

DERLEME

Beliren Yetişkinlerin Yaşam Görüşünün Varoluşçu Bakış Açısıyla İncelenmesi*Rıdvan TEMİZ¹, Esra ÇALIK VAR²***ÖZ**

Son yıllarda değişen toplumsal yapılar ve toplumlarda görülen bireyselleşme, toplumsallaşma, toplumsal süreçlere katılım gibi birey ve toplum hayatını doğrudan etkileyen alanlarda meydana gelen değişimler insanın yaşam döngüsünü sınıflandırmada kullanılan yaşam evrelerinde de birtakım değişikliklere yol açmıştır. Son zamanlarda sıkça duyduğumuz beliren yetişkinlik kavramı 19-29 yaş aralığında bulunan bireyleri içine alan bir evre olarak tanımlanmakla beraber 19-26 yaşları arasında daha yoğun yaşanan bir gelişim dönemidir. Bu dönemi deneyimleyen bireyler çoğunlukla belirsizlik ve kararsızlığın eşlik ettiği birçok karar verme aşamasıyla karşı karşıya gelir. Varoluşçuluk temelde bireyin sorumluluk ve kaygı durumu üzerine odaklanır ve bireyin ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlam üzerine yaşadığı kaygılara rağmen benliğini inşa edişini konu edinir. Bu çalışmada beliren yetişkinlerin yaşam görüşü varoluşçu bakış açısıyla ele alınmıştır.

Anahtar kelimeler: Sosyal Kimlik, Varoluşçuluk, Varoluşçu Psikoloji, Yetişkin

Analyzing Life View of Emerging Adults With Existential Perspective*Rıdvan TEMİZ¹, Esra ÇALIK VAR²***ABSTRACT**

In last a few decades changing into social structures such as individualization, socialization, participation processes have also caused some changes in human developmental cycle classification.. The term of emerging adulthood which is recently being heard frequently is kind of a new stage in this cycle and refers to a phase between adolescence and adulthood stages and although it includes individuals among ages of 19-29, mainly it refers to ages of 19-26. During this time there are many important issues to make decisions about, while many more instability and uncertainty accompanying individuals. Existentialism basically focuses on the individual's state of responsibility and anxiety, and is concerned with creating identity, death, freedom, loneliness and meaning. This study examine view of life of emerging adulthoods by existentiell approach.

Keywords: Adult, Existentialism, Existential Psychology, Social Identity

¹ Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sosyal Hizmet Politikaları ve Uygulamaları Bölümü

² Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü

Sorumlu Yazar: Rıdvan TEMİZ

E-posta adresi: temizridvan@gmail.com

ORCID No: 0000-0002-5441-6074

Gönderi Tarihi: 15.05.2020

Kabul Tarihi: 05.06.2020

* Bu çalışma Beliren Yetişkinlerin Yaşam Görüşünün Varoluşçu Bakış Açısıyla İncelenmesi adlı tez çalışmasının verileri kullanılmadan hazırlanmıştır.

GİRİŞ

Beliren yetişkinlik çoğu zaman bir ara dönem, bir geçiş dönemi olarak adlandırılır. Tanner (1) beliren yetişkinliğin kendinden önceki ve sonraki evrelerle bağlantılı bir ara dönem olduğunu savunurken, Arnett (2) beliren yetişkinliğin sadece bir geçiş süreci olarak adlandırılmayacağını, buna karşın beliren yetişkinliğin kendine has bazı temel özellikleri olduğunu vurgular.

Birçok araştırma beliren yetişkinliğin deneyimlenmesinin kültürel özelliklere göre değişebileceğini söylemektedir. Beliren yetişkinliğin temelde yetişkinliğe ait rol ve görevlerin daha ileri tarihlere ertelenebildiği, bireyci toplumlarda yaşanma olasılığı daha yüksektir (3). Özellikle eğitim faaliyetlerinin uzun bir zaman aldığı toplumsal yapılarda düzenli bir iş bulma, evlenme gibi yetişkin roller ileri tarihlere ötelenmektedir. Arnett'e (4) göre beliren yetişkinlik ergenlik ve yetişkinlik arasında ortaya çıkan, evlilik ve ebeveynlik gibi geleneksel sorumlulukların ertelendiği bir gelişim dönemidir. Yine gelişmiş ülkelerde yaşayan birçok ergenin eğitim hayatının uzun zaman alması bu bireylerin ekonomik bağımsızlıklarını elde etme sürecinin de

ileri tarihlere sarkmasına sebep olmaktadır (5). Günümüzde yetişkin olmaya verilen anlamlar da önceki dönemlere göre farklılık göstermektedir. Geçmişte kendi kendine yetebilen, özgürce seçim yapabilen ve bağımsız karar verebilen kişi yetişkin olarak tanımlanırken günümüzde yetişkinliğin tanımları ergenliğin ilk dönemlerinde dışsal, demografik (eğitim, evlilik vb.) ve yapısal süreçlere, ilerleyen dönemlerde ise daha içsel ve psikolojik bir sürece bürünmektedir (6).

Beliren yetişkinlik dönemi ergenlikten yetişkinliğe bir geçiş aşaması olmakla beraber kendine has birçok görev ve sorumlulukları da içinde barındıran bir gelişim evresidir. Bu dönemde bireyleri bekleyen birçok seçenek, fırsat ve verilmesi gereken kararlar vardır. Ayrıca bireylerin tutarlı ve kalıcı bir kimlik oluşturması beklenir. Bu nedenle yetişkinliğe geçmeden önce pek çok alternatif üzerinde düşünmekte ve geleceklerini şekillendirecek kararlar vermeye hazırlanmaktadırlar.

BELİREN YETİŞKİNLİĞİN AYIRT EDİCİ ÖZELLİKLERİ

Arnett'e (2) göre beliren yetişkinliğin beş temel ayırt edici özelliği vardır. Bu beş özellik şunlardır: Kendine odaklanma, kararsızlık, kimlik keşfi, arada hissetme ve fırsatlar dönemi

Kendine Odaklanma:

Beliren yetişkinler yaşamları ile ilgili karar alırken çoğu zaman yalnızdır. Mesela kahvaltıda ne yiyeceklerine dair basit bir karardan başlayarak, meslek seçimi, kazanılan paranın yönetimi gibi ciddi kararlara dek pek çok konuda karar vermeleri gerekir (2). Çocuk ve ergen yaş grubundaki bireylerin zamanlarının büyük bir bölümünü ebeveyn ya da okulun kontrolcü ortamlarında geçirdikleri yetişkinlerin ise hem aile hem de mesleki sorumluluklarla yükümlü oldukları ancak maktadır. Beliren yetişkinlerin ise ise bu tip kontrol ve sorumluluk mekanizmalarıyla ergen ve yetişkinlere göre daha az karşı karşıya oldukları bir yaşam biçimini sürdürdüklerinden yaşam deneyimleri ile ilgili karar alırken daha özgür olmalarına karşın daha yalnız hareket etmektedirler. (7).

Kararsızlık:

Beliren yetişkinlerin istikrarlı olmayan bir yaşam tarzı vardır. İş veya meslek değişimi, okul veya bölüm değişimi, sık sık adres hatta şehir değiştirme gibi davranışlar beliren yetişkinler için sıradan davranışlardır (3). Bu dönemde beliren yetişkinler birçok alanda sürekli karar vermesi gereken bir süreç içerisindeyler ve yenilikleri deneyimlemeye açık bir yapıdadırlar. Özellikle iş, romantik ilişkiler ve kimlik konusunda oldukça karmaşık bir süreç geçirirler. Aslında burada dikkat çekilmesi gereken konulardan biri de beliren yetişkinlerin bu kararsızlığı yaşamak için uygun koşullara sahip olduğudur. Örneğin; üniversite öğrencisi beliren yetişkinler bir anda okul değiştirmeye karar verebilir, böylece şehir ve ev arkadaş çevresini de değiştirme olasılıkları söz konusudur.

Kimlik Keşfi:

Beliren yetişkinlik döneminde görülen kimlik keşfi sürecinin; bir bakıma düzenli bir yaşam biçimine geçip yetişkinler gibi ciddi sorumluluklar almaya başlamadan önce farklı tecrübeler içeren yaşam deneyimi kazanma süreci olarak görülebilir (3). Arnett'e göre kimlik oluşturma süreci, hayatın birçok alanında çeşitli deneme yanılma süreçlerini

de beraberinde getirir. Bu dönemi deneyimleyen bireylerin en kritik özelliklerinden biri de bireylerin başta meslek ve romantik ilişkiler olmak üzere pek çok alanda çeşitli imkan ve olasılıkları değerlendirmek amacıyla arayış içinde olmasıdır. Beliren yetişkinler bir yandan romantik ilişki ve meslek seçimiyle ilgili seçimler yaparken diğer yandan kendi kimliklerini sorgulayarak ortaya çıkarmaya çalışırlar. Yani bu arayışla birlikte ne istedikleri, kim oldukları hakkında mümkün olduğunca çok bilgi toplamaya çalışırlar (3).

Arada Hissetme:

Atak ve Çok'a (8) göre beliren yetişkinlikte görülen arayış ve değişkenliğin temel nedeni ergenlik döneminde görülen sınırlamalardan kurtulmuş olmak fakat yetişkinliğe ait rolleri tam anlamıyla üstlenmemiş olmaktan kaynaklanır. Beliren yetişkinler ne ergen ne de yetişkindirler. Kendilerini yetişkinliğe adım atmış hissederler ancak ulaşmak istedikleri noktaya henüz ulaşmadıkları için bir geçiş döneminde ara bir dönem içinde hissederler. Arnett'e göre beliren yetişkinleri çıkmaza sokan temel etken beliren yetişkinlerin yetişkinlik kriterlerine ilişkin yaşadıkları kararsızlıktır (2). Beliren yetişkinlik;

ergenlik gibi yaşamın büyük bir bölümünün aile-okul çevresinde geçtiği bir dönem ile büyük çoğunluğunun evlilik ve çocuk sahibi olmayı deneyimlediği, düzenli bir iş sahibi olduğu genç yetişkinlik dönemleri arasında kalmış bir gelişim dönemidir. Bireylerin ergenlik döneminde görülen kısıtlamalar ile yetişkin bireylerde görülen sorumluluk alma davranışları arasındaki arayış beliren yetişkinlerde bir istikrarsızlık olarak kendini gösterir (9).

Fırsatlar Dönemi:

Beliren yetişkinlik pek çok alanda kararsızlık, arada kalmışlık gibi stresli bir dönem olmakla birlikte diğer yandan bir fırsatlar dönemidir. Ergenlik yıllarındaki toplumsal kontrol büyük ölçüde ortadan kalkmış bireyler daha özgür ve bağımsız bir yapıya kavuşmuştur. Birçoğu ailelerinden ayrı yaşamaya başlamış ve çeşitli alanlarda kararlar almaya başlamıştır. Ancak bilindiği üzere beliren yetişkinlik bireylerin sık sık karar değiştirdiği bir dönemdir. Tam da bu noktada beliren yetişkinlerin henüz yetişkinlerin sahip olduğu evlilik, sürekli bir iş, çocuk sahibi olma gibi ciddi sorumlulukları almadığını hatırlatmak gerekir. Bu kısmi bağımsız hayat tarzı bireylere

hayatlarıyla ilgili yeni fırsatları deneme konusunda cesaretlendirmektedir. Arnett'e (3) göre beliren yetişkinlik dönemini yaşayan bunca karmaşa ve belirsizliğe rağmen fırsatlar dönemi yapan temel etmen bu bireylerin bu dönemde genel olarak ailelerinden ayrı yaşamaları, buna karşın henüz ciddi sorumluluklar almaktan kaçınma eğilimi göstermeleridir.

BELİREN YETİŞKİNLİK, VAROLUŞÇULUK VE KİMLİK KEŞFİ

Kimlik, gençler için temel bir psikososyal görevdir. Henüz ergenliğin ilk yıllarında ergenler "Ben kimim, bu hayatta neler yapıyorum, ne tür bir ilişki arıyorum, gelecekte ne tür bir işle uğraşmak isterim, inançlarım nelerdir?" gibi soruları sormaya başlar (10). Kimlik oluşumu sürecinde özellikle bireyci batı toplumları gibi birden fazla seçeneğin bulunduğu durumlarda mevcut olasılıkları değerlendirebilecek yeterli zihinsel erginliğe ulaşmış olmak kimlik keşfi sürecinin başlangıcı olarak kabul edilir (11). Kimlik ile ilgili alternatiflerin aktif bir şekilde değerlendirilmesi; kişinin yetişkin olma sorumluluklarını alması ve yerine getirmesi, kalıcı bir birliktelik (evlilik), kazanç sağlayan bir istihdam ve ebeveynlik olarak

yorumlanabilir (12). Erikson Psikososyal Gelişim Kuramı'nda bir yandan Freud'un psikoseksüel kuramına yer vererek insanın biyolojik temelli özelliklerine ve çocukluk yaşantılarına dikkat çekerken diğer yandan insan gelişiminin yaşam boyu olduğu vurgulamıştır. Bu bağlamda Erikson'un getirdiği temel farklılık kendi kuramındaki odak noktasının, toplumsal değerler ve yaşam boyu süren bir gelişim dönemi vurgusu olmuştur (13).

Arnett (9) beliren yetişkinlerle yaptığı ilk çalışmalarda kimlik meselesini göz ardı ettiğini ve kimlik oluşumunun ergenlik dönemine ait olduğunu düşündüğünü belirtmiştir. Ancak sonraki çalışmalarında durumun pek de öyle olmadığını, beliren yetişkinlerin; romantik ilişki, eğitim ve meslek seçimi gibi farklı alanlarda birçok çeşitli çeşitli kararlar vermesi gerektiğini bu süreçlerin de aslında kimlik keşfiyle alakalı olduğunu belirtmiştir. Beliren yetişkinlik dönemi bireylerin birçok değişim yaşadığı ve pek çok alanda seçim yapması gereken bir dönemdir. Bu süreçte bireylerin yaşamını tayin eden meslek, romantik ilişkiler ve dünya görüşü gibi çeşitli alanlarda da beliren yetişkinler bir arayış içine girmektedir.

Beliren yetişkinlik süreci içinde kimlik keşfi, çoğu zaman ciddi olmaktan uzak, bir çeşit oyun görünümünde olup istikrarlı ve düzenli bir hayata geçip yetişkin bir birey gibi sorumluluklarını almadan önce, bireyler için geniş bir yaşam deneyimi kazanma imkanı sunan karmaşık bir süreçtir (3).

Schopenhaur (14) kimliği zaman ve irade kavramlarıyla açıklar. Eylemde bulunduğu sürece birey kendini var etmeye devam eder. İnsan aradığı ve aramaya devam ettiği şeyin ne olduğunu keşfetmek ve kendini anlamlandırmak amacıyla yaşamda aktif rol alır. Buna göre insan kim olduğu bilgisini dışardan edinir. İnsan kim olduğunu yaşam deneyimleri aracılığıyla dışa vurarak belli eder ve insan kendini ifade edebildiği, açığa vurduğu kadar var olur. Buna göre yaşam insanın dışavurumudur. İnsan yaşamda kendisine ait bir yansıma görebilsin diye değil, bu yansımaları kullanarak kendini tanıyabilsin, aynada gördüğü şeyin ne olduğunu anlayabilsin diye hayatı bir veri olarak kullanır. Beliren yetişkinlikte görülen kimlik keşfi süreci ve olası seçenekler arasında yaşanan kararsızlık, deneme-yanılma süreçleri bir

anlamda bireylerin eylemde bulunarak kendilerini var etme çabası olarak değerlendirilebilir.

Rollo May de Schopenhaur'a benzer bir şekilde kimliğin eylemle anlam kazandığını belirtir ancak bireyin duygu, düşünce ve eylemleriyle birlikte bir bütün olduğunu ifade eder. May bireyin kimliği bir benlik olarak algılamasının entelektüel bir süreç olmadığını dile getirir ve Fransız filozof Descartes ile ilgili şu efsaneyi anlatır: Descartes varlığının temel dayanak noktasını bulmak için bütün gün boyunca aynı konu üzerinde yoğunlaştıktan sonra şunu söyler: *"Düşünüyorum, öyleyse varım."* Bunun birey için anlamı şudur: Ben bir benlik halinde varım, çünkü ben düşünebilen bir varlığım. Ancak varoluş için bu da yeterli değildir. İnsanlar kendilerini bir düşünce olarak değil, daha çok eylem halinde tasavvur ederler. Tasavvur ettikleri eylemleri gerçekleştirmeleri halinde o eylemin sonunda ne hissedeceklerini düşünürler. Yani insan kendini düşünen, hisseden, sezinleyen, eylemde bulunan bir bütünün toplamıdır. Bu yüzden benlik sadece bireyin üstlendiği rollerin basit bir toplamı değil bu rolleri üstlendiğini bilme kapasitesidir. Kişinin kendine özgü sözde ayırt edici yanları görerek farkına varmayı başardığı merkezdir (15).

VAROLUŞÇULUK VE VAROLUŞÇU PSİKOLOJİ

Temelde felsefi bir akım olarak kendini gösteren ve bireyin varoluşu, özgürlüğü ve seçme hakkına özelliklerine vurgu yapan birçok kuramcı ve düşünürü etkileyen varoluşçuluk Soren Kierkegaard, Friederich Nietzcsche, Martin Heidegger, Jean Paul Sartre, Martin Buber, Medard Boss gibi birçok düşünür tarafından birbirinden bağımsız bir şekilde ele alınmış ve insan varlığının öznel ve tinsel boyutlarını ele alarak bu felsefenin önderliğini yapmıştır. Viktor Frankl, Irwin Yalom ve Rollo May'in ise varoluşçu kuramı sistematize ederek varoluşçu düşünceyi psikoloji ve psikoterapiye uyarlayan ilk kuramcılardan olduğu söylenebilir (16). Varoluşçuluk bireyin karşılaştığı durumu yerine göre yansıtan yerine göre ise tepki gösteren bir düşünce sistemidir. Bundan ötürü varoluşçu düşünürler çağımız insanının dünyaya terk edilmişliğini, yalnızlığını, çıkmazlarını, umutsuzluğunu ve güvensizliğini ifade etmekle kalmaz; kişinin kendini tanımasını, benliğini kazanmasını, özünü yaratmasını ve maruz kaldığı baskılardan kurtularak özgürleşmesini de ister (17). Varoluşçuluk temelde insanın biricikliği ve özgün

olma halini görmezden gelen ve insanı nesneleştiren kuramlara bir tepki niteliğinde ortaya çıkmıştır. Varoluşçu düşünce insanın bizzat yaşamakta olduğu zaman içerisinde kendini var edebileceği ve değiştirebileceği temel esasına dayanır. Varoluşçu düşünce varoluş felsefesinin insanın doğasına ilişkin varsayımları ile fenomenolojik bakış açısını bir araya getirerek modern yaşamın; yabancılaşma, yalnızlık, anlamsızlık gibi sorunlarına kafa yoran bir tarzda Avrupa'nın farklı yerlerinde birbirinden bağımsız ve eş zamanlı olarak kendiliğinden ortaya çıkmış bir yaklaşımdır (18). Varoluşçu kurama göre insan kendi varlığının bilincinde olan bir canlıdır (19). İnsan evrende yaşayan ve yaşıyor olduğunun bilincinde olduğunun bilincinde olan ve seçim yapabilen bir varlıktır. İnsan tanımlanması gereken bir nesne değil fakat bir varoluştur. Varoluşçuluk doğa bilimlerine hâkim olan nedenselliği de reddeder. Yani insan varoluşunda neden-sonuç ilişkisi aranmaz (20). Varoluşçu düşünceye göre gerçeği anlamanın yolu bireyin kendi öznel, fenomenolojik yapısını anlamakla mümkündür (21).

Varoluşçu felsefenin birbirinden bağımsız birçok düşünürün ortak bazı noktalar üzerine yoğunlaşması ile ortaya çıktığını belirtmiştik. Varoluşçu psikolojinin öncülerinden May'e göre çağımızın ruhsal ve duygusal mizacının çeşitli görünümlerinin bir ifadesi olarak ortaya çıkan varoluşçu felsefe kökenini psikolojik bunalımlardan ve benzer tarihsel süreçlerden alır ve aslında günümüz batılı insan tipini psikolojik açmazlarını betimler (21). Sanayileşme, modernite ve postmodernite ile bunalım ve beliren yetişkinlik arasında çeşitli bağlar kurulabilir. Nitekim her iki olgu modernite ile birlikte görünür olmuştur.

Hoffman; (22) varoluşçu düşünce ile postmodernizm arasında pek çok benzerliğe rağmen aralarında çeşitli farklılıkların da olduğunu; her iki düşünce sisteminin de bilgiye ulaşmanın birçok yolu arasında değişik tercih seçenekleri sunduğunu, öznel deneyime önem verdiğini ve bireysel farklılıkları ön plana çıkardığını öte yandan varoluşçu teorisinin daha somut olma konusunda bir seçim hakkı sunarken postmodernizmin fazlasıyla müstakil ve soyut bir girişim olduğunu bu nedenle varoluşçuluğun, aynı metodolojik yaklaşımı kullanan ve bireyin

yaşanmış deneyimlerini daha fazla ön plana çıkaran bir yaklaşım olduğunu vurgulamak için varoluşçuluk için "somutlaşmış postmodernizm" kavramı kullanılır (22). Son yirmi yıllık süreçte beliren yetişkinlik olarak adlandırılan yeni bir yaşam evresinin ortaya çıkmış olması birey ve toplumların yaşam biçimlerinde meydana gelen değişimlerin özellikle bireyci anlayışın oldukça etkisi olmuştur.

May bireyi üç farklı unsuru bir arada deneyimleyen bir varlık olarak ele alır. Bu üç unsur; doğal çevre, sosyal dünya ve psikolojik dünyadır. Bireyin bir birey olarak gelişimini sürdürmesi bu üç sacayağını ay anda dengeli bir şekilde deneyimlenmesine bağlıdır. May'e göre birey sahip olduğu, cesaret, irade ve özgürlük gibi yetenekler ile bu üç unsuru dengede tutmaya çabalar. Bununla birlikte May insanı ele alırken altı temel özelliğe dikkat çeker (21):

1. Her insan diğer insanlar gibi kendini merkeze alır.
2. Varolan her insanda kendini olumlama yani öz olumla niteliği ve merkeziliğini koruma

ihtiyacı vardır. Bu öz olumlamanın adı cesarettir.

3. Varolan her insan bir başkasıyla paylaşımında bulunmak için kendi öz merkeziliğinden çıkma ihtimali ve ihtiyacı hisseder.
4. Merkeziliğin öznel yanı farkındalıktır.
5. Öz bilinç sadece insanda görülen bir farkındalık türüdür.
6. Kaygı kişinin kendisini yani varlığını imha edecek olan şeye karşı verdiği mücadele sırasında insanın içinde bulunduğu durumu niteler.

May ilk dört özelliğin insanlarla birlikte diğer canlılarda da çeşitli yoğunlukta bulunduğunu ancak öz bilincin sadece insana has bir farkındalık türü olduğunu belirtir. Farkındalık bireyin bir tehditle yüzleştiği sırada nevroitik tepkilerinde olup biten şeylerin ta kendisidir. Ancak bilinç kişinin tehdit altında olan kişinin kendisi olduğunu bilme kapasitesidir (21).

Yalom ise varoluşçu psikoloji için “*bireyin varolmanın getirileriyle yüzleşmesinden kaynaklanan çatışması*” üzerine odaklanır. Varolmanın getirilerinden kasıt olarak ise insanoğlunun dünyadaki varlığının bir parçası olan

ve yaradılıştan gelen temel nitelikleri kastettiğini ve insanoğlunun temelde şu dört ana kaygıyla karşı karşıya olduğunu ifade eder: Ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık. Bireyin bu dört gerçeklikle karşı karşıya gelmesi dinamik bir çatışmanın kaynağını teşkil eder. Yalom varoluş psikolojisini dört temel kaygı üzerinden açıklamakta ve bireyin yaşadığı ruhsal ve duygusal gerilimleri bu dört kaçınılmaz kaygıyla bireyin karşılaşmasına bağlamaktadır (19).

Ölüm:

Varoluşçu düşüncenin öncülerinden Martin Heidegger insanın kendi ölümünün, faniliğinin farkında olmasının onu bir varoluş şeklinden daha yüksek bir varoluşa sürüklediğini ileri sürer (23). Heidegger’e (23) göre dünya da iki türlü varoluş şekli vardır: Varolmayı unutmak ve varolmayı düşünme hali. Yalom’a (19) göre de ölüm düşüncesi insan yaşamında önemli bir etkidir. Ölümün kaçınılmazlığı, eninde sonunda vuku bulacak oluşu insanı sürekli tedirgin eder. Ölüm rahatsızlık veren ve bilincin sınırlarını zorlayan karanlık bir korkudur. Çocuklar dahi ölümün bu karanlık yüzünü enselerinde hisseder. İnsanlar bu korkuyla baş edebilmek için çeşitli savunma

mekanizmaları geliştirirler. Bu savunma mekanizmaları genelde ölümü yok saymaya dayalıdır ve yanlış uyum geliştirme davranışlarına neden olabilir. Bu durum bireyde çeşitli sendromların ortaya çıkmasına sebep olur. Yani psikopatoloji ölüm korkusuyla baş etmek için doğru olmayan yöntemler kullanılması sonucu ortaya çıkar.

Özgürlük:

Özgürlük kavramı felsefeden hukuka, politikadan psikolojiye kadar birçok alanda tartışılan bir kavramdır. Her bilim dalı özgürlüğü kendi bakış açısına göre ele almakta ve yorumlamaktadır. Varoluşçu psikoloji için özgürlük; bireyde kaygıya neden olan temel vurgulardan biridir. Yalom'a (19) göre bir filozof için özgürlük yaygın; kişisel, politik ve toplumsal anlamları olan bir kavramdır. Ancak bu konu dışında özgürlük tartışmalı bir kavramdır (19). Maslow (24) ise psikolojik özgürlük kavramına ortaya atar. Buna göre birey kendisini kuşatan sosyal çevrenin değil, kendi arzu ve tasarımlarının birincil belirleyicisi olması durumuna psikolojik olarak özgürdür. May (21) özgürlüğü çeşitli seçenekler arasından yapılan seçimlerle açıklar. Buna göre özgürlük mümkün

olan durumlarda bireyin mevcut seçeneklerden birisi için bireyin irade beyanında bulunması yani seçeneklerden birini seçmesi demektir. Özgürlük beliren yetişkinler için de verilmesi gereken kararlar ve sorumluluklar açısından çeşitli gerilimlere neden olabilmektedir. Karar verme ve seçim yapma diğer yandan bireylerin kimlik algısıyla da ilgilidir.

Yalıtım:

Beliren yetişkinler hayatlarının birçok aşamasında yalnızdırlar. Fromm (25) insanın; yalnızlık ve tek başlılığın, doğa ve toplumsal güçler karşısında duyduğu çaresizliğin farkında olmasının ayrı ve bağımsız bir varoluşu dayanılmaz bir hapisaneyeye dönüştürdüğünü, ayrılığın kaygıya sebep olduğunu belirtir. Ona göre ayrı olmak demek; insanın varolan kapasitesini kullanamayarak hayat ile olan bağının kesilmesi demektir. Bu nedenle ayrı olmak; çaresiz kalmak, dünyayı etkili bir şekilde kavrayamamak demektir. Yalnızlık bireyin karşı koyamadığı bir istilaya uğraması halidir (25).

Anlamsızlık:

Beliren yetişkinleri bekleyen en önemli görevlerden biri de kimlik gelişimidir. Kimlik keşfi

doğal olarak bireylerin anlam arayışını da içerir. Hoffman'a göre anlam genellikle baş döndürücü ve şaşkınlık yaratan bir dünyada istikrarlı ve merkezileştirici bir etki sağlar. Varoluşçu bakış açısından bakılacak olursa anlam; nihai bir başa çıkma mekanizmasıdır, ama aynı zamanda çok daha fazlasıdır; anlam temel bir insan gereksinimidir (26). Frankl'a (27) göre, üç faktör insan varlığını karakterize eder: maneviyat (tinsellik), özgürlük ve sorumluluk. Manevi boyut yani tinsellik, insanlığımızın özüdür, insanlığın özüdür. İnsan ruhunun meydan okuyan gücü, stresli durumların, kronik hastalığın veya geçmişin ağır yükünün zarar verici etkilerini aşmak için manevi boyuta dokunma kapasitesini ifade eder (27). Wong'a (28) göre ise anlam acıyla anlam kazanır. İnsan doğru olanı yaparak yani inanç ve vicdanıyla tutarlı bir anlam geliştirmeye çalışır. Her birimiz yaşamın ve çeşitli koşulların bizden talep ettiği durumlara karşı bir cevap verme özgürlük ve sorumluluğuna sahibiz (28).

Anlam insanoğlunun vazgeçemediği bir yaşam kaynağıdır. Yaşadığı hayata bir anlam verememesi ya da yaşam boyunca oluşturduğu anlam kümesi dağılınca insan büyük krizlerle karşı karşıya

kalabilir. Ancak insanoğlu yaşadığı ruhsal gerilimleri de anlamlı kılmaya çalışan bir varlıktır. Ölüm, özgürlük ve yalıtımla birlikte anlam bireyde kaygıya neden olan temel varoluşsal kavramlardan biri olmasına rağmen bireyin anlamlı, tutarlı bir yaşam sürebilmesi için aynı zamanda olumlu yönde güdüleyici bir rol üstlenir.

BELİREN YETİŞKİNLİK, MODERNİTE VE KİMLİK

Beliren yetişkinlik; bireylerin birçok konuda karar verme, tercihte bulunma, yaşam görüşü oluşturma dönemi olduğundan bu dönemin kimlik gelişimi ile yakından ilişkili olduğu görülmektedir. Bilindiği üzere kimlik; bireylerin çeşitli aidiyetler ve içsel dinamiklere dayanarak yaşama dair genel bir bakış açısı, değerler ve ilkeler inşa ettikleri/kabul ettikleri; buna bağlı olarak yaptıkları tercihlerle olmak istedikleri ve/veya oldukları kişi olmaya karar verdikleri bir süreç içerir. Kimlik ve beliren yetişkinlik olgularıyla ilgili olarak belirtilmesi gereken bir diğer husus da her iki kavramın modernite ile birlikte bir sorunsal olarak ortaya çıktığıdır. Giddens'a (29) göre modernite; dışlama, fark ve marjinalleştirme üretir. Aynı şekilde modern kurumlar kendini gerçekleştirme

imkânlarından ziyade benliğin bastırılmasına neden olan sistemler üretir. Beliren yetişkinlik ve kimlik olgularında görülen, kararsızlık ve anlam arama çabalarında modern yaşam biçiminin beraberinde getirdiği bu tarz görünürde özgürleştirici fakat esasen kısıtlayıcı ve engelleyici sistemlerin etkili olduğu söylenebilir. Yani bireyler toplumsal olarak karşılaştıkları meydan okumalara karşı, kimlik inşası ve yetişkinliğe ait bazı kararları ileri tarihlere erteleyerek zaman kazanmaya çalışır ve bu süreçte sürekli yeni deneyimler peşinde koşarak, bir denge oluşturmaya çalışırlar.

Bauman (30), günümüz modernitesini katı halden sıvı hale geçmiş olan maddenin durumuna benzetir. Buna göre postmodernite ile birlikte toplumun geneline hâkim ve sorgulanmayan kesin yargılar bir kenara bırakılmış ve somut amaçlar yerini geçici, akışkan görevlere bırakmıştır (30). Bauman'a (31) göre kimlik, belirsizlikten kaçış çabasıdır. Birey, nereye ait olduğu konusunda kafa karışıklığı yaşadığında kimlik üzerine düşünmeye başlar. Ortada görünen davranış kalıpları arasında kendisinin nerede durduğundan ve çevresindeki insanların kendisinin duruşunu doğru ve uygun olarak kabul edeceklerinden nasıl emin olacağı ile

ilgili tereddütte kaldığı zaman, kimlik birey için önemli bir sorunsal haline gelir (31). Bauman (31) kimlik kavramı duruma göre değişen, kişinin içinde bulunduğu koşullara göre aldığı tavrı yansıtan bir dışavurumdur.

Bauman'a (32) göre günümüz toplumları o kadar değişken bir hal almıştır ki artık toplumların akışkan olduğunu söylemek mümkündür. Bauman (32) postmodern kavramı yerine de akışkan modernite kavramını kullanır. Ortaya çıkan yeni yaşam tarzı pazar ekonomisinden de etkilenmiştir. Çünkü pazar; ürettiği mutsuzlukla beslenir. Bu durum o kadar ileri boyutlara taşınmıştır ki pazarın körüklediği bireysel yetersizlik, korku ve endişeleri ve bu endişelerin sebep olduğu acılar; pazarın devamı için vazgeçilmez bir mahiyete dönüşmüştür. Yine de birey güvensiz bir ortamda da olsa arzuladığı neredeyse her şeye bir şekilde erişme olanağına sahiptir. Ancak pazar bireyin arzu ve ihtiyaçlarının ve hatta bireyin kendini bir birey olarak tanımlama şeklini yani kimliğinin belirlenmesi sürecine de etkin bir şekilde müdahale eder (33).

Giddens'a (29) göre ise modernite; gelenek ötesi fakat gelenek ve alışkanlıkların daha önce sağladığı kesinliklerin yerini rasyonel bilginin kesinliğinin almadığı bir sistemdir. Modern eleştirel bakış açısının bir uzantısı olan kuşku, felsefeye olduğu kadar günlük hayata da sirayet etmiş ve çağdaş modern dünyanın genel varoluşsal bir sorunu haline dönüşmüştür. Öyle ki modernite kuşku ilkesini kurumsallaştırmış ve bilginin sadece hipotezler şeklini alacağını yasa haline getirmiştir. Bu durumda hipotezler büyük olasılıkla doğru olabilir ancak prensipte her zaman gözden geçirilmeye açıktır ve yeri geldiğinde terk edilmesinde herhangi bir sakınca yoktur (29).

SONUÇ

Varoluşçuluğun bireyin farklı değişkenler arasında sıkışıp kalmış, kararsız, bunalımlı ve özellikle kimlik inşa etme, kim olduğuna karar verme sürecinde yaşadığı çelişki ve bireyin neredeyse kişiliğini kaybetmesine yol açacak etmenlerle yaptığı mücadeleye vurgu; beliren yetişkinlik döneminin beş karakteristik özelliklerinden olan arada kalmışlık, kararsızlık duyguları ve kimlik keşfi döneminde yaşadığı çalkantılı ve stresli süreçle benzerlik göstermektedir. Ancak

varoluşçuluk bireyin bu tarz bir karmaşayı hayatının belirli bir döneminde değil hayatının her evresinde yaşayabileceğini hatta bu sorgulamanın ömür boyu devam ettiğini savunur. Bununla beraber varoluşçulukta görülen buhranlı ruh haline karşın beliren yetişkinlerin iyimser bir yapıda olduğu vurgulanmaktadır. Ancak bu iyimser hava içerisinde beliren yetişkinlerin yaşadığı yoğun kararsızlık ve belirsizliği açıklamaktan uzak bir yargıdır. Yoğun bir kararsızlık, arada kalmışlık, kimlik keşfi gibi önemli düşünsel ve gelişimsel görevleri yerine getirmeye çabalayan bireylerin iyimser bir havada olması çelişki gibi görünmektedir. Arada kalmışlık ve belirsizlik duygularının insanda iyimserlik yerine kaygı yaratması daha olası görünmektedir. Beliren yetişkinlerde görülen iyimserliğin sebebi olarak; birçok varoluşçunun üzerinde durduğu bireyin kendini inkâr etmesi yani sorumluluk almayı reddetmesi ihtimali göz ardı edilmemelidir. Beliren yetişkinlik istikrarsız bir sürece atıfta bulunsa da birçok seçenek ve fırsatın da eşlik ettiği bir dönemdir. Bu dönemde bireyler ciddi sorumluluklar üstlenmeyi ileri tarihlere erteleyebilmekte ve karşı karşıya oldukları

seçenekleri deneyimleyebilmektedir. Bu rahatlık ortamı kaygının yanı sıra iyimserliğe de yol açabilir. Ancak verilmesi gereken kararlarla ilgili kararsızlık da devam etmektedir. Nitekim beliren yetişkinlerin ciddi bir sorumluluk almaktan kaçındıkları, gelişimsel görevlerini sürekli bir şekilde ileriye atmaya çabaladıkları görülmektedir. Bu bakımdan beliren yetişkinlerde görüldüğü söylenen iyimserlik bir anlamda bireylerin kendi varoluşlarını reddetme ve sorumluluktan kaçınma davranışı olarak değerlendirilebilir. Beliren yetişkinlik döneminde sonsuz seçenekler içinde yaşanan kararsızlık ve arada kalmışlık duygularıyla mücadele eden birey varoluşçulukta özgürlüğünü kullanmak ve özünü oluşturmak için tercihte bulunurken varoluş sorumluluğunun kaygısını yaşar. Bu bağlamda kararsızlık beliren yetişkinlikte her ne kadar “başiboş” bir görünüm arz etse de aslında bireyin varoluş kaygısıyla benzer bir duygu durumu yansıttığını söylemek mümkündür. Beliren yetişkinlik döneminde bireyin vereceği kararlar ileriki yaşamını, meslek, evlilik ve kimlik gibi konularda doğrudan etkileyeceğinden birey kim olacağıyla ilgili karar vermeden önce ciddi bir kararsızlık geçirmektedir. Aynı şekilde

varoluşçulukta birey özgürlüğünü tercihleriyle hayata geçirir ve kim olduğuna bu şekilde karar verir.

Bununla birlikte değişen toplumsal yapılar ve yeni yaşam biçimleriyle ortaya çıkan piyasa ve popüler kültürün de insan yaşamı üzerindeki etkilerini yeniden yorumlamak gerekmektedir. Tarih boyunca çocukluk, yetişkinlik ve yaşlılık gibi sınıflandırmalarla ifade edilen insan yaşamı, zaman içerisinde gittikçe daha kompleks ve detaylı incelemelere konu olmaya devam etmektedir. Ergenlik, genç yetişkinlik, orta yaş vb. ayrımlardan sonra beliren yetişkinlik kavramını tartıştığımız bugünlerde, bu kavramların zaman içerisinde geçirdiği değişimin de gözden kaçırılmaması gerekmektedir. Pazar ekonomisi ve ardından gelen dijitalleşme ve sanallaşma eğilimlerinin de insan yaşamının sınıflandırılmasına çeşitli etkiler yaptığı ve yapmaya devam edeceği açıktır.

İnsanın anlam arayışı belki de hiçbir zaman nihayete kavuşmayacaktır. Nitekim daha önce ergenliğe has bir ödev olan kimlik inşa süreci zaman içerisinde ileriki yaşam dönemlerine aktarılmış ve yeni bir gelişim döneminin ortaya

çıkmasına sebep olmuştur. Bu durumun zamanla daha ileri bir safhaya taşınıp taşınmayacağını önceden kestirmek zor olsa da kimlikle ilgili arayışın insanın tüm yaşamına yayılarak kendini hissettirmeye devam edeceğini söylemek mümkündür. Varoluşçu yaklaşım bu bağlamda araştırmalara bütüncül bir bakış açısı sağlamanın yanında kimlik, seçim yapma, anlam, yalnızlık, ölüm, özgürlük ve sorumluluk kavramlarına yaptığı vurgu nedeniyle beliren yetişkinlik döneminde bireylerin yaşadığı kararsızlık, belirsizlik ve kimlik keşfi süreçlerinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabilir.

KAYNAKLAR

1. Tanner JL. Recentering in emerging adulthood: A critical turning point in life span human development. In Arnett JJ, Tanner JL, editors. *Emerging adults in America: Coming of Age in the 21st Century*. Washington, DC: American Psychiatric Association; 2006.p. 21-55.
2. Arnett JJ. Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*. 2007;1(2):68-73.
3. Arnett JJ. Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*. 2000;55:469-480.
4. Arnett JJ. Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. *Coming of age in the 21st Century*. Washington: DC: American Psychological Association; 2006. p. 3-20.
5. Arnett JJ. Broad and narrow socialization: The family in the context of a cultural theory. *Journal of Marriage and the Family*. 1992;57:617-628.
6. Arnett JJ. Are college students adults? Their conceptions of the transition to adulthood. *Journal of Adult Development*. 1994;1:154-168.
7. Arnett JJ. Learning to stand alone: The contemporary American transition to adulthood in cultural and historical context. *Human Development*. 1998;41:295-315.
8. Atak H, Çok F. Beliren yetişkinlik (emerging adulthood): insan yaşamında yeni bir dönem. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*.2010;17:39-50.
9. Arnett JJ. *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*. New York: Oxford University Press; 2004.
10. Archer SL. The lower age boundaries of identity development. *Child Development*. 1982;53:1551-1556.
11. Bosma HA, Kunnen ES. Determinants and mechanisms in ego identity development: A review and synthesis. *Developmental Review*. 2001;21:39-66.
12. Luyckx K, Schwartz SJ, Goossens L, Pollock S. Employment, sense of coherence, and identity formation: Contextual and psychological processes on the pathway to sense of adulthood. *Journal of Adolescent Research*. 2008;23:566-591.
13. Miller PH. *Theories of Developmental Psychology*. New York:W.H. Freeman Company;1993.
14. Schopenhauer A. *İnsan Doğası Üzerine*. In: Yıldırım E, editor. İstanbul: Oda Yayıncılık; 2017.
15. May R. *Kendini Arayan İnsan*. In: Işık K, editor. İstanbul: Okuyan Us Yayınları; 2017.
16. Dökmen Ü. Yarına Kim Kalacak? Evrenle Uyumlaşma Sürecinde Varolmak Gelişmek Uzlaşmak. İstanbul: Sistem Yayıncılık; 2000
17. Bezirci Asım. "Varoluşçuluk'a önsöz." In: Bezirci A, editor. *Varoluşçuluk: İçinde*. İstanbul: Say Yayınları; 2009. p.1-13.
18. Corey G. *Theory and Practice Of Counseling and Psychotherapy*. (4. Ed). California: Brooks Cole Pub; 1991.
19. Yalom I. Varoluşçu psikoterapi. In: Babayiğit Zİ, editors. İstanbul: Kabalcı Yayınları; 1999.
20. Büyükdüvenci S. *Varoluşçuluk ve Eğitim*. Ankara: Form Ofset; 1994.
21. May, R. *Varoluşun Keşfi*. In: Babacan A, editör. İstanbul: Okuyan Us Yayınları; 2012.
22. Hoffman L, Atik MM. *Existential Psychology, Religion, and Spirituality: Method, Praxis, and Experience*. In *118th Annual Convention of the American Psychological Association*. Sand Diego: CA; 2010.
23. Heidegger M. *Varlık ve Zaman*. Ökten KH, editors. İstanbul: AlfaYayınları; 2019.
24. MaslowA. *İnsan olmanın psikolojisi*. İstanbul: Kuraldışı Yayınları; 2001.
25. Fromm E. *Yaşama Sanatı*, In: Arıtan A, editör. İstanbul: Arıtan Yayınevi; 1997.
26. Hoffman L. Gordo's ghost: An introduction to existential perspectives on myth. In Hoffman L, Yang M, Kaklauskas FJ, Chan A, editors. *Existential psychology east-west*. Colorado Springs, CO: University of the Rockies Press; 2009. p. 259-274.
27. Frankl V. *İnsanın Anlam Arayışı*. In: Budak S, editör. Ankara: Öteki Yayınevi; 1997.
28. Wong PT. *Meaning therapy: An integrative and positive existential psychotherapy*. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 2010;40(2):85-93.
29. Giddens A. *Modernite ve Bireysel-Kimlik*. In: Tatlıcan Ü, editör. İstanbul: Say Yayınları; 2014.
30. Bauman Z, Tester K. *Zygmunt Bauman ile Söyleşiler*. In: Hazır M, editor. Ankara: Heretik Yayınları; 2017.
31. Bauman Z. *Kimlik*. In: Hazır M, editör. Ankara: Heretik Yayınları; 2014.
32. Bauman Z, Lyon D. *Akışkan Gözetim*. In: Yılmaz E, editör. İstanbul: Ayrıntı Yayınlar; 2016.
33. Bauman Z. *Yasa koyucular ile yorumcular*. In: Atakay K, editör. İstanbul: Metis Yayınları; 1996