığını kullanmasının engellenmesinden kaynaklı yetişkinliğe dair korku ve endişe taşıması sindirella kompleksi olarak adlandırılıyor (Dowling, 2021). Dowling (2021) kendi deneyimleri üzerinden okuyuculara yazdığı kitabında bu komplekse ilişkin yetişkin olmanın anlamı, normlar ve yetiştirilme tarzının kadınları nasıl etkilediği ele alınmakla birlikte bu semptoma ilişkin kazanılan farkındalığın da kadınların özgürlüklerine dair adımlar atabilmesinin önemini belirtmektedir.

2.2.7. Puer ve Puella Sendromu

Analitik psikolojinin öne sürdüğü ‘‘puer sendromu’’, yetişkin bir erkeğin duygusal olarak ergen kalması, annesinden kopamaması, büyümeyi reddetmesi ve şimdiye kök salmaktan kaçınması ve iş hayatında, sosyal ve romantik ilişkilerinde bağ oluşturmaktan kaçınması, sorumlulukları reddetmesidir (Sharp, 1991). Sindirella Kompleksi ile benzer özellikler taşıyan ‘‘puella sendromu’’ ise Puer' in kadınlardaki karşılığı olarak yetişkin bir kadının duygusal olarak ergen kalması ve büyümeyi reddetmesini ifade eder (Sharp, 1991).

Ayrıca büyüme korkusuna ilişkin ilgili literatür incelendiğinde Smith ve diğerlerinin (2017) yapmış oldukları çalışma dikkat çekmektedir ve bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yetişkin olmakla ilgili korku ve endişe duyduklarını belirterek bu durumu ‘‘olgunlaşma korkusu/ büyümek istememe’’ olarak adlandırmışlardır.

Beliren yetişkinlik döneminin arada kalmışlığının ve yetişkin olmanın sorumluluğunun alınamamış olmasından ötürü daha çok beliren yetişkinin yaşadığı ifade edilen büyüme korkusunun (Daşçı, 2022) temelinde ebeveyn tutumlarının da etkili olduğu görüşü yer almaktadır. Aşırı korumacı, reddeden, ihmal eden veya eleştiren olumsuz ebeveyn tutumları kişinin kendisini yetersiz ve değersiz olarak algılamakta ve olumsuz temel inanca sahip olmasına neden olmaktadır. Olumsuz temel inanca sahip kişilerin ise yaşamda diğerleri ile sağlıklı ilişkiler kurmakta zorlandıkları ve sağlıklı bir ayrışma, bireyselleşme yaşayamadıkları ifade edilmektedir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018; Başbuğ vd., 2017).

2.2.8. Büyüme Korkusu ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Büyüme korkusu kavramına ilişkin ilgili literatür incelendiğinde, kavramın literatüre yeni kazandırılmış olması sebebi ile sınırlı sayıda çalışmaya ulaşılmaktadır. Ülkemizde büyüme korkusuna ilişkin yapılmış ilk çalışma, Ateş ve Özden-Yıldırım (2018) tarafından 18-35 yaş arasında bulunan kişilerin yetişkin olmaya ilişkin duydukları korkuyu ölçmeye yarayan ve ilgili analizler için toplamda 733 kişi ile çalışma yürütülen bir ölçek geliştirme çalışmasıdır. Bu çalışmanın sonucunda toplamda 14 maddeden ve sosyal-duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evliliğe karşı olumsuz tutumlar sergileme, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma şeklinde 4 alt boyuttan oluşan bir yapı elde etmişlerdir.

Hayran, (2020) beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin büyüme korkusu düzeyleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi inceleme amacıyla 753 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmada erken dönem uyumsuz şemaların büyüme korkusunu anlamlı derecede yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Ateş ve Özden-Yıldırım (2020) büyüme korkusu ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi inceleme amacıyla İstanbul'da yaşayan 400 kişi ile yaptıkları çalışmada, büyüme korkusu ile psikolojik belirtilerden hostilite, somatizasyon, olumsuz benlik ve depresyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiye rastlamışlardır. Büyüme korkusunun 4 alt boyutu ile de hostilite, somatizasyon, olumsuz benlikle ilgili belirtileri ve depresyon arasında pozitif yönde anlamlı ilişki, evliliğe karşı olumsuz tutum alt boyutu ile ise sadece anksiyete ve depresyon pozitif yönde anlamlı ilişki, büyüme korkusunu da sadece anksiyete ve depresyonun yordadığını ve cinsiyet değişkenin de her iki değişken içinde anlamlı farklılık göstermediğini ortaya koymuşlardır.

Özden-Yıldırım ve Ateş (2020) yapmış oldukları bir diğer çalışmada ise büyüme korkusu ile erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. 18-35 yaş arasında bulunan bireyler ile gerçekleştirilen bu çalışmada, büyüme korkusu ile kendini feda, cezalandırıcılık ve onay arayıcılık şemaları haricindeki duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, terkedilme, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şemaları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulgusunu elde etmişlerdir. Ayrıca büyüme korkusu ile algılanan ebeveynlik biçimleri arasında yer alan cezalandırıcı, kötümser/endişeli, aşırı izin verici/sınırsız, aşırı

koruyucu/evhamlı, küçümseyici/kusur bulucu arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Yeler (2021), 599 katılımcı ile, çeyrek yaşam krizinde büyüme korkusu ve psikolojik esnekliğin rolünü araştırdığı çalışmasında büyüme korkusu ve psikolojik katılığın çeyrek yaşam krizi puanlarını anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Daşçı'nın (2022) genç yetişkinlerde büyüme korkusu ile öz şefkat arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve kendini saklamanın aracı rolünü araştırdığı çalışmada 328 bireyden oluşan çalışma grubunda ilgili analizleri gerçekleştirerek, büyüme korkusu ile öz şefkat ve bilişsel esneklik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki, büyüme korkusu ile kendini saklama arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulgusuna ulaşmışlardır. Ayrıca öz şefkat ile bilişsel esneklik arasında pozitif yönlü; öz şefkat ile kendini saklama arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki görülmektedir.

Gümüş-Demir ve Akoğlu (2022) ise yetişkin bireylerde büyüme korkusu, ayrılık anksiyetesi ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada 171 kişiden oluşan çalışmanın sonucuna göre büyüme korkusu, yetişkin ayrılık anksiyetesi ve savunma mekanizmaları arasında anlamlı ilişki saptanmıştır.

Külekçioğlu (2022) ise beliren yetişkinlik döneminde bulunan 342 katılımcı üzerinden büyüme korkusunun yordayıcıları olarak bilişsel esneklik, duygusal zekâ, duygu düzenleme güçlüğü ve ayrılık kaygısını incelediği çalışmasında duygu düzenleme güçlüğü ve ayrılık kaygısı değişkenlerinin ise büyüme korkusunu pozitif yönde yordadığı, bilişsel esneklik ve duygusal zekâ değişkenlerinin büyüme korkusunu negatif yönde yordadığı bulgusuna ulaşmıştır.

Salman-Öztürk (2022) yaşları 18-29 aralığında değişen, beliren yetişkinlik döneminde bulunan 580 bireyin, üst düzey kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide dürtüselliğin ve büyüme korkusunun aracı rolünü araştırma amacıyla yapmış olduğu çalışmada ilgili analizlerin gerçekleştirilmesi ile üst düzey kişilik özelliklerinden esnekliğin öznel iyi oluş üzerindeki etkisinde büyüme korkusunun ve dürtüselliğin kısmi aracılık rolüne, diğer bir üst düzey kişilik özellik arasında yer alan durağanlığın ise öznel iyi oluş üzerindeki etkisinde büyüme korkusunun kısmi aracı rolü olduğu ancak durağanlığın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinde dürtüselliğin tümden aracılık ettiği sonucuna ulaşmıştır.

Şahin (2023), yetişkin bireylerde büyüme korkusu ile anksiyete ve yeme bozukluğu arasındaki ilişkiyi incelediği, 25-35 yaş arasında yer alan 400 yetişkin ile yürüttüğü çalışmada elde ettiği bulgular; büyüme korkusu ile anksiyete ve yeme bozukluğu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiye rastlarken aynı zamanda büyüme korkusunun yeme bozukluğu ve anksiyete için anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu yönündedir.

Son olarak Sabır (2024) ise beliren yetişkinlik döneminde büyüme korkusu ve benlik farklılaşma düzeyinin ikili ilişkilerdeki çatışma çözme becerilerine yönelik etkiyi inceleme amacıyla 18-29 yaş arasındaki daha önce ve hali hazırda romantik ilişki deneyimi yaşamış 228 katılımcıya ulaşmış ve araştırmanın sonucunda büyüme korkusu ile duygusal kopma, iç içe geçme, ben pozisyonu benlik farklılaşması düzeyi arasında negatif yönde anlamlı ilişki, benlik farklılaşması ile uzlaşma stili arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulgusuna ulaşmıştır.

2.3. Psikolojik Sağlamlık

2.3.1. Psikolojik Sağlamlık Kavramı Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması

Yirminci yüzyılın sonuna doğru paradigmaya uğrayan psikoloji bilimi, pozitif psikoloji gibi postmodernist uygulamalar ortaya çıkarmış ve insanın olumlu ve güçlü yönlerine odaklanmıştır (Karaırmak ve Siviş, 2008; Pan ve Chan, 2007). Modernist psikolojinin patoloji odaklı ve insanın güçlü yönlerini görmezden gelen anlayışına tepki olarak doğan pozitif psikoloji, davranış bilimlerinde bir değişim başlatmıştır (Pan ve Chan, 2007; Seligman, 2002). Modern anlamdaki pozitif psikoloji yaklaşımının kurucularından Seligman (1998), ruh sağlığı hizmetlerinin temel anlayışının sadece ruhsal rahatsızlıklara ilişkin bir müdahalede bulunma olmadığını belirtmektedir. Bireylerin dünyaya birtakım güçlü özellikler ile geldiğini belirterek bireylerin daha iyi ve daha mutlu hissetmelerine ilişkin çalışmalar yapılması gerektiğini vurgulayan Seligman (1999), psikolojik sorunların bireylerin güçlü taraflarını görmedikleri zaman ortaya çıktığını ifade etmektedir. Yıllar geçtikçe ilginin arttığı, hız kazanan pozitif psikoloji (Bacon, 2005; Seligman vd., 2005), bireylerin güçlü yönlerini ortaya çıkarmak ve iyi bir yaşam için gerekli ortamı sağlamak gibi ruh sağlığı alanının ihmal ettiği bu iki misyonu benimsemiştir (Seligman, 1999). Pozitif psikolojinin bir diğer temsilcilerinden Csikszentmihalyi (2009), bireylerin ruh sağlığını korumada güçlü yönlere odaklanılmasının daha etkili olduğunu belirtmektedir. Bireylerin güçlü yönlerini odağına alan pozitif psikolojinin iyilik hali, geleceğe ilişkin umut, uyum, iyimserlik gibi öznel deneyimlerle ilgili olduğu ifade edilmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000; Sheldon ve King, 2001). İyilik hali, geleceğe ilişkin umut, uyum,

iyimserlik gibi öznel deneyimlerle ilişkili olan pozitif psikolojinin kavramlarından biri olarak bireylerin zorlayıcı yaşantılar karşısında başa çıkma yeteneğini ifade eden psikolojik sağlamlık kavramı ortaya çıkmıştır (Karaırmak, 2006; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Yaşamın içerisinde insanlar tarih boyunca birçok zorlu deneyimle, örseleyici, yıkıcı ve stres verici olaylar ile karşılaşmış ve bu olaylara verdiği tepkiler, baş etme becerileri farklılık göstermiştir (Öz ve Bahadır-Yılmaz, 2009; Doğan, 2015). Bu farklılığın kaynağı ile ilgilenen araştırmacılar, insanların kendilerini toparlama ve hayatına yeniden devam edebilme gücü pozitif psikoloji akımında psikolojik sağlamlık kavramı ile izah edilmiştir (Doğan, 2015; Karaırmak, 2006).

Alan yazında birden çok tanımı bulunan psikolojik sağlamlık, Latince kökenli ‘‘resilience’’ kelimesinden türemiş olup, eski formuna dönme, geri sıçrama (Masten, 2015) ve esnek, elastiki olma (Hunter ve Chandler, 1999) manasını taşımaktadır. Türkçe alanyazında kendini toparlama gücü (Terzi, 2006), yılmazlık (Gürgan, 2006), dayanıklılık (Gökmen, 2009) ve psikolojik sağlamlık (Bulut vd., 2013; Gizir, 2007) şeklinde ifade edildiği görülmekle birlikte bu çalışmada psikolojik sağlamlık kavramı kullanılacaktır. Smith ve diğerleri (2008) tarafından psikolojik sağlamlık, stresli bir yaşantı sonrasında kendini toparlama olarak tanımlanmaktadır. Olumsuz bir yaşantı ile karşılaşan bireyin, yaşamındaki risk ve koruyucu faktörlerin bir araya gelerek bireyin yaşantısındaki değişikliğe uyumunu içeren psikolojik sağlamlık (Öz ve Yılmaz, 2009), kaygı ve yaşam deneyimleri ile yakından ilişkilidir (Demirsu, 2018; Şahin, 2019). Rutter’ a (2006) göre de stresli yaşam deneyimlerine rağmen nispeten iyi bir psikolojik sağlığa sahip olmak psikolojik sağlamlığın belirtisidir. Farklı boyutları içerdiği belirtilen psikolojik sağlamlığın, dinamik bir süreç olduğu ve geliştirilebilir özellikler içermesi, yapılan farklı tanımlar arasındaki ortak nokta olarak ifade edildiği görülmektedir (Gizir, 2007). Gelişimsel bir süreci içeren psikolojik sağlamlık, kritik yaşam dönemlerinde bireyin ortaya koyduğu işlevselliği, yetişkinlik döneminde sergileyecek olmasından kaynaklı bireyin yaptığı bir seçim değil, olumsuz yaşantı karşısında başa çıkma becerisine yardımcı olan tutum ve beceridir (Beauvais ve Oetting, 1999; Graber vd., 2015).

Richardson (2002), psikolojik sağlamlığın zaman içindeki değişim ve gelişimini dört dalgada izah etmektedir:

Birinci dalgada, araştırmacılar, psikolojik sağlamlığı yüksek olduğu düşünülen bireylerin, zorlayıcı yaşantılar karşısında hangi koruyucu faktörlere sahip olduklarına

odaklanarak bireylerin psikolojik sağlamlığını yordayan faktörleri tanımlamaya çalışmışlardır (Masten, 2011). Psikolojik sağlamlığın daha çok gelişim sürecine ilişkin araştırmaların yapıldığı ikinci dalgada ise araştırmacılar, çevresel faktörler odağında, risk ve koruyucu faktörlerin önemine ilişkin inceleme yapmışlardır (Masten, 2014). Üçüncü dalgada, postmodern ve çoklu disiplinler yaklaşımı ile kişilerin zorlayıcı yaşantılar yolu ile kendilerini gerçekleştirme ve olgunlaştırma sürecindeki motivasyonları ve içsel güç kaynaklarını ortaya çıkarma ve kullanılmasını sağlama üzerine araştırmalar yapılmıştır (Luthar vd., 2000; Richardson, 2002). Son olarak dördüncü dalgada ise psikolojik sağlamlığın genetik faktörler odağında irdelendiği çalışmalar yer almaktadır (Masten, 2014).

2.3.2. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler

Daha önce de ifade edildiği gibi gelişimsel bir süreç içerdiği belirtilen psikolojik sağlamlığın (Karaırmak, 2006), ortaya çıkabilmesi için gerekli olan *risk faktörleri*, bu risk faktörlerinin olası etkilerini azaltmaya yönelik *koruyucu faktörleri* bulunmaktadır.

Risk Faktörleri: Yaşamda meydana gelebilecek olumsuz, zorlayıcı hayat şartlarını öngören, ölçümlenebilecek hale getiren özellikleri ifade etmektedir (Tümlü ve Recepoğlu, 2013). Düşük sosyoekonomik düzey, genetik ruh sağlığı bozuklukları, işsizlik, boşanma ve stresli yaşam olayları risk faktörleri olarak nitelendirilmektedir (Masten ve Reed, 2002). Psikolojik sağlamlık kavramına ilişkin yapılmış önem arz eden araştırmalar arasında yer alan, çocuklar üzerinde gerçekleştirilen boylamsal bir araştırma olan Kauai araştırması, bireyi etkileyen farklı risk faktörlerini; doğum sırasında gerçekleşen komplikeler, anne-babanın psikolojik problemlerinin olması, alkol ve zorlu şartlarda yetiştirilme süreci olarak sınıflamaya tabi tutmuştur (Werner, 1993). İlgili alanyazında risk faktörlerinin pek çok farklı sınıflama tabi tutulduğu görülmekle birlikte bu çalışmada bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörleri şeklindeki Gizir (2007) tarafından yapılan sınıflamaya yer verilmiştir. Buna göre, bireysel risk faktörlerinde; erken doğum, kendini ifade etme yeteneğinin düşüklüğü, kalıtımsal bozukluklar, kaygılı olma ve etkili baş etme becerilerini kullanamama, olumsuz yaşantılar (Gizir, 2007; Tümlü ve Recepoğlu, 2013; Willis ve Burnett, 2016) yer alırken, ailesel risk faktörleri arasında; aile içinde bulunan hastalıklar, boşanma, ergenlik döneminde anne olma, şiddet, istismar, ihmal, tutarsız ebeveyn tutumu (Crosnoe ve Elder, 2004; Gizir, 2007; Tümlü ve Recepoğlu, 2013) çevresel risk faktörlerinde ise; doğal afet ve savaş gibi toplumsal yıkıcı olaylar, toplumsal şiddet, sosyoekonomik düzeyin düşüklüğü, toplumsal rol modelinin bulunmaması (Engle vd., 1996; Tümlü ve Recepoğlu, 2013) yer almaktadır.

Koruyucu Faktörler*:* Risk faktörlerinin olası sonuçlarını dengelemeye yarayan koruyucu faktörlerin tespit edilmesinin önem arz ettiği belirtilmekle birlikte (Garmezy, 1991) fiziksel iyi oluşu ve bireylerin ruh sağlığını desteklediği ifade edilmektedir (Earvolino-Ramirez, 2007). En dezavantajlı grupta yer alan bireyin de psikolojik sağlamlığı beklenenden farklı olarak yüksek olabilir, bunun nedenini risk ve koruyucu faktörlerin dengesine bakarak anlayabilir ve koruyucu faktörlerin bireyin yaşamında olumlu etkisinin önemine ilişkin bilgi sahibi olmamızı sağlayabilir (Beauvais ve Oetting, 1999). Gizir (2007) koruyucu faktörleri, bireysel, ailesel ve çevresel faktörler olmak üzere üç grupta sınıflamıştır. Buna göre bireysel koruyucu faktörler arasında; kişinin mizah duygusunun bulunması, özsaygı, umut, iyimserlik, empati, yaşam hedeflerinin olması, geleceğe ilişkin olumlu beklentiler içerisinde olma, sorumluluk bilincine sahip olma yer almaktadır (Friborg vd., 2005; Garmezy, 1987; Gizir, 2007; Rutter, 2006). Ailesel koruyucu faktörler ise; çocuğa ilişkin gerçekçi ve yüksek beklentiler, olumlu ebeveyn tutumları, olumlu aile ortamı ve ilişkileri, ailede genetik psikolojik bozukluk bulunmaması olarak ifade edilmektedir (Gizir, 2007; Herrman vd., 2011; Karaırmak, 2006). Çevresel koruyucu faktörler arasında; akran desteği, sosyal yaşamında destekleyici tutuma sahip yetişkin ile iletişimde bulunma, kaliteli eğitim ve sağlık hizmetleri bulunmaktadır (Garmezy, 1987; Gizir, 2007).

Olumlu Sonuçlar: Zorlu çevresel şartlara ilişkin kişinin sergilediği uyum örüntüsü ve yetkinlik (competence) olarak ifade edilen olumlu sonuçlar, yüksek yaşam doyumu, sağlıklı sosyal ilişkiler, gelişimsel dönem özelliklerinin gerektirdiği görev ve sorumlulukları gerçekleştirme, akademik başarı sergileme gibi ölçütler ile ilgilidir (Luthar ve Cushing, 1999; Masten ve Coastworth, 1998; Masten ve Reed, 2002; Masten, 2014).

Psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin özelliklerine ilişkin yapılan araştırmalarda, bu kişilerin girişken, uyumluluk, özgüvenli, öz-yeterliliği yüksek zorlayıcı yaşantı sonrasında yaşamdaki görevlerini sürdürebilen, özerk, maneviyat düzeyi yüksek, stresli durumlarda duygu yönetimini sağlayabilen bireyler olarak ifade edilmektedir (Masten ve Coastworth, 1998; Ungar vd., 2005).

2.3.3. Psikolojik Sağlamlık ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Psikolojik sağlamlık kavramına ilişkin ilgili literatür incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelendiği bir çalışmada mutluluk ve algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlamlık ile pozitif yönde anlamlı ilişki buldukları görülmüştür (Aydın ve Egemberdiyeva, 2018). Benzer şekilde psikolojik sağlamlık ile

algılanan sosyal destek arasında yapılmış birden fazla çalışmada anlamlı ilişki bulunduğu görülmüştür (Bulut, 2016; Terzi, 2008; Wilks, 2008).

Togo ve diğerleri (2018) spor bilimleri okuyan öğrenciler üzerinde yaptıkları bir araştırmada psikolojik sağlamlık ve umut arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir ve yaptıkları korelasyon analizi sonucunda psikolojik sağlamlık ve umut arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir.

Güloğlu ve Karaırmak (2010) tarafından yapılmış bir çalışmada 410 üniversite öğrencisi ile psikolojik sağlamlık ile benlik saygısının yalnızlığı yordadığı tespit etmişlerdir. Psikolojik sağlamlık ile yalnızlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulmuşlardır.

Beliren yetişkinlerle yapılmış bir çalışmada 309 üniversite öğrencisinden elde edilen sonuçlara göre stres ile tükenmişlik arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın algılanan stres ve öğrenci tükenmişliği arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunduğu ve psikolojik sağlamlığın öğrenci tükenmişliği ile algılanan strese aracılık ettiği bulunmuştur (Çelikkaleli, 2020).

Durak (2021) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış bir çalışmada ise psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiş ve psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumuna öz-yeterliğin aracılık ettiğini bulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin ebeveynleşme yaşantıları ile psikolojik dayanıklıkları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada elde edilen bulgulara ebeveynleşme yaşantılarının psikolojik dayanıklılığı yordadığı ifade edilmektedir (Sarıkaya, 2019).

Şeker ve Çapri (2023), 336 beliren yetişkin ile yapmış oldukları çalışmada kariyer uyumluluğu ile yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide umudun aracı rolünü test etmişlerdir. Elde ettikleri bulgulara göre yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki ve umudun aracılık rolünü de tespit etmişlerdir.

Beliren yetişkinlik döneminde bulunan 392 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada psikolojik sağlamlık ile beş faktör kişilik kuramının alt boyutları ile ilişkisi incelenmiş ve psikolojik sağlamlık ile deneyime açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, uyumluluk ve nevrotiklik faktörleri arasında anlamlı ilişki bulunmuş, nevrotiklik, dışa dönüklük ve sorumluluk faktörlerinin ise psikolojik sağlamlığı yordadığı ifade edilmiştir (Ercan, 2017).

Psikolojik sağlamlığa ilişkin yurt dışında yapılan çalışmaların genellikle psikolojik sağlamlığı etkileyen koruyucu faktörler ve risk faktörleri bağlamında ele alındığı; ebeveynlerinde ruhsal bir problemi bulunan dolayısıyla risk grubunda olan çocukların uyumsal işleyişinin incelendiği (Beardslee ve Podorefsky, 1988), düşük sosyoekonomik düzeye sahip çocukların incelendiği (Garmezy, 1993) ve travma geçirmiş genç yetişkinler ile psikolojik sağlamlığın ilişkisinin incelendiği görülmüştür. Koruyucu faktörleri ortaya koyan bir çalışma da ise Garmezy (1987) tarafından gerçekleştirilmiş ve yüksek zekâ düzeyi, yüksek sosyoekonomik düzeyi, destekleyici aile yapısını kişinin psikolojik sağlamlığını artırmaya yardımcı koruyucu faktörler olduğunu bulmuştur.

Kirmani ve diğerleri (2015), bir grup kadın üniversite öğrencilerinin umut, psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçladığı çalışmada, umut ile psikolojik sağlamlık arasında, umut ile öznel iyi oluş arasında ve psikolojik sağlamlık ile iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğunu tespit etmişlerdir.

2.4. Umut

2.4.1. Umut Kavramının Ortaya Çıkışı ve Tanımlanması

Modern anlamdaki pozitif psikoloji Seligman ve Csikszentmihalyi (2000) tarafından ortaya konmuş ve bireylerin olumlu yönde gelişmesine katkı sağlayan faktörlere ve süreçlere odaklanmıştır (Gable, 2005; Seligman, 2011). Psikoloji alanının odağını, bireyin güçlü yönlerine, umuda, uyuma, iyimserlik ve iyilik hali gibi öznel deneyimlere çeken pozitif psikolojinin (Seligman ve Csikszenymihalyi, 2000; Sheldon ve King, 2001) önemli bir değişiklik yaptığı yadsınamamakla birlikte bireyin olumlu yönlerine ilişkin odağın modern bir buluş olmadığı ifade edilmektedir (Nazir, 2020). Nazir (2020), olumlu yönlere odaklanmanın doyum ve mutluluk meselelerini inceleyen Aristoteles (saadet-iyi ruh hali\ eudaimonia) ve Epikuros' un henodizmi (hazcılık) ile Antik Yunan' a dayandığını ve psikoloji alanında ise Hümanistik psikolojinin olumlu kişilik özelliklerini araştırmasına dayandığını belirterek bu fikrini desteklemektedir. Hümanistik psikolojinin öncülerinden Abraham Maslow (1954) pozitif psikoloji kavramından bahseden ilk kişidir. Olumlu mesaj veren bir diğer araştırmacı Victor Frankl (1992), insanın anlam arayışını odağa alarak kurduğu psikoterapi modeli ile bu kanıyı desteklemektedir. Ayrıca yaşamın anlamına ilişkin çalışmaları ile Baumeister (1991) ve Yalom (1980) gibi daha birçok varoluşçu yaklaşımı benimseyen araştırmacı, psikoterapist olumluya odaklanmışlardır (Nazir, 2020). Sonuç olarak gelişimini, bazı hümanistik ve varoluşçu yaklaşımı benimseyen araştırmacıların tetiklediği modern anlamdaki pozitif psikolojinin (Diener vd., 1999; Nazir, 2020) ele aldığı

alt dallardan biri olan bu çalışmanın da konusu olan umut; felsefe, sosyoloji, din, mitoloji gibi alanlarda da yerini almış bir kavramdır.

Tarihteki yeri eskilere dayanan umut, Yunan mitolojisinde, Pandora'nın Kavanozu metaforu ile açıklanmaktadır. Hikâyeye göre bir ölümlünün ateşi çalması sebebiyle sinirlenen Zeus, Pandora isimli bir kadını elinde hiç açmaması gerektiğini belirttiği bir kavanoz ile dünyaya gönderir. Ancak Pandora merakına engel olamaz ve kavanozu açar, açması ile bütün kötülükler (hastalık, intikam, yalan, kıskançlık gibi) dünyaya yayılır. Pandora kapağı hızla kapatırken son anda umut kavanozda kalır, dolayısıyla umut artık bütün kötülüklerin içinde insanlara kalmış tek iyilik olmuştur (Snyder, 2000).

Felsefede ise umut, Platon tarafından yoldan çıkarıcı, Aristo tarafından aldatıcı, Nietczhe tarafından yanıltıcı ve acı verici, Spinoza tarafından ise cehaletin beslediği bir haz olduğu şeklinde olumsuz bir kavram olarak nitelendirilmektedir (Tan, 2014; Tarhan, 2012). Imanuel Kant' ın, umudu insanın rasyonel bir parçası olarak görmesi, Kierkegaard' ın ise umutsuzluğu ölümcül bir hastalık olarak görmesi, umudu da sevgi tarafından beslenip ortaya çıkan bir duygu olarak görmesi onları umuda ilişkin olumlu betimlemeler yapan felsefeciler olarak nitelendirmemizi sağlamaktadır (Gülten, 2014; Tan, 2014). Gazali ise umudu, yaşama ve geleceğe ilişkin inanç olarak ifade etmekle birlikte umudun gerçekleşmesi muhtemel olan durumlarda çaba ve beklenti içinde olma şeklinde tasavvur etmektedir (Gazali).

Dinde umut kavramı inançtan temelini alan (Scioli, 2020) Hem İslamiyet' te hem de Hristiyanlık' ta Yaradan' a olan güveni temsil eden önemli bir niteliktir. İslamiyet' te Allah' a güven ve teslimiyet yer alır ve ümitsizliğin haram kılındığına dair ayetler Kur'an-ı Kerim' de yer almaktadır. Örneğin; ''Biz seni hak ile müjdeledik. O halde artık sen ümit kesenlerden olma! dediler.'' (Hicr Suresi, 55) ayeti ile bu durum sabittir. Hristiyan öğretilerinde umut, Tanrı' nın evrendeki yansıması olarak görülmektedir ve insanların düşünce biçimini etkilemektedir (Snyder vd., 1999).

Pozitif psikolojide ise umut, 1960' lı yıllarda işlevsellik kazanan, ölçümlenebilen ve problem çözmede kullanılabilen bir konumdadır (Snyder, 1995). Beliren yetişkinlik döneminde bulunan kişilerin geleceğe ilişkin iyimser bir tavır sergilediği, istediği yaşamı kurabileceği ve hayallerini gerçekleştirebileceğine ilişkin yüksek beklentiler içinde oldukları, büyük umutlar taşıdıkları belirtilmektedir (Arnett, 2000; Arnett, 2004). Umut, problemler üzerinde önleyici işlevi bulunan (Snyder vd., 2000) ve beklenti duygusu ile

ilişkilendirilen (Bloch, 2007), temel yaşama amacı (Roberts ve Robins, 2000) olarak tasvir edilmektedir. Literatürde birden çok tanımı bulunan umut kavramı, Synder ve diğerleri (2002) tarafından alternatif yollar düşüncesi, eyleyici düşünce ve amaçlar olmak üzere 3 boyutta açıklanmaktadır. Synder' a (2002) göre umut; kişinin hedefine yönelik düşünce türü olup, kişinin hedefine giden yolu üretip bu yolu harekete geçirme ve bu yolu sürekli olarak kullanma şeklinde tanımlanmaktadır. Frankl (2000) tarafından ise umut, kişinin çabalamaya değer bulduğu bir amacı gerçekleştirmek üzere mücadelede bulunması şeklinde tanımlanmıştır. Ayrıca umut düzeyi yüksek kişilerin yaşam amaçlarının daha fazla olduğu ve yaşamdaki amaçları için strateji üretebilen, zorluklarla başa çıkabilme gücünün daha fazla olduğu ifade edilmektedir (Synder vd., 1991). Ayrıca umut, psikolojik sağlamlığın bir boyutu olarak, olumsuz yaşam deneyimlerine karşı tampon işlevi gören bir yapıdır (Padilla-Walker vd., 2011).

Geliştirilebilir bir duygu olan umut, zor şartlar altındaki kişilerin hayatını devam ettirebilmeleri için geleceğe ilişkin hedefler belirlemesine dolayısıyla hayatına katkıda bulunmasına sebep olmaktadır (Feldman ve Dreher, 2012; Frankl, 2000). Sisk ve Malone' da benzer şekilde (2018) umudun, kişilerin hedeflerine ulaşabilmesi için gerekli çabayı göstererek ilgili motivasyona sahip olması ve hedeflerin gerçekleştirilebileceğine ilişkin pozitif zihinsel durum olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda umut, olumlu düşünmekten daha fazlasıdır (Strauss vd., 2015).

Pozitif psikoloji kişilik özelliklerini ölçümlemede bilimsel kavram eksikliği yaşarken Seligman (2002), bireyin davranışlarına ilişkin temel kavramın karakter olduğunu ifade etmiş ve ölçümlenebilir bir envanter (VIA Strengths Envanteri) ortaya koymuşlardır (Peterson ve Seligman, 2004). Böylelikle 6 erdem ve 24 karakter gücünden oluşan bir sınıflama yapmışlardır (Peterson ve Seligman, 2004). Erdemler; bilgelik, cesaret, insaniyet, adalet, ölçülülük ve aşkınlık olarak ifade edilen ahlaki değerleri içerirken, karakter güçleri ise; erdemleri tanımlayan birtakım psikolojik süreçler mekanizmalardır (Peterson ve Seligman, 2004; Sudartini, 2018). Karakter güçlerinden biri olan umudu, Peterson ve Seligman (2004), aşkınlık erdeminin altında sınıflamışlardır ve aşkınlığı, evren ile bağlantı sağlayan, başkalarının ve kendisinin yaşam biçimini takdir etmemizi sağlayan yeterlilik olarak belirtmişlerdir. Hayata anlam kattığı ifade edilen aşkınlık erdeminin karakter güçlerinden olan umut, geleceğe ilişkin iyi bir beklenti içinde olma ve bunu gerçekleştirmek için çalışma olarak tanımlanmıştır (Peterson ve Seligman, 2004). Ayrıca karakter güçlerinin

kendi arasında pozitif bir ilişkiye sahip olduğu dolayısıyla birbirinin gelişimine katkıda bulunduğu belirtilmektedir (Niemiec, 2013).

2.4.2. Umuda İlişkin Kuramlar ve Yaklaşımlar

Umut kavramına ilişkin ifade edilen kuramlar ve yaklaşımlar genel olarak bilişsel ve duygusal olmak üzere iki boyutta açıklandığı, ancak duygusal ve bilişsel olmak üzere iki boyutlu bir yapı olarak gören ilk araştırmacı Frank (1968) olduğu, umuda ilişkin en kapsamlı kuramında C.R. Snyder' e ait olduğu bilinmektedir.

Snyder (2002) umuda ilişkin ortaya attığı modelde umudu, motivasyonel ve bilişsel bir yapı içeren bir yaklaşım ile tanımlamıştır ve 3 boyuttan bahsetmiştir:

1. **Amaç:** Modele ait bilişsel boyutu oluşturan amaçlar, yaşamda başa çıkma ve öğrenmenin temelini içeren, açıkça ifade edilebilen hedefleri, zihinsel faaliyetleri kapsar (Snyder, 2002). Amaçları olumlu ve olumsuz amaçlar olmak üzere ikiye ayıran Snyder (2002), olumlu amaçları; ilk kez düşünülen amaç, mevcut amacı sürdürmeye çalışılan amaç ve ilerleme gösterdiği amaca ilişkin sürekli ilerlemeye arzulayan amaç, olumsuz amaçları ise; bir duruma gerçekleşmeden önce engel olma isteği ve gerçekleşmeden önce engel olmayı gerçekleştirmek şeklinde belirlemiştir.
2. **Alternatif Yollar Düşüncesi:** Kişinin oluşturduğu hedefe ulaşmasına ilişkin ürettiği planlama yeteneğidir (Snyder, 2000). Hedefe ulaşma ilişkin üretilen planlar işe yaramadığında, engel çıktığında yüksek umut düzeyine sahip kişi, çıkan engelleri ortadan kaldırmak için daha fazla plan üretebilir dolayısıyla umut düzeyi yüksek kişiler umut düzeyi düşük olan kişilere göre daha etkili ve hızlı plan üretebilmektedirler (Snyder vd., 2002).
3. **Eyleyici Düşünce:** Umuda ilişkin modelin motivasyonel bileşeni olan eyleyici düşünce, hedefe ulaşmaya ilişkin hareketi sağlayacak ve sürdürecek olan güdü, motivasyon olarak tanımlanmakla birlikte çıkan engellerde kişiyi farklı yollar aramaya iten güç ve hedefe ulaşmaya ilişkin arzudur (Snyder, 2002).

Snyder' in modeline göre umut etme, bireyin oluşturduğu amacı gayret etmeye değer bulması ile başlar ve ilgili motivasyon bireyi amaca götürecek bir yol bulmaya yöneltir (Snyder, 2002). Bu bağlamda yüksek düzeyde umudun ortaya çıkması için amaca giden yollar ve amaca götürecek olan motivasyonel düşüncenin var olması gerekir dolayısıyla alternatif düşünce veya eyleyici düşüncenin tek başına var olması yeterli değildir (Snyder, 1995).

Umudun, birbirinden bağımsız veya ilişkili olarak çalıştığı, duygu ve hisler ile ilişkili *duyuşsal boyut*, bilişsel stratejileri ve düşünme süreçlerini içeren *bilişsel boyut*, eylemleri ve davranışsal faaliyetleri içeren *davranışsal boyut*, zaman deneyimi ile ilişkili *geçici boyut* ve hayat koşullarını ve durumlar üzerine kurulu bağlamı içeren *bağlamsal boyut* olmak üzere altı boyutlu yapıdan oluştuğunu ifade eden Dufault ve Martocchio (1985), umudu yaşam gücü olarak tanımlamış ve karmaşık bir model uyarlamıştır. Averill ve diğerleri (1990) umudu, bilişsel sürece sahip olan, evrensel tecrübeler ile ilişkili, davranışı güdüleyen bir duygu olarak tanımlaması sebebi ile duygu odaklı bir yaklaşım olarak değerlendirilmektedir.

Bilişsel temalar odağında oluşturulan, Stotland (1969) tarafından geliştirilen ‘‘Bilişsel Beklenti Modeli’’, umudu tek boyutlu bir fenomen olarak görmektedir ve umudun esasının “Bir amaca ulaşmak için sıfırdan büyük bir beklenti içinde olmak.’’ olarak izah etmektedir. Dolayısıyla amaca ulaşmaya ilişkin yüksek düzeyde algı, yüksek umut düzeyini ifade etmektedir (Snyder, 1995).

Umudu duygu odaklı bir yaklaşım ile tek boyutlu ve duygusal içerikli umut olmak üzere iki grupta açıklayan ‘‘Lazarus Umut Kuramı’’, ilgili motivasyon ve isteğin tek başına yetersiz kaldığını, gerçekleşeceğine ilişkin inanca sahip olunması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu bağlamda umudu, inanç ile temellendirerek, bireyin en olumsuz koşullarda dahi umut etmeyi başarabileceğini ifade ederek bireyin baş etme kaynaklarından biri olduğunu vurgulamaktadır (Lazarus, 1999).

2.4.3. Umut ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Umut kavramına ilişkin ilgili literatür incelendiğinde, Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilen, Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından uyarlanan ‘‘Sürekli Umut Ölçeği’’ uyarlama çalışması, mevcut çalışmada kullanılmış olmakla birlikte umut ile ilgili nicel çalışmalarda sıklıkla kullanıldığı görülmektedir. Uyarlama çalışmasını gerçekleştiren Tarhan ve Bacanlı, umut kavramını tanımlama amacıyla ilkokul, ortaokul, lise ve yüksek öğrenim öğrencilerinden oluşan 476 katılımcı ile bir nitel çalışma gerçekleştirmişlerdir (Tarhan ve Bacanlı, 2016). Bu çalışmanın sonucunda farklı yaş ve eğitim düzeyinde bulunan öğrencilerin, ait oldukları gelişim döneminin özelliklerine, sosyoekonomik durumlarına ve kültürel ortamlarına göre umut ile ilgili tanımlarının farklılık gösterdiğini bulmuşlardır (Tarhan ve Bacanlı, 2016). Katılımcılar umudun hayata anlam kattığını, geleceğe yönelik olumlu beklenti içerdiğini, amaçlara ulaşmak için çaba gösterme ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir (Tarhan ve Bacanlı, 2016).

Şahin ve diğerlerinin (2012), umudun ve yaşamda anlamın öznel iyi oluş üzerindeki etkisini incelemek amacıyla 285 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdikleri çalışmada elde ettikleri bulgulara göre, umudun ve yaşamda anlamın öznel iyi oluşu yordamaktadır. Sarı ve Tunç (2016) ise toplamda 247 üniversite öğrencisinin katılım gösterdiği çalışmalarında psikolojik iyi olmanın umudu pozitif olarak yordadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Şen-Baz (2019), 249 üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu bir çalışmada, umudun ve kariyer kararı öz-yeterliğinin yaşam doyumunu yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Özban ve Üzbe-Atalay (2022) ise üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluş ile pozitiflik arasındaki ilişkide umudun aracı rolüne dair araştırma yaptıkları çalışmalarında 339 üniversite öğrencisine ulaşarak psikolojik iyi oluş ile pozitiflik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu ve umudun bu ilişkiye aracılık ettiğini ortaya çıkarmışlardır.

İşgör ve diğerleri (2022), üniversite öğrencilerinin umut ve kişilik özelliklerinin azim düzeyleri üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirdikleri çalışmada, çalışmaya katılım sağlayan 249 üniversite öğrencisinin azim düzeylerini umut ve kişilik özelliklerinin yordadığını, umut ve kişilik özelliklerinin azim düzeylerindeki varyansın (değişimin) %43' ünü açıkladığı bulgusuna ulaşmışlardır. Yılmaz ve Ekinci (2023), beliren yetişkinlikte umut ve şükranın depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini yordayıp yormadığını incelemek amacıyla gerçekleştirdikleri çalışmanın sonucunda umudun depresyon, anksiyete ve stresi yordadığı ve şükranın ise depresyon ve stresi yordadığını ortaya koymuşlardır.

Mutlu (2017), 762 üniversite öğrencisinin özel yaşam alanlarına ilişkin umut düzeyleri ile stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkiyi incelediği tez çalışmasında, özel yaşam alanlarından romantik ilişkiler yaşam alanında, erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha fazla umutlu olduğunu, aile yaşam alanında ise kız öğrencilerin erkek öğrencilerine göre daha yüksek düzey umuda sahip olduğunu ve özel yaşam alanlarından romantik ilişkiler ve sosyal ilişki alanlarındaki umutlarının stresle başa çıkma tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Şakar (2019), üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği tez çalışmasında özel yaşam alanları umut düzeyleri, çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anıları, kişilik özellikleri ve algıladıkları duygusal istismar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde ettiği bulgular sonucunda, üniversite öğrencilerinin umut düzeyleri ile çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anıları ile dışadönüklük kişilik özelliği, deneyime açıklık kişilik özelliği, yumuşak başlılık kişilik özelliği, sorumluluk kişilik özelliği ve algılanan duygusal istismar arasında pozitif

yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğunu ayrıca çocukluk dönemi mutluluk anıları, dışadönüklük, deneyime açıklık, sorumluluk, duygusal dengesizlik ve algılanan duygusal istismarın bütününün üniversite öğrencilerinin umut düzeylerini yordadığı, umut düzeylerine ilişkin varyansın %37' sini açıkladığını ifade etmiştir.

Satıcı (2016), psikolojik kırılganlık, psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide umudun aracılık rolünün olup olmadığını incelemek amacıyla 332 üniversite öğrencisi örneklemi üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında elde ettiği bulgulara göre, umudun psikolojik sağlamlık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye tam aracılık rolü üstlendiğini ve umudun psikolojik kırılganlık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolünü tespit etmiştir.

Yurt dışında ilgili literatür incelendiğinde ise, umuda ilişkin ilk bilimsel olarak yapılan çalışma Frankl tarafından gerçekleştirilen psikiyatri alanında yapılan çalışmadır. Frankl ikinci dünya savaşının kendisinde bıraktığı etkileri ve Auschwitz kampında şahit olduğu deneyimlerinden yola çıkarak yazdığı ‘‘Man's Search for Meaning'' (Anlam Arayışı) adlı kitabında bireyin hayatta kalma gücünü umuttan aldığını ve umudunu yitirdiği takdirde yaşamın anlamını da yitirdiğini belirtmektedir (Frankl, 1985). Umuda ilişkin kapsamlı çalışmaların yapılması ise Snyder (2002) tarafından gerçekleştirilmiştir ve umudu 3 boyutta açıklayan bir yaklaşım ortaya koymuştur.

Ayrıca yurt dışında yapılan çalışmalar arasında fiziksel sağlık sorunu yaşayan bireyler ile umudun incelendiği birden çok çalışma olduğu görülmekle birlikte bu çalışmalarda, bireylerin hastalıkları ile başa çıkmalarında umut düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu, olumlu başa çıkmada umudun etkili olduğu görülmektedir (Ballard vd., 1997; Benzein ve Berg, 2005; Herth, 1989). Dwivedi ve Rastogi (2016), beliren yetişkinlerde umut ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında umudun yaşam doyumunu yordadığı bulgusuna ulaşmışlardır. Karaman ve diğerleri (2020) Latin üniversite öğrencileri örnekleminde gerçekleştirdikleri çalışmalarında umut ve yaşamın anlamı ile yaşam doyumu arasına pozitif yönlü anlamlı ilişkiye rastlamışlardır ayrıca umudun yaşam doyumu ve yaşamın anlamı değişkenlerine aracılık ettiğini ortaya koymuşlardır.

BÖLÜM III: YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları ile büyüme korkuları arasındaki ilişkide umudun aracı rolünü incelemeye yönelik ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkilere yönelik olan, değişkenler arasındaki ilişkiyi, ilişkinin derecesini ve birbirlerini etkileme durumunu betimleyen araştırma modelidir (Büyüköztürk vd., 2016; Creswell, 2017). Araştırmada psikolojik sağlamlık bağımsız değişken, büyüme korkusu bağımlı değişken ve umut ise aracı değişkendir. Bağımlı, bağımsız ve aracı olarak tanımlanan değişkenler arasındaki ilişkileri ve kuramsal çerçeveye dayalı olarak oluşturulan modelin doğruluğunu test etmek amacıyla Yapısal Eşitlik Modellemesinden (YEM) yararlanılmıştır. İkincil nesil veri analizi tekniği olarak ifade edilen yapısal eşitlik modellemesi; birden çok bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesine olanak tanıyan, yeni modellerin oluşturulması ve modeldeki ilişkilere yönelik aracılık ve düzenleyicilik etkileri ortaya çıkaran bir yaklaşımdır (Anderson ve Gerbing, 1988; Bagozzi ve Fornell, 1982).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 18-29 yaş arasındaki beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini kolayda örnekleme yönteminden faydalanılarak ulaşılan 232 kadın (%72,5) ve 88 erkek (%27,5) oluşturmaktadır. Ana kütle içerisinden seçilecek örnek kesimin araştırmacının yargılarınca belirlendiği tesadüfi olmayan örnekleme yöntemi olan kolayda örnekleme, tesadüfi örnekleme yöntemlerine göre ulaşılabilirliği ve uygulama yönünden kolay ve ekonomiktir (Fraenkel vd., 2012; Gravetter ve Forzano, 2018). Tüm katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlamışlardır. Katılımcılara ait bilgiler Tablo 3.1.' de sunulmuştur.

Tablo 3.1. Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Değişken	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	232	72.5
	Erkek	88	27.5
	Toplam	320	100.0
Yaş	18	5	1.5
	19	20	6.3
	20	36	11.3
	21	56	17.5
	22	79	24.7
	23	49	15.3
	24	27	8.4
	25	13	4.1
	26	17	5.3
	27	7	2.2
	29	11	3.4
	Toplam	320	100.0
Sosyoekonomik Düzey	Yüksek	7	2.2
	Üst Orta	42	13.1
	Orta	207	64.7
	Alt Orta	53	16.6
	Düşük	11	3.4
	Toplam	320	100.0
Ailedeki Doğum Sırası	İlk Çocuk	122	38.1
	Ortanca Çocuk	89	27.8
	Son Çocuk	85	26.6
	Tek Çocuk	24	7.5
	Toplam	320	100.0
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Demokratik	114	35.6
	İlgisiz	36	11.3
	Aşırı Korumacı	65	20.3
	Mükemmeliyetçi	33	10.3
	Baskıcı	33	10.3
	Otoriter	39	12.2
	Toplam	320	100.0
Anne Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	7	2.2
	Lisans	47	14.7
	Lise	77	24.1
	Ortaokul	62	19.4

	İlkokul	127	39.7
	Toplam	320	100.0
Baba Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	15	4.7
	Lisans	57	17.8
	Lise	101	31.6
	Ortaokul	64	20.0
	İlkokul	83	25.9
	Toplam	320	100.0
Üniversite Türü	Devlet	235	73.4
	Özel-Vakıf	85	26.6
	Toplam	320	100.0
Psikolojik Yardım Alma	Evet	115	35.9
	Hayır	205	64.1
	Toplam	320	100.0

Tablo 3.1.' de görüldüğü üzere katılımcı grubunun cinsiyet değişkeni açısından 282' si (%72.5) kadın, 88' i (27.5) erkektir. Katılımcıların 5' i 18 yaşında (%1.5), 20' si 19 yaşında (%6.3), 36' sı 20 yaşında (%6.3), 56' sı 21 yaşında (%17.5), 79' u 22 yaşında (%24.7), 49' u 23 yaşında (%15.3), 27' si 24 yaşında (%8.4), 13' ü 25 yaşında (%4.1), 17' si 26 yaşında (%5.3), 7' si 27 yaşında (%2.2), 11' i ise 29 yaşında (%3.4) arasında yer almaktadır. Sosyoekonomik düzey değişkenine bakıldığında, katılımcıların 11'i (%3.4) düşük, 53' ü (%16.6) alt-orta, 207'si (%64.7) orta, 42'si (%13.1) üst-orta, 7' si (%2.2) yüksek düzeye sahip olduğunu belirtmiştir. Ailedeki doğum sırasına göre de ilk çocuk 122 kişiden (%38.1), ortanca çocuk 89 kişiden (%27.8), son çocuk 85 kişiden (%26.6), tek çocuk ise 24 kişiden (%24.5) oluşmaktadır. Çocuk büyütme tutumuna göre de 114 kişinin (%35.6) demokratik, 36 kişinin (%11.3) ilgisiz, 65 kişinin (%20.3) aşırı korumacı, 33 kişinin (%10.3) mükemmeliyetçi, 33 kişinin (%10.3) aşırı baskıcı, 39 kişinin ise (%12.2) otoriter ebeveyn tutumuna sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların anne eğitim düzeyleri, lisansüstü 7 kişi (%2.2), lisans 47 kişi (%14.7), lise 77 kişi (%24.1), ortaokul 62 kişi (%19.4), ilkokul 127 kişi (%39.7) şeklindedir. Katılımcıların baba eğitim düzeyleri ise lisansüstü 15 kişi (%4.7), lisans 57 kişi (%17.8), lise 101 kişi (%31.6), ortaokul 64 kişi (%20.0), ilkokul 83 kişi (%25.9) olduğu görülmektedir. Öğrenim görülen üniversite türüne göre ise katılımcılardan 235 kişi (%73.4) devlet üniversitesinde öğrenim gördüğünü, 85 kişi ise (%26.6) özel-vakıf üniversitesinde eğitim gördüğünü belirtmişlerdir. Psikolojik yardım alma değişkeni

açısından da incelendiğinde 115 kişinin (%35.9) daha önce psikolojik yardım aldığı, 205 kişinin ise (%64.1) yardım aldığı görülmektedir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcılara ilişkin demografik bilgileri edinme amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeylerini incelemek için Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (Doğan, 2015), büyüme korkusu düzeylerini incelemek için Büyüme Korkusu Ölçeği (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018) ve umut düzeylerini incelemek için ise Sürekli Umut Ölçeği (Tarhan ve Bacanlı, 2015) kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcılardan cinsiyet, sosyoekonomik düzey, ailedeki doğum sırası, algılanan ebeveyn tuutmu, anne baba eğitim düzeyi, öğrenim gördükleri üniversite türü (devlet\ özel-vakıf) ve psikolojik yardım alıp almama gibi bilgileri oluşturulan kişisel bilgi form aracılığı ile toplanmıştır. EK-1'de sunulmuştur.

3.3.2. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilmiş ve Doğan (2015) tarafından Türkçe' ye uyarlanan, kişilerin psikolojik sağlamlığını ölçmeye yarayan öz-bildirim tarzı bir ölçme aracıdır. Uyarlama çalışması yaş aralığı 17-32 yaş arasında değişen 295 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Tek faktörlü yapıya sahip bu ölçek toplamda 6 maddeden oluşmaktadır. "Hiç uygun değil" (1), "Uygun Değil" (2), "Biraz Uygun" (3), "Uygun" (4), "Tamamen Uygun" (5) şeklinde 5' li Likert tipi cevaplandırma seçeneklerine sahiptir. Ters kodlanan maddelerin (2. madde, 4.madde, 6.madde) çevrilmesi ile ölçekten alınan yüksek puan yüksek psikolojik sağlamlığı işaret etmektedir. Ölçeğin yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda özgün formda olduğu gibi Türkiye örneklemi için de tek faktörlü yapıyı koruduğu ve görülmektedir. Toplam varyansın %54' ünü açıklayan tek faktörlü yapıda ölçek maddelerinin faktör yükleri .63 ve .79 arasında değişmektedir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indekslerinin, χ^2/df (12.86/7) = 1,83, NFI = 0.99, CFI = 0.99, IFI = 0.99, RFI = 0.97, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.05, SRMR = 0.03 olduğu görülmektedir. Ölçeğin güvenirliği ise iç tutarlık katsayısının hesaplanması ile incelenmiş ve iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Dolayısıyla ilgili analizlerin sonuçları değerlendirildiğinde ölçeğin Türkçeye uyarlamasının

psikolojik sağlamlığı ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu görülmektedir (Doğan, 2015). Ölçeğin maddeleri EK-2'de yer almaktadır.

Mevcut çalışmada güvenirlik analizinin yapılması ile ölçeğin tümü için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Büyüme Korkusu Ölçeği

Büyüme Korkusu Ölçeği, Ateş ve Özden-Yıldırım (2018) tarafından geliştirilen kişilerin büyüme korkusu düzeylerini belirlemeye yarayan ölçme aracıdır. Bireylerin sorumlulukları almaktan kaçınarak büyümeye ve yetişkin olmaya ilişkin korkularını ölçme amacı taşıyan ölçek, 18-35 yaş arasında bulunan 733 kişi ile yürütülen bir çalışma sonucunda geliştirilmiştir. Dört alt boyuta sahip bu ölçek toplamda 14 maddeden oluşmaktadır. "Kesinlikle Katılmıyorum" (1), "Katılmıyorum" (2), "Kararsızım" (3), "Katılıyorum" (4), "Kesinlikle Katılıyorum" (5) şeklinde 5' li Likert tipi cevaplandırma seçeneklerine sahiptir. Ters kodlanan maddelerin (7. madde, 9.madde, 11.madde) çevrilmesi ile ölçekten alınan yüksek puan yüksek büyüme korkusu düzeyini göstermektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 70, en düşük puan ise 14' tür. Ölçeğin yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda varyansın %58.16' sını açıklayan ve Sosyal-Duygusal Yalnızlık alt boyutu toplam 3 maddeden, Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma alt boyutu toplam 5 maddeden, Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar alt boyutu toplam 3 maddeden, Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma alt boyutu toplam 3 maddeden olmak üzere toplamda dört alt boyuttan oluştuğu görülmektedir. Dört alt boyutlu yapıya sahip ölçeğin madde toplam korelasyonları .24 ile .56 arasında değişmektedir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indekslerinin, χ^2= 247.03, χ^2/df= 3.48; RMSEA=0.073, GFI=0.93, CFI=0.93, IFI=0.93, SRMR= 0.056 olduğu görülmektedir. Ölçeğin güvenirliği ise Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısının hesaplanması ile incelenmiş ve ölçeğin tümü için iç tutarlık katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarının güvenirlik katsayısı .52 ile .75 arasında olduğu ve son alt boyut olan Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma alt boyutuna ait güvenirlik katsayısının .52 olduğunu bunun sebebinin ise bu boyuta ait maddelerin hem bağımsız yaşama ilişkin hem de sorumluluğu içselleştirmede zorlanmayı ölçen iki kavram olmasından kaynaklı olduğunu varsaymışlardır. Bu boyuta ilişkin faktör yükleri beklenen şekilde anlamlı olduğu, .51 ile .61 arasında yer aldığı belirtilmiştir. Bu durumu çalışmanın sınırlılığı olarak ifade etmişlerdir ve bir sonraki çalışmalarda ilgili güvenirlik analizinin tekrarlanmasını öneri olarak sunmuşlardır. Dolayısıyla ilgili analizlerin sonuçları değerlendirildiğinde ölçeğin ülkemizde

kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu görülmektedir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018). Ayrıca mevcut çalışmada bu boyuta ilişkin Ölçeğin maddeleri EK-3' de yer almaktadır.

Mevcut çalışmada güvenirlik analizinin yapılması ile ölçeğin tümü için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar için güvenilirlik katsayısı hesaplandığında ise Sosyal-Duygusal Yalnızlık alt boyutu için .79, Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma alt boyutu için .83, Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar alt boyutu için .78, Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma alt boyutu için ise .58 olarak bulunmuştur. Ölçeğin orijinalinde elde edilen güvenirlik katsayısından daha yüksek güvenirlik katsayıları elde edilmiştir. Ayrıca Karagöz' e (2017, s. 445) göre Cronbach's alpha güvenirlik katsayısı .00 ile .40 arası güvenilir değil, .40 ile .60 arası düşük düzeyde güvenilir, .60 ile .80 arası oldukça güvenilir, .80 ile 1.00 arası yüksek düzeyde güvenilir olarak atfedilmiştir. Bu bağlamda Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirme alt boyutunun güvenilir olduğu ifade edilebilir.

3.3.4. Sürekli Umut Ölçeği

Sürekli Umut Ölçeği, Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilmiş ve Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan, kişilerin umut düzeylerini ölçmeye yarayan bir ölçme aracıdır. Uyarlama çalışması 676 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. İki faktörlü yapıya sahip bu ölçek toplamda 12 maddeden oluşmaktadır. "Kesinlikle Yanlış" (1), "Çoğunlukla Yanlış" (2), "Oldukça Yanlış" (3), "Biraz Yanlış" (4), "Biraz Doğru" (5), "Oldukça Doğru" (6), "Çoğunlukla Doğru" (7), "Kesinlikle Doğru" (8) şeklinde 8' li Likert tipi cevaplandırma seçeneklerine sahiptir. Dolgu maddelerinin (3. madde, 5.madde, 7.madde, 11.madde) puanlama verilmemesi ile ölçekten alınan yüksek puan yüksek umut düzeyine işaret etmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 64, en düşük puan ise 8' dir. Ölçeğin yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın %61' ini açıkladığı ve Alternatif Yollar Düşüncesi (1. madde, 4. madde, 6.madde, 8.madde) ve Eyleyici Düşünce (2. madde, 9.madde, 10.madde, 12.madde) olmak üzere 2 alt boyuttan oluştuğu iki görülmektedir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum iyiliği indekslerinin, GFI = .96, AGFI = .92, RMR = .08, NNFI = .94, RFI = .90, CFI = .96 ve RMSEA = .077 olduğu görülmektedir. Ölçeğin güvenirliği ise iç tutarlık katsayısının ve test tekrar test kat sayısının hesaplanması ile incelenmiş ve iç tutarlık katsayısı .84 olarak, test tekrar test güvenirlik kat sayısı Eyleyici Düşünce boyutu için .81, Alternatif Yollar Düşüncesi boyutu için .78 ve ölçeğin toplam puanı için .86 olarak bulunmuştur. Dolayısıyla

ilgili analizlerin sonuçları değerlendirildiğinde ölçeğin Türkçe uyarlamasının umut düzeyini ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu görülmektedir (Tarhan ve Bacanlı, 2015). Ölçeğin maddeleri EK-4'de yer almaktadır.

Mevcut çalışmada güvenirlik analizinin yapılması ile ölçeğin tümü için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar için güvenilirlik katsayısı hesaplandığında ise Alternatif Yollar Düşüncesi alt boyutu için .94, Eyleyici Düşünce alt boyutu için .93 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama süreci için ilk olarak Büyüme Korkusu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Sürekli Umut Ölçeği için ölçeklerden sorumlu yazarlardan tez çalışmasında kullanılmak üzere mail yoluyla izin alınmıştır. Veri toplama sürecine başlamadan önce de Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne başvurularak gerekli etik kurul izni alınmıştır. Çalışmaya katılım çevrimiçi platformlar ve araştırmacının bizzat kendisi tarafından kâğıt-kalem kullanılan görüşme ile elden veri toplama yöntemi kullanılmıştır. Veriler 2024 yılının ilk 4 ayı boyunca Türkiye'deki 18-29 yaş aralığındaki beliren yetişkinlik döneminde bulunan, 2 devlet 2 özel-vakıf üniversitelerinde eğitim gören üniversite öğrencilerinden toplanmıştır. Veri toplama aşamasında kâğıt-kalem yoluyla elden toplanan verilerde katılımcılara çalışmanın amacı, gönüllük ve gizlilik ilkelerine dair gerekli bilgilendirme yapılmış ve gönüllük ilkesine dayanılarak veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Çevrimiçi olarak toplanan verilerde ise araştırma için kullanılacak Bilgilendirme Onam Formu, Kişisel Bilgi Formu ve Büyüme Korkusu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği Google Forms aracılığı ile online ortamda, katılımcılara eriştikleri link üzerinden öncelikle çalışmanın amacı, kapsamı gönüllülük ve gizlilik ilkeleri gibi çalışma hakkında bilgilendirme metni sunulmuş ve gönüllü katılımlarını oynayabilecekleri bir soruyla çalışmaya katılımları sağlanmıştır. Ayrıca çalışmanın yaklaşık olarak 15 dakikalık bir süre talep ettiği davet metninde ve bilgilendirme formunda katılımcılarla paylaşılmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin toplanması ile elde edilen veriler SPSS 27 paket programı ve AMOS 24 programları aracılığı ile analiz edilmiştir. Araştırmanın temel amacı olan psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünü test etmek için oluşturulan model Yapısal Eşitlik Modeli ile sınanmıştır. Regresyon modelini sınanabilmesi

için gerekli varsayımlardan çoklu bağlantı sorunu olmamasıdır. Dolayısıyla çoklu bağlantı sorunu olup olmadığını test etmek amacıyla incelenen tolerans .20'den büyük olması ve varyans artış faktörünün (VIF) ise 10'dan küçük olması gerekmektedir (Field, 2009). Regresyon eşitliğine ilişkin tolerans değerlerinin psikolojik sağlamlık için .50; Umut değişkeninin alternatif yollar alt boyutu için .20; eyleyici düşünce için .22 olduğu görülmüştür. Varyans artış faktörü değerlerinin ise psikolojik sağlamlık için 2.00; umut değişkeninin alternatif yollar alt boyutu için 5.00; eyleyici düşünce alt boyutu için ise 4.64 olduğu görülmüştür. Bu bağlamda çoklu bağlantı şartının gerçekleştiği ifade edilebilir. Analiz öncesinde ölçek maddelerindeki ters puanlanan maddeler çevrilmiş, kayıp veriler ve uç değerler incelenmiştir. Uç değerler için z skorları -3, +3 aralığında olmayan hiçbir katılımcıya rastlanmamıştır (Kline, 2011). Ardından ilgili örneklemin dağılımın normalliğinin incelenmesi amacıyla basıklık ve çarpıklık katsayılarına bakılmış değerlerin -1 ile +1 arasında olması nedeniyle dağılımın normal olduğu kabul edilmiştir. (Büyüköztürk, 2019). Veri seti normal dağılım gösterdiği için parametrik istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. Güvenilirlik analizleri tüm ölçekler için Cronbach alfa katsayısı kullanılarak yapılmıştır. Katılımcılara ilişkin kişisel bilgi formunda yer alan demografik değişkenlerin frekans ve yüzde değerlerini içeren betimsel istatistik değerleri hesaplanmıştır. Demografik değişkenlere göre araştırma değişkenleri arasındaki farklılıklar Bağımsız Gruplar t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) vasıtasıyla incelenmiştir. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiler ise Pearson Korelasyon Analizi incelenmiştir. Bulguların anlamlılığının yorumlanmasında %95 güven aralığı ve 0.05 anlamlılık düzeyi kriter olarak alınmıştır.

BÖLÜM IV: BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın amaçları doğrultusunda yapılan istatistiksel analizlere ait bulgular sunulmuştur. Bulgulara ait istatistiksel sonuçlar detaylı olarak tablo ve grafiklerle aktarılmıştır.

4.1. Psikolojik Sağlamlık, Büyüme Korkusu ve Umut Değişkenleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine İlişkin Bulgular

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarından elde edilen puanların betimsel istatistikleri Tablo 4.1.' de verilmiştir.

Tablo 4.1. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçlarından Elde Edilen Puanların Betimsel İstatistikleri (n=320)

Değişkenler	**x̄**	**Ss**	**Shx̄**	**Min.**	**Max.**	**Çarpıklık**	**Basıklık**
Psikolojik Sağlamlık (Toplam)	18.57	4.54	.25	6.00	30.00	-.00	-.69
Büyüme Korkusu (Toplam)	37.54	9.07	.50	22.00	58.00	.46	-.54
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	8.28	2.60	.14	3.00	15.00	.29	-.70
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	13.12	4.63	.25	5.00	25.00	.43	-.65
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	8.74	2.91	.16	3.00	15.00	.02	-.74
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	7.39	2.29	.12	3.00	15.00	.16	-.30
Umut (Toplam)	43.25	13.56	.75	15.00	64.00	-.92	-.15
Alternatif Yollar Düşüncesi	22.51	6.96	.38	8.00	32.00	-.80	-.33
Eyleyici Düşünce	20.74	7.01	.39	6.00	32.00	-.84	-.27

Tablo 4.1. ’de görüldüğü üzere ölçeklerden elde edilen toplam puan ve alt boyutlardan elde edilen puanlarına göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında değişmektedir. Basıklık ve çarpıklık katsayılarına bakılmış değerlerin -1 ile +1 arasında olması dağılımın normal olduğunu göstermektedir. (Büyüköztürk, 2019). Dolayısıyla normallik varsayımının sağlanması ile parametrik testlerle ilgili analizler gerçekleştirilmiştir.

Tablo 4.2. Psikolojik Sağlamlık, Umut ve Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Analiz Sonuçları

Değişkenler	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**
1. Psikolojik Sağlamlık (Toplam)	1								
2. Büyüme Korkusu (Toplam)	-.56**	1							
3. Umut (Toplam)	.70**	-.68**	1						
4. Sosyal-Duygusal Yalnızlık	-.31**	.60**	-.43**	1					
5. Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	-.53**	.85**	-.64**	.31**	1				
6. Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	-.37**	.74**	-.40**	.24**	.53**	1			
7. Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	-.32**	.60**	-.41**	.31**	.31**	.31**	1		
8. Alternatif Yollar Düşüncesi	.69**	-.65**	.97**	-.41**	-.62**	-.37**	-.38**	1	
9. Eyleyici Düşünce	.67**	-.68**	.97**	-.42**	-.63**	-.41**	-.42**	.88**	1

**p<.01

Beliren yetişkinlerde psikolojik sağlamlık, büyüme korkusu ve umut düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile ilgili değişkenler ve alt boyutlar incelenmiştir. Analiz sonucunda; psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.56; p<.01), psikolojik sağlamlık ile umut arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.70; p<.01), büyüme korkusu ile umut arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.68; p<.01) bulunmuştur.

Psikolojik sağlamlık ile sosyal-duygusal yalnızlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.31; p<.01), büyüme korkusu ile sosyal-duygusal yalnızlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.60; p<.01), umut ile sosyal-duygusal yalnızlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.43; p<.01), psikolojik sağlamlık ile romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.53; p<.01), büyüme korkusu ile romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.85; p<.01), umut ile romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.64; p<.01), sosyal-duygusal yalnızlık ile romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.31; p<.01) bulunmuştur. Psikolojik sağlamlık ile evlenmeye karşı olumsuz tutumlar arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.37; p<.01), büyüme korkusu ile evlenmeye karşı

olumsuz tutumlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.74; p<.01), umut ile evlenmeye karşı olumsuz tutumlar arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.40; p<.01), sosyal-duygusal yalnızlık ile evlenmeye karşı olumsuz tutumlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.24; p<.01), romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ile evlenmeye karşı olumsuz tutumlar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.53; p<.01) bulunmuştur.

Psikolojik sağlamlık ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.32; p<.01), büyüme korkusu ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.60; p<.01), umut ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.41; p<.01), sosyal-duygusal yalnızlık ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.31; p<.01), romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.31; p<.01), evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.31; p<.01)bulunmuştur.

Psikolojik sağlamlık ile alternatif yollar düşüncesi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.69; p<.01), büyüme korkusu ile alternatif yollar düşüncesi arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.65; p<.01), umut ile alternatif yollar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.97; p<.01), sosyal-duygusal yalnızlık ile alternatif yollar arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.41; p<.01), romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ile alternatif yollar düşüncesi arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.62; p<.01), evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ile alternatif yollar düşüncesi arasına negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.37; p<.01), bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma ile alternatif yollar arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.38; p<.01) bulunmuştur.

Psikolojik sağlamlık ile eyleyici düşünce arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.67; p<.01), büyüme korkusu ile eyleyici düşünce arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.68; p<.01), umut ile eyleyici düşünce arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.97; p<.01), sosyal-duygusal yalnızlık ile eyleyici düşünce arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.42; p<.01), romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ile eyleyici düşünce arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.63; p<.01), evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ile eyleyici düşünce arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.41; p<.01), bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu

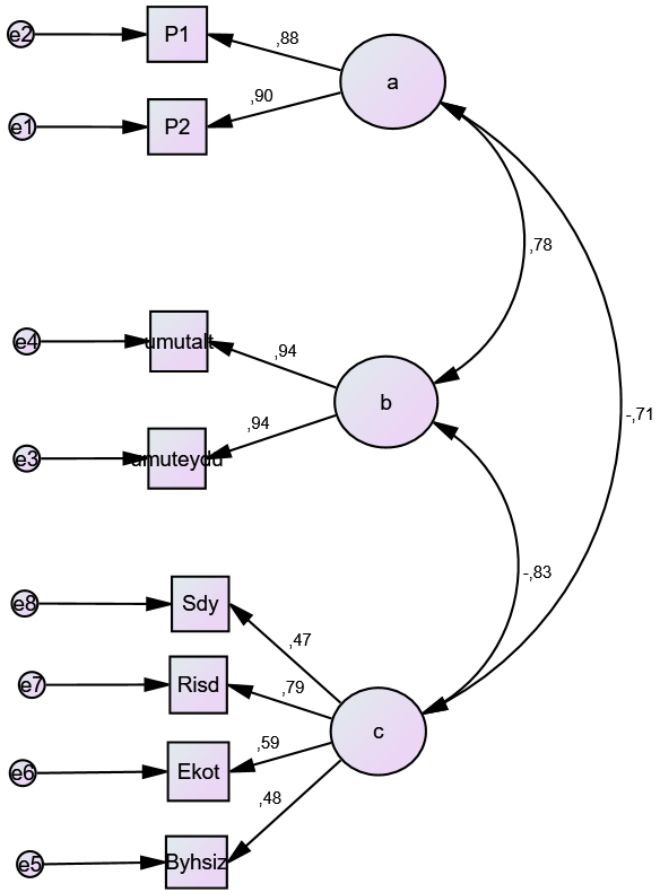
içselleştirmede zorlanma ile eyleyici düşünce arasında negatif yönde anlamlı ilişki (r=-.42; p<.01) ve alternatif yollar ile eyleyici düşünce arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (r=.88; p<.01) bulunmuştur.

4.2. Psikolojik Sağlamlık, Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolüne İlişkin Yapısal Eşitlik Modellemesine Ait Bulgular

Araştırmanın temel amacı psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünü incelemektir. Buradaki aracılık, yapısal eşitlik modeli ile incelenmiştir. Anderson ve Gerbing (1988) yapısal eşitlik modeli için iki aşamadan oluşan kapsamlı bir yaklaşım ortaya koymuştur. Bu araştırmada da Anderson ve Gerbing (1988)'in yaklaşımı izlenerek ilk aşama olarak oluşturulan modelde yer alan değişkenler ile ilişkileri değerlendirmek amacıyla ölçme modelini test etmek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. İkinci olarak ise yapısal eşitlik modeli aracılığıyla değişkenler arasındaki ilişki sınanmış yani psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracılık rolünün olup olmadığı incelenmiştir. Çalışmada ölçme modeli ve yapısal eşitlik modeli ayrı ayrı test edilmiştir.

4.2.1. Ölçme Modelinin Test Edilmesi

Beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlık, umut ve büyüme korkusu arasındaki ilişkilerin değerlendirileceği yapısal modelin ilk aşamasını oluşturan, doğrulayıcı faktör analizi ile sınanmış olan ölçme modeline Şekil 1' de yer verilmiştir.



a: Psikolojik Sağlamlık; P1: Psikolojik Sağlamlık Parseli 1; P2: Psikolojik Sağlamlık Parseli 2; b: Umut; c: Büyüme Korkusu; Sdy: Sosyal-Duygusal Yalnızlık; Risd: Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma; Ekot: Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar; Byhsiz: Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma

Şekil 4.1. Ölçme Modeline Ait Yol Diyagramı

Şekil 4.1. ’de görüldüğü üzere ölçme modelinde 3 adet gizil değişken ve bu gizil değişkenleri oluşturan 8 adet gözlenen değişken yer almaktadır. Psikolojik sağlamlık gizil değişkenini parselleme (parceling) yöntemi sonucunda 2 boyut temsil etmektedir. Umut gizil değişkenini alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünce oluşturmaktadır. Büyüme korkusu gizil değişkenini ise sosyal-duygusal yalnızlık, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma, evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ve bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma olmak üzere dört boyut temsil etmektedir. Öncelikle, ölçme modelinde standardize edilmiş regresyon katsayılarının (faktör yüklerinin) anlamlılığı incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ölçme modeline ilişkin faktör yüklerinin .47 ile .94 arasında değiştiği görülmektedir. Yapısal eşitlik modeliyle yapılan çalışmalarda modelin

veriler aracılığıyla kabul edilebilir uygunlukta olup olmadığını gösteren uyum değerleri incelenmektedir. Yapısal modeli test etmek için ölçme modeline ait uyum değerlerinin iyi uyum veya kabul edilebilir düzeyde olması yapısal eşitlik modeli ile analizin gerçekleştirilebileceğini göstermektedir (Şimşek, 2007). Dolayısıyla ölçme modelinin uyum indeks değerlerinin literatürde yer alan iyi uyum ve kabul edilebilir uyum değerleri kriterinde olup olmadığını belirlemek için modelin uyum indeks değerleri incelenmiş ve bu uyum iyiliği indeks değerleri Tablo 4.3.' de verilmiştir.

Tablo 4.3. Ölçme Modeline Ait Uyum İyiliği İndeksleri

Uyum İndeksleri	**İyi Uyum**	**Kabul Edilebilir Uyum**	**Yapısal Modele Ait Uyum İndeksleri**
$\chi 2$	$.05 < p \leq 1.00$	$.01 < p \leq .05$	$P < .05$ (p= .00)
$\chi 2 /sd$	$0 \leq \chi 2/sd \leq 2$	$2 < \chi 2 /sd \leq 3$	2.81
RMSEA	$0 \leq$ RMSEA $\leq .05$	$.05 <$ RMSEA $\leq .08$	.07
CFI	$.97 \leq$ CFI ≤ 1.00	$95 \leq$ CFI $< .97$	.98
NFI	$.95 \leq$ NFI ≤ 1.00	$.90 \leq$ NFI $< .95$	.97
GFI	$.95 \leq$ GFI ≤ 1.00	$.90 \leq$ GFI $< .95$	.96
TLI	$.97 \leq$ TLI ≤ 1.00	$95 \leq$ TLI $< .97$	.96
IFI	$.95 \leq$ IFI ≤ 1.00	$.90 \leq$ NFI $< .95$	.98

RMSEA= Root Mean Square Error of Approximation, SRMR= Standardized Root Mean Square Residual, CFI = Comparative Fit Index, NFI = Normed Fit Index, GFI = Goodness-of-Fit Index, TLI= Tucker-Lewis Index, IFI = Increment Fit Index

Tablo 4.3.'de görüldüğü üzere ölçme modelinde x^2 değerine ait p değeri anlamlı bulunmuştur (p< .05). Bununla birlikte, modelin uyum iyiliği indeks değerlerinin Tablo 4.3. 'de verilen uyum iyiliği kriterleri ile karşılaştırılması sonucu RMSEA= .07, x^2 /sd= 2.81, GFI= .96, CFI = .98, NFI= .97, IFI= .98 ve TLI = .96 değerlerinin en az kabul edilebilir aralığında olduğu görülmektedir. Dolayısıyla yapısal modeli test etmek için ölçme modelinin doğrulandığı ifade edilebilir. Ölçme modelinin doğrulanmasının ardından yapısal modelin test edilmesi aşamasına geçilmiştir.

4.2.2. Yapısal Modelin Test Edilmesi

Yapısal modelde; beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları ile büyüme korkuları arasındaki ilişkide umudun aracılık rolünün olup olmadığı incelenmiştir. Yapısal model test

edilirken Baron ve Kenny (1986)' nin yapısal eşitlik modeline ilişkin bir değişkenin aracı değişken olabilmesi için belirttiği dört koşul dikkate alınmıştır. Bu koşullar:

1. Bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmalı.

2. Bağımsız değişken ile aracı değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmalı.

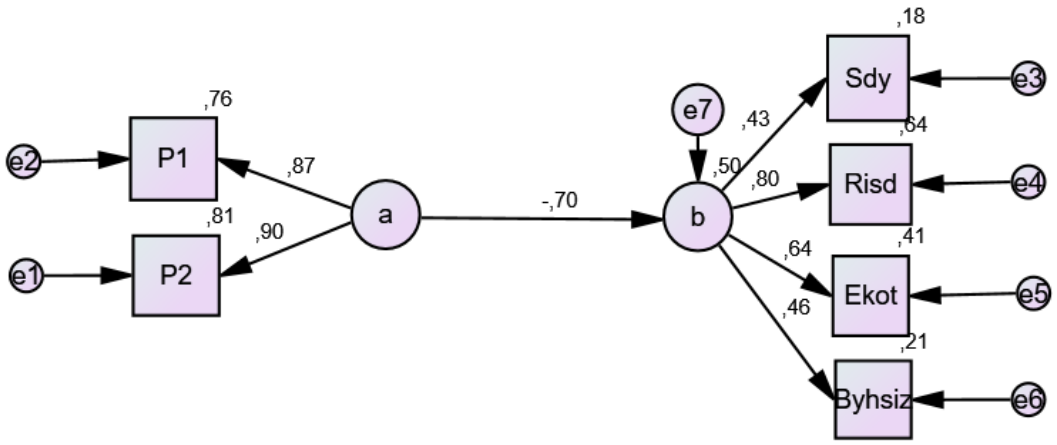
3. Aracı değişken ile bağımlı değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmalı.

4. Araştırmanın bağımsız değişkeni ile bağımlı değişkeni arasındaki ilişki, aracı değişken analize dahil edildiğinde anlamsız hale gelmeli veya bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide azalma olmalıdır.

Dolayısıyla öncelikle bağımsız (psikolojik sağlamlık) ve bağımlı değişken (büyüme korkusu) arasındaki anlamlı etki sınanmış, ardından aracı değişken (umut) modele dâhil edilerek bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki anlamlı etkisi test edilmiştir. Sonrasında ise bağımsız ve bağımlı değişken arasına aracı değişken dâhil edilerek kurulan yapısal modelin uyum indeksi değerleri incelenmiştir. Modele ait hipotezler şu şekildedir:

H1: Psikolojik sağlamlık değişkeni büyüme korkusu değişkenini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

İlk hipoteze ilişkin çizilen yol diyagramı Şekil 4.2.' de verilmiştir

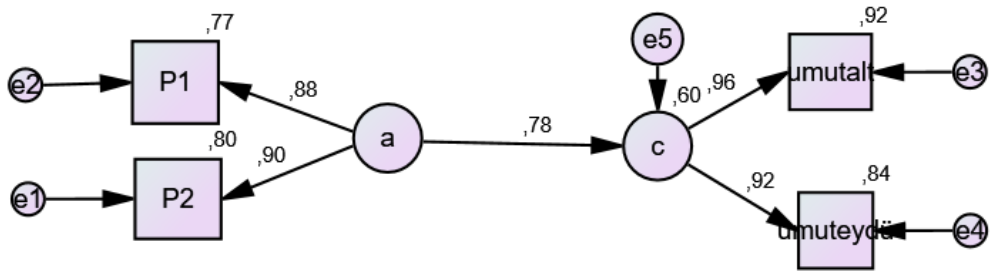


Şekil 4.2. Psikolojik Sağlamlık ile Büyüme Korkusu Arasındaki Regresyon Modeline Ait Yol Diyagramı

Yol diyagramındaki değişkenler arasındaki regresyon katsayısı incelendiğinde psikolojik sağlamlık değişkenin büyüme korkusu değişkenini istatistiksel olarak anlamlı bir

düzeyde yordadığı görülmektedir (β= −,70; p<.001). Beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlık düzeyleri arttıkça, büyüme korkusu düzeylerinin azaldığı gözlenmektedir.

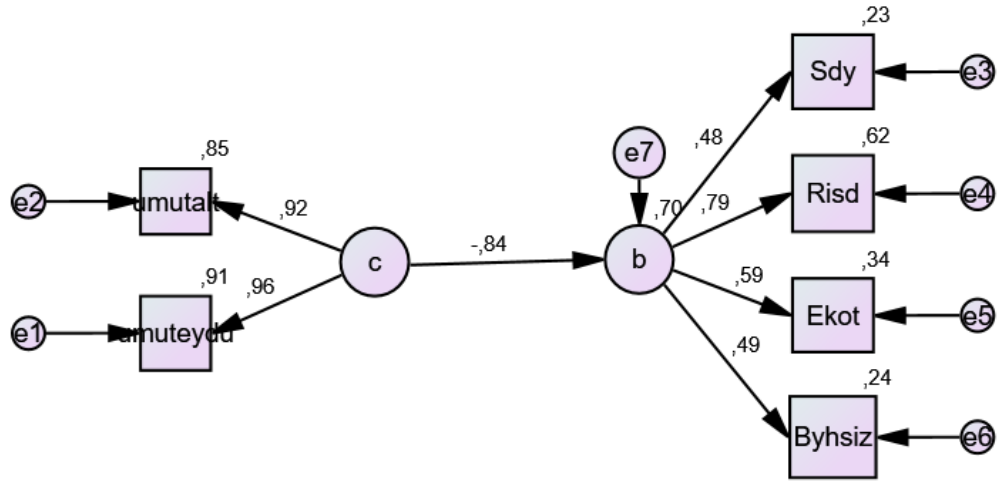
H2: Psikolojik sağlamlık değişkeni umut değişkenini anlamlı düzeyde yordamaktadır.



Şekil 4.3. Psikolojik Sağlamlık ile Umut Arasındaki Regresyon Modeline Ait Yol Diyagramı

Yol diyagramındaki değişkenler arasındaki regresyon katsayısı incelendiğinde psikolojik sağlamlık değişkenin umut değişkenini istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde yordadığı görülmektedir (β= ,78; p<.001). Beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlık düzeyi arttıkça, umut düzeylerinin arttığı gözlenmektedir.

H3: Umut değişkeni büyüme korkusu değişkenini anlamlı düzeyde yordamaktadır.



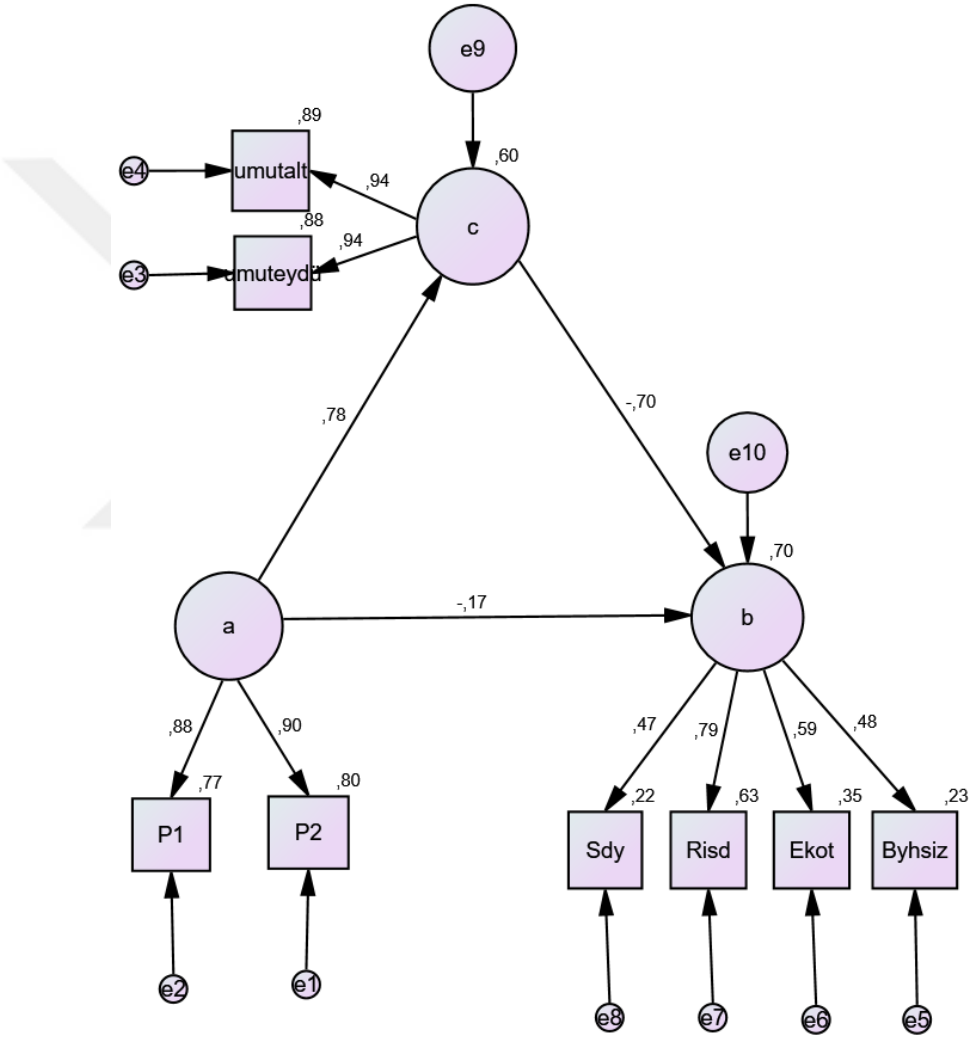
Şekil 4.4. Umut ile Büyüme Korkusu Arasındaki Regresyon Modeline Ait Yol Diyagramı

Yol diyagramındaki değişkenler arasındaki regresyon katsayısı incelendiğinde umut değişkenin büyüme korkusu değişkenini istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde yordadığı

görülmektedir (β= −,84; p<.001). Buradan yola çıkılarak bireylerin umut düzeyleri arttıkça, büyüme korkusu düzeylerinin azalacağını söylemek mümkündür.

H4: Psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu değişkeni arasındaki ilişkide umudun aracı rolü bulunmaktadır.

Aracılık rolü modeline ilişkin son hipotez olarak psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolü incelenmiştir. Buna ilişkin oluşturulan yapısal eşitlik modeli Şekil 4.5.'de verilmiştir.



Şekil 4.5. Psikolojik Sağlamlık ile Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolüne Dair Oluşturulan Yapısal Eşitlik Modeli

Şekil 4.5.'de görüldüğü üzere araştırmanın temel amacına yönelik kurulan yapısal model incelendiğinde, psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki istatiksel olarak anlamlı ilişkinin (β= −,70; p<.001) umut (aracı) değişken modele dahil edildiğinde (β= −,17; p> .05) anlamsız olduğu görülmüştür. Aracı role ilişkinin ilgili analizlerde bağımsız ve

bağımlı değişken arasındaki ilişkinin aracı değişken modele dahil edildiğinde anlamsız hale gelmesi veya azalması beklenmektedir (Baron ve Kenny, 1986; Şimşek, 2007). Dolayısıyla psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun tam aracı role sahip olduğu belirtilebilir. Kurulan modele ait uyum iyiliği indeksleri Tablo 4.4. 'de verilmiştir.

Tablo 4.4. Yapısal Modele Ait Uyum İyiliği İndeksleri

Uyum İndeksleri	**İyi Uyum**	**Kabul Edilebilir Uyum**	**Yapısal Modele Ait Uyum İndeksleri**
$\chi 2$	$.05 < p \leq 1.00$	$.01 < p \leq .05$	$P < .05$ (p = .00)
$\chi 2 /sd$	$0 \leq \chi 2/sd \leq 2$	$2 < \lambda 2 /sd \leq 3$	2.81
RMSEA	$0 \leq$ RMSEA $\leq .05$	$.05 <$ RMSEA $\leq .08$	.07
CFI	$.97 \leq$ CFI ≤ 1.00	$95 \leq$ CFI $< .97$	.98
NFI	$.95 \leq$ NFI ≤ 1.00	$.90 \leq$ NFI $< .95$	.97
GFI	$.95 \leq$ GFI ≤ 1.00	$.90 \leq$ GFI $< .95$	.96
TLI	$.97 \leq$ TLI ≤ 1.00	$95 \leq$ TLI $< .97$	.96
IFI	$.95 \leq$ IFI ≤ 1.00	$.90 \leq$ NFI $< .95$	.98

RMSEA= Root Mean Square Error of Approximation, SRMR= Standardized Root Mean Square Residual, CFI = Comparative Fit Index, NFI = Normed Fit Index, GFI = Goodness-of-Fit Index, TLI= Tucker-Lewis Index, IFI = Increment Fit Index

Tablo 4.4. 'de görüldüğü üzere x^2 değerine ait p değeri kabul edilebilir aralıkta yer almaktadır (p< .05). RMSEA = .07, x^2 /sd = 2.81, GFI = .96, CFI = .98, NFI = .97, IFI = .98, TLI = .96 ve değerlerinin en az kabul edilebilir aralığında olduğu görülmektedir. Dolayısıyla psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünü belirlemeye yönelik kurulan yapısal modelin doğrulandığı görülmektedir.

Dolaylı etki değerlendirildiğinde; psikolojik sağlamlığın umut aracılığıyla büyüme korkusu üzerindeki standardize edilmiş dolaylı etki değerinin −.55 olduğu görülmektedir. Modelde açıklanan varyanslar incelendiğinde, psikolojik sağlamlık umuttaki değişimin %60'ını, umut ise psikolojik sağlamlık ile birlikte büyüme korkusundaki değişimin %70' ini açıklamaktadır.

Beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracılık etkisini belirlemek için %95 güven aralığı, 5000 yeniden örneklemeyle bootstrap analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda güven aralıklarında alt sınır (lower bound)

değerinin −,715 ve üst sınır (upper bound) değerinin −,390 olduğu bulunmuştur. Hayes' e (2022) göre güven aralığının alt sınırı ile üst sınırı arasında sıfırın bulunmaması dolaylı etkinin anlamlı olduğunu göstermektedir. Tüm bu sonuçlar doğrultusunda, beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracılık rolünün bulunduğu belirtilebilir.

4.3. Beliren Yetişkinlerin Büyüme Korkusu Düzeylerinin Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

4.3.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular

Beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ile büyüme korkusunun alt boyutlarından elde edilen toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t- testi sonuçları Tablo 4.5. 'te verilmiştir.

Tablo 4.5. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusunun Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Değişkenler	**Gruplar**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Shx̄**	**t-Testi**		
						t	sd	p
Büyüme Korkusu (Toplam)	Kadın	232	36.34	8.77	.57	-3.94	318	.001
	Erkek	88	40.72	9.14	.97			
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	Kadın	232	8.06	2.60	.17	-2.42	318	.016
	Erkek	88	8.85	2.56	.27			
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	Kadın	232	12.58	4.37	.28	-3.27	318	.001
	Erkek	88	14.56	5.00	.53			
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	Kadın	232	8.60	2.90	.19	-1.37	318	.171
	Erkek	88	9.10	2.89	.30			

Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Kadın	232	7.09	2.26	.14	-3.97	318	.001
	Erkek	88	8.20	2.16	.23			

Tablo 4.5. incelendiğinde, büyüme korkusu ölçeğinden elde edilen toplam puan ortalamalarının cinsiyete göre istatiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (t= -3.94; p<.01). Elde edilen bulgulara göre erkeklerin büyüme korkusu toplam puan ortalamalarının ($\bar{x}$= 40.72) kadınların büyüme korkusu toplam puan ortalamalarına göre ($\bar{x}$= 36.34) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Büyüme korkusunun alt boyutlarından biri olan sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (t= -2.42; p<.05). Erkeklerin sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamalarının ($\bar{x}$= 8.85) kadınların sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamalarına göre ($\bar{x}$= 8.06) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Büyüme korkusunun alt boyutlarından romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamalarının ise cinsiyet değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (t= -3.27; p<.01). Erkeklerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamalarının ($\bar{x}$= 14.56) kadınların romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamalarına göre ($\bar{x}$= 12.58) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Büyüme korkusunun alt boyutlarından evlenmeye karşı olumsuz tutumlar puan ortalamalarının ise cinsiyet değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır (t= -1.37; p>.05). Büyüme korkusunun alt boyutlarından bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (t= -3.97; p<.01). Erkeklerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalamalarının ($\bar{x}$= 8.20) kadınların bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalamalarına göre ($\bar{x}$= 7.09) daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3.2. Öğrenim Görülen Üniversite Türü Değişkenine İlişkin Bulgular

Beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ile büyüme korkusunun alt boyutlarından elde edilen toplam puanlarının öğrenim görülen üniversite türüne (devlet\ özel-vakıf) göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t- testi sonuçları Tablo 4.6. ’te verilmiştir.

Tablo 4.6. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusunun Alt Boyutlarının Öğrenim Görülen Üniversite Türüne Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Değişkenler	**Gruplar**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Shx̄**	**t-Testi**		
						t	sd	p
Büyüme Korkusu (Toplam)	Devlet	235	38.42	9.03	.58	2.91	318	.004
	Özel	85	35.11	8.79	.95			
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	Devlet	235	8.58	2.61	.17	-2.42	318	<.001
	Özel	85	7.43	2.42	.26			
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	Devlet	235	13.43	4.77	.31	2.14	318	.034
	Özel	85	12.27	4.12	.44			
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	Devlet	235	8.89	2.82	.18	1.56	318	.118
	Özel	85	8.31	3.12	.33			
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Devlet	235	7.50	2.29	.14	1.42	318	.155
	Özel	85	7.09	2.27	.24			

Tablo 4.6. incelendiğinde, büyüme korkusu ölçeğinden elde edilen toplam puan ortalamalarının öğrenim görülen üniversite türüne göre istatiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (t= 2.91; p<.01). Elde edilen bulgulara göre devlet üniversitesinde öğrenim görenlerin büyüme korkusu toplam puan ortalamalarının (x̄= 38.42) özel-vakıf üniversitesinde öğrenim görenlerin büyüme korkusu toplam puan ortalamalarına göre (x̄= 35.11) daha yüksek olduğu görülmektedir. Büyüme korkusunun alt boyutlarından biri olan sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamalarının öğrenim görülen üniversite türü değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (t= -2.42; p<.01).

Devlet üniversitesinde eğitim görenlerin sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamalarının ($\bar{x}$= 8.58) özel-vakıf üniversitesinde eğitim görenlerin sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamalarına göre ($\bar{x}$= 7.43) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Büyüme korkusunun alt boyutlarından romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamalarının ise öğrenim görülen üniversite türü değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir (t= 2.14; p<.05). Devlet üniversitesinde eğitim görenlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamalarının ($\bar{x}$= 13.43) özel-vakıf üniversitesinde eğitim görenlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamalarına göre ($\bar{x}$= 12.27) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Büyüme korkusunun alt boyutlarından evlenmeye karşı olumsuz tutumlar puan ortalamalarının ise öğrenim görülen üniversite türü değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır (t= 1.56; p>.05). Büyüme korkusunun alt boyutlarından bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalamalarının öğrenim görülen üniversite türü değişkeni açısından istatiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmektedir (t= 1.42; p>.05).

4.3.3. Psikolojik Yardım Alıp Almama Değişkenine İlişkin Bulgular

Beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ile büyüme korkusunun alt boyutlarından elde edilen toplam puanlarının daha önce psikolojik yardım almış olma durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t- testi sonuçları Tablo 4.7. ’de verilmiştir.

Tablo 4.7. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusunun Alt Boyutlarının Psikolojik Yardım Alma Durumuna Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Yapılan Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Değişkenler	**Gruplar**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Shx̄**	**t-Testi**		
						t	sd	p
Büyüme Korkusu (Toplam)	Evet	115	36.70	8.96	.83	-1.24	318	.21
	Hayır	205	38.01	9.12	.63			
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	Evet	115	8.21	2.57	.23	-.32	318	.74
	Hayır	205	8.31	2.63	.18			
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	Evet	115	12.60	4.42	.41	-1.50	318	.13
	Hayır	205	13.41	4.73	.33			
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	Evet	115	8.70	3.02	.28	-.16	318	.86
	Hayır	205	8.76	2.85	.19			
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Evet	115	7.17	2.45	.22	-1.30	318	.19
	Hayır	205	7.52	2.19	.15			

Tablo 4.7. incelendiğinde, büyüme korkusu ölçeğinden elde edilen toplam puan ortalaması ve büyüme korkusu ölçeğinin tüm alt boyutlarından elde edilen puan ortalamalarının daha önce psikolojik yardım alıp almamış olma değişkenine göre istatiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir (t= -1.24; p>.05, t= -.32; p>.05, t= -1.50; p>.05, t= -.16; p>.05, t= -1.30; p>.05).

4.3.4. Sosyoekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırmada bu başlık altında beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ile büyüme korkusunun alt boyutlarından elde edilen toplam puanlarının sosyoekonomik düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına ait bulgular yer almaktadır.

Tablo 4.8. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Sosyoekonomik Düzeyine (SED) Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Büyüme Korkusu (Toplam)	Yüksek	7	50.71	9.96	Gruplar arası	2732.75	4	683.18	9.13	<.001
	Üst Orta	42	37.07	10.65	Gruplar içi	23562.54	315	74.80		
	Orta	207	36.02	8.22	Toplam	26295.29	319			
	Alt Orta	53	40.75	8.53						
	Düşük	11	44.18	7.66						
	Toplam	320	37.54	9.07						

Tablo 4.8. ’de görüldüğü üzere sosyoekonomik düzeye göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($F=9.13$; $p<.01$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, büyüme korkusu toplam puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; sosyoekonomik düzeyi yüksek ($\bar{x}=50.71$) ile üst-orta ($\bar{x}=37.07$) ve orta ($\bar{x}=36.02$) olarak belirten katılımcıların büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca sosyoekonomik düzeyi orta ($\bar{x}=36.02$) ile alt-orta ($\bar{x}=40.75$) olarak belirten katılımcılar arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Buna göre sosyoekonomik düzeyi yüksek olan katılımcıların üst-orta ve orta olarak belirtenlere göre daha yüksek büyüme korkusu düzeyine sahip olduğu ifade edilebilir. Ek olarak sosyoekonomik düzeyi orta olan katılımcıların alt-orta olanlara göre daha düşük büyüme korkusu düzeyine sahip olduğu ifade edilebilir.

Tablo 4.9. Büyüme Korkusu Sosyal Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	Yüksek	7	10.42	2.57	Gruplar arası	179.65	4	44.91	7.09	<.001
	Üst Orta	42	7.97	3.02	Gruplar içi	1993.03	315	6.32		
	Orta	207	7.88	2.40	Toplam	2172.68	319			
	Alt Orta	53	9.30	2.54						
	Düşük	11	10.54	2.11						
	Toplam	320	8.28	2.60						

Tablo 4.9. 'da görüldüğü üzere sosyoekonomik düzeye göre beliren yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($F=7.09$; $p<.01$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, sosyal-duygusal yalnızlık puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; sosyoekonomik düzeyi orta ($\bar{x}=7.88$) ile alt-orta ($\bar{x}=9.30$) ve düşük ($\bar{x}=10.54$) olan katılımcıların arasındaki farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Buna göre sosyoekonomik düzeyi düşük olan katılımcıların alt-orta ve orta olan katılımcılara göre daha yüksek sosyal-duygusal yalnızlık düzeyine sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 4.10. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	Yüksek	7	20.00	3.82	Gruplar arası	497.30	4	124.32	6.15	<.001
	Üst Orta	42	12.90	4.84	Gruplar içi	6360.44	315	20.19		
	Orta	207	12.58	4.19	Toplam	6857.74	319			
	Alt Orta	53	14.00	5.41						
	Düşük	11	15.54	4.05						
	Toplam	320	13.12	4.63						

Tablo 4.10. ’da görüldüğü üzere sosyoekonomik düzeye göre beliren yetişkinlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (F=6.15; p<.01). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanlarının varyansının homojen dağılmaması sebebi ile Tamhane T2 karşılaştırma testi uygulanmıştır. Tamhane T2 testi sonuçlarına göre; farklılığın sosyoekonomik düzeyi yüksek ($\bar{x}$=20.00) ile üst-orta ($\bar{x}$=12.90) ve orta ($\bar{x}$=12.58) ve alt-orta ($\bar{x}$=14.00) olan katılımcıların arasındaki farkın istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Buna göre yüksek sosyoekonomik düzeye sahip katılımcıların üst-orta, orta ve alt-orta sosyoekonomik düzeye sahip katılımcılara göre daha yüksek romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma düzeylerine sahip olduğu söylenebilir.

Tablo 4.11. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	**Grup**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**Kareler Toplamı**	**sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**p**
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	Yüksek	7	11.14	2.73	Gruplar arası	129.84	4	32.46	3.97	.004
	Üst Orta	42	9.11	2.87	Gruplar içi	2571.63	315	8.16		
	Orta	207	8.31	2.83	Toplam	2701.47	319			
	Alt Orta	53	9.58	2.81						
	Düşük	11	9.63	3.44						
	Toplam	320	8.74	2.91						

Tablo 4.11. ’de görüldüğü üzere sosyoekonomik düzeye göre beliren yetişkinlerin evlenmeye karşı olumsuz tutumlar puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (F=3.97; p<.01). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, evlenmeye karşı olumsuz tutum puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Ancak çoklu grup karşılaştırmalarında farklılık çıkmasına rağmen ikili karşılaştırmaların yapıldığı Scheffe testi sonucunda gruplar arası istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 4.12. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Sosyoekonomik Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Yüksek	7	9.14	1.86	Gruplar arası	55.82	4	13.95	2.71	.030
	Üst Orta	42	7.07	2.46	Gruplar içi	1618.77	315	5.13		
	Orta	207	7.22	2.30	Toplam	1674.59	319			
	Alt Orta	53	7.86	2.09						
	Düşük	11	8.45	1.75						
	Toplam	320	7.39	2.29						

Tablo 4.12. ’de görüldüğü üzere sosyoekonomik düzeye göre beliren yetişkinlerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($F=2.71$; $p<.05$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Ancak çoklu grup karşılaştırmalarında farklılık çıkmasına rağmen ikili karşılaştırmaların yapıldığı Scheffe testi sonucunda gruplar arası istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

4.3.5. Anne-Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırmada bu başlık altında beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ile büyüme korkusunun alt boyutlarından elde edilen toplam puanlarının anne-baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına ait bulgular yer almaktadır.

Tablo 4.13. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Anne Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	7	4214	9.58	Gruplar arası	623.98	4	155.99	1.91	.108
	Lisans	47	40.04	9.39	Gruplar içi	25671.31	315	81.49		
	Lise	77	36.03	8.79	Toplam	26295.29	319			
	Ortaokul	62	37.53	9.19						
	İlkokul	127	37.29	8.92						
	Toplam	320	37.54	9.07						
					Gruplar arası	206.06	4	51.51	.62	.647
	Lisansüstü	15	38.93	10.49						
Baba	Lisans	57	36.01	7.97	Gruplar içi	26089.23	315	82.82		
Eğitim	Lise	101	37.42	8.40	Toplam	26295.29	319			
Düzeyi										
	Ortaokul	64	38.14	9.21						
	İlkokul	83	38.03	10.22						
	Toplam	320	37.54	9.07						

Tablo 4.13. ’de görüldüğü üzere anne-baba eğitim düzeyine göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır (F=1.91; p>.05; F=.62; p>.05).

Tablo 4.14. Büyüme Korkusu Sosyal-Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Anne Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	7	8.57	2.87	Gruplar arası	20.78	4	5.19	.76	.55
	Lisans	47	8.76	2.52	Gruplar içi	2151.90	315	6.83		
	Lise	77	8.03	2.82	Toplam	2172.68	319			
	Ortaokul	62	8.46	2.85						
	İlkokul	127	8.14	2.36						
	Toplam	320	8.28	2.60						

Baba Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	15	8.40	2.74	Gruplar arası	20,77	4	5.19	.76	.552
	Lisans	57	7.78	2.85	Gruplar içi	2151,91	315	6.83		
	Lise	101	8.23	2.58	Toplam	2172,68	319			
	Ortaokul	64	8.53	2.76						
	İlkokul	83	8.45	2.31						
	Toplam	320	8.28	2.60						

Tablo 4.14. ’de görüldüğü üzere anne-baba eğitim düzeyine göre beliren yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır (F=.76; p>.05; F=.76; p>.05).

Tablo 4.15. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	**Grup**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**Kareler Toplamı**	**sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**p**
Anne Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	7	16.14	5.33	Gruplar arası	208.43	4	52.10	2.46	.045
	Lisans	47	14.00	4.81	Gruplar içi	6649.31	315	21.10		
	Lise	77	12.00	4.19	Toplam	6857.74	319			
	Ortaokul	62	12.96	4.36						
	İlkokul	127	13.40	4.80						
	Toplam	320	13.12	4.63						
Baba Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	15	13.93	5.88	Gruplar arası	92.46	4	23.11	1.07	.368
	Lisans	57	12.92	4.38	Gruplar içi	6765.28	315	21.47		
	Lise	101	12.51	4.16	Toplam	6857.74	319			
	Ortaokul	64	13.15	4.51						
	İlkokul	83	13.84	5.15						
	Toplam	320	13.12	4.63						

Tablo 4.15. ’de görüldüğü üzere anne-baba eğitim düzeyine göre beliren yetişkinlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin anne eğitim düzeyi değişkeni açısından romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma

puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (F=2.46; p<.05). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Ancak çoklu grup karşılaştırmalarında farklılık çıkmasına rağmen ikili karşılaştırmaların yapıldığı Scheffe testi sonucunda gruplar arası istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Baba eğitim düzeyi değişkeni açısından ise romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır (F= 1.07; p>.05).

Tablo 4.16. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Anne-Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	**Grup**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**Kareler Toplamı**	**sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**p**
Anne Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	7	8.71	2.87	Gruplar arası	31.91	4	7.98	.94	.440
	Lisans	47	9.40	3.05	Gruplar içi	2669.55	315	8.47		
	Lise	77	8.46	2.97	Toplam	2701.47	319			
	Ortaokul	62	8.91	2.96						
	İlkokul	127	8.57	2.79						
	Toplam	320	8.74	2.91						
Baba Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	15	8.86	3.35	Gruplar arası	40.75	4	10.18	1.20	.308
	Lisans	57	8.19	2.73	Gruplar içi	2660.71	315	8.44		
	Lise	101	9.11	2.83	Toplam	2701.47	319			
	Ortaokul	64	8.95	3.02						
	İlkokul	83	8.46	2.93						
	Toplam	320	8.74	2.91						

Tablo 4.16. ’da görüldüğü üzere anne-baba eğitim düzeyine göre beliren yetişkinlerin evlenmeye karşı olumsuz tutumlar puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır (F=.94; p>.05; F=1.20; p>.05).

Tablo 4.17. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Anne- Baba Eğitim Düzeyine Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Anne Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	7	8.71	1.60	Gruplar arası	33.52	4	8.38	1.60	.172
	Lisans	47	7.87	2.49	Gruplar içi	1641.06	315	5.21		
	Lise	77	7.53	2.30	Toplam	1674.59	319			
	Ortaokul	62	7.17	2.19						
	İlkokul	127	7.17	2.25						
	Toplam	320	7.39	2.29						
Baba Eğitim Düzeyi	Lisansüstü	15	7.73	2.40	Gruplar arası	11.17	4	2.79	.52	.714
	Lisans	57	7.10	2.14	Gruplar içi	1663.42	315	5.28		
	Lise	101	7.55	2.28	Toplam	1674.59	319			
	Ortaokul	64	7.50	2.14						
	İlkokul	83	7.26	2.49						
	Toplam	320	7.39	2.29						

Tablo 4.17. ’de görüldüğü üzere anne-baba eğitim düzeyine göre beliren yetişkinlerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır (F=1.60; p>.05; F=.52; p>.05).

4.3.6. Algılanan Ebeveyn Tutum Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırmada bu başlık altında beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ile büyüme korkusunun alt boyutlarından elde edilen toplam puanlarının algılanan ebeveyn tutum değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına ait bulgular yer almaktadır.

Tablo 4.18. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Büyüme Korkusu (Toplam)	Demokratik	114	33.40	7.82	Gruplar arası	5648.92	5	1129.78	17.18	<.001
	İlgisiz	36	46.88	8.20	Gruplar içi	20646.36	314	65.75		
	Aşırı Korumacı	65	39.15	8.36	Toplam		319			
	Mükemmeliyetçi	33	36.90	8.23						
	Baskıcı	33	40.00	8.50						
	Otoriter	39	36.30	7.92						
	Toplam	320	37.54	9.07						

Tablo 4.18. ’de görüldüğü üzere algılanan ebeveyn tutum değişkenine göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($F=17.18$; $p<.01$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, büyüme korkusu toplam puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; algılanan ebeveyn tutumunu demokratik ($\bar{x}=33.40$) ile ilgisiz ($\bar{x}=46.88$) ve aşırı korumacı ($\bar{x}=39.15$) ve baskıcı ($\bar{x}=40.00$) olarak belirten katılımcıların büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca algılanan ebeveyn tutumunu ilgisiz ($\bar{x}=46.88$) ile aşırı korumacı ($\bar{x}=39.15$) ve mükemmeliyetçi ($\bar{x}=36.90$) ve otoriter ($\bar{x}=36.30$) olarak belirten katılımcıların büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Buna göre gruplarda algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların demokratik, aşırı korumacı, baskıcı ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde büyüme korkusuna sahip olduğu ifade edilebilir. Algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların aşırı korumacı, mükemmeliyetçi ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olan katılımcılara göre de büyüme korkusu düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

Tablo 4.19. Büyüme Korkusu Sosyal- Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	Demokratik	114	7.08	2.40	Gruplar arası	379.06	5	75.812	13.27	<.001
	İlgisiz	36	10.52	1.81	Gruplar içi	1793.62	314	5.712		
	Aşırı Korumacı	65	8.56	2.86	Toplam	2172.68	319			
	Mükemmeliyetçi	33	8.45	2.23						
	Baskıcı	33	9.21	2.31						
	Otoriter	39	8.28	2.11						
	Toplam	320	8.28	2.60						

Tablo 4.19. ’da görüldüğü üzere algılanan ebeveyn tutum değişkenine göre beliren yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($F=13.27$; $p<.01$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, sosyal-duygusal yalnızlık puanlarının varyansının homojen dağılmaması sebebi ile Tamhane T2 karşılaştırma testi uygulanmıştır. Tamhane T2 testi sonuçlarına göre; algılanan ebeveyn tutumunu demokratik ($\bar{x}=7.08$) ile ilgisiz ($\bar{x}=10.52$) ve aşırı korumacı ($\bar{x}=8.56$) ve baskıcı ($\bar{x}=9.21$) olarak belirten katılımcıların sosyal-duygusal yalnızlık ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca algılanan ebeveyn tutumunu ilgisiz ($\bar{x}=10.52$) ile aşırı korumacı ($\bar{x}=8.56$) ve mükemmeliyetçi ($\bar{x}=8.45$) ve otoriter ($\bar{x}=8.28$) olarak belirten katılımcıların sosyal-duygusal yalnızlık ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Buna göre gruplarda algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların demokratik, aşırı korumacı, baskıcı ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde sosyal-duygusal yalnızlığa sahip olduğu ifade edilebilir. Algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların aşırı korumacı, mükemmeliyetçi ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olan katılımcılara göre de sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

Tablo 4.20. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	**Grup**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**Kareler Toplamı**	**sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**p**
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	Demokratik	114	11.45	4.06	Gruplar arası	968.73	5	193.74	10.33	<.001
	İlgisiz	36	16.94	4.70	Gruplar içi	5889.0	314	18.75		
	Aşırı Korumacı	65	13.95	4.52	Toplam	6857.74	319			
	Mükemmeliyetçi	33	12.54	4.09						
	Baskıcı	33	14.42	4.49						
	Otoriter	39	12.51	4.44						
	Toplam	320	13.12	4.63						

Tablo 4.20. ’de görüldüğü üzere algılanan ebeveyn tutum değişkenine göre beliren yetişkinlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($F=10.33$; $p<.01$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; algılanan ebeveyn tutumunu demokratik ($\bar{x}=11.45$) ile ilgisiz ($\bar{x}=16.94$) ve aşırı korumacı ($\bar{x}=13.95$) ve baskıcı ($\bar{x}=14.42$) olarak belirten katılımcıların romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca algılanan ebeveyn tutumunu ilgisiz ($\bar{x}=16.94$) ile mükemmeliyetçi ($\bar{x}=12.54$) ve otoriter ($\bar{x}=12.51$) olarak belirten katılımcıların romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Buna göre gruplarda algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların demokratik, aşırı korumacı, baskıcı ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanmaya sahip olduğu ifade edilebilir. Algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların mükemmeliyetçi ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olan katılımcılara göre romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

Tablo 4.21. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	Demokratik	114	7.98	3.02	Gruplar arası	257.08	5	51.41	6.60	<.001
	İlgisiz	36	10.77	2.23	Gruplar içi	2444.38	314	7.78		
	Aşırı Korumacı	65	9.15	2.62	Toplam	2701.47	319			
	Mükemmeliyetçi	33	9.00	2.89						
	Baskıcı	33	9.03	2.85						
	Otoriter	39	7.92	2.62						
	Toplam	320	8.74	2.91						

Tablo 4.21. ’de görüldüğü üzere algılanan ebeveyn tutum değişkenine göre beliren yetişkinlerin evlenmeye karşı olumsuz tutum ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin evlenmeye karşı olumsuz tutum puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($F=6.60$; $p<.01$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, evlenmeye karşı olumsuz tutum puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; algılanan ebeveyn tutumunu demokratik ($\bar{x}=7.98$) ile ilgisiz ($\bar{x}=10.77$) olarak belirten katılımcıların evlenmeye karşı olumsuz tutum ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca algılanan ebeveyn tutumunu ilgisiz ($\bar{x}=10.77$) ile otoriter ($\bar{x}=7.92$) olarak belirten katılımcıların evlenmeye karşı olumsuz tutum ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Buna göre algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların demokratik ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde evlenmeye karşı olumsuz tutuma sahip olduğu ifade edilebilir. Algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların otoriter ebeveyn tutumuna sahip olan katılımcılara göre de evlenmeye karşı olumsuz tutum düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

Tablo 4.22. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Algılanan Ebeveyn Tutumuna Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	Demokratik	114	6.87	2.03	Gruplar arası	105.75	5	21.15	4.23	<.001
	İlgisiz	36	8.63	2.50	Gruplar içi	1568.84	314	4.99		
	Aşırı Korumacı	65	7.47	2.27	Toplam	1674.59	319			
	Mükemmeliyetçi	33	6.90	2.55						
	Baskıcı	33	7.93	1.99						
	Otoriter	39	7.58	2.36						
	Toplam	320	7.39	2.29						

Tablo 4.22. ’de görüldüğü üzere algılanan ebeveyn tutum değişkenine göre beliren yetişkinlerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür (F=4.23; p<.01). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; algılanan ebeveyn tutumunu demokratik (x̄=6.87) ile ilgisiz (x̄=8.63) olarak belirten katılımcıların bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Algılanan ebeveyn tutumu ilgisiz olan katılımcıların demokratik ebeveyn tutumuna sahip olan katılımcılara göre bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma düzeyinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

4.3.7. Doğum Sırası Değişkenine İlişkin Bulgular

Araştırmada bu başlık altında beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ile büyüme korkusunun alt boyutlarından elde edilen toplam puanlarının doğum sırası değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına ait bulgular yer almaktadır.

Tablo 4.23. Büyüme Korkusu Toplam Puanının Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Büyüme Korkusu (Toplam)	İlk Çocuk	122	35.90	8.84	Gruplar arası	1399.40	3	466.46	5.92	.001
	Ortanca Çocuk	89	37.98	8.75	Gruplar içi	24895.89	316	78.78		
	Son Çocuk	85	37.57	8.82	Toplam	26295.29	319			
	Tek Çocuk	24	44.16	9.66						
	Toplam	320	37.54	9.07						

Tablo 4.23. ’de görüldüğü üzere doğum sırası değişkenine göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($F=5.92$; $p<.01$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, büyüme korkusu toplam puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; tek çocuk ($\bar{x}=44.16$) ile ilk çocuk ($\bar{x}=35.90$) ve ortanca çocuk ($\bar{x}=37.98$) ve son çocuk ($\bar{x}=37.57$) olarak doğum sırasını belirten katılımcıların büyüme korkusu toplam puan ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Buna göre tek çocuk olan katılımcıların doğum sırası ilk, ortanca ve son çocuk olan katılımcılara göre daha yüksek düzey büyüme korkusuna sahip olduğu ifade edilebilir.

Tablo 4.24. Büyüme Korkusu Sosyal- Duygusal Yalnızlık Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	İlk Çocuk	122	8.17	2.69	Gruplar arası	43.14	3	14.38	2.13	.096
	Ortanca Çocuk	89	8.34	2.22	Gruplar içi	2129.54	316	6.73		
	Son Çocuk	85	8.02	2.73	Toplam	2172.68	319			
	Tek Çocuk	24	9.50	2.85						
	Toplam	320	8.28	2.60						

Tablo 4.24. ’de görüldüğü üzere doğum sırası değişkenine göre beliren yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık ortalamaları arasında doğum sırası değişkenine ilişkin istatiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (F=2.13; p>.05).

Tablo 4.25. Büyüme Korkusu Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	**Grup**	**N**	**x̄**	**Ss**	**Varyansın Kaynağı**	**Kareler Toplamı**	**sd**	**Kareler Ortalaması**	**F**	**p**
Romantik İlişkiyi Sürdürmede Zorlanma	İlk Çocuk	122	12.41	4.21	Gruplar arası	279.15	3	93.05	4.47	.004
	Ortanca Çocuk	89	13.28	4.56	Gruplar içi	6578.58	316	20.81		
	Son Çocuk	85	13.14	5.05	Toplam	6857.74	319			
	Tek Çocuk	24	16.12	4.42						
	Toplam	320	13.12	4.63						

Tablo 4.25. ’de görüldüğü üzere doğum sırası değişkenine göre beliren yetişkinlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür (F=4.47; p<.01). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; tek çocuk (x̄=16.12) ile ilk çocuk (x̄=12.41) ve son çocuk (x̄=13.14) olarak doğum sırasını belirten katılımcıların romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puan ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Buna göre tek çocuk olan katılımcıların doğum sırası ilk çocuk ve son çocuk olan katılımcılara göre daha yüksek düzey romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanmaya sahip olduğu ifade edilebilir.

Tablo 4.26. Büyüme Korkusu Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Evlenmeye Karşı Olumsuz Tutumlar	İlk Çocuk	122	8.32	2.95	Gruplar arası	72.16	3	24.05	2.89	.036
	Ortanca Çocuk	89	8.69	2.86	Gruplar içi	2629.30	316	8.32		
	Son Çocuk	85	8.98	2.89	Toplam	2701.47	319			
	Tek Çocuk	24	10.12	2.49						
	Toplam	320	8.74	2.91						

Tablo 4.26. ’da görüldüğü üzere doğum sırası değişkenine göre beliren yetişkinlerin evlenmeye karşı olumsuz tutumlar puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin evlenmeye karşı olumsuz puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($F=2.89$; $p<.05$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, evlenmeye karşı olumsuz puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Ancak çoklu grup karşılaştırmalarında farklılık çıkmasına rağmen ikili karşılaştırmaların yapıldığı Scheffe testi sonucunda gruplar arası istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

Tablo 4.27. Büyüme Korkusu Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma Alt Boyutunun Doğum Sırasına Yönelik Elde Edilen Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Grup	N	x̄	Ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Bağımsız Yaşama Hazırlık ve Sorumluluğu İçselleştirmede Zorlanma	İlk Çocuk	122	6.98	2.41	Gruplar arası	52.15	3	17.38	3.38	.018
	Ortanca Çocuk	89	7.66	2.08	Gruplar içi	1622.44	316	5.13		
	Son Çocuk	85	7.42	2.21	Toplam	1674.59	319			
	Tek Çocuk	24	8.41	2.30						
	Toplam	320	7.39	2.29						

Tablo 4.27. ’de görüldüğü üzere doğum sırası değişkenine göre beliren yetişkinlerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puanı ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalamaları arasında istatiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($F=3.38$; $p<.05$). Gruplar arası bu farkın kaynağını belirlemek üzere, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puanlarının varyansının homojen dağılması sebebi ile Scheffe karşılaştırma testi uygulanmıştır. Scheffe testi sonuçlarına göre; tek çocuk ($\bar{x}=8.41$) ile ilk çocuk ($\bar{x}=6.98$) olarak doğum sırasını belirten katılımcıların bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma puan ortalamaları arasındaki farkların istatiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Buna göre tek çocuk olan katılımcıların doğum sırası ilk çocuk olan katılımcılara göre daha yüksek düzey bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanmaya sahip olduğu ifade edilebilir.

BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın amaçları doğrultusunda elde edilen bulgular incelenerek ilgili literatür ışığında tartışılmıştır. Ardından araştırmacı ve uygulamacılara yönelik öneriler sunulmuştur.

5.1. Sonuçlar ve Tartışma

5.1.1. Psikolojik Sağlamlık, Büyüme Korkusu ve Umut Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Tartışma

Beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin psikolojik sağlamlıkları ile büyüme korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik yapılan analizler sonucunda büyüme korkusu ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Aynı zamanda büyüme korkusunun tüm alt boyutları ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Diğer bir ifade ile beliren yetişkinlerin büyüme korkusu düzeyi arttıkça psikolojik sağlamlık düzeyleri azalmaktadır. Yapılan literatür taraması sonucunda psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bunun sebebi daha öncede belirtildiği gibi, kavramın literatüre yeni kazandırılmış olmasından kaynaklı sınırlı sayıda çalışma bulunmasıdır. Dolayısıyla konu ile ilişkili olabilecek benzer çalışmalara ve ilgili kuramsal çerçeveye yönelik sonuçlardan faydalanılmıştır.

Hayatın farklı gelişimsel dönemlerine karşı gelişimsel özelliğe sahip olmak, stres yaratan durumlar ile başa çıkabilmek, olumsuz durumların bıraktığı etkiyi azaltmak veya iyileştirmek psikolojik sağlamlık kavramının bileşenleri arasında yer almaktadır (Stewart vd., 1997). Dolayısıyla sürekli değişen seçenekler ve sorumluluklar arasında plan yapan ve yetişkin olmaya ilişkin gelişimsel süreçten geçen beliren yetişkinin (Arnett, 2000; 2004;2010) yetişkin olmaya ilişkin duyduğu büyüme korkusunun (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018) psikolojik sağlamlık ile ilişkisi olduğu düşünülmektedir. Psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin özellikleri arasında gelişimsel görevlerini gerçekleştirebilme yer almaktadır (Masten, 2014). Dolayısıyla kendisinden beklenen gelişimsel görevi gerçekleştiremeyen bireylerin psikolojik sağlamlıklarının düşük olması muhtemeldir. Ayrıca kişiliğin beş temel faktörden oluştuğunu ifade eden ‘‘Beş Faktör Kişilik Kuramı’’nın özellikle sorumluluk ve deneyime açıklık alt boyutlarının (kişilik özelliklerinin) içerdiği tanımlama itibariyle sorumluluklara ilişkin duyulan korku olarak tanımlanan büyüme korkusu kavramı ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Salman-Öztürk (2022) tarafından beliren yetişkinler örnekleminde yapılan çalışmada ise deneyime açıklık kişilik özelliğinin büyüme korkusunu yordadığı

bulunmuştur. İlgili literatür incelendiğinde beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireyler ile yapılmış bir çalışmada, psikolojik sağlamlık ile beş faktör kişilik kuramının alt boyutlarından olan deneyime açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, uyumluluk ve nevrotiklik faktörleri arasında anlamlı ilişki olduğu ifade edilmekle birlikte nevrotiklik, dışa dönüklük ve sorumluluk faktörlerinin ise psikolojik sağlamlığı yordadığı belirtilmektedir (Ercan, 2017). Dolayısıyla mevcut çalışmada yer alan büyüme korkusu ile psikolojik sağlamlığın ilişkili kavramlar olduğu ifade edilebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusunun alt boyutlarından sosyal-duygusal yalnızlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Büyüme korkusu düzeyi yüksek kişilerin sosyal-duygusal olarak yalnızlık yaşadığı ifade edilmektedir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018). Yalnızlığın, büyüme korkusu alt boyutlarından sosyal-duygusal yalnızlık ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yakıcı ve Traş (2018) tarafından beliren yetişkinler örnekleminde yapılan bir çalışmada ise psikolojik sağlamlık ile yalnızlık arasında ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yapılan bu çalışmalardan psikolojik sağlamlık düzeyi ile büyüme korkusunun sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutunun ilişkili kavramlar olarak ele alınabileceği görülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulguya göre psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusunun alt boyutlarından romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Psikolojik sağlamlıkları yüksek bireylerin özellikleri arasında kendisinden beklenen gelişimsel görevi yerine getirebilen kişiler olduğu belirtilmekle birlikte (Masten, 2014) beliren yetişkinlerin gelişimsel süreçlerinde romantik ilişki bağlamında bir kimlik arayışı içinde olduğu ayrıca romantik ilişkilerinde bir istikrarsızlık söz konusu olduğu (Arnett, 2004) ifade edilmektedir. Dolayısıyla psikolojik sağlamlık düzeyi ile büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutunun ilişkili kavramlar olarak ele alınabileceği ifade edilebilir.

Psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusunun alt boyutlarından evlenmeye karşı olumsuz tutumlar arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Arnett (2000), sanayileşme ile birlikte evlilik yaşının ve çocuk sahibi olma yaşının arttığını belirtmektedir. Evlilik yaşının yükselmesi, evlilik sayısında düşüşün olması ve boşanmanın artması gibi sosyolojik değişimler bireylerin evlilik ve aile kurumuna karşı tutumunu etkilemektedir (Bayoğlu ve Atli, 2014). Keldal (2021), üniversite öğrencilerinin evliliğe ilişkin görüşlerini incelediği çalışmasında üniversite öğrencilerinin üçte birinin evlenmeden birlikte yaşama karşı olumlu

yaklaştığını, üçte birinin evlenmeden cinsel ilişki yaşamayı uygun bulduğunu ve yarıdan fazlasının da evlilikten kaygılandığını ortaya çıkarmıştır. Yaşam seyrinin önemli gelişimsel görevlerinden birinin evlilik olduğu bilinmektedir. Beliren yetişkinin uygun eş bulma, evlenme ve çocuk sahibi olma gibi gelişimsel süreçlerden geçtiğini (Arnett, 2000; 2004; 2010) psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin özelliklerinin arasında da kendisinden beklenen gelişimsel görevleri yerine getirmenin yer alması (Masten, 2014) sebebi ile psikolojik sağlamlık düzeyi ile büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutunun ilişkili kavramlar olarak ele alınabileceği belirtilebilir.

Büyüme korkusuna sahip kişilerin sorumluluk almaktan kaçındığı, bağımsız yaşama hazır olmadıkları ifade edilmektedir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018). Diğer bir deyişle, büyüme korkusu yaşayan bireyler, bulundukları gelişim dönemine ilişkin bağımsız yaşama ve sorumluluklarını içselleştirme gibi gelişimsel görevini yerine getirmede zorlanmaktadırlar. Mevcut çalışmada psikolojik sağlamlık ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ercan (2017) tarafından beş faktör kişilik kuramının alt boyutları ile psikolojik sağlamlığın arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada ise sorumluluk kişilik faktörünün psikolojik sağlamlığı yordadığı tespit edilmiştir. Dolayısıyla psikolojik sağlamlık düzeyi ile büyüme korkusunun bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutunun ilişkili kavramlar olduğu görülmektedir.

Araştırmada ilgili analizlerin gerçekleştirilmesi ile elde edilen bir diğer bulguya göre, psikolojik sağlamlık ile umut ve umudun alternatif yollar ve eyleyici düşünce alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Literatür incelendiğinde, psikolojik sağlamlık ile umut arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin bulunduğu birden çok çalışma olduğu görülmektedir. Togo ve diğerleri (2018) spor bilimleri okuyan üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği çalışmalarında psikolojik sağlamlık ile umut arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit etmişlerdir. Benzer şekilde Kirmani ve diğerleri (2015), bir grup kadın üniversite öğrencisi örneklemi ile yaptığı çalışmada psikolojik sağlamlık ile umut arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit etmişlerdir. Ayrıca Murphy (1987, s. 101), psikolojik sağlamlığın olumlu baş etmenin sonuçlarından biri olan umut ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Psikolojik sağlamlığı etkileyen koruyucu faktörler arasında, umut ve geleceğe ilişkin olumlu beklentiler içerisinde olma (Gizir, 2007; Ungar vd., 2005) yer aldığı ifade edilmektedir. Bu bağlamda umut düzeyi arttıkça psikolojik sağlamlığın arttığı ifade edilebilir.

Araştırmanın umut ile büyüme korkusu ve büyüme korkusu alt boyutları arasındaki ilişkilere yönelik elde dilen bulgulara göre, umut ile büyüme korkusu ve büyüme korkusu alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki mevcuttur. Beliren yetişkinlik döneminde bulunan kişilerin geleceğe ilişkin iyimser bir tavır sergilediği, istediği yaşamı kurabileceği ve hayallerini gerçekleştirebileceğine ilişkin yüksek beklentiler içinde oldukları, büyük umutlar taşıdıkları ifade edilmektedir (Arnett, 2000; 2004). Bu dönemin büyük beklenti ve umut dönemi olmasının sebebi beliren yetişkinin geleceğe ilişkin, iyi bir maaş, doyum sağlayan bir iş, evlilik gibi sorumluluk gerektiren birçok konuda planlar ve hayaller kurmasıdır (Arnett, 2000; 2004). Kurduğu planları ve hayalleri gerçekleştiremediğinde bile bunu kontrol altına alabileceğine ilişkin inanca sahip olması sebebi ile beliren yetişkinlik dönemi umudun olduğu bir dönemdir (Arnett, 2004; Atak ve Çok, 2010; Ergin, 2015). Bu bağlamda umut arttıkça büyüme korkusunun azalması beklenilen bir sonuçtur.

Büyüme korkusunun alt boyutlarından sosyal-duygusal yalnızlık ile umut arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. İlgili literatür incelendiğinde umut ile büyüme korkusunun sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla ilgili olduğu düşünülen yalnızlık bağlamında ele alınmıştır. Kaynar (2021) tarafından yapılmış bir çalışmada üniversite öğrencilerinin umut düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında orta düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki ve umudun yalnızlığı anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin döneme özgü ayırt edici özelliklerden biri olan arada kalmışlık duygusunu yaşamaktadırlar (Arnett, 2004). Arada kalmışlık duygusu sebebi ile ergenlik ile yetişkinlik hissi arasında gidip gelen beliren yetişkin önüne çıkan birçok fırsata rağmen daha düşük yaşam doyumuna ve duygusal yakınlıktan kaçınmaya maruz kalmaktadır (Arnett, 2004; Lane vd., 2017). Dolayısıyla duygusal yakınlıktan kaçınan beliren yetişkinin yalnızlık yaşaması ve umut düzeyinin de düşmesi muhtemeldir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, umut ile büyüme korkusunun alt boyutlarından romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğudur. İlgili literatür incelendiğinde umut ile büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Romantik ilişkisini sürdüremeyen bireylerin gittikçe çoğaldığı ifade edilmekle birlikte bu durumun beliren yetişkinlik döneminde görüldüğü bilinmektedir (Arnett, 2004). Beliren yetişkinlik döneminin kendine özgü özelliklerinden kuramsal temelini almış olan büyüme korkusunun

romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutunun (Ateş ve Özden-Yıldırım), umut ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Arnett (2000; 2004), bu dönemde romantik ilişkiye başlama ve bitirme gibi tüm istikrarsızlıklara rağmen beliren yetişkinin sonsuz olanaklara sahip olması sebebi ile büyük umutlar taşıdığını ifade etmektedir. Ayrıca yapılan çalışmalarda umudun, algılanan kişilerarası ilişki kalitesi ile ilişkili olduğu, ilişkinin süreğenliğine ve romantik ilişki kalitesine etkisi olduğu ve düşük düzey umuda sahip bireylerin romantik ilişkilerinde güven eksikliği yaşadığı belirtilmektedir (Chang, 1998; Kline vd., 2006; Merrolla, 2014; Segrin ve Taylor, 2007). Yıldız-Akyol ve Işık (2016) tarafından yapılan bir çalışmada da evli bireylerin romantik ilişkisi olmayan bireylere göre daha yüksek düzey umuda sahip oldukları görülmüştür. Dolayısıyla tüm bu sonuçların, mevcut araştırmadaki bulguyu destekler nitelikte olduğu ve romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ile umut arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılmasının önem arz ettiği düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu, umut ile büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutumları arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucudur. İlgili literatür incelendiğinde umut ile büyüme korkusunun evlenmeye karış olumsuz tutumlar alt boyutu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla ilişkili olabileceği düşünülen çalışmalardan yararlanılmıştır. Literatürde evli bireylerin, bekar, boşanmış, dul ve yeniden evlilik yapan bireylere göre daha yüksek düzey umut, mutluluk ve duygusal zekaya sahip olduğu ifade edilmektedir (Khodarahimi, 2015; Yıldız-Akyol ve Işık, 2016). Ayrıca evlilik çatışmalarının, çatışmanın getirisi olan duygusal tükenmişliğin bireylerin umudunu azalttığı ifade edilmektedir (Taherian vd., 2019). Dolayısıyla umut ile evlenmeye karşı olumsuz tutumlar arasında bir ilişki bulunabileceği, bireylerin umut düzeyleri azaldıkça evlenmeye karşı olumsuz tutum sergileyebilecekleri düşünülmektedir.

Umut ile büyüme korkusunun son alt boyutu olan bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İlgili literatür incelendiğinde umut ile büyüme korkusunun bu alt boyutu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Kişiliğin beş temel faktörden oluştuğunu ifade eden ‘‘Beş Faktör Kişilik Kuramı’’nın özellikle sorumluluk ve deneyime açıklık alt boyutlarının (kişilik özelliklerinin) içerdiği tanımlama itibariyle sorumluluklara ilişkin duyulan korku olarak tanımlanan büyüme korkusu kavramı ve bu alt boyutu ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla kişilik özellikleri ile umut arasında yapılmış çalışmalar incelenmiştir. Cam ve Alkal (2020) tarafından yapılmış çalışmada sorumluluk ve deneyime açıklık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde İşgör ve diğerleri

(2023) tarafından yapılan bir çalışmada umudun kişilik özelliklerinden sorumluluk alt faktörü arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla umut ile büyüme korkusunun bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutunun ilişkili kavramlar olarak ele alınabileceği ifade edilebilir. Tüm bu sonuçlar değerlendirildiğinde, sorumluluk sahibi olan bireylerin umut düzeylerinin yüksek olabileceği dolayısıyla sorumluluğu içselleştirmede zorlanma düzeylerinin düşük olması beklenmektedir.

5.1.2. Psikolojik Sağlamlık ile Büyüme Korkusu Arasındaki İlişkide Umudun Aracı Rolüne İlişkin Tartışma

Bu araştırmanın temel amacı beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları ile büyüme korkuları arasındaki ilişkide umudun aracı rolü incelemektir. Bu amaç doğrultusunda oluşturulan ölçme modeli ve yapısal model incelendiğinde, psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun tam aracılık rolü bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. İlgili analizlerde psikolojik sağlamlık (bağımsız değişken) ile büyüme korkusu (bağımlı değişken) arasındaki anlamlı ilişkinin, modele umut (aracı değişken) dahil edildiğinde anlamsız olduğu görülmüştür. Yani psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkiye umudun aracı değişken olarak dahil edilmesi ile psikolojik sağlamlığın büyüme korkusu üzerindeki etkisinin ortadan kalktığı ifade edilebilir. Diğer bir ifade ile beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları arttıkça umut düzeyleri artmakta, umut düzeyleri arttıkça da büyüme korkuları azalmaktadır. Ayrıca ölçme modelinin ve yapısal modelinin uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde modelin en az kabul edilebilir ve iyi uyum değerlerine sahip olduğu ve modelin doğrulandığı görülmektedir.

Literatür incelendiğinde psikolojik sağlamlık, büyüme korkusu ve umudun birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Büyüme korkusunun erken dönem uyumsuz şemalar (Hayran, 2020), bazı psikolojik belirtiler ve algılanan ebeveynlik tutumları (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2020), psikolojik esneklik (Yeler, 2021), öz şefkat, bilişsel esneklik, kendini saklama (Daşçı, 2022), ayrılık anksiyetesi, savunma mekanizmaları (Gümüş-Demir ve Akoğlu, 2022), bilişsel esneklik, duygusal zeka, duygu düzenleme güçlüğü ve ayrılık kaygısı (Külekçioğlu, 2022), üst düzey kişilik özellikleri, öznel iyi oluş (Salman-Öztürk, 2022), anksiyete ve yeme bozukluğu (Şahin, 2023), benlik farklılaşması (Sabır, 2024) ile ilişkisine bakıldığı görülmektedir.

Daha öncede belirtildiği gibi büyüme korkusunun literatüre yeni kazandırılmış bir kavram olması sebebi ile sınırlı sayıda çalışmaya rastlandığı dolayısıyla benzer çalışmalardan ve ilgili kuramsal çerçeveden faydalanarak psikolojik sağlamlık ve umut ile ilişkili olabileceği açıklanmıştır. Ayrıca psikolojik sağlamlık ile de umudun ilişkisine yönelik ilgili araştırmalar ve açıklamalar yukarıda yer almaktadır.

Beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracılık rolüne ilişkin bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte bu durum çalışmanın gerekliliğini ve önemini ortaya koymaktadır. Umut, psikolojik sağlamlık ile başka değişkenler arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir. Örneğin; umut, psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu (Şeker ve Çapri, 2023), öznel iyi oluş (Satıcı, 2016) ve yalnızlık (Batmaz vd., 2021) değişkenleri arasındaki ilişkilerde aracılık etmektedir. Farklı örneklemler ile yapılmış çalışmalarda da umudun psikolojik sağlamlığa ilişkin aracılık rolü üstlendiği görülmektedir. Örneğin; umudun, tek ebeveynli anneler ile yapılmış bir çalışmada psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiye (Odacı vd., 2022), özel gereksinimli ebeveynlerde öz şefkat ilişkisine (Sünbül ve Gördesli, 2020), psikolojik danışmanlar ile yapılmış bir çalışmada mental iyi oluşa (Yılmaz ve Tunç, 2022), ergenlerde öz şefkat ilişkisine (Yaşar vd., 2023) aracılık ettiği görülmektedir.

Kendisini ne ergen ne de yetişkin olarak görmeyen, arada kalmışlık duygusu sebebi ile yetişkin yaşamının getirdiği sorumlulukları tam anlamı ile edinmeye hazır olmayan beliren yetişkinlerin (Arnett, 2000; 2010), büyümek ve yetişkin olmak ve sorumluluk almak ile ilgili korkularını ifade eden büyüme korkusu (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018), psikolojik sağlamlığı negatif yönde etkilemektedir. Psikolojik sağlamlığın bileşenleri arasında hayatın farklı gelişimsel dönemlerine karşı gelişimsel özelliğe sahip olmak ve stres yaratan durumla başa çıkabilmenin yer aldığı (Stewart vd., 1997) ayrıca psikolojik sağlamlığı yüksek bireylerin özellikleri arasında gelişimsel görevlerini gerçekleştirebilme yer aldığı (Masten, 2014) belirtilmektedir. Psikolojik sağlamlığın olumlu baş etmenin sonuçlarından biri olan umut ile ilişkili olduğu (Murphy, 1987, s. 101), ve psikolojik sağlamlığı etkileyen koruyucu faktörler arasında, umut ve geleceğe ilişkin olumlu beklentilerin (Gizir, 2007; Ungar vd., 2005) yer aldığı beliren yetişkinlik döneminde bulunan kişilerin geleceğe ilişkin iyimser bir tavır sergilediği, istediği yaşamı kurabileceği ve hayallerini gerçekleştirebileceğine ilişkin yüksek beklentiler içinde oldukları, büyük umutlar taşıdıkları ifade edilmektedir (Arnett, 2000; 2004). Umut, kişinin hedefine yönelik düşünce türü olup, hedefe giden yolu harekete geçirme olarak tanımlanmakla birlikte (Snyder vd., 2002) kişilerin hedeflerinin

sorumluluğunu almalarını sağladığı ve hayatlarına anlam kattığı belirtilmektedir (Feldman ve Snyder, 2005). Dolayısıyla gelişimsel görevlerin getirisi olan sorumluluklara ilişkin duyulan korkunun üzerinde etkili olabileceği öngörülebilir. Buradan hareketle beliren yetişkinlerin psikolojik sağlamlıkları ile büyüme korkuları arasındaki ilişkiye umudun aracılık etmesi beklenen bir sonuçtur.

5.1.3. Büyüme Korkusu ve Büyüme Korkusu Alt Boyutlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Tartışma

5.1.3.1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Erkeklerin büyüme korkusu düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde yer alan ilgili araştırmalar, mevcut çalışmanın sonucu ile farklılık göstermektedir. Büyüme korkusunun çalışıldığı araştırmalarda cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılığın bulunmadığını ifade eden çalışmalar mevcuttur (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2020; Gümüş-Demir ve Akoğlu, 2022; Külekçioğlu, 2022; Sabır, 2024; Salman-Öztürk, 2022; Şahin, 2023; Yeler, 2021). Bu farklılığın sebebinin büyüme korkusunu farklı örneklem üzerinde, yetişkinlerle incelemiş olmalarından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Aynı örneklem üzerinde inceleyen çalışmalarda ise oluşan anlamlı farklılık, Kiley' in (1983) belirttiği üzere sorumluluk almaktan kaçınan erkekleri tanımladığı, büyüme korkusu kavramının da ortaya çıkmasına katkıda bulunan Peter Pan Sendromu ile açıklanabilir. Bu sendroma göre sadece erkeklerin büyümeye ilişkin direnç gösterdikleri ifade edilmektedir.

Alt boyutlardan elde edilen bulgulara göre büyüme korkusunun sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Erkeklerin sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde büyüme korkusunun sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen sadece bir çalışmaya rastlanılmıştır. Yeler (2021) tarafından farklı bağlamda ele alınan çalışmada sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Mevcut çalışmanın sonucunun bu örneklem bağlamında elde edildiği ve insanların farklı yaşam koşulları, farklı kültürlere sahip olduğu ayrıca kişisel deneyimlerin ve kişilik özelliklerinin farklılığının sebep olduğu düşünülmektedir.

Alt boyutlardan elde edilen bulgulara göre büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutu toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Erkeklerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen sadece bir çalışmaya rastlanılmıştır. Yeler (2021) tarafından farklı bağlamda ele alınan çalışmada romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Alt boyutlardan elde edilen bulgulara göre büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutum alt boyutu toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. İlgili literatür incelendiğinde büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen sadece bir çalışmaya rastlanılmıştır. Yeler (2021) tarafından farklı bağlamda ele alınan çalışmada evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Mevcut çalışma ile benzerlik göstermektedir.

Alt boyutlardan elde edilen bulgulara göre büyüme korkusunun bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Erkeklerin bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde büyüme korkusunun bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutunun cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen sadece bir çalışmaya rastlanılmıştır. Yeler (2021) tarafından farklı bağlamda ele alınan çalışmada bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir. Mevcut çalışma ile benzer şekilde erkeklerin daha yüksek düzey sorumluluğu içselleştirme puanına sahip olduğu görülmüştür.

5.1.3.2. Öğrenim Görülen Üniversite Türü Değişkenine İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanlarının, alt boyutlardan ise sosyal-duygusal yalnızlık ve romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma puanlarının öğrenim görülen üniversite türü değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Devlet üniversitesinde öğrenim görenlerin büyüme korkusu düzeylerinin özel-vakıf üniversitesinde öğrenim görenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Alt boyutlardan elde edilen bulgulara göre büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ve bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutları ile öğrenim görülen üniversite türü değişkenine göre anlamlı farklılık görülmemiştir. Büyüme korkusunun çalışıldığı araştırmalarda öğrenim görülen üniversite türü değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak genel olarak devlet okulları ile özel okulların arasındaki farkın çoğunlukla ekonomik sebeplere dayandığı bilinmektedir (Gürler, 2020). Ayrıca özel okullarda eğitim görenlerin kendine güvenlerinin devlet okullarında okuyanlara göre nispeten daha fazla olduğu belirtilmektedir (Gürler, 2020). Özel ve devlet üniversitesindeki öğrencilerin başarılarını etkileyen kriterlerin araştırıldığı bir çalışmada da öğrencilerin demografik özelliklerinin, öğrenim gördükleri üniversitelerin sosyal ve fiziksel koşulları, öğretim üyeleri ile iletişimleri, ailelerinin ve kendilerinin sosyo-kültürel yapıları ve ekonomik koşullarının etkili olabileceği ifade edilmiştir (Kevser ve Sarıbay, 2007). Bireylerin kendi bireysel özellikleri, üniversitelerin sağladığı kaynak ve fırsatların farklılığı, üniversitenin kendine özgü ortamı (rekabetçi veya destekleyici bir ortamı olması), bilinçli tercih gibi faktörlerin de farklı üniversite türünde öğrenim gören öğrencilerin eğitim ve kariyer başarısı üzerinde etkisi olduğu bu etkinin de sorumluluk alma davranışlarını etkileyebileceği düşünülmektedir.

5.1.3.3. Psikolojik Yardım Alıp Almama Değişkenine İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanlarının ve tüm alt boyutlarından elde edilen puanlarda psikolojik yardım alma durumlarına göre anlamlı farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir. İlgili literatür incelendiğinde büyüme korkusunun psikolojik yardım alma değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen bir çalışmaya rastlanmıştır. Mevcut çalışmanın bulgusundan farklılık gösteren bu çalışma, Salman-Öztürk (2020) tarafından yapılmıştır ve beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin büyüme korkusu düzeylerinin psikolojik yardım alma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Daha önce psikolojik

yardım alan beliren yetişkinlerin büyüme korkusu düzeylerinin daha önce psikolojik yardım almayan beliren yetişkinlere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Ayrıca ilgili literatürde büyüme korkusun alt boyutları ile psikolojik belirtilerin incelendiği çalışmada; anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve hostilite düzeyleri arttıkça bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma, romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma ve sosyal duygusal yalnızlık düzeylerinde de artış olduğu, evliliğe karşı olumsuz tutumun ise anksiyete ve depresyonla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bireylerin anksiyete ve depresyon düzeyleri arttıkça evliliğe karşı olumsuz tutum sergileme düzeylerinin de arttığı belirtilmektedir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2020). İlgili literatür ile farklılık gösteren mevcut çalışmanın bulgularının, bu örnekleme dayalı olarak elde edildiği dikkate alınmakla birlikte bireylerin kişisel deneyimleri ile yaşam koşullarına bağlı olabileceği dolayısıyla daha fazla sayıda çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

5.1.3.4. Sosyoekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanlarında sosyoekonomik düzey değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise sosyoekonomik düzeyi yüksek olan katılımcıların üst-orta ve orta olarak belirtenlere göre daha yüksek büyüme korkusu düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Sosyoekonomik düzeyi alt-orta olan katılımcıların orta olanlara göre daha yüksek büyüme korkusu düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Literatürde yer alan ilgili araştırmalar sınırlı sayıda da olsa mevcuttur ve mevcut çalışmanın sonucu ile farklılık göstermektedir. Şahin (2023) yetişkin bireyler ile yapmış olduğu çalışmada sosyoekonomik düzeyin büyüme korkusu toplam puanı arasında anlamlı bir farklılık oluşturmadığını tespit etmiştir. Yetişkin bireyler ile gerçekleştirmiş olması sebebi ile mevcut çalışmanın bulgusundan farklılık gösterdiği düşünülmektedir. Yetişkin bireylerin ekonomik bağımsızlığını beliren yetişkinlere göre daha önceden elde etmiş olması, ailelerine ekonomik bağımlılıklarının olmaması ile de ilgili olabileceği düşünülmektedir. Salman-Öztürk (2022), tarafından beliren yetişkinler ile yapılmış bir çalışmada sosyoekonomik düzeyin büyüme korkusu toplam puanı arasında anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Literatürde yer alan bazı çalışmalarda ise mevcut çalışmanın bulgusuna benzerlik gösteren sonuçlar bulunmaktadır. Büyüme korkusunun sosyoekonomik düzey ile ilişki olduğunu ve sosyoekonomik düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarının daha yüksek düzey büyüme korkusuna sahip olduğunu ifade edilmektedir (Shirley, 2015; Kiley, 1983). Sonuçların farklılığına farklı kültür, farklı coğrafyaların sebep olabileceği düşünülmekle birlikte

özellikle Türk kültüründe gerçekleştirilmek üzere daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutunda sosyoekonomik düzey değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise sosyoekonomik düzeyi düşük olan katılımcıların alt-orta ve orta olan katılımcılara göre daha yüksek sosyal-duygusal yalnızlık düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen diğer bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutunda sosyoekonomik düzey değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise sosyoekonomik düzeyi yüksek olan katılımcıların üst-orta, orta ve alt-orta olan katılımcılara göre daha yüksek düzey romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanmaya sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutumlar ve bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutlarında sosyoekonomik düzey değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Ancak çoklu grup karşılaştırmalarında farklılık çıkmasına rağmen ikili karşılaştırmaların yapıldığı Scheffe testi sonucunda gruplar arası istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Literatürde yer alan ilgili araştırmalar sınırlı sayıda da olsa mevcuttur ve mevcut çalışmanın sonucu ile farklılık göstermektedir. Şahin (2023) tarafından yetişkin bireyler ile yapılan bir çalışmada, sosyoekonomik düzeyin büyüme korkusunun tüm alt boyutlarından elde edilen toplam puanı ile arasında anlamlı bir fark olmadığını tespit etmiştir. İlgili çalışmanın yetişkin bireyler ile gerçekleştirmiş olması sebebi ile mevcut çalışmanın bulgusundan farklılık gösterdiği düşünülmekle birlikte büyüme korkusunun alt boyutlarına ilişkin özellikle Türk kültüründe gerçekleştirilmek üzere daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

5.1.3.5. Anne-Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanlarında ve alt boyutlardan sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu, bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu ve evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutları ile anne-baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutunda baba eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutunda anne eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Ancak çoklu grup karşılaştırmalarında farklılık çıkmasına rağmen ikili

karşılaştırmaların yapıldığı Scheffe testi sonucunda gruplar arası istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Büyüme korkusunun yer aldığı çalışmalarda anne-baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Mevcut çalışmada büyüme korkusu ve büyüme korkusunun tüm alt boyutlarının anne-baba eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamasının nedeni bu çalışmadan elde edilen sonuçların örneklem bağlamında elde edildiği göz önünde bulundurulmakla birlikte büyüme korkusunun anne-baba eğitim düzeyinden bağımsız şekilde yetişkinliğin sorumluluklarının alınamaması ile ilişkili bir kavram olmasından kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca küreselleşme, toplumun refah düzeyi, öğrenim düzeyinin ve süresinin artması gibi değişimler ile ilgili olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla sonuçlara ilişkin daha sağlıklı yorumlar yapılabilmesi için özellikle Türk örnekleminde daha fazla sayıda çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

5.1.3.6. Algılanan Ebeveyn Tutum Değişkenine İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanlarında algılanan ebeveyn tutum değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların demokratik, aşırı korumacı, baskıcı, mükemmeliyetçi ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde büyüme korkusuna sahip olduğu tespit edilmiştir. Literatürde yer alan ilgili araştırmalar incelendiğinde ise algılanan ebeveyn tutumunun büyüme korkusu ile arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya rastlanmıştır. İlgisiz ebeveyn tutumu ile duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveyn stili birbiriyle benzer özellikler taşıması sebebi ile ilişkili olduğu ifade edilebilir. Dolayısıyla duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveyn tutumu ile büyüme korkusunun incelendiği çalışmalardan faydalanılmıştır. Özden-Yıldırım ve Ateş (2020) tarafından yapılan çalışmada babaya ilişkin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu ile büyüme korkusu toplam puanı arasında bir ilişki görülmediği ancak anneye ilişkin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu ile büyüme korkusu toplam puanı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip bireylerin büyüme korkusu düzeylerinin daha yüksek olması muhtemeldir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu ile algılanan ebeveyn tutum değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların demokratik, aşırı korumacı, baskıcı, mükemmeliyetçi

ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde sosyal-duygusal yalnızlığa sahip olduğu tespit edilmiştir. Özden-Yıldırım ve Ateş (2020) tarafından yapılan çalışmada hem anne hem babaya ilişkin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu ile büyüme korkusu sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip bireylerin sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olması muhtemeldir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmekte zorlanma alt boyutu ile algılanan ebeveyn tutum değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların demokratik, aşırı korumacı, baskıcı, mükemmeliyetçi ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanmaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Özden-Yıldırım ve Ateş (2020) tarafından yapılan çalışmada babaya ilişkin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu ile romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutu puanı arasında bir ilişki görülmediği ancak anneye ilişkin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu ile romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip bireylerin romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma düzeylerinin daha yüksek olması muhtemeldir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutu ile algılanan ebeveyn tutum değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların demokratik ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde evlenmeye karşı olumsuz tutuma sahip olduğu tespit edilmiştir. Özden-Yıldırım ve Ateş (2020) tarafından yapılan çalışmada anne ve babaya ilişkin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu ile evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmüştür. Dolayısıyla mevcut çalışmanın bulgusundan farklılık göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu ile algılanan ebeveyn tutum değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise ilgisiz ebeveyn tutumuna sahip katılımcıların demokratik ebeveyn tutumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde bağımsız yaşama

hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanmaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Özden-Yıldırım ve Ateş (2020) tarafından yapılan çalışmada anne ve babaya ilişkin duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ebeveynlik tutumu ile bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmüştür. Dolayısıyla mevcut çalışmanın bulgusundan farklılık göstermektedir.

Ayrıca ilgili literatürde büyüme korkusunun temelinde ebeveyn tutumlarının da etkili olduğu görüşü yer almaktadır. Aşırı korumacı, reddeden, ihmal eden veya eleştiren olumsuz ebeveyn tutumları kişinin kendisini yetersiz ve değersiz olarak algılamakta ve olumsuz temel inanca sahip olmasına neden olmaktadır. Olumsuz temel inanca sahip kişilerin ise yaşamda diğerleri ile sağlıklı ilişkiler kurmakta zorlandıkları ve sağlıklı bir ayrışma, bireyselleşme yaşayamadıkları ifade edilmektedir (Ateş ve Özden-Yıldırım, 2018; Başbuğ vd., 2017).

5.1.3.7. Doğum Sırası Değişkenine İlişkin Tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusu toplam puanlarında doğum sırası değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise tek çocuk olan katılımcıların doğum sırası ilk, ortanca ve son çocuk olan katılımcılara göre daha yüksek düzey büyüme korkusuna sahip olduğu tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun sosyal-duygusal yalnızlık alt boyutu ile doğum sırası değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanma alt boyutu ile doğum sırası değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise göre tek çocuk olan katılımcıların doğum sırası ilk ve son çocuk olan katılımcılara göre daha yüksek düzey romantik ilişkiyi sürdürmede zorlanmaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun evlenmeye karşı olumsuz tutumlar alt boyutu ile doğum sırası değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Ancak çoklu grup karşılaştırmalarında farklılık çıkmasına rağmen ikili karşılaştırmaların yapıldığı Scheffe testi sonucunda gruplar arası istatiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerin büyüme korkusunun bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanma alt boyutu ile doğum sırası değişkeni açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anlamlı farklılığın bulunduğu gruplar incelendiğinde ise göre tek çocuk olan katılımcıların doğum sırası ilk çocuk olan katılımcılara göre daha yüksek düzey sorumluluğu içselleştirmede zorlanmaya sahip olduğu tespit edilmiştir. İlgili literatür

incelendiğinde büyüme korkusunun psikolojik doğum sırası değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak Geçtan (1998), mevcut araştırmanın bulgusunu destekler nitelikte, tek çocukların aşırı korumacı yaklaşım ile büyütüldüğünü, yalnız olmalarından kaynaklı toplumsal hayata karışma noktasında zayıf kaldıklarını ve isteklerine yönelik denetimin iyi sağlanamadığını ifade etmektedir. Ailelerin çocuklara olan tutumlarının kendisine ilişkin bilgi kaynağını oluşturduğu ve ailedeki yerini belirlediği belirtilmektedir (Oktan vd., 2015). Dolayısıyla bireylerin bulunduğu doğum sırasının ve doğum sırasına göre şekillenen aile tutumunun, ileriki yaşamında yetişkin olmak ve yetişkinliğin getirdiği gelişimsel görevler ve sorumluluklara ilişkin korku yaşamasını belirleyici olabilir. Ayrıca sonuçlara ilişkin daha sağlıklı yorumlar yapılabilmesi için özellikle Türk örnekleminde daha fazla sayıda çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Bu araştırmanın temel amacı beliren yetişkinlikte psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun aracı rolünü incelemektir. Araştırmanın amacı doğrultusunda psikolojik sağlamlık ile büyüme korkusu arasındaki ilişkide umudun tam aracı rolü olduğu bulunmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgular yorumlanırken, psikolojik sağlamlık, büyüme korkusu ve umut kavramlarının özellikle beliren yetişkinlik döneminde ele alınmamış olması kısıtlılığa sebep olmuştur. Bu araştırmada büyüme korkusu kavramının çalışılmış olmasının alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. İleride yapılacak olan çalışmalarda büyüme korkusunun ilgili olabileceği başka değişkenler ile de ele alınması önerilmektedir.
- Araştırmanın örneklemini 320 katılımcı oluşturmaktadır. İleride yapılacak olan araştırmalarda örneklem sayısının artırılması genellenebilirlik yönünden fayda sağlayacaktır. Ayrıca bu çalışmada beliren yetişkinliğin üniversite yıllarını da kapsaması sebebi ile üniversite öğrencilerinden veri toplanmıştır. Üniversite öğrencileri dışındaki beliren yetişkinler ile de çalışılması literatüre katkı sağlayacaktır.
- Büyüme korkusu ölçeğinin son alt boyutu olan bağımsız yaşama hazırlık ve sorumluluğu içselleştirmede zorlanmanın ilgili güvenirlik analizinde iç tutarlık katsayısı .58 şeklinde düşük düzey güvenilir olarak bulunmuştur. İleride yapılacak

çalışmalarda farklı örneklem gruplarında ilgili güvenirlik analizlerin tekrar gerçekleştirilmesi önerilmektedir.

5.2.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

- Beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin gelişimsel görevleri içeren büyüme korkusuna ilişkin bu bağlamda çalışan ruh sağlığı hizmeti veren kurum ve kuruluşlara, danışmanlara yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Özellikle üniversitelerin psikolojik danışma ve rehberlik merkezi birimlerinde, bireylerin bulundukları yaşam döneminin getirisi olan sorumluluklarına ilişkin korku duymaması için koruyucu ve önleyici çalışmaların yapılması önerilmektedir.
- Bireylerin yaşadıkları zorluklar karşısında koruyucu faktör olan umut ve psikolojik sağlamlıklarının artırılmasına ilişkin müdahale programlarının ilgili kurum, kuruluş ve ruh sağlığı hizmeti veren paydaşlar tarafından planlanması ve uygulanması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin, 103*(3), 411.

Andrew, M., Eggerling-Boeck, J., Sandefur, G. D., & Smith, B. (2006). The "inner side" of the transition to adulthood: How young adults see the process of becoming an adult. *Advances in Life Course Research, 11*, 225-251.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5), 469-480. doi: 10.1037/0003- 066X.55.5.469

Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties.* New York: Oxford University Press.

Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues, 12*(35), 235-253. https://doi.org/10.1177/002204260503500202

Arnett, J. J. (2007). Emerging Adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child Development Perspectives, 1(*2), 68-73. https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x.

Arnett, J. J. (2010). Oh, grow up! generational grumbling and the new life stage of emerging adulthood-commentary on trzesniewski & donnellan (2010). *Perspectives on Psychological Science, 5(*1), 89-92. https://doi.org/10.1177/1745691609357016

Arnett, J. J. ve Taber, S. (1994). Adolescence terminable and interminable: When does adolescence end?. *Journal of Youth and Adolescence*, *23*(5), 517-537.

Arnett, J. J., & Mitra, D. (2020). Are the features of emerging adulthood developmentally distinctive? A comparison of ages 18–60 in the United States. *Emerging Adulthood, 8*(5), 412–419. https://doi.org/10.1177/2167696818810073

Arnett, J. J., & Schwab, J. (2012). *The Clark University poll of emerging adults: Thriving, struggling, and hopeful*. Worcester, MA: Clark University.

Arnett, J., & Taber, S. (1994). Adolescence terminable and interminable: When does adolescence end?. *Journal of Youth & Adolescence, 23*(6), 517-537.

Arnett, J.J. (2019). *Conceptual foundations of emerging adulthood.* "Emerging Adulthood and Higher Education: A New Student Development Paradigm" içinde; Eds. J.L.Murray-J.J. Arnett; ss. 11- 24. Routledge.

Atak, H. (2005). *Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi.

Atak, H., & Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 17*(1), 39-50.

Atak, H., Tatlı, C. E., Çokamay, G., Büyükpabuşcu, H. ve Çok, F. (2016). Yetişkinliğe geçiş: Türkiye'de demografik ölçütler bağlamında kuramsal bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 8*(3), 204-227. https://doi.org/10.18863/pgy.238184

Ateş, N. ve Özden-Yıldırım, M. S. (2018). Büyüme Korkusu Ölçeği'nin (BKÖ) geliştirilmesi: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 10*(24), 158-175. https://doi.org/10.20875/makusobed.380022

Ateş, N. ve Özden-Yıldırım, M. S. (2020). Büyüme korkusu ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi, 9*(1), 402-410. https://doi.org/10.33206/mjss.559423

Averill, J. R., Catlin, G., & Chon, K. (1990). *Rules of hope*. New York: Springer-Verlag.

Aydın, M. ve Egemberdiyeva, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Eğitim Dergisi, 3*(1), 37-53.

Bacon, F. S. (2005). Positive psychology's two cultures. *Review of General Psy, 9*(2), 181-192.

Bagozzi, R. P., & Fornell, C. (1982). Theoretical concepts, measurements and meaning. *A Second Generation of Multivariate Analysis, 2*(2), 5-23.

Ballard, A., Green, T., McCaa, A., & Logsdon, M. C. (1997). A comparison of the level of hope in patients with newly diagnosed and recurrent cancer. In *Oncology Nursing Forum, 24*(5), 899-904.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of*

Personality and Social Psychology, 51(6), 1173–1182. https://doi.org/10.1037/00223514.51.6.1173

Başbuğ, S., Cesur, G. ve Batıgün, A. D. (2017). Algılanan ebeveynlik biçimi ve yetişkin ayrılma anksiyetesi: Kişilerarası bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi, 28,* 255-267.

Batmaz, H., Türk, N., & Doğrusever, C. (2021). The mediating role of hope and loneliness in the relationship between meaningful life and psychological resilience in the Covid-19 Pandemic during. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 9*(5), 1403-1420. https://doi.org/10.18506/anemon.895199

Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. New York: Guilford Press.

Bayoğlu, F. ve Atli, A. (2014). İnönü evlilik tutum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik analizleri. *Ege Eğitim Dergisi, 15*(2), 397-415.

Beardslee, W. R., & Podorefsky, D. (1988). Resilient adolescents whose parents have serious affective and other psychiatric disorders: Importance of selfunderstanding and relationships. *American Journal of Psychiatry, 145*(1), 63-69.

Beauvais, F., & Qetting, E. R. (1999). Drug use, resilience, and the myth of the golden child. In M. D. Glantz, & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 101-107). New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

Benzein, E. G., & Berg, A. C. (2005). The level of and relation between hope, hopelessness and fatigue in patients and family members in palliative care. *Palliatvie Medicine, 19*(3), 234-240.

Bloch, E. (2007). *Umut İlkesi, Cilt 1*. İstanbul: İletişim.

Bulut, B. (2016). *Ergenlerin anksiyete, sosyal destek ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi.

Bulut, S., Doğan, U. ve Altundağ, Y. (2013). Adolescent psychological resilience scale: Validity and reliability study. *Suvremena Psihologija*, *16*(1), 31-31.

Büyüköztürk, Ş. (2019). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem.

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (20. Baskı). Pegem Akademi.

Cam, S., & Alkal, A. (2020). An investigation of interpersonal problem solving in university students in terms of personality traits, resilience and hope. *European Journal of Educational Sciences, 7*(1), 15-31.

Chang, E. C. (1998). Hope, problem-solving ability, and coping in a college student population: Some implications for theory and practice. *Journal of Clinical Psychology, 54*(7), 953-962.

Creswell, J. W. (2017). *Eğitim araştırmaları: nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi* (3.Baskı). (H. Ekşi, Çev. Ed.). Edam.

Crosnoe, R., & Elder Jr, G. H. (2004). Family dynamics, supportive relationships, and educational resilience during adolescence. *Journal of Family Issues, 25*(5), 571-602. https://doi.org/10.1177/0192513X03258307

Csikszentmihalyi, M. (2009). The promise of positive psychology. *Psihologijske Teme, 18*(2), 203-211.

Csikszentmihalyi, M., & Seligman, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychological Association, 55*(1), 5-14.

Çelikkaleli, Ö. (2020). Beliren yetişkinlerde stres ile tükenmişlik arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkilerde psikolojik sağlamlılığın aracılık rolü. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 10*(1), 1-21.

Çok, F., & Atak, H. (2015). Emerging adulthood in Turkey: Does it (yet) exist?. *Online Journal of Counseling & Education*, *4*(3), 46-75.

Çok, F., & Atak, H. (2016). A cultural contribution from bride's trousseau (Dowry) to" emerging adulthood": Ideas based on Turkish culture. *Online Journal of Counseling & Education*, *5*(3), 39-46.

Daşçı, G. (2022). *Genç yetişkinlerde büyüme korkusu ile öz şefkat arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve kendini saklamanın aracı rolü* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi.

Demirsu, G. (2018). *Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumları ile sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkide anksiyete duyarlılığın ve psikolojik dayanıklılığın aracı rolleri.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Işık Üniversitesi.

Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective wellbeing: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*(2), 276-302.

Doğan, A. ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren yetişkinlik: Ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları, 14*(28), 11-21.

Doğan, F. (2015). The mediating role of the posttraumatic growth in the relationship between posttraumatic stress and prosocial behavioral tendencies. [Master's thesis, Orta Doğu Teknik Üniversitesi].

Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being, 3*(1), 93-102.

Douglass, C. B. (2007). From duty to desire: Emerging adulthood in Europe and its consequences. *Child Development Perspectives, 1*(2), 101–108. https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00023.x

Dowling, C. (2021). *Sindrella kompleksi: çağdaş kadının bağımsızlık korkusu* (S. Budak, Çev. Ed.). İstanbul: Afrika Yayınları.

Dufault, K., & Martocchio, B. (1985). Hope: Its spheres and dimensions. *Nursing Clinics of North America, 20*(2), 379-391.

Durak, İ. (2021). Psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide özyeterliğin aracı etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 20*(78), 1175-1190.

Dwivedi, A., & Rastogi, R. (2016). Future time perspective, hope and life satisfaction: A study on emerging adulthood. *Jindal Journal of Business Research, 5*(1), 17-25.

Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing Forum, 42*(2), 73-82. https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.2007.00070.x

Engle, P. L., Castle, S., & Menon, P. (1996). Child development: Vulnerability and resilience. *Social Science & Medicine, 43*(5), 621-635. https://doi.org/10.1016/0277-9536(96)00110-4

Ergin, E. (2015). *Beliren yetişkinlik döneminde kimlik statüleri ve başa çıkma stratejileri ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Ufuk Üniversitesi.

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.

Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.

Feldman, D. B., & Dreher, D. E. (2012). Can hope be changed in 90 minutes? Testing the efficacy of a single-session goal-pursuit intervention for college students. *Journal of Happiness Studies, 13*, 745-759.

Feldman, D. B., & Snyder, C. R. (2005). Hope and the meaningful life: theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*(3), 401-421.

Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. Sage publications.

Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (Vol. 7). New York: McGraw-hill.

Frank, J. D. (1968). The role of hope in psychotherapy. *International Journal of Psychiatry, 5*, 383–395.

Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning.* Simon and Schuster.

Frankl, V. E. (1992). *Man's search for meaning: An ıntroduction to logotherapy* (4th ed.). Beacon Press.

Frankl, V. E. (2000). *İnsanın anlam arayışı* (7.Baskı). (S. Budak, Çev.). Öteki Yayınevi.

Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J. H., & Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research, 14*(1), 29-42.

Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology, 9*, 103–110.

Garmezy, N. (1987). Stress, competence, and development: Continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry, 57*(2), 159-174.

Garmezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist, 34*(4), 416-430. https://doi.org/10.1177/0002764291034004003

Garmezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry, 56*(1), 127-136.

Gazali, İ. *Kaplerin keşfi*. (S. Uçan, Çev. Ed.). Çelik Yayınevi.

Geçtan, E. (1998). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi

Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, *3*(28), 113-128.

Gökmen, D. (2009*). Kadın sığınma evinde yaşayan şiddet görmüş kadınlar ile eşiyle birlikte yaşayan şiddet görmüş kadınlar arasındaki psikolojik dayanıklılık ve bağlanma durumlarının karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi.

Graber, R., Pichon, F., & Carabine, E. (2015). Psychological resilience: State of knowledge and future research agendas. *Overseas Development Institute, 425*, Working Paper.

Gravetter, F. J., & Forzano, L. A. B. (2018). *Research methods for the behavioral sciences* (6th ed.). Cengage Learning.

Güloğlu, B. ve Karaırmak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Eğitim Dergisi, 11*(2), 73-88.

Gülten, N. (2014). *Kierkegaard'ta umutsuzluk, iman ve umut.* (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi.

Gümüş Demir, Z. ve Akoğlu, B. (2022). Yetişkin bireylerde büyüme korkusu, ayrılık anksiyetesi ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar, 6*(21), 287-302. https://doi.org/10.31455/asya.1128484

Gürgan, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi* (Doktora tezi), Ankara Üniversitesi.

Gürler, M. (2020). Devlet okuluyla özel okul arasındaki farklar. *Kapadokya Eğitim Dergisi*, *1*(1), 1-6.

Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (Vol. 3). The Guilford Press.

Hayran, Ş. (2020). *Beliren yetişkinlik döneminde büyüme korkusu ile erken dönem uyumsuz şemalar ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Kırıkkale Üniversitesi.

Hendry, L. B., & Kloep, M. (2007). Conceptualizing emerging adulthood: Inspecting the emperor's new clothes? *Child Development Perspectives, 1*(2), 74–79. https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00017.x

Herth, K. A. (1989). The relationship between level of hope and level of coping response and other variables in patients with cancer. *Oncology Nursing Forum, 16*(1), 67-72.

Hunter, A. J., & Chandler, G. E. (1999). Adolescent resilience. *Image: Journal of Nursing Scholarship, 31*, 243-247.

İşgör, İ. Y., Demir, S. ve Gürtepe, A. (2023). Üniversite öğrencilerinde umut ve kişilik özelliklerinin azim üzerindeki yordayıcı etkisi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi, 12*(1), 346-361.

İşgör, İ. Y., Demir, S. ve Gürtepe, A. (2023). Üniversite öğrencilerinde umut ve kişilik özelliklerinin azim üzerindeki yordayıcı etkisi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi, 12*(1), 346-361.

Karagöz, Y. (2017). *SPSS ve AMOS uygulamalı nitel-nicel-karma bilimsel araştırma yöntemleri ve yayın etiği.* Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Karaırmak, O. (2006). Resilience, risk and protective factors. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 26*(3), 129-142.

Karaırmak, Ö. ve Siviş, R. (2008). Modernizmden postmodernizme geçiş ve pozitif psikoloji. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*(30), 102-115.

Karaman, M. A., Vela, J. C., & Garcia, C. (2020). Do hope and meaning of life mediate resilience and life satisfaction among Latinx students? *British Journal of Guidance & Counselling, 48*(5), 685-696.

Kaynar, M. B. (2021). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlığı yordamada azim, umut ve minnettarlık düzeylerinin rolü* (Yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

Keldal, G. (2021). Üniversite öğrencilerinin gözünden evlilik. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 23*(2), 375-393.

Keniston, K. (1971). *Youth and dissent: The rise of a new opposition*. New York: Harcourt Brace Jovanovich.

Keser, İ. ve Sarıbay, E. (2007). İzmir' deki özel ve devlet üniversitelerindeki öğrencilerin başarılarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi ve karşılaştırılması. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (18).

Khodarahimi, S. (2015). The role of marital status in emotional intelligence, happiness, optimism and hope. *Journal of Comparative Family Studies, 46*(3), 351-371.

Kiley, D. (1983). *The Peter Pan Syndrome: Men who have never grown up*. New York: Dodd Mead.

Kirmani, M. N., Sharma, P., Anas, M., & Sanam, R. (2015). Hope, resilience and subjective well-being among college going adolescent girls. *International Journal of Humanities & Social Science Studies, 2*(1), 262-270.

Kline, G. H., Pleasant, N. D., Whitton, S. W., & Markman, H. J. (2006). Understanding couple conflict. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 445-462.

Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (5.baskı). The Guilford Press.

Kur'an-ı Kerim. (s.a.). ''Hicr'', 55.

Kurt, D. (2016). G*elişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde beliren yetişkinlerde gelişimsel hedefler ve iyilik halinin incelenmesi* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi.

Kurt, D. ve Uçanok, D. (2019). Gelişimsel hedefler ve iyilik halinin beliren yetişkinlerde incelenmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 11*(1), 118-135. https://doi.org/10.18863/pgy.570098

Külekçioğlu, G. (2022). *Beliren yetişkinlik döneminde büyüme korkusunun yordayıcıları olarak bilişsel esneklik, duygusal zeka, duygu düzenleme güçlüğü ve ayrılık kaygısı* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Kent Üniversitesi.

Lane, J. A., Leibert, T. W., & Goka-Dubose, E. (2017). The impact of life transition on emerging adult attachment, social support, and well-being: A multiple-group comparison. *Journal of Counseling & Development, 95*(4), 378–388. https://doi.org/10.1002/jcad.12153

Layland, E. K., Hill, B. J., & Nelson, L. J. (2018). Freedom to explore the self: How emerging adults use leisure to develop identity. *The Journal of Positive Psychology, 13*(1), 78–91. https://doi.org/10.1080/17439760.2017.1374440

Lazarus, R. S. (1999). Hope: An emotion and a vital coping resource against despair. *Social Research, 66*(2), 653-678.

Levinson, D. J. (1986). A conception of adult development. *American Psychologist, 41*(1), 3.

Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development, 71*(3), 543-562. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164

Luthar, S., & Cushing, G. (1999). Measurement issues in the empirical study of resilience: An overview. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 129-160). Boston: Springer. https://doi.org/10.1007/0-306-47167-1_7

Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper.

Masten, A. S. (2011). Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development and Psychopathology, 23*(2), 493-506. https://doi.org/10.1017/S095457941100019

Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development, 85*(1), 6-20. https://doi.org/10.1111/cdev.12205

Masten, A. S. (2015). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Publications.

Masten, A. S., & Coastworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist, 53*(2), 205-220.

Masten, A. S., & Reed, M. J. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology*. Oxford University Press.

Merolla, A. J. (2014). The role of hope in conflict management and relational maintenance. *Personal Relationships, 21*(3), 365-386.

Morsünbül, Ü. (2013). Beliren yetişkinler mi, beliren üniversiteli yetişkinler mi? Risk alma ve kimlik biçimlenmesi üzerinden bir inceleme. *İlköğretim Online*, *12*(3), 873-885.

Murphy, L. B. (1987). Further reflections on resilience. (Ed: E. J. Anthony ve B. J. Cohler) The Invulnerable Child. New York: The Guilford Press.

Mutlu, D. (2017). *Üniversite öğrencilerinin özel yaşam alanlarına yönelik umut düzeyleri ile stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi.

Nazir, T. (2020). Pozitif Psikoloji ve Umut. In S. Bulut (Ed.), *Pozitif Psikoloji* (ss. 365–393). Nobel Akademik Yayıncılık.

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. https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00020.x

Niemiec, R. M. (2013). VIA character strengths: Research and practice (the first 10 years). In H. H. Knoop ve A. Delle Fave (Ed.), *Well-being and Cultures: Perspectives from Positive Psychology, Cross-Cultural Advancements in Positive Psychology*. Springer.

Odacı, H., Ülken, E. ve Bülbül, K. (2022). Tek ebeveyn olan annelerin psikolojik sağlamlıkları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkide umut ve affetmenin aracı rolü. *Ege Eğitim Dergisi, 23*(1), 1-17.

Oktan, V., Odacı, H. ve Berber Çelik, Ç. (2015). Psikolojik doğum sırasının psikolojik sağlamlığın yordanmasındaki rolünün incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 14*(1), 140-152.

Onglu, M. (2023). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde psikolojik dayanıklılık, erteleme ve ruminatif düşünme biçimi ile somatizasyon arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi.

Öz, F. ve Bahadır-Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 16*(3), 82-89.

Özden-Yıldırım, M. S., & Ateş, N. (2020). Büyüme korkusu ile erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 22*(4), 872-884. https://doi.org/10.32709/akusosbil.550699

Özhan, M. B. ve Atalay, N. Ü. (2022). Üniversite öğrencilerinde pozitiflik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide umudun aracı rolü. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, (46)*, 1-10.

Padilla-Walker, L. M., Hardy, S. A., & Christensen, K. J. (2011). Adolescent hope as a mediator between parent-child connectedness and adolescent outcomes. *Journal of Early Adolescence, 31*(6), 853–879.

Pan, J. Y., & Chan, C. L. W. (2007). Resilience: A new research area in positive psychology. *Psychologia, 50*(3), 164-176. https://doi.org/10.2117/psysoc.2007.164

Parmaksız, H. R. (2008). *Beliren yetişkinlikte kültürel etkinliklere katılım* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.

Reifman, A., Arnett, J. J., & Colwell, M. J. (2007). Emerging adulthood: Theory, assessment and application. *Journal of Youth Development, 2*(1), 37–48. https://doi.org/10.5195/JYD.2007.359

Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology, 58*(3), 307-321. https://doi.org/10.1002/jclp.10020

Roberts, B. W., & Robins, R. W. (2000). Broad dispositions, broad aspirations: The intersection of personality traits and major life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*(10), 1284-1296.

Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1094*(1), 1-12.

Sabır, G. (2024). *Beliren yetişkinlik döneminde büyüme korkusu ve benlik farklılaşma düzeyinin ikili ilişkilerdeki çatışma çözme becerilerine olan etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi.

Salman Öztürk, N. (2022). *Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin üst düzey kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide büyüme korkusu ve dürtüselliğin aracı rolünün incelenmesi* (Doktora tezi). İstanbul Arel Üniversitesi.

Sarı, T. ve Tunç, E. (2016). Üniversite öğrencilerinde umudun yordayıcısı olarak psikoloji iyi olma. *The Journal of Academic Social Science Studies, 45*, 291-302.

Sarikaya, B. (2019). *Üniversite öğrencilerinin ebevenyleşme yaşantıları ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi.

Satıcı, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences, 102*, 68-73.

Scioli, A. (2020). The Psychology of Hope: A Diagnostic and Prescriptive Account. In *Historical and Multidisciplinary Perspectives on Hope* (ss. 137-163). Springer, Cham.

Segrin, C., & Taylor, M. (2007). Positive interpersonal relationships mediate the association between social skills and psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 43*(4), 637-646.

Seligman, M. E. (1999). Positive social science. *Journal of Positive Behavior Interventions, 1*(3), 181-182. https://doi.org/10.1177/109830079900100306

Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of Positive Psychology, 2*(2002), 3-12.

Seligman, M. E. P. (1998). Positive social science. *APA Monitor, 29*(2), 5.

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

Sharp, D. (1991). *Jung lexicon: a primer of terms & concepts*. Inner City Books.

Sheldon, K., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist, 6*, 216-217.

Shirley, J. J., Cesaretti, E., & Annunziato, S. (2015). The Lost Boys of Italia: Peter Pan Syndrome in Italo Calvino's Male Figures.

Sisk, B. A., & Malone, J. R. (2018). Hope, optimism, and compassionate communication. *JAMA Pediatrics, 172*(4), 311-312. doi: 10.1001/jamapediatrics.2017.4536

Smith, A. R., Bodell, L. P., Holm-Denoma, J., Joiner, T. E., Jr, Gordon, K. H., Perez, M., & Keel, P. K. (2017). "I don't want to grow up, I'm a [Gen X, Y, Me] kid": Increasing maturity fears across the decades. *International Journal of Behavioral Development, 41*(6), 655–662. https://doi.org/10.1177/0165025416654302

Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International journal of Behavioral Medicine*, *15*, 194-200.

Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring and nurturing hope. *Journal of Counseling & Development, 73*, 355–360.

Snyder, C. R. (2000). The past and possible futures of hope. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(1), 11-28.

Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry, 13*(4), 249–275.

Snyder, C. R., Cheavens, J., & Michael, S. T. (1999). Hoping. In C.R. Snyder (Ed.), *Coping: The Psychology of What Works* (ss. 205-231). New York: Oxford University Press.

Snyder, C. R., Feldman, D. B., Shorey, H. S., & Rand, K. L. (2002). Hopeful choices: A school counselor's guide to hope theory. *Professional School Counseling*, *5*(5), 298.

Snyder, C. R., Feldman, D. B., Taylor, J. D., Schroeder, L. L., & Adams, V. H. (2000). The roles of hopeful thinking in preventing problems and enhancing strengths. *Applied and Preventive Psychology, 15,* 262–295.

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(4), 570- 585.

Stewart, M., Reid, G., & Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, *12*(1), 21-31. https://doi.org/10.1016/S0882-5963(97)80018-8

Stotland, E. (1969). *The Psychology of Hope*. San Francisco: Jossey-Bass.

Strauss, K., Niven, K., McClelland, R., & Cheung, B. K. (2015). Hope and optimism in the face of change: Contributions to task adaptivity. *Journal of Business and Psychology, 30,* 733-745.

Sudartini, S. (2018). Presenting Indonesian character in English language teaching materials: Is it possible? In *Character Education for 21st Century Global Citizens* (ss. 29-34). Routledge.

Sünbül, Z. A., & Gordesli, M. A. (2020). Self-compassion and resilience in parents of children with special needs: the mediating role of hope. *Cukurova University Faculty of Education Journal, 49*(2), 690–705.

Şahin, B. (2023). *Yetişkin bireylerde büyüme korkusu ile anksiyete ve yeme bozukluğu arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Nişantaşı Üniversitesi.

Şahin, M. (2019). Korku, kaygı ve kaygı (anksiyete) bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, *6*(10), 117-135.

Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S. V., Kaya, S. ve Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın. *Kastamonu Education Journal, 20*(3), 827-836.

Şakar, Z. (2019). *Üniversite öğrencilerinin özel yaşam alanları umut düzeyleri ile çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anıları, kişilik özellikleri ve algıladıkları duygusal istismar arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi.

Şeker, G. ve Çapri, B. (2023). Kariyer uyumluluğu ile yaşam doyumu ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide umudun aracı rolü. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi, 18*(40), 1274-1292.

Şen-Baz, D. (2019). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordamada kariyer kararı öz-yeterliği ve umudun rolünün incelenmesi. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2*(2), 144-165.

Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş: Temel ilkeler ve LİSREL uygulamaları*. Ankara: Ekinoks.

Taherian, B., Ghojavand, K., & Iravani, M. R. (2019). Study effect of training hope therapy on reduction of marital boredom. *Journal of Social Sciences and Humanities Research, 7*(3), 1-4.

Tan, N. (2014). Ne umabilirim? Kant'ın ahlak felsefesinde umut kavramı. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 19*(2), 49-66.

Tarhan, S. ve Bacanlı, H. (2015). Sürekli Umut Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being, 3*(1), 1-14.

Tarhan, S. ve Bacanlı, H. (2016). İlkokuldan üniversiteye umut kavramının tanımlanması üzerine nitel bir çalışma. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi, 4*(2), 86-112. http://dx.doi.org/10.14689/issn.2148-2624.1.4c2s5m

Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 26*(3), 77-86.

Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*(29), 1-11.

Togo, O. T., Caz, C., & Kayhan, R. F. (2018). The relationship between resilience and constant hope in students studying sports science. *European Journal of Educational Research, 7*(3), 583-589.

Tümlü, G. Ü. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, (3)*, 205-213.

Ungar, M., Dumond, C., & McDonald, W. (2005). Risk, resilience and outdoor programmes for at-risk children. *Journal of Social Work, 5*(3), 319-338.

Vural-Yüzbaşı, D. (2012). *Türkiye'de beliren yetişkinlik: Yetişkinlik kriterlerinin ve yetişkinlik statülerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi.

Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology, 5*(4), 503-515. https://doi.org/10.1017/S095457940000612X

Wilks, S. E. (2008). Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in Social Work, 9*(2), 106-125.

Willis, K. D., & Burnett Jr, H. J. (2016). The power of stress: Perceived stress and its relationship with rumination, self-concept clarity, and resilience. *North American Journal of Psychology, 18*(3), 483-498.

Yakıcı, E., & Traş, Z. (2018). Life satisfaction and loneliness as predictive variables in psychological resilience levels of emerging adults. *Research on Education and Psychology, 2*(2), 176-184.

Yalom, I. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.

Yaşar, H. K., Alabay, M. B., Demir, M., & Aydoğdu, F. (2023). Investigation of the mediator role of hope in the relationship between self-compassion and resilience in adolescents. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 13*(71), 465-480. https://doi.org/10.17066/tpdrd.1267342_5

Yeler, Z. (2021). *Çeyrek yaşam krizinde büyüme korkusu ve psikolojik esnekliğin rolü* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi.

Yıldız-Akyol, E. ve Işık, Ş. (2016). Romantik ilişkilerde umut: bağlanma stilleri ve olumlu-olumsuz duygu. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 16*(2), 139-156.

Yılmaz, R. ve Ekinci, N. (2023). Beliren yetişkinlikte depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin şükran ve umut açısından incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 5*(2), 511-530.

Yılmaz, S., & Tunç, E. (2022). The mediator role of hope in the relationship between psychological counselors' mental well-being and psychological resilience. In A. Ben Attou, M. L. Ciddi, & M. Unal (Eds.), *Proceedings of ICSES 2022-- International Conference on Studies in Education and Social Sciences* (pp. 283-301), Antalya, Türkiye: ISTES Organization.

EKLER

EK- 1: Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyetiniz:	
Yaşınız:	
Ekonomik durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	Düşük ( ) Alt Orta ( ) Orta ( ) Üst Orta ( ) Yüksek ( )
Ailedeki doğum sıranız:	İlk çocuk ( ) Ortanca çocuk ( ) Son çocuk ( ) Tek çocuk ( )
Ebeveynlerinizin çocuk büyütme tutumlarını nasıl algılıyorsunuz?	Demokratik ( ) İlgisiz ( ) Aşırı korumacı ( ) Mükemmeliyetçi ( ) Baskıcı ( ) Otoriter ( )
Anne baba eğitim düzeyi:	**Anne** / **Baba** İlkokul ( ) / İlkokul ( ) Ortaokul ( ) / Ortaokul ( ) Lise ( ) / Lise ( ) Lisans ( ) / Lisans ( ) Lisansüstü ( ) / Lisansüstü ( )
Öğrenim gördüğünüz üniversite türü nedir?	Devlet üniversitesi ( ) Özel- Vakıf üniversite ( )
Daha önce psikolojik yardım aldınız mı?	Evet ( ) Hayır ( )

EK- 2: Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği- Örnek Maddeler

Maddeler	1.Hiç Uygun Değil	2.Uygun Değil	3.Biraz Uygun	4.Uygun	5.Tamamen uygun
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.					
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.					
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.					

EK- 3: Büyüme Korkusu Ölçeği- Örnek Maddeler

Maddeler	1.Kesinlikle Katılmıyorum	2.Katılmıyorum	3.Kararsızım	4.Katılıyorum	5.Kesinlikle Katılıyorum
2. Çocuk sahibi olmak ve evlenmek benim için gerçekleştirilmesi zor ve bunaltıcıdır.					
4. Çok fazla sorumluluk almanın hayattan keyif almayı engellediğine inandığım için, genellikle sorumluluklardan uzak durmaya çalışırım.					
6. Tüm sorumluluklarını eksiksiz yerine getiren insanların çoğunlukla başkalarının onayını almak ve gözüne girmek için böyle davrandıklarını düşünürüm.					
9. Romantik ilişkiyi sürdürmek ve ilişkinin sorumluluklarını almak, benim için zor değildir.					
10. Arkadaş çevremin içinde çoğu zaman kendimi yalnız ve daha dışarıda hissederim.					
11. Romantik ilişkilerim genellikle uzun sürelidir.					
13. Evlenmek ve çocuk sahibi olmak için çabalamayı genellikle mantıklı bulmam.					
14. Romantik ilişkiyi sürdürmek ve ilişkinin sorumluluklarını almak, benim için çoğu zaman sıkıcıdır.					

EK- 4: Sürekli Umut Ölçeği- Örnek Maddeler

Maddeler	Kesinlikle Yanlış (1)	Çoğunlukla Yanlış (2)	Oldukça Yanlış (3)	Biraz Yanlış 84)	Biraz Doğru (5)	Oldukça Doğru (6)	Çoğunlukla Doğru (7)	Kesinlikle Doğru (8)
1. Sıkıntılı bir durumdan kurtulmak için pek çok yol düşünebilirim.								
3. Çoğu zaman kendimi yorgun hissederim.								
5. Tartışmalarda kolayca yenik düşerim.								
6. Hayatta önem verdiğim şeylere ulaşmak için pek çok yol düşünebilirim.								
7. Sağlığım için endişelenirim.								
9. Geçmiş yaşantılarım beni geleceğe iyi hazırladı.								
11. Genellikle endişelenecek bir şeyler bulurum.								