

ARAŞTIRMA RESEARCH

Gelişimsel Hedefler ve İyilik Halinin Beliren Yetişkinlerde İncelenmesi

An Investigation of Developmental Goals and Well-Being in Emerging Adulthood

Deniz Kurt , Zehra Uçanok 

Öz

Araştırmanın temel amacı gelişimsel düzenleme modeli çerçevesinde beliren yetişkinlik dönemini hedef belirleme perspektifinden incelemektir. Çalışmanın örneklemini, yaşları 18 ile 30 arasında değişen 396 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcılara Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu, Yalnızlık Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri ile yaşam hedefleri ve bu hedeflere ilişkin değerlendirmelerini içeren bir form uygulanmıştır. Çalışma kapsamında bireylerin hem gelecekteki hem de geçmişteki hedefleri değerlendirilmiştir. Yürütülen niteliksel veri analizi sonucunda, beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik en çok meslek, eğitim ve aileyle; geçmişte ise en çok eğitim ve meslek yaşamlarıyla ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Çalışma kapsamında geçmişte belirlediği hedefe ulaşan grubun yaşam doyumunun hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grubunkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Gelişimsel hedefler açısından elde edilen sonuçlar, genç bireylerin içinde buldukları gelişimsel dönemin özelliklerine uygun hedefler belirlediklerine işaret etmektedir. Sonuçlar ayrıca, hedefe ilişkin değerlendirmeler ve hedefe ulaşmanın beliren yetişkinlerin iyilik hali açısından önemine işaret etmektedir.

Anahtar sözcükler: Gelişimsel düzenleme modeli, gelişimsel hedefler, iyilik hali, beliren yetişkinlik.

Abstract

The main purpose of this study is to investigate emerging adulthood from a goal-setting perspective in the frame of a developmental regulation model. The sample consisted of 396 participants aged between 18 and 30 years. The participants were administered a battery that consisted of Self-Esteem Scale, Satisfaction with Life Scale, Loneliness Scale, Brief Symptom Inventory and questions to determine their life goals and appraisals of these goals. Both future and past goals were assessed. Qualitative data analysis indicated that emerging adults' future goals were mostly related to occupation, education and family and their previous goals were frequently related to education and occupation. Furthermore, older or engaged/married participants stated goals related to family, while single participants most frequently stated goals related with occupation. The study revealed that life satisfaction of the goal engagement participants was significantly higher than those of the goal striving participants. The results showed that young adults set goals appropriate to properties of their developmental period. Furthermore, the results were emphasized the importance of goal appraisals and goal engagement for emerging adults' well-being.

Keywords: Developmental regulation model, developmental goals, well-being, emerging adulthood.

¹ Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Ankara

✉ Deniz Kurt, Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Turkey
denizkurt7@gmail.com

Geliş tarihi/Submission date: 25.05.2019 | Kabul tarihi/Accepted: 06.08.2019 | Çevrimiçi yayın/Online published: 07.08.2019

BİREYLERİN yaşamları boyunca kendi gelişimlerini planlamada aktif bir rol oynadıkları öne sürülmekte ve bu süreci düzenleyici bir mekanizma olarak gelişimsel hedeflerin önemine dikkat çekilmektedir (Lerner ve Busch-Rossnagel 1981, Heckhausen 1999). Buna göre, bireyler etkili bir biçimde kendi yaşamlarına yön verebilmek amacıyla içinde yaşadıkları toplumun talepleri ile beklentilerini dikkate alarak kendileri için hedefler belirler (Nurmi 2004, Salmela-Aro 2009). Bununla birlikte, bireyler yalnızca içinde buldukları toplumdaki etkilenmez, aynı zamanda kendi istekleri ve değerleriyle bağlantılı seçimler de yapar (Baltes ve Baltes 1990). Kimi zaman ise yaptıkları seçimlerin bir sonucu olarak başarısızlıkla karşılaşır ve başarısızlıklarını ödünlemeye ihtiyaç duyarlar (Brandtstädter 1989, Heckhausen ve ark. 2010). Bu noktada ise belirledikleri hedefleri yeniden gözden geçirir ve hedeflerinde bazı değişiklikler yaparlar (Heckhausen ve ark. 2001). Sözü edilen bu süreçler, bireylerin yaşamlarını etkili bir biçimde yönetmelerine yardımcı olur (Haase ve ark. 2013).

Bireylerin kendileri için hedefler belirleyerek yaşamlarını yönetmeleri yaşam süresi boyunca önemlidir. Ancak, beliren yetişkinlik dönemi olarak kavramsallaştırılan dönemin bu açıdan daha da önemli olduğu düşünülmektedir (Salmela-Aro 2010). Söz konusu dönem bireylerin yaşamlarıyla ilgili pek çok önemli kararı aldıkları, yaşamda pek çok farklı seçeneğe sahip oldukları ve yaşamlarına özgürce yön verebildikleri bir dönemdir (Arnett 2000, 2004). Bireylerin bu dönemde sahip oldukları pek çok fırsat ve seçeneğe rağmen yaşamlarını nasıl yönettikleri ve bu durumun onların iyilik haliyle olan ilişkisi konusunda yapılan çalışmalar ise son yıllarda artmakla birlikte hala sınırlı sayıdadır (Shulman ve Nurmi 2010, Skaletz ve Seiffge-Krenke 2010). Bu kapsamda araştırmanın temel amacı, gelişimsel düzenleme modeli çerçevesinde beliren yetişkinlik dönemini hedef belirleme perspektifinden incelemektir.

Bilindiği üzere, Jeffrey Jensen Arnett (2000, 2004) yaşamın 18 ile 25 yaşları arasında kapsayan dönemini beliren yetişkinlik dönemi olarak adlandırmıştır. Farklı ülkelerde yürütülen çalışmalardan elde edilen sonuçlar, söz konusu yaş aralığındaki bireylerin yarısından fazlasının kendilerini ergenlik ile yetişkinlik arasında bir dönemde hissettiklerine işaret etmektedir (Arnett 1997, 2001, Sirsch ve ark. 2009). Bununla birlikte, farklı ülkelerde yapılan incelemeler, dünya genelinde beliren yetişkinlerin yaşamlarında göze çarpan benzerlik ve farklılıklar olduğunu göstermektedir (Arnett ve Eisenberg 2007). Örneğin, Çin’de, ülkedeki bireylerin oldukça azında beliren yetişkinlik döneminin özellikleri gözlenmektedir (Nelson ve ark. 2004). Buna ek olarak, beliren yetişkinlik dönemine ait bazı özelliklerin daha belirgin olarak (ör. geleceğe yönelik yüksek beklentiler), diğerlerinin ise (ör. kimlik keşfi ve istikrarsızlık) daha az belirgin olarak yaşanabileceği üzerinde durulmaktadır. Ancak kentleşmenin etkisiyle söz konusu dönemin özelliklerinin daha belirgin olarak yaşanabileceği de belirtilmektedir (Nelson ve Chen 2007).

Türkiye’de yürütülen birçok çalışma kapsamında ise 18 ile 25 yaşları arasında, özellikle yükseköğrenime devam eden bireylerin beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini sergiledikleri ortaya konulmuştur (Vural-Yüzbaşı 2012, Morsümbül 2013, Atak 2015, Çok ve Atak 2015). Bununla birlikte, Türkiye’deki kültürel ve ekonomik bazı koşulların beliren yetişkinliğin yaşanma biçimini etkileyebileceği üzerinde de durulmaktadır. Buna göre, Türkiye’deki koşulların özellikle eğitim ve meslek alanlarında tercih değişimine elverişli olmaması sebebiyle beliren yetişkinlik döneminin istikrarsızlıklarla dolu bir dönem olma özelliği tam anlamıyla yaşanmayabilir (Doğan ve Cebiöglü 2011). Mevcut

eğitim sistemine göre alan seçimi lisenin ilk yıllarında yapılmakta ve Türkiye'deki erenler yaptıkları bu seçim doğrultusunda bir anlamda tüm yaşamları boyunca yapacakları mesleği de belirlemektedir. Bu sebeple gençlerin farklı alternatifleri denemeleri pek de mümkün görünmemektedir. Bu örnek, Türkiye'de beliren yetişkinliğin Batı'da (ör. ABD ve Avrupa) betimlenenden farklı bir şekilde karşımıza çıkabileceğini göstermektedir. Ek olarak, Yükseköğretim Bilgi Yönetim Sistemi istatistiklerine göre üniversiteye yerleşmek için başvuran adayların sayısının geçtiğimiz 40 yıl içerisinde 5 kat arttığı görülmüştür. Ayrıca ülkemizde yürütülen bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin %60'ının lisansüstü düzeyde eğitimlerine devam etmeyi planladıkları ortaya konulmuştur (Şahin ve ark. 2011). Bu kapsamda, üniversiteye yerleşmek isteyen genç bireylere eğitim ve meslek tercihleriyle ilgili gerekli rehberliği sağlamak, onları ilgi ve becerilerine uygun seçimlere yönlendirmek ayrıca başarılı bir gelişim sergilemelerinde ve iyilik hallerine olumlu yönde katkı yapabilmelerinde rol oynayacak süreçlerin neler olduğunu incelemek oldukça önemli gözükmektedir.

Bu çerçevede ele alınabilecek süreçlerden biri gelişimsel düzenlemedir. Gelişimsel düzenleme modellerinden biri olan yaşam boyu motivasyon modeline göre (Salmela-Aro 2009), bireyler kendi gelişimlerine yön veren bir çevre içerisinde büyür. Pek çok sosyokültürel faktör bireyler için bir "fırsat alanı" yaratır ve bu bireylerin düşünce ve davranışlarını etkiler. Sosyokültürel faktörlerin yanında bireyler bazı seçimler de yapar ve kendi yaşamlarına yön verirler. Bu süreçte kişisel hedeflerin rolü oldukça önemlidir. Kişisel hedefler bireylerin yaşamlarını planlamalarına ve yönetmelerine yardımcı olur. Bireyler sosyal bağlam içerisinde ortak düzenleme yoluyla da hedeflerine ulaşmaya çalışırlar. Ayrıca, seçim sürecinin bir sonucu olarak davranışlarını düzenler, başarıları ve başarısızlıkları hakkında geribildirimler alırlar. Aldıkları bu geribildirimler doğrultusunda ise başarısızlıklarını ödünler ve hedeflerinde düzenlemeye giderler (Nurmi ve Salmela-Aro 2006, Salmela-Aro 2009, 2010).

Yukarıda sözü edilen modele göre, gelişimsel düzenlemenin temelinde bireylerin yaşamlarına yön vermek amacıyla belirledikleri hedefler yer almaktadır. Hedefler, "istenilen durumların içsel temsilleri" (Austin ve Vancouver 1996) veya "bireylerin elde etmek, sürdürmek veya kaçınmak istedikleri durumlar" (Emmons 1996) olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram alan yazında pek çok farklı şekilde ele alınmıştır. Gelişimsel hedefler (Heckhausen ve ark. 2010), kişisel projeler (Little 1983, Salmela-Aro 1992, Little ve ark. 2007), kişisel hedefler (Salmela-Aro 2009, 2010) ve yaşam hedefleri (Nurmi 1992, Nurmi ve ark. 1992) farklı kullanımlara örnek olarak gösterilebilir.

Beliren yetişkinlerin sahip oldukları hedeflerin neler olduğu bir başka ifadeyle hedeflerinin içeriği farklı çalışmalar kapsamında incelenmiştir (Salmela-Aro ve Nurmi 1997a, Nurmi ve Salmela-Aro 2002, Salmela-Aro ve ark. 2012, Ranta ve ark. 2014). Yapılan çalışmalar genç bireylerin sıklıkla eğitim, meslek/başarı ve aile ile ilgili hedefler belirlediklerine işaret etmektedir. Bu hedefleri, arkadaşlar, hobi/boş zaman aktiviteleri, sağlık ve benlikle ilgili hedefler izlemiştir (Salmela-Aro ve Nurmi 1997a, Nurmi ve Salmela-Aro 2002, Salmela-Aro ve ark. 2012). Yakın zamanda yapılan bir çalışma kapsamında ise beliren yetişkinlerin en çok eğitim ve işle ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Romantik ilişkiler ile ilgili hedefler ise üçüncü sırada yer almaktadır (Ranta ve ark. 2014). Hedeflerin içeriği ile ilgili elde edilen bu sonuçlar genç bireylerin içinde buldukları dönemin özelliklerine uygun hedefler belirlediklerine işaret etmektedir.

Çok sayıda çalışma hem hedeflerin içeriğinin hem de hedef kapsamında yapılan değerlendirmelerin bireyin iyilik haliyle ilişkili olduğuna işaret etmektedir (Vasalampi ve ark. 2009, 2010, Dietrich ve ark. 2012, Marttinen ve Salmela-Aro 2012, Salmela-Aro ve ark. 2012, 2014, Ghassemi ve ark. 2017). Örneğin, yürütülen bir çalışmada hedeflerin içeriğine bağlı olarak belirlenen hedef yönelimleri ile iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiş, benlik odaklı hedeflere sahip ergenlerin daha fazla depresif belirtiler ifade ettikleri ortaya konulmuştur (Marttinen ve Salmela-Aro 2012). Bir başka çalışma kapsamında ise (Vasalampi ve ark. 2009) katılımcılardan başarıyla ilişkili bir hedef yazmaları ve sonrasında bu hedefle bağlantılı bazı değerlendirmeler (ör. hedefe ulaşmada kaydedilen ilerleme) yapmaları istenmiştir. Hedefe ulaşma konusunda kaydedilen ilerlemenin okula olan bağlılığı pozitif yönde, kızların okula ilişkin tükenmişlik düzeylerini ise negatif yönde yordadığı ortaya konmuştur.

Belirlenen hedefle ilgili yapılan değerlendirmelerin yanı sıra o hedefe ulaşma ulaşmama da bireyin iyilik haliyle ilişkili bulunmuştur (Messersmith ve Schulenberg 2010). Yürütülen bir çalışmada yetişkinliğe geçiş sürecindeki bireylerin belirledikleri hedeflere ulaşma ulaşmama durumları ile iyilik halleri arasındaki ilişkiler ve bu ilişkinin hedefin içeriğine bağlı olarak değişip değişmediği incelenmiştir. Messersmith ve Schulenberg (2010) 20'li yaşların sonlarına doğru geldiğinde "dört yıllık bir okuldan mezun olma" ile ilgili hedefini gerçekleştiren bireylerin bu hedefini gerçekleştiremeyenlere göre öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde, "evlenme" ile ilgili hedefini gerçekleştiren bireylerin ise bu hedefini gerçekleştiremeyenlere göre yaşam doyumlarının ve öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte "ebeveyn olma" ile ilgili belirlenen hedef açısından benzer sonuçlar elde edilmemiştir. Bu bulgular hedefe ulaşma ile iyilik hali arasındaki ilişkinin hedefin içeriğine bağlı olarak değişebileceğine ve yetişkinliğe geçiş sürecinde birey için özellikle daha önemli sayılabilecek hedeflerin karşılanmasının (ör. mezun olma ve evlenme) iyilik hali açısından önemine işaret etmektedir (Messersmith ve Schulenberg 2010).

Yukarıdaki bilgiler ışığında çalışma kapsamında, yaşam boyu motivasyon modeli (Salmela-Aro 2009, 2010) temelinde beliren yetişkinlik döneminde hedefler, belirlenen hedefle bağlantılı yapılan değerlendirmeler ve iyilik hali arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmada ayrıca bireylerin hem gelecekteki hem de geçmişteki hedefleri değerlendirilmiş ve aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin gelecekteki ve geçmişteki (bir önceki gelişim döneminde) en önemli hedefleri nelerdir?
2. Demografik değişkenlere göre hedef içeriği ve hedef grupları (hedefine ulaşan grup, hedefinden uzaklaşan grup, hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam eden grup) değişmekte midir?
3. Hedefle ilgili yapılan değerlendirmeler ile bireyin iyilik hali arasında bir ilişki var mıdır? İyilik hali açısından hedef grupları arasında anlamlı farklılıklar bulunmakta mıdır?

Yöntem

Katılımcılar

Araştırmaya 419 kişi katılmıştır. Katılımcılara amaca uygun örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Lise bitirmiş ve/veya üniversite sınavına hazırlanan bireyler ile lisans ve

lisansüstü öğrencileri ve farklı iş yerlerinde çalışan bireyler (ör. üniversitelerin akademik ve idari birimleri) araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Çalışmada, yaş ve eğitim düzeyi dışında bir dışlama kriteri bulunmamaktadır. Katılımcılar en az lise mezunudur. Eksik ve yanlış doldurulmuş ölçek formları dışarıda bırakıldıktan sonra örneklem 396 (214 kadın ve 182 erkek) kişi olarak belirlenmiştir. Katılımcıların yaş aralığı 18 ile 30 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 23.92'dir (S = 3.80). Katılımcıların %46'sı üniversite öğrencisi, ön lisans öğrencisi veya mezunu olduklarını; %48'i ise üniversite mezunu, yüksek lisans ve doktora öğrencisi veya mezunu olduklarını bildirmişlerdir. Katılımcıların %6'sı ise lise mezunudur. Medeni durumları incelendiğinde katılımcıların büyük çoğunluğunun (%82) bekar olduğu görülmüştür. Ayrıca, katılımcıların %51'i şu an herhangi bir işte çalışmadıklarını belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan kişilerin annelerinin çoğunlukla ilkokul (%34), lise (%19) ve üniversite (%16) mezunu oldukları görülmüştür. Babaların ise çoğunluğu üniversite (%27), lise (%24) ve ilkokul (%18) mezunudur.

Veri Toplama Araçları

Gelecek ve Geçmişteki Hedefler ve Hedefe İlişkin Değerlendirmeler

Katılımcıların gelecekteki hedeflerini değerlendirmek amacıyla katılımcılara "Gelecekte (ortalama 5 yıl içerisinde) gerçekleştirmeyi planladığınız en önemli hedefiniz nedir?" sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılardan ayrıca ileriye dönük olarak belirledikleri bu hedefle ilgili bazı değerlendirmeler yapmaları da istenmiştir (ör. Little 1983). Bu değerlendirmeler; (1) hedefin önemi, (2) hedefin elde edilebileceğine dair inanç ve (3) seçilen bu hedefin bireyde ne ölçüde olumlu ve olumsuz duygular uyandırdığı ile ilgilidir. Katılımcılardan değerlendirmelerini yedi dereceli olarak yapmaları istenmiştir (ör. "Seçtiğiniz bu hedef sizin için ne kadar önemli?"; 1= hiç önemli değil, 7=çok önemli). Katılımcılardan lise veya üniversite yıllarını düşünmeleri ve o dönemde kendileri için belirlemiş oldukları hedefleri hatırlamaları ve yazmaları da istenmiştir. Çalışma kapsamında geriye dönük olarak bildirilen hedeflerin (1) gerçekleşip gerçekleşmediği, (2) eğer gerçekleşmediyse katılımcıların hedefe ulaşmayı isteyip istemedikleri sorulmuştur.

Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği kendini bildirim türünde 5 maddeden oluşan bir ölçektir. Her bir madde (ör. "Hayatımdan memnunum") yedi dereceli olarak (1=kesinlikle katılmıyorum, 7=kesinlikle katılıyorum) değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan yaşam doyumunun yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulunmuştur (Diener ve ark. 1985). Ölçeğin Türkiye örnekleminde uyarılama çalışması Durak ve ark. (2010) tarafından yapılmış ve 17-28 yaş grubundaki bireyler için iç tutarlık katsayısı .81 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamındaki Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise .83'tür.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeği bireyin kendine ilişkin olumlu ve olumsuz tutumunu değerlendiren kendini bildirim türünde 10 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçekteki her bir madde (ör. "Genel olarak kendimden memnunum") dört derece üzerinden (1=bana hiç uymuyor, 4=bana çok uyuyor) değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan benlik saygısının yüksek olduğuna işaret etmek-

tedir. Güvenirlik çalışması Türkiye’de Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma kapsamındaki Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulunmuştur.

UCLA Yalnızlık Ölçeği

Russell ve arkadaşları (1980) tarafından geliştirilen UCLA Yalnızlık Ölçeği sosyal ilişkilerden alınan doyumunu değerlendiren kendini bildirim türünde 20 maddeden oluşan bir ölçektir. Her bir madde (ör. “Kendimi grup dışına itilmiş hissediyorum”) dört derece üzerinden (1=ben bu durumu hiç yaşamam, 4=ben bu durumu sık sık yaşarım) değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan bireyin yalnızlık düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .94 olarak bulunmuştur (Russell ve ark.1980). Güvenirlik çalışması Türkiye’de Demir (1989) tarafından yapılmış, Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamındaki Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise .92’dir.

Kısa Semptom Envanteri

Derogatis (1992) tarafından psikolojik belirtileri taramak amacıyla geliştirilen Kısa Semptom Envanteri kendini bildirim türünde 53 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçekteki her bir madde (ör. “İnsanların çoğuna güvenilemeyeceği hissi”) beş dereceli olarak (0=hiç yok, 4=çok fazla var) değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan, bireyin semptomlarının sıklığına işaret etmektedir. Alt ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları .71 ile .85 arasında değişmektedir (Derogatis 1992). Ölçeğin Türkiye örnekleme uyarılama çalışması Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmış ve üç ayrı çalışmada ölçeğin toplam puanının elde edilen Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları .95 ve .96 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında ise ölçeğin geneli için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .96’dır.

İşlem

Uygulama öncesinde Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonundan gerekli etik kurul izinleri alınmıştır (Toplantı tarihi: 24.12.2013). Uygulamalar bireysel olarak gerçekleştirilmiştir. Uygulama formları katılımcılara kapalı bir zarf içerisinde verilmiştir. Katılımcılardan doldurdıkları formları yaklaşık bir hafta içerisinde araştırmacıya teslim etmeleri istenmiştir. Araştırma kapsamında katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır.

İstatistiksel Analiz

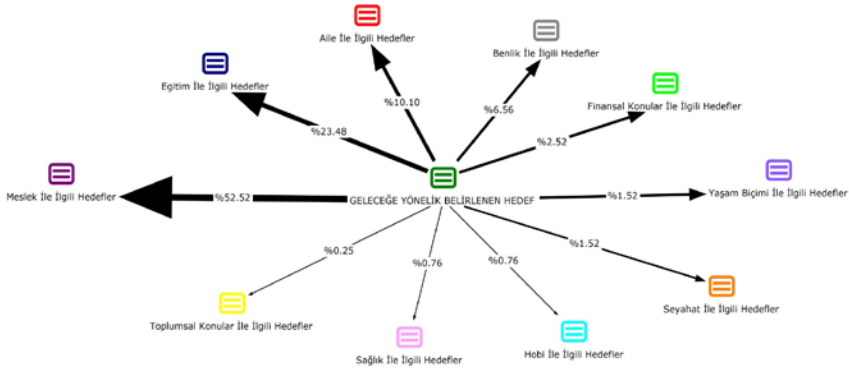
Katılımcıların hedef içeriklerini ayrıntılı bir biçimde belirlemek amacıyla niteliksel veri analizi yapılmıştır. Nicel analizler kapsamında ise ilk olarak gruplar arasında (yaş, cinsiyet ve medeni durum) hedef içerikleri açısından (meslek, eğitim, aile ve benlik) fark olup olmadığı Ki-kare analiziyle incelenmiştir. Üç ayrı hedef grubunun (hedefine ulaşan grup, hedefinden uzaklaşan grup, hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam eden grup) demografik açıdan özellikleri ise iki ayrı logaritmik doğrusal analiz ile değerlendirilmiştir. Ek olarak, hedefe ilişkin değerlendirmeler ile iyilik hali yansıtan değişkenler arasındaki ilişki örüntüsünü belirlemek amacıyla Kanonik Korelasyon analizi yapılmıştır. Son olarak ise hedef grupları arasında iyilik hali açısından fark olup olmadığı tek yönlü ANOVA ile incelenmiştir. G-Power 3.1 programı (Faul ve ark. 2007) kullanılarak tek yönlü ANOVA için yapılan güç analizi sonuçları, elde edilen istatistiksel gücün .91 olduğuna işaret etmektedir. Nitel ve nicel yöntemin bir arada kullanılmasının araş-

tırma sorularının bütüncül bir bakış açısıyla cevaplanmasına olanak sağladığı düşünülmektedir.

Bulgular

Hedeflerin İçeriğine İlişkin Niteliksel Verinin Analizi

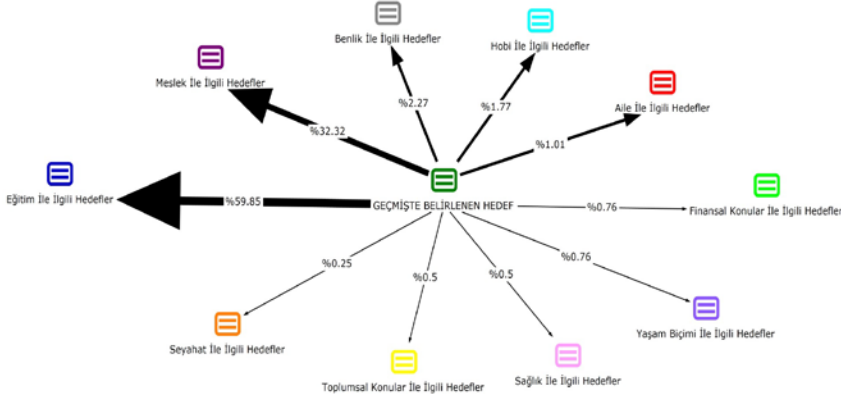
Gelecek ve geçmişteki hedeflerin belirlenmesi amacıyla katılımcılara yöneltilen açık uçlu iki soruya verilen yanıtlar, üzerinde herhangi bir değişiklik yapılmadan ilk olarak Excel dosyasına sonrasında ise MAXQDA 11 programına aktarılmıştır. Kodlama süreci öncesinde hedefler açısından temel bazı kategorilerin var olup olmadığı alan yazın taraması yapılarak incelenmiştir. Alan yazındaki çalışmalar (Salmela-Aro ve ark. 2007, Marttinen ve Salmela-Aro 2012) dikkate alınarak, katılımcıların açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar ilgili kategoriler (ör. meslek, eğitim ve boş zaman aktiviteleri) temelinde kodlanmıştır. Kodlama işlemi gerçekleştirilirken katılımcıya ait pek çok demografik özellik (ör. yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve çalışma durumu) ve diğer açık uçlu sorulara verilen yanıtlar da dikkate alınmıştır. Bu doğrultuda hedef içerikleri açısından temel kategoriler, tündengelim yaklaşımına uygun olarak belirlenmiştir. Temel kategorilere kodlama işlemi bittikten sonra ise kodlama içerikleri kontrol edilmiştir. Bir sonraki adımda ise açık uçlu sorulara verilen benzer yanıtlar bir araya getirilerek alt kategoriler tümevarım yaklaşımına uygun olarak oluşturulmuştur. Temel kategoriler alan yazın bilgilerinden yararlanılarak belirlenirken, kodlar tamamıyla katılımcıların verdikleri cevaplardan hareketle oluşturulmuştur. Böylelikle niteliksel verilerin analizi hem tümevarım hem de tündengelim yaklaşımları temel alınarak gerçekleştirilmeye çalışılmıştır (Varjas ve ark. 2005). Sonuç olarak, açık uçlu iki soru için verilen cevaplar ayrı ayrı kodlanmıştır.



Şekil 1 Geleceğe yönelik belirlenen hedef kapsamında elde edilen kategorilere ait yüzdeler

Yapılan analizler beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik hedeflerini belirtirken sıklıkla meslek yaşamı ile ilgili ifadeler (%52.52) kullandıklarını ortaya koymaktadır. Bu ifadeleri eğitim (%23.48) ve aile yaşamı (%10.10) ile ilgili ifadeler izlemiştir. İlgili soruya verilen yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların 10 farklı alana ilgili (meslek, eğitim, aile, benlik, finansal konular, yaşam biçimi, seyahat, hobi-boş zaman aktiviteleri, sağlık ve toplumsal konular) hedef belirttikleri görülmüştür (Şekil 1). Meslek yaşamıyla ilgili olarak “akademisyen olmak”, “kariyer/iyi bir kariyer sahibi olmak” ve “başarılı iş haya-

tı/ışinde başarılı olmak” kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Eğitim yaşamı ile ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar “doktorayı bitirmek”, “üniversiteyi bitirmek” ve “yüksek lisans yapmaktır”. Aile yaşamı ile ilgili sıklıkla ifade edilen kod ise “evliliktir”.



Şekil 2 Geçmişte belirlenen hedef kapsamında elde edilen kategorilere ait yüzdeler

Açık uçlu ikinci soru bağlamında yapılan analizler ise beliren yetişkinlerin geçmişe yönelik hedeflerini belirtirken eğitim (%59.85) ve meslek (%32.32) yaşamı ile ilgili ifadeleri sıklıkla kullandıklarını ortaya koymaktadır. İlgili soruya verilen yanıtlar incelendiğinde, katılımcıların 10 farklı alanla ilgili (eğitim, meslek, benlik, hobi-boş zaman aktiviteleri, aile, finansal konular, yaşam biçimi, sağlık, toplumsal konular ve seyahat) ifadeler kullandıkları görülmüştür (Şekil 2). Eğitim yaşamı ile ilgili olarak “üniversite kazanmak” ve “belirli bir bölüm/fakülte kazanmak” (ör. hukuk, psikoloji, tıp, diş hekimliği ve konservatuar) kodları en çok ifade edilen kodlar arasındadır. Meslek yaşamıyla ilgili sıklıkla ifade edilen kodlar “meslek sahibi olmak” ve “akademisyen olmaktır”. Niteliksel veri analizi sonrasında katılımcıların hedefleri belirlenmiş ve her bir kategoriye ait örnek ifadeler Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1 Gelecek ve geçmişteki hedefe ilişkin örnek ifadeler

Hedef Türü	Gelecekteki hedefe ilişkin örnek ifadeler	Geçmişteki hedefe ilişkin örnek ifadeler
Meslek	“Akademisyen olmak”	“Meslek sahibi olmak”
Eğitim	“Doktorayı bitirmek”	“Üniversite kazanmak”
Aile	“Evlenmek”	“Evlenmek”
Benlik	“Mutlu olmak”	“Kendi ayaklarının üstünde durabilmek”
Finansal konular	“Yıllık gelirinin artması”	“Zengin olmak”
Seyahat	“Yurt dışına çıkmak”	“Özgürce dünyanın birçok yerini gezmek”
Yaşam biçimi	“Yaşam kalitesini arttırmak”	“Evden ayrılmak”
Hobi	“Kısa filmler çekmek”	“Resim alanında kendini geliştirmek”
Sağlık	“Sağlık problemlerinin üstesinden gelmek”	“Sağlığına kavuşmak”
Toplumsal konular	“Kazandığı parayla çocuklara yönelik sosyal sorumluluk projeleri yapmak”	“Siyasete girmek”

Demografik Değişkenlere Göre Hedef İçeriği ve Grubu Farklılıkları

Gelecekteki hedefe ilişkin olarak hedefin türünde yaş, cinsiyet ve medeni duruma göre farklılık olup olmadığı Ki-kare analizi ile incelenmiştir. Ki-kare testi sayıltıları doğrul-

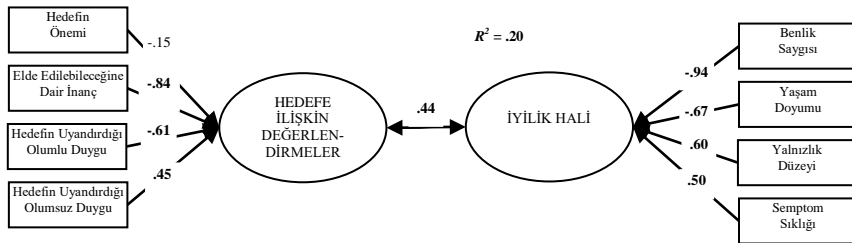
tusunda analizlerde beklenen değeri 5'den az olabilecek kategoriler analiz dışı bırakılmıştır (Field 2013). Böylece, geleceğe yönelik hedefle bağlantılı analizler dört (meslek, eğitim, aile ve benlik) kategori üzerinden yürütülmüştür. Analiz sonucunda geleceğe yönelik olarak belirlenen hedeflerin yaşa göre değişme gösterdiği görülmüştür, $X^2(3, N = 367) = 12.90, p < .01$. Aile ile ilgili hedefe sahip olan katılımcıların %28'i 18 ile 24 yaşları arasında (adjusted standardized residual = -3.6), %72'si ise 25 ile 30 yaşları arasındadır (adjusted standardized residual = 3.6). Buna göre, aile ile ilgili hedefler 25 ile 30 yaş aralığındaki kişiler tarafından daha sıklıkla ifade edilmiştir. Buna karşın, geleceğe yönelik belirlenen hedeflerin cinsiyete göre değişme göstermediği bulunmuştur, $p > .05$. Üçüncü ve son olarak ise geleceğe yönelik belirlenen hedeflerde medeni duruma bağlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Analiz sonucunda, geleceğe yönelik olarak belirlenen hedeflerin medeni duruma bağlı olarak değişme gösterdiği görülmüştür, $X^2(6, N = 367) = 34.13, p < .001$. Romantik bir ilişkisi olan katılımcıların eğitimle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -2.0), nişanlı veya evli olan katılımcıların meslekle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -2.8), romantik bir ilişkisi olmayan katılımcıların ise aileyle ilgili hedefleri (adjusted standardized residual = -4.5) beklenen değerden daha azdır. Buna ek olarak, romantik bir ilişkisi olmayan katılımcıların meslekle ilgili (adjusted standardized residual = 2.0), nişanlı veya evli olan katılımcıların ise aile ile ilgili hedefleri beklenen değerden daha fazladır (adjusted standardized residual = 4.6).

Geçmişteki hedef kapsamında yapılan incelemeler sonucunda ise katılımcıların üçte ikisinden fazlasının (%71) belirledikleri hedefe ulaştıkları görülmüştür. Belirledikleri hedefin gerçekleştiğini bildiren katılımcılar hedeflerine ulaşan grup olarak sınıflandırılmışlardır. Buna ek olarak, katılımcıların yaklaşık üçte biri (%29) geçmişte belirledikleri hedeflerine ulaşamadıklarını veya henüz ulaşamadıklarını ifade etmiştir. Hedefinin gerçekleşmediğini veya henüz gerçekleşmediğini belirten katılımcılardan hala o yıllardaki kadar hedeflerini gerçekleştirmeyi istediklerini belirtenlerin oranı %67, istemediklerini belirtenlerin oranı ise %33'dür. İlk gruptaki katılımcılar hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup, ikinci gruptaki katılımcılar ise hedeflerinden uzaklaşmış olan grup olarak sınıflandırılmışlardır (Messersmith ve Schulenberg 2010).

Üç ayrı hedef grubunun (hedefine ulaşan grup, hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam eden grup ve hedefinden uzaklaşan grup) demografik açıdan özellikleri iki ayrı logaritmik doğrusal analizle incelenmiştir. Analizlerden ilkinde cinsiyet (1-kadın ve 2-erkek), eğitim düzeyi (1-lise mezunu, ön lisans öğrencisi-mezunu; 2-lisans öğrencisi; 3-lisans mezunu, lisansüstü öğrencisi-mezunu) ve hedef grupları (1-hedefine ulaşan grup; 2-hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam eden grup; 3-hedefinden uzaklaşan grup); ikincisinde cinsiyet, gelir düzeyi (1-düşük; 2-orta ve 3-yüksek) ve hedef grupları arasındaki etkileşimler ele alınmıştır. $2 \times 3 \times 3$ deseni oluşturan değişken düzeyleri için birlikte değişim ve etkileşimlerin değerlendirilmesi amaçlanmış, verilere ikili ve üçlü etkileşimlerin ve birlikte değişimlerin analiz edilmesine olanak sağlayan hiyerarşik logaritmik doğrusal analiz uygulanmıştır.

İlk analizde incelenen değişkenler kapsamında (cinsiyet, eğitim düzeyi ve hedef grupları) ilk olarak, ortalama ana etkileri, bütün olası ikili etkileşimleri ve üçlü etkileşimi içeren parametrelerin yer aldığı tam/doymuş model üretilmiştir. Bu modelin benzerlik oran istatistiği $\chi^2(0) = 0, p = 1$ 'dir ve veriye en uygun modeli tanımlamaktadır. Bununla birlikte model, üç yönlü etkileşimin anlamlı olmadığına (Pearson $\chi^2(4) = 4.424, p >$

.05), iki yönlü etkileşimlerden (Pearson $\chi^2(8) = 47.44$, $p < .001$) ve temel etkilerden (Pearson $\chi^2(5) = 462.54$, $p < .001$) en az birinin anlamlı olduğuna işaret etmiştir. Modelde hangi temel ve iki yönlü etkilerin yer alması gerektiğinin belirlenmesi amacıyla kısmi ilişkiler incelenmiş; iki yönlü etkileşimlerden [hedef grupları ve eğitim düzeyi (Kısmi $\chi^2(4) = 26.01$, $p < .001$); cinsiyet ve eğitim düzeyi (Kısmi $\chi^2(2) = 7.01$, $p < .05$)] ve temel etkilerden [hedef grupları (Kısmi $\chi^2(2) = 253.21$, $p < .001$) ve eğitim düzeyi (Kısmi $\chi^2(2) = 123.35$, $p < .001$)] yalnızca ikisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve derecesi hakkında bilgi edinmek amacıyla logaritmik doğrusal analiz etkileşim parametre kestirim değerlerinden yararlanılmıştır. Üç yönlü etkileşim katsayısı anlamlı değildir ($p > .05$). İki yönlü etkileşim parametre kestirimleri ise lise veya ön lisans öğrencisi-mezunu olan bireylerin lisans mezunu olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıklarına işaret etmektedir, (Kestirim Değeri-KD = -.658, $z = -3.96$, $p < .001$). Buna ek olarak, lise veya ön lisans öğrencisi-mezunu olan bireylerin lisans mezunu olan bireylere göre hedefe ulaşmak için daha fazla çaba gösterdiği (KD = .496, $z = 2.94$, $p < .01$); lisans öğrencilerinin ise lisans mezunu olan bireylere göre hedefe ulaşmak için daha az çaba gösterdikleri görülmüştür (KD = -.345, $z = -2.45$, $p < .05$). Ayrıca, lisans öğrenimine devam eden kızların sayısı mezun gruptaki kızların sayısından daha fazladır, (KD = .270, $z = 2.62$, $p < .01$). Geriye doğru adımlama yaklaşımından elde edilen sonuçlar üç yönlü etkileşimin ve hedef grup ve cinsiyet iki yönlü etkileşiminin modelden çıkarılmasının modelin uyumu açısından herhangi bir fark yaratmayacağına işaret etmiştir. Bu nedenle, bu iki etkinin model dışına alınmasına ve iki temel etkiye ait parametrenin ve iki ayrı iki yönlü etkileşim parametrelerinin modelde kalmasına karar verilmiştir. Uygun bulunan modelin uyum iyiliği test istatistikleri Pearson $\chi^2(6) = 9.54$, $p > .05$ ve Likelihood Ratio $\chi^2(6) = 9.88$, $p > .05$ olarak hesaplanmıştır.



Şekil 3 Birinci kanonik kök için yükler, kanonik korelasyon ve açıklanan varyans

İkinci analizde incelenen değişkenler (cinsiyet, gelir düzeyi ve hedef grupları) kapsamında ise model, üç yönlü etkileşimin anlamlı olmadığına (Pearson $\chi^2(4) = 3.30$, $p > .05$), iki yönlü etkileşimlerden (Pearson $\chi^2(8) = 21.52$, $p < .01$) ve temel etkilerden (Pearson $\chi^2(5) = 468.47$, $p < .001$) en az birinin anlamlı olduğuna işaret etmiştir. Modelde hangi temel ve iki yönlü etkilerin yer alması gerektiğinin belirlenmesi amacıyla kısmi ilişkiler incelenmiş; iki yönlü etkileşimlerden [hedef grupları ve cinsiyet (Kısmi $\chi^2(2) = 6.96$, $p < .05$); hedef grupları ve gelir düzeyi (Kısmi $\chi^2(4) = 12.75$, $p < .05$)] ve temel etkilerden [hedef grupları (Kısmi $\chi^2(2) = 252.420$, $p < .001$) ve gelir düzeyi (Kısmi $\chi^2(2) = 103.61$, $p < .001$)] yalnızca ikisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve derecesi hakkında bilgi edinmek amacıyla logaritmik doğrusal analiz etkileşim parametre kestirim değerlerinden yararlanılmıştır. Üç yönlü

etkileşim katsayısı anlamlı değildir ($p > .05$). İki yönlü etkileşim parametre kestirimleri ise gelir düzeyi düşük olan bireylerin gelir düzeyi yüksek olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıklarına işaret etmektedir, ($KD = -.443$, $z = -3.37$, $p < .01$). Geriye doğru adımlama yaklaşımından elde edilen sonuçlar üç yönlü etkileşimin ve cinsiyet ve gelir düzeyi iki yönlü etkileşiminin modelden çıkarılmasının modelin uyumu açısından herhangi bir fark yaratmayacağına işaret etmiştir. Bu nedenle, bu iki etkinin model dışına alınmasına karar verilmiştir. Uygun bulunan modelin uyum iyiliği test istatistikleri Pearson $\chi^2(6) = 3.72$ $p > .05$ ve Likelihood Ratio $\chi^2(6) = 3.57$, $p > .05$ olarak hesaplanmıştır.

Hedefe İlişkin Değerlendirmeler, Hedef Grupları ve İyilik Haline İlişkin Analizler

Analizden önce, iyilik halini temsil eden değişkenlerin kayışlılık ve sıvrılık değerleri incelenmiş ve ilgili değişkenlerin normallik sayılısını karşıladığı görülmüştür. Tek değişkenli aşırı değere sahip (z puanı ± 3.29 sınırını aşan) yedi katılımcı ise analiz dışı bırakılmıştır. İlk olarak, geleceğe yönelik hedefle ilgili yapılan değerlendirmelere ait dört ve iyilik halini yansıtan dört değişken arasındaki ilişki örüntüsünü belirlemek amacıyla Kanonik Korelasyon Analizi yürütülmüştür. Hedefin önemi, hedefin elde edilebileceğine dair inanç, hedefin bireyde uyandırdığı olumlu ve olumsuz duygular değişkenleri hedefle ilgili değerlendirmeler değişkenini oluşturmuştur. Benlik saygısı, yaşam doyumu, yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı değişkenleri ise iyilik hali değişkenini oluşturmaktadır (Şekil 3). Analiz sonuçları, iki değişken seti arasındaki ilişkinin birinci kanonik kök için anlamlı olduğunu göstermiştir; Wilks' $\lambda = .78$, $\chi^2(16) = 96.97$, $p < .001$. Anlamlı olan birinci kökün kanonik korelasyon katsayısı $.44$ 'tür ve iki değişken seti arasındaki ilişkide %20'lik bir varyans açıklamaktadır. Diğer üç kanonik korelasyon katsayısının ise $.30$ 'un altında olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > .05$). Kanonik yüklerin yorumlanmasında kriter olarak $.40$ değeri alınmış ve bu değer üzerindeki korelasyonlar değerlendirilmiştir. Sonuçlar, hedefle ilgili değerlendirmeler açısından en önemli değişkenin hedefin elde edilebileceğine dair inanç ($r = -.84$); iyilik hali açısından en önemli değişkenin ise benlik saygısı olduğuna işaret etmektedir ($r = -.94$). Kanonik yükler değerlendirildiğinde, hedefin elde edilebileceğine dair inanç ($r = -.84$) ve hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygulardaki ($r = -.61$) azalmanın benlik saygısı ($r = -.94$) ve yaşam doyumundaki ($r = -.67$) azalmayla; yalnızlık düzeyi ($r = .60$) ve semptom sıklığındaki ($r = .50$) artışla ilişkili olduğu görülmüştür. Hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygulardaki ($r = .45$) artış ise benlik saygısı ($r = -.94$) ve yaşam doyumundaki ($r = -.67$) azalma; yalnızlık düzeyi ($r = .60$) ve semptom sıklığındaki ($r = .50$) artışla ilişkilidir. Özetle sonuçlar, hedefle ilgili değerlendirmeleri olumsuz olan bireylerin iyilik hallerine ilişkin olarak daha olumsuz değerlendirmelerde bulduklarına işaret etmektedir. Hedefle ilgili değerlendirmeler ve iyilik hali arasındaki ilişkide, hedefle ilgili değerlendirmeler iyilik hali değişkenlerindeki varyansın %6'sını, iyilik hali ise hedefle ilgili değerlendirmelerdeki varyansın %9'unu açıklamaktadır.

Geçmişteki hedefle ilgili olarak ise iyilik hali açısından hedef grupları arasında (hedefine ulaşan grup, hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam eden grup, hedefinden uzaklaşan grup) anlamlı farklılıklar olup olmadığı Tek Yönlü ANOVA ile incelenmiştir. İncelenen Levene Testi sonucunda, yaşam doyumu değişkeni için varyansların homojenliği varsayımının karşılanmadığı görülmüştür. Bu nedenle ilgili değişken için

Box-Cox dönüşümü gerçekleştirilmiştir (Box ve Cox 1964). Box-Cox dönüşümü için gerekli olan lambda sayısı Dag ve ark. (2014) tarafından R programı içinde geliştirilen AID paketi ile hesaplanmıştır. Ardından SPSS'te bu katsayı kullanılarak dönüştürme gerçekleştirilmiştir. Dönüştürme işlemi sonrasında tekrarlanan Tek Yönlü ANOVA sonuçları yaşam doyumunu açısından gruplar arasında anlamlı farklılıklar olduğuna işaret etmektedir, $F(2, 384) = 6.56, p < .01$. Hedefine ulaşan grubun ortalaması (Ort. = 7.31, S = 2.41) hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grubun ortalamasından (Ort. = 6.24, S = 2.73) anlamlı olarak daha yüksektir. Diğer değişkenler (benlik saygısı, yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı) açısından ise gruplar arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir ($p > .05$).

Tartışma

Niteliksel veri analizi sonucunda beliren yetişkinlerin geleceğe yönelik en çok meslek, eğitim ve aile ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Bu hedefleri benlik, finansal konular, yaşam biçimi, seyahat, hobi-boş zaman aktiviteleri, sağlık ve toplumsal konular ile ilgili hedefler izlemiştir. Elde edilen bu sonuçlar alan yazındaki çalışmalarından elde edilen sonuçlarla büyük ölçüde tutarlıdır (Salmela-Aro ve Nurmi 1997a, Nurmi ve Salmela-Aro 2002, Salmela-Aro ve ark. 2012). İş ve yakın ilişkiler alanlarında kimlik keşfinin yoğun olarak yaşandığı bu dönemde (Arnett 2004), bireylerin geleceğe yönelik en çok meslek, eğitim ve aile yaşamıyla ilgili hedefler belirlemeleri oldukça beklendiktir. Buna ek olarak, içinde bulunulan yaşam dönemi fiziksel performans ve sağlık açısından bireyin zirvede olduğu yıllar olarak kabul edilmektedir. Bu kapsamda çok daha az sayıdaki bireyin sağlık alanıyla ilgili hedef belirtmesi de beklendik yönde bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Beliren yetişkinlerin geçmişte ise en çok eğitim ve meslek yaşamı ile ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur. Bu hedefleri benlik, hobi-boş zaman aktiviteleri, aile, finansal konular, yaşam biçimi, sağlık, toplumsal konular ve seyahat ile ilgili hedefler izlemiştir. Katılımcıların özellikle lise eğitimi aldıkları yıllarda en çok eğitim ve meslek alanıyla ilgili hedeflere sahip olmaları, alan yazındaki çalışmalarla tutarlık göstermektedir (Kiuru ve ark. 2009, Vasalampi ve ark. 2009, Salmela-Aro ve ark. 2010, Vasalampi ve ark. 2010, Dietrich ve Salmela-Aro 2013, Tynkkynen ve ark. 2014). Ergenlik dönemi için tanımlanan en önemli gelişimsel görevlerden birinin, ergenin gelecekteki meslek yaşamı için hazırlık yapmaya başlaması olduğu düşünüldüğünde, genç bireylerin geçmişte en çok eğitim ve meslek yaşantıları ile ilgili hedeflere ulaşmak için çaba harcamalarının oldukça beklendik olduğu ifade edilebilir. Ayrıca, geçmişteki hedeflerde ilk sırayı eğitim, ikinci sırayı ise meslekle ilgili hedef alırken; gelecekteki hedeflerde tam tersi bir sıralama olduğu görülmüştür. Buna ek olarak, geçmişte aile ile ilgili hedeflerin söylenme sıklığı oldukça düşükken, gelecekteki hedeflerde aile ile ilgili hedefin sıklığının arttığı ve üçüncü sırada yer aldığı görülmüştür. Bu sonuçlar, yaşla birlikte eğitim ile ilgili hedeflere olan ilginin azaldığına ve içinde bulunulan gelişimsel dönemin taleplerine uygun biçimde bireylerin meslek ve aile yaşamlarıyla ilgili hedeflere yönelmeye başladıklarına işaret etmektedir. Mevcut araştırma kapsamında birey düzeyinde hedeflerde meydana gelen değişim ortaya konulmasa da çalışmanın ergenlikten beliren yetişkinliğe hedeflerin içeriğinde meydana gelen değişime dair önemli ipuçları sunduğu düşünülmektedir.

Gelecekteki hedefe ilişkin sonuçlar, aile ile ilgili hedeflerin 25 ile 30 yaş aralığındaki bireyler ile nişanlı veya evli olan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiğine işaret etmektedir. Meslek ile ilgili hedeflerin ise romantik bir ilişkisi olmayan bireyler tarafından daha sıklıkla ifade edildiği ortaya konulmuştur. Elde edilen bu sonuçlar alan yazındaki çalışmaların bulgularıyla büyük ölçüde tutarlı gözükmektedir (Salmela-Aro ve Nurmi 1997a, Salmela-Aro ve ark. 2007). Araştırma kapsamında, ayrıca, geleceğe yönelik belirlenen hedeflerin cinsiyete göre değişim göstermediği görülmüştür. Genç yetişkinlerle yürütülen bir çalışmada eğitim, iş ve aile ile ilgili hedeflerin belirtilmesinde cinsiyetler arasında herhangi bir farklılık bulunmamıştır. Yalnızca kadınların erkeklere göre daha fazla benlikle ilgili hedeflere sahip oldukları ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve ark. 2012). Üniversite öğrencileriyle yürütülen bir diğer çalışmada ise hedefler açısından cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir (Salmela-Aro ve Nurmi, 1997a). Bu doğrultuda çalışma kapsamında cinsiyete ilişkin elde edilen sonuçların literatürle büyük ölçüde tutarlı olduğu söylenebilir. Alan yazında özellikle kırsal bölgelerde ailelerin, kız ve erkek çocuklarına farklı değerler attedikleri ifade edilmektedir (Sunar ve Fisek 2005). Bu bölgelerde yaşayan aileler, erkek çocuklarının eğitim almasını istemekte, ancak ekonomik anlamda sağlayacağı fayda açısından beklentilerinin düşük olması sebebiyle kız çocuklarının eğitim almasına isteksiz görünmektedir. Bunun aksine kentte yaşayan ailelerin her iki cinsiyetteki çocuklarının eğitimine de büyük önem verdiği görülmektedir. Bununla birlikte, toplumdaki dönüşümün bir sonucu olarak Türkiye'deki ailelerin sosyalleştirme hedeflerinin zaman içerisinde değiştiği bilinmektedir (Kagıtcıbaşı ve Ataca 2005). Bu bilgiler ışığında ve mevcut çalışmanın bulguları dikkate alındığında, günümüzde Türkiye'de yaşayan ailelerin kız ve erkek çocuklarını farklı alanlara yönlendirmedikleri, aksine hedef içeriğinden bağımsız olarak çocuklarını destekledikleri söylenebilir.

Geçmişteki hedefe ilişkin sonuçlar ise katılımcıların çoğunun geçmişte belirttikleri hedefe ulaştıklarına işaret etmektedir. Hedefine ulaşamayan katılımcıların üçte ikisi hedefine ulaşmak için çaba harcamaya devam ettiklerini; üçte biri ise hedeflerinden uzaklaştıklarını belirtmişlerdir. Geçmişte belirtilen hedeflerin büyük çoğunluğunun eğitim ile ilgili olduğu düşünüldüğünde, katılımcıların içinde buldukları gelişimsel dönemin en önemli görevlerinden birini karşıladıkları söylenebilir. Üç grubun (hedefine ulaşan grup, hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grup, hedefinden uzaklaşan grup) demografik açıdan özelliklerini belirlemeye yönelik yapılan ileri analizler, üniversite eğitimi almamış bireylerin, üniversiteyi bitirmiş veya belli bir alanda uzmanlaşmayı seçmiş bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıklarına ve belirledikleri bu hedefe ulaşmak için daha fazla çaba harcadıklarına işaret etmektedir. Bilindiği gibi ülkemizde zorunlu eğitim 12 yıl sürmekte ve bu eğitim sonrasında genç bireyler üniversiteye devam edebilmektedir. Araştırma kapsamında elde edilen sonuçlar, gençlerin çoğunluğunun yükseköğrenime devam etmeyi planladıklarını göstermiştir. Daha önce de ifade edildiği gibi, genç bireylerin geçmişte en çok eğitim ve meslek yaşantıları ile ilgili hedeflere ulaşmak istedikleri ortaya konulmuştur. Bu kapsamda geçmişteki hedefine ulaşamayan lise ve ön lisans mezunu bireylerin, ideallerindeki işe yerleşebilmek ve yaşamlarına diledikleri gibi yön verebilmek amacıyla belirledikleri bu hedeflere ulaşmak için hala çaba harcamaya devam etmeleri oldukça anlaşılabilir. Araştırma kapsamında ayrıca, gelir düzeyi düşük olan bireylerin gelir düzeyi yüksek olan bireylere göre geçmişte belirledikleri hedeflere daha az ulaştıkları görülmüştür. Yürütü-

len bir çalışmada da daha varlıklı ailelerden gelen gençlerin eğitimle ilgili hedeflerinden daha kolay vazgeçebildikleri ortaya konulmuştur (Uno ve ark. 2010). Her iki araştırmanın sonuçları, ailenin gelir düzeyi ile belirlenen bir hedefe ulaşma veya hedeften vazgeçme arasında bir ilişki olduğuna işaret etmektedir.

Hedefe ilişkin değerlendirmelerle ilgili sonuçlar, hedefin elde edilebileceğine dair inanç ve hedefin bireyde uyandırdığı olumlu duygulardaki azalmanın benlik saygısı ve yaşam doyumundaki azalmayla; yalnızlık düzeyi ve belirti sıklığındaki artışla ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Hedefin bireyde uyandırdığı olumsuz duygulardaki artış ise benlik saygısı ve yaşam doyumundaki azalma; yalnızlık düzeyi ve belirti sıklığındaki artışla ilişkilidir. Elde edilen bulgular, ayrıca, hedefle ilgili değerlendirmelerden özellikle hedefin elde edilebilirliğinin bireyin iyilik hali açısından önemine işaret etmektedir. Sonuç olarak, hedefle ilgili olumlu değerlendirmelerin iyilik haline olumlu yönde katkı yaptığı; hedefle ilgili değerlendirmelerin olumsuz olmasının ise bireyin uyumu açısından risk oluşturabileceği söylenebilir. Bu sonuçlarla tutarlı olarak, alan yazında da hedeflerle ilgili yapılan değerlendirmelerin bireyin iyilik haline önemli bir katkı yapabileceği üzerinde durulmaktadır (Emmons 1986, Emmons ve King 1988, Brunstein 1993, Salmela-Aro ve Nurmi 1996, 1997b, Vasalampi ve ark. 2009, 2010). Örneğin, üniversite öğrencileriyle yürütülen bir çalışmada, elde edilmesi güç bir hedefe sahip olduğunu düşünen ve hedefiyle ilgili daha olumsuz değerlendirmeler yapan öğrencilerin, üniversitenin ilk senesinde daha az derste başarılı oldukları ortaya konulmuştur (Salmela-Aro ve Nurmi 1997b). Üniversite öğrencileriyle yürütülen bir başka çalışmada ise özellikle hedefin önemini yaşam doyumunun güçlü bir yordayıcısı olduğunu ortaya konulmuştur (Emmons 1986). Mevcut çalışma kapsamında ise hedefin birey açısından önemi ile iyilik hali arasında herhangi bir ilişki elde edilmemiştir. Hatırlanacağı gibi bu çalışma kapsamında bireylerden tek bir hedef yazmaları istenmiştir. Bireyler kendileri için en önemli olan hedefi belirtmişlerdir. Sonuç olarak, hedefin önemine ilişkin yapılan değerlendirmelerin oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Bu kapsamda, birden fazla hedefin belirtildiği durumda, hedefin önemine ilişkin yapılacak değerlendirmelerin daha sağlıklı sonuçlar ortaya çıkaracağı düşünülmektedir.

Çalışma kapsamında ayrıca geçmişte belirlediği hedefe ulaşan grubun yaşam doyumunun hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam eden grubunkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Bununla birlikte benlik saygısı, yalnızlık düzeyi ve belirti sıklığı açısından gruplar arasında anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir. Bir hedefe ulaşmanın yalnızca o anki iyilik hali üzerinde değil; bireyin yıllar sonraki iyilik hali üzerinde de önemli bir rol oynayabileceği ifade edilmektedir (Sheldon 2008). Bu kapsamda yaşam doyumunu açısından elde edilen sonuçların sözü edilen araştırmanın sonuçlarına önemli bir destek sağladığı düşünülmektedir. Bununla birlikte, yürütülen bir başka çalışmada, eğitim yaşantısıyla ilgili karşılanmamış beklentilerin bireyin iyilik hali üzerinde uzun süreli olumsuz sonuçlarının olmayabileceğine dikkat çekilmektedir (Reynold ve Baird 2010). Bir diğer çalışma kapsamında ise hedef için çaba harcama ve hedeften vazgeçme ile iyilik hali arasındaki ilişkide “zamanlamanın” önemi vurgulanmıştır (Messersmith ve Schulenberg 2010). Hatırlanacağı gibi, katılımcıların geçmişte belirttikleri hedeflerin büyük bir çoğunluğu eğitim ve meslek yaşantılarıyla ilgilidir. Daha öncede ifade edildiği gibi, katılımcıların içinde buldukları dönem, pek çok farklı seçeneğe ulaşma imkanlarının olması sebebiyle sonsuz olanaklar dönemi olarak adlandırılmaktadır (Arnett 2004). İçinde buldukları dönemin eğitim ve meslek ya-

şantılarını yapılandırmak için en uygun dönemlerden biri olduğu göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin seçtikleri bir hedefi elde etmek için çaba harcamaya devam etmelerinin veya seçtikleri hedeften uzaklaşıp yeni bir hedefe bağlanmalarının, işlevsellikleri açısından (ör. yalnızlık düzeyi ve semptom sıklığı) bozucu bir etki yaratmamış olabileceği düşünülmektedir.

Son olarak, çalışma bazı sınırlılıklara da sahiptir. Çalışma kapsamında yükseköğrenime devam etmeyen bireyler örneklemede yeterince temsil edilmemiştir. Bu sebeplerle yapılacak çalışmalarda, yükseköğrenime devam edemeyen daha çok bireye ulaşılmasının oldukça önemli olacağı düşünülmektedir. Çalışmanın bir diğer sınırlılığı ise enlemesine kesitsel bir desenle araştırma sorularına cevap aranmış olmasıdır. İleride yapılacak boylamsal çalışmalarla hedeflerin içeriğinde zamanla meydana gelen değişim gelişimsel olarak değerlendirilebilir ve hedeflerle ilgili yapılan değerlendirmeler ile iyilik hali arasındaki ilişkinin yönü net bir şekilde ortaya konabilir. Ek olarak, bu çalışmada iyilik hali dört ayrı gösterge ile temsil edilmiştir. İleride yapılacak çalışmalarda iyi olma ve olmama haline ilişkin kavramsallaştırmalar ile gelişimsel hedefler ve beliren yetişkinlerin iyilik halleri arasındaki ilişkiler daha derinlemesine ele alınabilir. Diğer taraftan elde edilen sonuçların genç bireylerin yaşamlarını başarılı bir biçimde yönetmelerine yardımcı pek çok müdahale programının ve rehberlik hizmetinin geliştirilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Böylece genç bireyler eğitim ve meslek yaşamlarıyla ilgili daha fazla rehberlik ve danışmanlık hizmeti alabilir. Alan yazın kapsamında da hedef temelli müdahale programlarının geliştirilmesinin, bireyler açısından önemine vurgu yapılmaktadır (Eryılmaz 2012a). Ayrıca konuyla ilgili çalışmaların büyük bir kısmının Kuzey Avrupa ülkesi olan Finlandiya'da yürütüldüğü görülmüştür. Ancak, farklı ülkelerde yaşayan bireyler, bir hedefe ulaşma sürecinde aynı fırsatlara sahip olmayabilir veya farklı engellerle karşılaşabilirler. Bilindiği kadarıyla, Türkiye'de gelişimsel düzenleme modelleri çerçevesinde yetişkinlik dönemindeki bireylerin hedeflerinin değerlendirildiği yalnızca bir çalışma bulunmaktadır (Uçanok 2004). Bununla birlikte, üniversite öğrencilerinin yaşam hedeflerinin incelendiği çalışmalar son yıllarda artmaktadır (İlhan ve Özbay 2010, Eryılmaz 2012b). Bu noktadan hareketle, farklı ülkelerde konuyla ilgili çalışmaların yapılmasının oldukça önemli olduğu düşünülmektedir.

Özetle, gelişimsel hedefler açısından elde edilen sonuçlar genç bireylerin içinde buldukları gelişimsel dönemin özelliklerine uygun hedefler belirlediklerine işaret etmektedir. Çalışma kapsamında ayrıca, hedefe ilişkin değerlendirmeler ve hedefe ulaşmanın beliren yetişkinlerin iyilik halleri açısından önemi ortaya konmuştur..

Kaynaklar

- Arnett JJ (1997) Young people's conceptions of the transition to adulthood. *Youth Soc*, 29:3-23.
- Arnett JJ (2000) Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *Am Psychol*, 55:469-480.
- Arnett JJ (2001) Conceptions of the transition to adulthood from adolescence through midlife. *J Adult Dev*, 8:133-143.
- Arnett JJ (2004) *Emerging Adulthood: The Winding Road From The Late Teens Through The Twenties*. New York, Oxford University Press.
- Arnett JJ, Eisenberg N (2007) Introduction to the special section: Emerging adulthood around the world. *Child Dev Perspect*, 1:66-67.
- Atak H (2005) Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Ankara, Ankara Üniversitesi.
- Austin JT, Vancouver JB (1996) Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychol Bull*, 120:338-375.

- Baltes PB, Baltes MM (1990) Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*, (Eds PB Baltes, MM Baltes):1-34. New York, Cambridge University Press.
- Box GEP, Cox DR (1964) An analysis of transformations. *J R Stat Soc Series B Stat Methodol*, 26:211-252.
- Brandtstadter J (1989) Personal self-regulation of development: Cross-sequential analyses of development-related control beliefs and emotions. *Dev Psychol*, 25:96-108.
- Brunstein JC (1993) Personal goals and subjective well-being: A longitudinal study. *J Pers Soc Psychol*, 65:1061-1070.
- Çok F, Atak H (2015) Emerging adulthood in Turkey: Does it (yet) exist? *The Online Journal of Counseling and Education*, 4:46-75.
- Çuhadaroğlu F (1986) *Adolesanlarda benlik saygısı (Yüksek lisans tezi)*. Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Dag O, Asar O, İlk O (2014) A methodology to implement Box-Cox transformation when no covariate is available. *Commun Stat Simul Comput*, 43:1740-1759.
- Demir A (1989) UCLA Yalnızlık Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7:14-18.
- Derogatis LR (1992) *The Brief Symptom Inventory (BSI), Administration, Scoring and Procedures Manual = II*. Clinical Psychometric Research Inc.
- Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S (1985) The Satisfaction with Life Scale. *J Pers Assess*, 49:71-75.
- Dietrich J, Jokisaari M, Nurmi JE (2012) Work-related goal appraisals and stress during the transition from education to work. *J Vocat Behav*, 80:82-92.
- Dietrich J, Salmela-Aro K (2013) Parental involvement and adolescents' career goal pursuit during the post-school transition. *J Adolesc*, 36:121-128.
- Doğan A, Cebioğlu S (2011) Beliren yetişkinlik: Ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14:11-21.
- Durak M, Senol-Durak E, Gencoz T (2010) Psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults. *Soc Indic Res*, 99:413-429.
- Emmons RA (1986) Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *J Pers Soc Psychol*, 51:1058-1068.
- Emmons RA (1996) Striving and feeling: Personal goals and subjective well-being. In *The Psychology of Action: Linking Cognition and Motivation to Behavior* (Eds PM Gollwitzer, JA Bargh):313-337. New York, Guilford Press.
- Emmons RA, King LA (1988) Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *J Pers Soc Psychol*, 54:1040-1048.
- Eryılmaz A (2012a) Amaçlar: Ruh ve beden sağlığını korumanın önemli bir aracı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4:428-448.
- Eryılmaz A (2012b) Pozitif psikoterapi bağlamında Yaşam Amaçları Belirleme Ölçeğinin üniversite öğrencileri üzerinde psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15:166-174.
- Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner A (2007) G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behav Res Methods*, 39:175-191.
- Field A (2013) *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*, 4th ed. London, Sage.
- Ghassemi M, Bernecker K, Herrmann M, Brandtstätter V (2017) The process of disengagement from personal goals: Reciprocal influences between the experience of action crisis and appraisals of goal desirability and attainability. *Pers Soc Psychol Bull*, 43:524-537.
- Haase CM, Heckhausen J, Wrosch C (2013) Developmental regulation across the life span: Toward a new synthesis. *Dev Psychol*, 49:964-972.
- Heckhausen J (1999) *Developmental regulation in adulthood: Age-normative and sociostructural constraints as adaptive challenges*. New York, NJ: Cambridge University Press.
- Heckhausen J, Wrosch C, Fleeson W (2001) Developmental regulation before and after a developmental deadline: The sample case of "biological clock" for child-bearing. *Psychol Aging*, 16:400-413.
- Heckhausen J, Wrosch C, Schulz R (2010) A motivational theory of life-span development. *Psychol Rev*, 117:32-60.
- İlhan T, Özbay Y (2010) Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4:109-118.
- Kagıtcıbası C, Ataca B (2005) Value of children and family change: A three-decade portrait from Turkey. *Appl Psychol*, 54:317-337.
- Kiuru N, Nurmi JE, Aunola K, Salmela-Aro K (2009) The role of peer groups in adolescents' educational trajectories. *Eur J Dev Psychol*, 6:521-547.
- Lerner RM, Busch-Rossnagel N (1981) *Individuals as Producers of Their Development: A Life-Span Perspective*. New York, NY, Academic Press.
- Little BR (1983) Personal projects: A rationale and method for investigation. *Environ Behav*, 15:273-309.
- Little BR, Salmela-Aro KE, Phillips SD (2007) *Personal Project Pursuit: Goals, Action, and Human Flourishing*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

- Marttinen E, Salmela-Aro K (2012) Personal goal orientations and subjective well-being of adolescents. *Jpn Psychol Res*, 54:263-273.
- Messersmith EE, Schulenberg JE (2010) Goal attainment, goal striving, and well-being during the transition to adulthood: A ten-year U.S. national longitudinal study. *New Dir Child Adolesc Dev*, 130:27-40.
- Morsünbül Ü (2013) Are they emerging adults or emerging adults who are university students? An investigation through risk taking and identity development. *Elementary Education Online*, 12:873-885.
- Nelson LJ, Badger S, Wu B (2004) The influence of culture in emerging adulthood: Perspectives of Chinese college students. *Int J Behav Dev*, 28:26-36.
- Nelson LJ, Chen X (2007) Emerging adulthood in China: The role of social and cultural factors. *Child Dev Perspect*, 1:86-91.
- Nurmi JE (1992) Age differences in adult life goals, concerns, and their temporal extension: A life course approach to future-oriented motivation. *Int J Behav Dev*, 15:487-508.
- Nurmi JE (2004) Socialization and self-development: Channeling, selection, adjustment, and reflection. In *Handbook of Adolescent Psychology* (Eds RM Lerner, L Steinberg):85-124. Hoboken, NJ, Wiley.
- Nurmi JE, Pulliainen H, Salmela-Aro K (1992) Age differences in adults' control beliefs related to life goals and concerns. *Psychol Aging*, 7:194-196.
- Nurmi JE, Salmela - Aro K (2002) Goal construction, reconstruction and depressive symptoms in a life - span context: The transition from school to work. *J Pers*, 70:385-420.
- Nurmi JE, Salmela-Aro K (2006) What works makes you happy. In *A Life Worth Living: Contributions To Positive Psychology* (Eds M Csikszentmihalyi, IS Csikszentmihalyi):182-199. New York, NY, Oxford University Press.
- Ranta M, Dietrich J, Salmela-Aro K (2014) Career and romantic relationship goals and concerns during emerging adulthood. *Emerg Adulthood*, 2:17-26.
- Reynolds JR, Baird CL (2010) Is there a downside to shooting for the stars? Unrealized educational expectations and symptoms of depression. *Am Sociol Rev*, 75:151-172.
- Rosenberg M (1965) *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ, Princeton University Press.
- Russell D, Peplau LA, Cutrona CE (1980) The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *J Pers Soc Psychol*, 39:472-480.
- Şahin İ, Zoraloğlu YR, Şahin-Fırat N (2011) Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçları, eğitimsel hedefleri, üniversite öğreniminden beklentileri ve memnuniyet durumları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 17:429-452.
- Salmela-Aro K (1992) Struggling with self: The personal projects of students seeking psychological counseling. *Scand J Psychol*, 33:330-338.
- Salmela-Aro K (2009) Personal goals and well-being during critical life transitions: The four C's-Channeling, choice, co-agency and compensation. *Adv Life Course Res*, 14:63-73.
- Salmela-Aro K (2010) Personal goals and well-being: How do young people navigate their lives? *New Dir Child Adolesc Dev*, 130:13-26.
- Salmela-Aro K, Aunola K, Nurmi JE (2007) Personal goals during emerging adulthood: A 10-year follow-up. *J Adolesc Res*, 22:690-715.
- Salmela-Aro K, Mutanen P, Koivisto P, Vuori J (2010) Adolescents' future education-related personal goals, concerns, and internal motivation during the "Towards Working Life" group intervention. *Eur J Dev Psychol*, 7:445-462.
- Salmela-Aro K, Nurmi JE (1996) Depressive symptoms and personal project appraisals: A cross-lagged longitudinal study. *Pers Individ Dif*, 21:373-381.
- Salmela-Aro K, Nurmi JE (1997a) Goal contents, well-being, and life context during transition to university: A longitudinal study. *Int J Behav Dev*, 20:471-491.
- Salmela-Aro K, Nurmi JE (1997b) Personal project appraisals, academic achievement and related satisfaction: A prospective study. *European Journal of Psychology of Education*, 12:77-88.
- Salmela - Aro K, Read S, Korhonen T, Vuoksimaa E, Rose RJ, Kaprio J (2012) Young adults' developmental task - related goals modify the association between self - focused goals and depressive symptoms. *Appl Psychol Health Well Being*, 4:106-125.
- Salmela-Aro K, Read S, Vuoksimaa E, Korhonen T, Dick DM, Kaprio J et al. (2014). Depressive symptoms and career-related goal appraisals: Genetic and environmental correlations and interactions. *Twin Res Hum Genet*, 17:236-243.
- Sheldon KM (2008) Assessing the sustainability of goal-based changes in adjustment over a four-year period. *J Res Pers*, 42:223-229.
- Shulman S, Nurmi JE (2010) Understanding emerging adulthood from a goal setting perspective. *New Dir Child Adolesc Dev*, 130:1-11.
- Sirsch U, Dreher E, Mayr E, Willinger U (2009) What does it take to be an adult in Austria? Views of adulthood in Australian

- adolescents, emerging adults and adults. *J Adolesc Res*, 24:275-292.
- Skaletz C, Seiffge-Krenke I (2010) Models of developmental regulation in emerging adulthood and links to symptomatology. *New Dir Child Adolesc Dev*, 130:71-82.
- Şahin NH, Durak A (1994) Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI): Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31):44-56.
- Sunar D, Fisek GO (2005) Contemporary Turkish families. In *Families in Global Perspective* (Eds L Roopnarine, P Gielen):169-183. Boston, Allyn & Bacon.
- Tynkkynen L, Dietrich J, Salmela-Aro K (2014) Career goal-related success expectations across two educational transitions: A seven-year longitudinal study. *Eur J Dev Psychol*, 11:356-372.
- Uçanok Z (2004) Yetişkinlikten yaşlılığa doğru gelişimsel hedeflerde meydana gelen değişimler. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi* (3P), 12:109-116.
- Uno M, Mortimer JT, Kim M, Vuolo M (2010) "Holding on" or "coming to terms" with educational underachievement: A longitudinal study of ambition and attainment. *New Dir Child Adolesc Dev*, 130:41-56.
- Varjas K, Nastasi BK, Moore RB, Jayasena A (2005) Using ethnographic methods for development of culture specific interventions. *J Sch Psychol*, 43:241-258.
- Vasalampi K, Salmela-Aro K, Nurmi JE (2009) Adolescents' self-concordance, school engagement, and burnout predict their educational trajectories. *Eur Psychol*, 14:332-341.
- Vasalampi K, Salmela-Aro K, Nurmi JE (2010) Education-related goal appraisals and self-esteem during the transition to secondary education: A longitudinal study. *Int J Behav Dev*, 34:481-490.
- Vural-Yüzbaşı D (2012) Türkiye'de beliren yetişkinlik: Yetişkinlik kriterlerinin ve yetişkinlik statülerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). İzmir, Ege Üniversitesi.

Yazarların Katkıları: Tüm yazarlar, her bir yazarın çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağladığını ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğunu kabul etmişlerdir.

Etik Onay: Çalışma Yerel Etik Kurul tarafından onaylanmıştır. Tüm katılımcılardan yazılı aydınlatılmış onam alınmıştır.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir.

Yazarın Notu: Bu çalışma ilk yazının doktora tezinin bir parçasıdır. Çalışmanın bir kısmı 18. Avrupa Gelişim Psikolojisi Konferansında poster bildirisi olarak, bir kısmı ise 2. Gelişim Psikolojisi Sempozyumunda sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Authors Contributions: All authors attest that each author has made an important scientific contribution to the study and has assisted with the drafting or revising of the manuscript.

Ethical Approval: The study was approved by the Local Ethics Committee. Written informed consent was obtained from all participants.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared by the authors.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.

Acknowledgement: This paper was produced from the first author's doctoral dissertation. Some parts of the paper were presented as a poster at the 18th European Conference on Developmental Psychology, Utrecht, Netherland. Additionally, some other parts were presented as an oral presentation at the 2. Developmental Psychology Symposium, İzmir, Turkey.
