

BÖLÜM 14

Erken Yetişkinlik Döneminde Sosyoduygusal Gelişim

Demet KARA ¹

ERKEN YETİŞKİNLİK NEDİR?

Değişen ve modernleşen yaşam koşullarının bir sonucu olarak ortaya çıkan erken yetişkinlik dönemi, belirli psikososyal özelliklerle tanımlanır. Geleneksel olarak çocukluk ya da ergenlikten yetişkinliğe geçişi temsil eden bir evre olarak görülmekle birlikte Arnett (2000), modernleşmenin etkisiyle bu dönemi, diğer gelişim evrelerinden farklı, kendine özgü dinamikleri olan ayrı bir gelişimsel dönem olarak tanımlamıştır. Erken yetişkinlik; bireylerin kendilerini ne tam olarak çocuk ne de tamamen yetişkin olarak gördükleri, aileye olan bağımlılığın azaldığı ancak yetişkinliğin tüm sorumluluklarının da henüz üstlenilmediği, keşiflere ve olasılıklara açık bir evredir (Arnett, 2000; 2007). Bu dönem, 18-29 yaş aralığını kapsar (Arnett vd., 2014) ve bireylerin eğitim, işe başlama, evlilik, aile evinden ayrılıp başka bir eve ya da şehre taşınma, hatta çocuk sahibi olma gibi önemli yaşam olaylarını deneyimlediği bir süreci içerir.

Erken yetişkinlik döneminin ayrı bir gelişim evresi olarak önerilmesinin başlıca nedenlerinden biri, bu yaş grubundaki bireylerin gösterdiği demografik çeşitliliktir (Arnett, 2000). Bu dönemde bazı bireyler, uzayan eğitim süreci nedeniyle iş hayatına daha geç atılmakta; dolayısıyla maddi bağımsızlık ve buna bağlı sorumluluklar da ileriki yaşlara ertelenmektedir. Öte yandan, lise veya üniversite sonrası doğrudan çalışma hayatına başlayan bireyler de vardır. Kimi gençler eğitim için ailelerinden ayrılırken, mezuniyet sonrası tekrar aile evine dönebilmektedir. Üniversite eğitimi tamamlamak isteyen gençlerin sayısının artması ve ardından gelişim odaklı programlarla eğitimin devam etmesi, ilk tam zamanlı iş tecrübesini genellikle 20'li yaşların ortalarına kadar geciktirmektedir. Oysa gençler açısından ekonomik bağımsızlık, yetişkinliğin en temel göstergelerinden biri olarak görülmektedir.

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Antalya Bilim Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, demet.kara@antalya.edu.tr, ORCID iD: 0000-0003-0735-9190

Günümüzde genç yetişkinlerin karşılaştığı temel sorunlardan biri de istihdam olanaklarının kısıtlılığıdır. İyi üniversitelerden mezun, başarılı genç bireylerin, hayal ettikleri koşullarda bir işe başlayabilme olasılığı geçmiş dönemlere kıyasla azalmış görünmektedir. Eurostat (2024a) verilerine göre, Türkiye'nin de dahil olduğu Avrupa ülkelerinde genç bireylerin önemli bir kısmı, çalıştıkları işin eğitim düzeyleriyle uyumsuz olduğunu ifade etmektedir. Türkiye'de her iki gençten biri, mevcut işinin eğitim yeterliliğini karşılamadığını belirtmiştir.

Öte yandan, gençlerin iş ve kariyere yönelik algıları da önceki kuşaklara göre farklılaşma eğilimindedir. Twenge'nin (2010) nesiller arası karşılaştırmalı çalışmaları, günümüz gençlerinin, «Generation Me» (GenMe) olarak adlandırılan X ve Y kuşaklarının, iş ahlakı açısından önceki kuşaklara göre daha düşük bir bağlılık bildirdiklerini ortaya koymuştur. Bu kuşaklar iş-yaşam dengesine daha fazla önem vermekte ve işin hayatın merkezinde yer alması gerektiği düşüncesini daha az benimsemektedir. GenMe kuşağı, çalıştıkları işe içsel bir anlam yüklemekten çok, statü, maaş ve toplumsal prestij gibi dışsal motivasyonlara öncelik vermektedir (Twenge, 2010).

Bütün bu bulgular, erken yetişkinlik döneminin iş ve kariyer alanında da dinamik ve değişken bir süreç olduğunu göstermektedir. Gençliğin ve yeni nesil özelliklerinin etkisi, bireylerin meslek hayatına bakış açılarını ve yaklaşımlarını şekillendirmekte; böylece gelişimsel değişimler tüm yaşam alanlarına yayılmaktadır.

KAYNAKLAR

- Anne Çocuk Eğitim Vakfı [AÇEV]. (2017). Türkiye'de babalığı anlamak serisi – I: Türkiye'de babalık ve ilgili babalığın belirleyicileri [PDF]. AÇEV. https://www.acev.org/wp-content/uploads/2018/01/BabalikArastirmasiAnaRapor.16.10.17.web_.pdf
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.
- 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., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18–29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576.
- Barry, C. M., Madsen, S. D., Nelson, L. J., Carroll, J. S., & Badger, S. (2009). Friendship and romantic relationship qualities in emerging adulthood: Differential associations with identity development and achieved adulthood criteria. *Journal of Adult Development*, 16, 209-222. <https://doi.org/10.1007/s10804-009-9067-x>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Bayraktaroglu, D., Gunaydin, G., Selcuk, E., Besken, M., & Karakitapoglu-Aygun, Z. (2023). The role of positive relationship events in romantic attachment avoidance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 124(5), 958. <http://dx.doi.org/10.1037/pspi0000406>
- Bonilla-Zorita, G., Griffiths, M. D., & Kuss, D. J. (2021). Online dating and problematic use: A systematic review. *International journal of mental health and addiction*, 19, 2245-2278. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00318-9>

- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Buecker, S., Mund, M., Chwastek, S., Sostmann, M., & Luhmann, M. (2021). Is loneliness in emerging adults increasing over time? A preregistered cross-temporal meta-analysis and systematic review. *Psychological Bulletin*, 147(8), 787–805. <https://doi.org/10.1037/bul0000332>
- Castelpietra, G., Knudsen, A. K. S., Agardh, E. E., Armocida, B., Beghi, M., Iburg, K. M., ... & Monasta, L. (2022). The burden of mental disorders, substance use disorders and self-harm among young people in Europe, 1990–2019: Findings from the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Regional Health–Europe*, 16. <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2022.100341>
- Collins, A., & van Dulmen, M. (2006). Friendships and Romance in Emerging Adulthood: Assessing Distinctiveness in Close Relationships. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 219–234). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11381-009>
- Conway, M. A., & Holmes, A. (2004). Psychosocial stages and the accessibility of autobiographical memories across the life cycle. *Journal of personality*, 72(3), 461–480. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00269.x>
- Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., & Howard, E. (2013). Emerging in a digital world: A decade review of media use, effects, and gratifications in emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 1(2), 125–137. <https://doi.org/10.1177/2167696813479782>
- Domingue, R., & Mollen, D. (2009). Attachment and conflict communication in adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(5), 678–696. <https://doi.org/10.1177/0265407509347932>
- Dülger, H., & Ayaz-Alkaya, S. (2025). Prevalence of Stress, Anxiety, Depression, and Sleep Quality Among Young Adults in Türkiye: A Cross-Sectional Study. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 31(1), e70002. <https://doi.org/10.1111/jep.70002>
- Ediz, B., Ozcakir, A., & Bilgel, N. (2017). Depression and anxiety among medical students: Examining scores of the beck depression and anxiety inventory and the depression anxiety and stress scale with student characteristics. *Cogent Psychology*, 4(1), 1283829. <https://doi.org/10.1080/23311908.2017.1283829>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.
- European Institute for Gender Equality. (2021). *Gender Equality Index 2021: Health*. <https://eige.europa.eu/publications/gender-equality-index-2021-health>
- Eurostat. (2024a). *Young people on the labour market - statistics*. Statistics Explained. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Young_people_on_the_labour_market_-_statistics (Erişim tarihi: 4 Temmuz 2025).
- Eurostat. (2024b, 30 Eylül). *Age of leaving the parental home steady in 2023* [News article]. European Commission. <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/w/ddn-20240930-2>
- Fingerman, K. L., Cheng, Y. P., Tighe, L., Birditt, K. S., & Zarit, S. (2011). Relationships between young adults and their parents. In *Early adulthood in a family context* (pp. 59–85). New York, NY: Springer New York.
- Fraley, R. C., & Davis, K. E. (1997). Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships. *Personal relationships*, 4(2), 131–144. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1997.tb00135.x>
- Goldsmith, J. (2018). Emerging adults' relationships with their parents. *Clinical Science Insights*, 1–5.
- Gunaydin, G., Selcuk, E., Urganci, B., & Yalcintas, S. (2021). Today you care, tomorrow you don't: Differential roles of responsiveness variability and average responsiveness in romantic attachment. *Social Psychological and Personality Science*, 12(5), 839–849. <https://doi.org/10.1177/1948550620944111>
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological inquiry*, 5(1), 1–22. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1
- Hofstede, G. (1980). Culture and organizations. *International studies of management & organization*,

- 10(4), 15-41.
- Horigian, V. E., Schmidt, R. D., & Feaster, D. J. (2021). Loneliness, mental health, and substance use among US young adults during COVID-19. *Journal of psychoactive drugs*, 53(1), 1-9. <https://doi.org/10.1080/02791072.2020.1836435>
- Johnson, M. P., & Leslie, L. (1982). Couple involvement and network structure: A test of the dyadic withdrawal hypothesis. *Social psychology quarterly*, 34-43.
- Jones, R. M., Vaterlaus, J. M., Jackson, M. A., & Morrill, T. B. (2014). Friendship characteristics, psychosocial development, and adolescent identity formation. *Personal Relationships*, 21(1), 51-67. <https://doi.org/10.1111/per.12017>
- Kagitcibasi, C. (2017). *Family, self, and human development across cultures: Theory and applications*. Routledge.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of general psychiatry*, 62(6), 593-602.
- Langheit, S., & Poulin, F. (2022). Developmental changes in best friendship quality during emerging adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(11), 3373-3393. <https://doi.org/10.1177/0265407522109799>
- LeMoyne, T., & Buchanan, T. (2011). Does “hovering” matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418. <https://doi.org/10.1080/02732173.2011.574038>
- Lee, C. Y. S., & Goldstein, S. E. (2016). Loneliness, stress, and social support in young adulthood: Does the source of support matter?. *Journal of youth and adolescence*, 45, 568-580. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0395-9>
- Levinson, D. J. (1978). *The seasons of a man's life*. New York: Knopf.
- Levinson, D. J. (1996). *The seasons of a woman's life*. New York: Knopf.
- Li, T., & Chan, D. K. S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European journal of social psychology*, 42(4), 406-419. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1842>
- Loo, J. (2024). Young adults in the parental home, 2007-2023. *Family Profiles, FP-24-02*. Bowling Green, OH: National Center for Family & Marriage Research. <https://doi.org/10.25035/ncfmr/fp-24-02>
- Manning, W. D. (2020). Young adulthood relationships in an era of uncertainty: A case for cohabitation. *Demography*, 57(3), 799-819. <https://doi.org/10.1007/s13524-020-00881-9>
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. *Handbook of adolescent psychology*, 9(11), 159-187.
- Marcus, J., Carlson, D., Ergin, C., & Ceylan, S. (2022). “Generation Me”: An intra-nationally bounded generational explanation for convergence and divergence in personal vs. social focus cultural value orientations. *Journal of World Business*, 57(2), 101269. <https://doi.org/10.1016/j.jwb.2021.101269>
- Monteoliva, A., García-Martínez, J. M. A., & Calvo-Salguero, A. (2016). Perceived benefits and costs of romantic relationships for young people: Differences by adult attachment style. *The Journal of Psychology*, 150(8), 931-948. <https://doi.org/10.1080/00223980.2016.1217190>
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., Christensen, K. J., Evans, C. A., & Carroll, J. S. (2011). Parenting in emerging adulthood: An examination of parenting clusters and correlates. *Journal of youth and adolescence*, 40, 730-743. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9584-8>
- Padilla-Walker, L. M., Son, D., & Nelson, L. J. (2021). Profiles of helicopter parenting, parental warmth, and psychological control during emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 9(2), 132-144. <https://doi.org/10.1177/2167696818823626>
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others?. *Review of general psychology*, 4(2), 155-175.
- Schiffrin, H.H., Liss, M., Miles-McLean, H. vd., Helping or Hovering? The Effects of Helicopter

- Parenting on College Students' Well-Being. *J Child Fam Stud* 23, 548–557 (2014). <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9716-3>
- Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., Bauer, A., & Taylor Murphy, M. (2012). The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptive traits in adult children. *Family Relations*, 61(2), 237–252. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00689.x>
- Sherman, A. M., Lansford, J. E., & Volling, B. L. (2006). Sibling relationships and best friendships in young adulthood: Warmth, conflict, and well-being. *Personal Relationships*, 13(2), 151–165. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00110.x>
- Sonkaya, Z. İ., & Öcal, N. Ü. (2024). Young people's attitudes toward marriage, gender roles, and related factors: Attitudes toward marriage, gender roles. *BMC Public Health*, 24(1), 3347. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20904-z>
- Stanton, S. C., & Campbell, L. (2014). Psychological and physiological predictors of health in romantic relationships: An attachment perspective. *Journal of personality*, 82(6), 528–538. <https://doi.org/10.1111/jopy.12056>
- Stinson, D. A., Cameron, J. J., & Hoplock, L. B. (2022). The friends-to-lovers pathway to romance: Prevalent, preferred, and overlooked by science. *Social Psychological and Personality Science*, 13(2), 562–571. <https://doi.org/10.1177/19485506211026992>
- Taras, V., Steel, P., & Kirkman, B. L. (2012). Improving national cultural indices using a longitudinal meta-analysis of Hofstede's dimensions. *Journal of world business*, 47(3), 329–341. <https://doi.org/10.1016/j.jwb.2011.05.001>
- Taras, V., Steel, P., & Kirkman, B. L. (2016). Does country equate with culture? Beyond geography in the search for cultural boundaries. *Management International Review*, 56, 455–487. <https://doi.org/10.1007/s11575-016-0283-x>
- Tillman, K. H., Brewster, K. L., & Holway, G. V. (2019). Sexual and romantic relationships in young adulthood. *Annual Review of Sociology*, 45(1), 133–153. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-073018-022625>
- Topçu, A. E., Yasak, Y., Kalafat, T., & Dikmeer, İ. A. (2021). COVID-19 sürecinde demografik, sosyal, akademik ve hastalıkla ilgili faktörlerin üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları ile ilişkisi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 17(1), 67–83. <https://doi.org/10.17244/eku.926595>
- Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK]. (2021, 6 Mayıs). *Türkiye Aile Yapısı Araştırması*, 2021. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Türkiye-Aile-Yapisi-Arastirmasi-2021-45813>
- Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK]. (2024, 15 Mayıs). *Evlenme ve Boşanma İstatistikleri*, 2024. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Boşanma-İstatistikleri-2024-54194>
- Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK]. (2025a, 14 Mayıs). *İstatistiklerle aile*, 2024. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerle-Aile-2024-53898>
- Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK]. (2025b, 14 Mayıs). *İstatistiklerle Gençlik*, 2024. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=İstatistiklerleGençlik202454077>
- Twenge, J. M. (2010). A review of the empirical evidence on generational differences in work attitudes. *Journal of business and Psychology*, 25(2), 201–210. <https://doi.org/10.1007/s10869-010-9165-6>
- Twenge, J. M., Cooper, A. B., Joiner, T. E., Duffy, M. E., & Binau, S. G. (2019). Age, period, and cohort trends in mood disorder indicators and suicide-related outcomes in a nationally representative dataset, 2005–2017. *Journal of Abnormal Psychology*, 128(3), 185–199. <https://doi.org/10.1037/abn0000410>
- Vaillant, G. E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little, Brown.
- Vaillant, G. E. (2002). *Aging well*. Boston: Little, Brown.
- Vaillant, G. E. (2012). *Triumphs of experience: The men of the Harvard Grant Study*. Cambridge, MA: Belknap Press.
- Vogels, E. A. & McClain, C. (2023, 2 Şubat). *Key findings about online dating in the U.S.* Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/short-reads/2023/02/02/key-findings-about-online->

- dating-in-the-u-s/
Werner, A. M., Tibubos, A. N., Mülder, L. M., Reichel, J. L., Schäfer, M., Heller, S., ... & Beutel, M. E. (2021). The impact of lockdown stress and loneliness during the COVID-19 pandemic on mental health among university students in Germany. *Scientific Reports*, 11(1), 22637. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-02024-5>
- Wrzus, C., Zimmermann, J., Mund, M., & Neyer, F. J. (2016). Friendships in young and middle adulthood: Normative patterns and personality differences. In M. Hojjat & A. Moyer (Eds.), *Psychology of friendship* (pp. nn). New York: Oxford University Press.