

Makale Bilgisi/Article Info

Geliş/Received: 06.11.2022 Kabul/Accepted: 02.12.2022

Araştırma Makalesi/Research Article, s./pp. 309-334.

## BELİREN YETİŞKİNLİKTE KİMLİK GELİŞİMİ: STRESLE BAŞA ÇIKMA BECERİLERİNİN YORDAYICILIĞI<sup>i</sup>

Büşra Nur AKSOY<sup>ii</sup>, Nuray TAŞTAN<sup>iii</sup>

### Öz

Bu çalışmanın temel amacı, beliren yetişkinlerin kimlik gelişim alt boyutları (keşif ve içsel yatırım) üzerinde stresle başa çıkma becerileri alt boyutlarının (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) yordayıcı bir etkisinin bulunup bulunmadığını incelemektir. Ayrıca, kimlik gelişiminin ve stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemek amaçlanmıştır. Çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma grubunu, 391 (%63,3) kadın, 227 (%36,7) erkek olmak üzere; toplam 618 beliren yetişkin oluşturmaktadır. Katılımcılar 18-29 yaş aralığındadır, yaş ortalamaları 22.86'dır. Veriler, "Kişisel Bilgi Formu", "Ego Kimlik Süreci Ölçeği", "Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği" ile toplanmıştır ve SPSS 22.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Analizde ilişkisiz örneklerde t-testine, Pearson korelasyon ve çoklu regresyon analizine başvurulmuştur. Sonuçta, keşif; kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı tarafından pozitif ve anlamlı düzeyde yordanmaktadır. İyimser ve boyun eğici yaklaşım, keşfi negatif ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. İçsel yatırım, kendine güvenli ve iyimser yaklaşım tarafından pozitif ve anlamlı düzeyde yordanmaktadır. İçsel yatırım, çaresiz yaklaşım tarafından negatif ve anlamlı düzeyde yordanmaktadır. Boyun eğici yaklaşımın ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımının ise içsel yatırım üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır. Keşiften elde edilen veriler, cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. Ancak içsel yatırım, erkekler lehine cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Kendine güvenli ve iyimser yaklaşım, erkekler lehine cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Çaresiz yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımı, kadınlar lehine cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Boyun eğici yaklaşım ise cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Bulgular ilgili alanyazın bağlamında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Beliren Yetişkinlik, Kimlik Gelişimi, Stresle Başa Çıkma Becerileri.

### *Identity Development in Emerging Adulthood: The Predictions of Coping with Stress*

#### **Abstract**

The main purpose of this study is to whether the sub-dimensions of coping with stress (self-confident approach, optimistic approach, helpless approach, submissive approach and seeking of social support approach) have a predictive effect on the identity development sub-dimensions (exploration and commitment processes) of emerging adults. In addition, it was aimed to examine whether the sub-dimensions of identity development and coping skills differ according to gender. Relational survey research model was used in the study. The research group consisted of 391 (63.3%) women, 227 (36.7%) of which are males and it constitutes a total of 618 emerging adults. Participants are between the ages

<sup>i</sup> Bu çalışma ikinci yazar danışmanlığında birinci yazarın yüksek lisans tez çalışmasından üretilmiştir.

<sup>ii</sup>Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, e-posta: busranuraksoy@gmail.com, ORCID ID: 0000-0003-2337-0162.

<sup>iii</sup> Prof. Dr., Kırıkkale Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, e-posta: nuraytastan@gmail.com, ORCID ID: 0000-0001-9101-0236.

of 18-29, and average of age is 22.86. The data were collected with the "Personal Information Form", "Ego Identity Process Questionnaire", "Styles of Coping with Stress Scale" and analysed with the SPSS 22.0 package program. In the analysis, unrelated samples t-test, Pearson correlation and multiple regression analysis were used. After all, the exploration process is predicted positively and significantly by the self-confident approach, helpless approach and the approach of seeking of social support. Optimistic and submissive approach predicts exploration process negatively and significantly. Commitment process is predicted positively and significantly by the self-confident and optimistic approach. Commitment process is predicted negatively and significantly by the helpless approach. The submissive approach and the seeking of social support approach do not have a significant effect on commitment process. Data of exploration process do not differ significantly by gender. However, commitment process shows a significant difference in favour of men by gender. Self-confident and optimistic approach demonstrate a significant difference in favour of men by gender. The helpless approach and the approach to seeking of social support approach demonstrate a significant difference in favour of women by gender. On the other hand, the submissive approach does not differ significantly by gender. The findings are discussed in this context of the in-question literature.

**Keywords:** *Emerging Adulthood, Identity Development, Coping with Stress.*

### Structured Abstract

The main purpose of this study is to examine whether the sub-dimensions of coping with stress (self-confident approach, optimistic approach, helpless approach, submissive approach and seeking of social support approach) have a predictive effect on the identity development sub-dimensions (exploration and commitment processes) of emerging adults. Another purpose of this study is to examine whether the sub-dimensions of identity development and the sub-dimensions of coping with stress differ according to the gender variable. This study was prepared using the quantitative method. It was made use of the methodological survey model, which is one of the descriptive studies and the cross-sectional research design was used. The research group of this study was determined by convenience sampling method, taking into account the condition of "being between the ages of eighteen and twenty-nine and being in the emerging adulthood". The research group of this study consists of 618 emerging adults, 391 (63.3%) women and 227 (36.7%) men. The average age of the research group is 22.86. Data were collected face-to-face and online with the "Personal Information Form", "Ego Identity Process Questionnaire", "Styles of Coping with Stress Scale". The data of this study were analysed with the SPSS 22.0 package program and the level of significance was accepted as 0.05 for the analysis of the data. In the analysis, Pearson correlation analysis was applied to examine whether there was a significant relationship between the sub-dimensions of the participants' identity development and the sub-dimensions of their coping skills. Then, multiple regression analysis was performed to determine whether coping with stress skills predicted the level of identity development. The Independent Samples t-test was used to determine whether the sub-dimensions of identity development and the sub-dimensions of coping with stress differed significantly according to gender. As a result, coping skills with stress significantly affect the exploration dimension ( $R=0.33$ ,  $R^2=0.10$ ,  $F=15.12$ ,  $p<0.001$ ), one of the identity development sub-dimensions. Self-confident approach has a positive and significant effect ( $\beta=0.41$ ,  $p<0.01$ ); optimistic approach has a negative and significant effect ( $\beta=-0.27$ ,  $p<0.01$ ); helpless approach has a positive and significant effect ( $\beta=0.15$ ,  $p<0.01$ ); submissive approach has a negative and significant effect ( $\beta=-0.10$ ,  $p<0.05$ ), and seeking of social support approach has a positive and significant effect ( $\beta=0.10$ ,  $p<0.05$ ) on exploration dimension. According to these results, the strongest predictor is the self-confident approach; the weakest predictor is the submissive approach and seeking of social support approach. Stress coping skills significantly affect the commitment process dimension ( $R=0.50$ ,  $R^2=0.25$ ,  $F=41.59$ ,  $p<0.001$ ) which is one of the identity development sub-dimensions. Self-confident approach has a positive and significant effect ( $\beta=0.13$ ,  $p<0.05$ ); optimistic approach has a positive and significant effect ( $\beta=0.24$ ,  $p<0.01$ ) effect, and helpless approach has a negative and significant effect ( $\beta=-0.20$ ,  $p<0.01$ ) on commitment process dimension. According to the results, the strongest predictor is the optimistic approach; The weakest predictor is the self-confident approach. The submissive approach ( $\beta=-0.02$ ,  $p>0.05$ ) and seeking social support approach ( $\beta=-0.01$ ,  $p>0.05$ ) do not significantly predict the commitment process dimension. On the other hand, the data obtained from exploration dimension, one of the identity development sub-

dimensions, do not differ significantly by gender ( $t(616) = 1.47, p > .05$ ); commitment process dimension differs significantly by gender ( $t(397.55) = -2.44, p < .05$ ). The results indicate that male emerging adults (Mean=3.92) have higher levels of internal investment than female emerging adults (Mean=3.75). Self-confident approach ( $t(616) = -4.90, p < .00$ ), optimistic approach ( $t(616) = -6.55, p < .00$ ), helpless approach ( $t(616) = 5.14, p < .00$ ) and social support seeking approach ( $t(616) = 3.24, p < .00$ ) differ significantly by gender. Self-confident approach in men (Mean = 2.18) compared with women (Mean = 1.92); optimistic approach in men (Mean =1.97) compared with women (Mean =1.57); the helpless approach in women (Mean = 1.53) compared with men (Mean = 1.23) and the seeking social support approach in women (Mean = 1.81) compared with men (Mean = 1.65) have a significantly higher mean. It is found that the submissive approach do not differ significantly by gender ( $t(616) = 1.04, p > .05$ ). It is thought that this study will raise awareness to emerging adults, their parents and educators; will provide developmental mental health services to relevant field experts; and will to be a resource to develop interventions such as various psychoeducational programs. At the same time, the conditions that have an impact on the identity development processes of emerging adults will be investigated and it is predicted that it will contribute to the literature on their identity development processes to go through more smoothly and healthily.

## Giriş

**S**on yıllarda bireylerin eğitim alma, okula devam etme, evlenme, anne ya da baba olma süreçleri giderek daha ileri yaşlarda gerçekleşmektedir. Bu durum ise ergenlik ile genç yetişkinlik dönemleri arasında yer alan ve iki dönemden de belirgin bir biçimde ayrılan beliren yetişkinlik döneminin ortaya çıkmasını beraberinde getirmiştir (Morsünbül, 2013). On sekiz ile yirmi dokuz yaşlarını kapsayan beliren yetişkinlik; arada kalmışlık, olasılıklar, istikrarsızlık, kendine odaklanma ve kimlik arayışı dönemidir (Arnett, 2000, 2005; Arnett, Žukauskienė ve Sugimura, 2014). Beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler, kendilerini tam anlamıyla ne ergen ne de genç yetişkin olarak hissetmektedirler. Dolayısıyla beliren yetişkinlik döneminin, arada kalmışlık dönemi olduğu ifade edilmektedir (Morsünbül, 2013). Bununla birlikte aşk, iş ve dünya görüşü alanlarında bireylere sayısız seçenek sunması ve bireylerin seçenekler üzerinde değişiklikler yapabilmesine imkan sağlaması bakımından beliren yetişkinlik döneminden olasılıklar dönemi olarak da söz edilmektedir (Atak, 2005). Beliren yetişkinlik dönemi, bir istikrarsızlık dönemidir. Çünkü beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin içinde buldukları gelişim dönemi boyunca başta aşk, iş ve dünya görüşü olmak üzere birçok bağlamda aktif biçimde çeşitli deneme-yanımlarda bulunmaları ve kesin bir karara ulaşamamaları ile belirgindir (Atak ve Çok, 2010). Öte yandan, beliren yetişkinlik döneminde diğer gelişimsel dönemlere göre bireylerin kendilerine daha çok odaklandıkları bilinmektedir. Beliren yetişkinlik dönemiyle sınırlı olan bu kendine yoğun bir biçimde odaklanma dönemi, bireylerin kendilerini daha iyi tanımalarına ve hayattan neler istediklerini belirlemelerine yardımcı olması nedeni ile istendik bir süreçtir (Atak, 2005). Aynı zamanda beliren yetişkinlik dönemi, bireylerin aşk, iş ve dünya görüşü bağlamlarında çeşitli yaşantılar geçirerek kendileri için en uygun seçenekte kararlılık göstermeleri ile de bir kimlik arayışı dönemidir (Atak ve Çok, 2010). Beş çekirdek özellikten oluşan beliren yetişkinlik döneminin en önemli gelişimsel görevinin ise şüphesiz kimlik gelişim sürecinin sağlıklı bir şekilde tamamlanması olduğu belirtilmektedir (Morsünbül, 2015). Yaygın olarak kabul gören görüşe göre, kimlik gelişimi ergenlik döneminin gelişimsel görevlerindedir. Ancak özellikle Amerika ve Avrupa’da kimlik gelişimi ile ilgili yürütülen son çalışmalarda kimliğin lise yılları sonrasında, beliren yetişkinlik dönemiyle birlikte ele alınmasının daha doğru olacağı vurgulanmaktadır (Atak, 2005). Arnett’e (2000) göre kimlik; aşk, iş, dünya görüşü alanlarında yapılan sorgulama, deneme ve değerlendirmeler ile şekillenmektedir. Beliren yetişkinlik döneminde bu alanlar ergenlik dönemine kıyasla daha ciddi, sistemli ve derin bir biçimde ele alınmakla birlikte dönem, beliren yetişkinlerin bu süreç boyunca hem aşkta hem işte hem eğitimde hem de ideolojik görüşlerde devamlı olarak değişiklikte bulunmalarıyla dikkat çekmektedir (Arnett, 2005). Aşk konusunda, beliren yetişkinler geçirdikleri çeşitli yaşantılar doğrultusunda, kimliklerini göz önünde bulundurarak uzak gelecekte birlikte olmayı tercih edecekleri kişiyi tanımlamaya çalışmaktadırlar (Arnett, 2000). Beliren yetişkinlikte ergenlik dönemine göre daha ciddi, uzun süreli, cinsel deneyimin eşlik edebildiği, ikili ve duygusal paylaşımın ön plana çıktığı bir romantik ilişki anlayışından söz edilebilir (Atak, 2011). Benzer şekilde iş konusunda da bireyler kendilerini yetenekli gördükleri ve ilgi duydukları konuları

bu dönemde keşfetmekte ve bu doğrultuda eğitim yaşantılarına yön vermektedirler (Arnett, 2000, 2014). Aynı zamanda bireylerin, dini ve politik bağlamlarda kendilerine özgü bir dünya görüşü ortaya koymaları da beliren yetişkinlik döneminde kimlik gelişimi için kritik bir öneme sahiptir (Arnett, 2014). Bununla birlikte beliren yetişkinlik döneminde bireylerin, ergenlerden ve genç yetişkinlerden daha özgür olduğu ifade edilmektedir. Çünkü beliren yetişkin anne-babasına bağımlı değildir, ona bağlı olan herhangi bir eşi ya da çocukları yoktur, devam etmek zorunda olduğu bir işe sahip değildir. Aşk, iş, dünya görüşü alanlarında çeşitli yaşantılar geçirerek kim olduğunu ortaya koyması için bireye en çok imkan tanıyan gelişim dönemidir (Arnett, 2000; Reifman, Arnett ve Colwell, 2007). Aynı zamanda beliren yetişkinlik dönemi, genç yetişkinlik dönemi öncesinde bireylere zengin yaşantılar sunmakta ve çeşitli tecrübeler edinmelerini sağlamaktadır (Atak, 2011) Ergenlik yıllarının sonlarında başlayan, beliren yetişkinlik dönemiyle daha önemli bir boyuta taşınan kimlik gelişim süreci; bireylerin hayatlarına ilişkin ciddi seçimler yapmalarını gerektirmektedir ve kimlik gelişiminin yansımaları, bireyin tüm hayatı boyunca devam etmektedir. Bu özellikleri nedeniyle sağlıklı bir kimlik gelişimine verilen önemin derecesi ise her geçen gün yükselmektedir (Atak, 2011; Göğüş, 2013).

Bireyin kendisine sorduğu, “Ben kimim?” sorusuna verdiği cevapların bir bütünü olarak açıklanan kimlik; öznel, değişmez, devamlı ve tutarlı bir özelliktedir (Derman, 2008; Özgüngör, 2009; Atak, 2011; Demir, 2011). Bunların yanı sıra kimlik gelişimi; çeşitli faktörlerin bir araya gelmesiyle oluşan, anlaşılması ve açıklanması zor, kompleks bir yapıya da sahiptir (Atak, Kapçı ve Çok, 2013). Kimlik gelişiminin sahip olduğu bu yapı, çok sayıda araştırmacıyı bu konuda varsayımda bulunmaya sevk etmiştir. İlgili alanyazın incelendiğinde kimlik gelişim sürecini ele alan, üzerinde fikir birliğine varılmamış çeşitli görüşler ortaya konulduğu ve her ne kadar uzlaşma sağlanmasa da öne sürülen bu görüşlerin, temel olarak Erik Erikson’un kuramına dayandığı söylenebilir. Kimlik konusunda temel görüşleri ortaya koyan Erikson’a (1968, 1984) göre ego kimliği duygusu, bireyin geçmişteki kimliği ile gelecekteki kimliği arasındaki aynılık ve süreklilik algısıdır. Erikson (1963), kimlik gelişiminin ergenlik döneminde başladığını belirtmiş ve yine bu dönemde atlatılması gereken en önemli gelişimsel görevin, kimlik duygusu kazanmaya karşı rol karmaşası olduğunu savunmuştur. Bireyin kendisine “Ben kimim?”, “Hayattan istek ve beklentilerim neler?” sorularını sorarak kimliğini tanımlamaya çalıştığı bu dönemde aslında birey, Erikson’a (1968) göre, bir kimlik bunalımı içerisinde ve kimlik bunalım süreci; kimlik duygusu kazanımı, askıya alma/psikososyal moratoryum, rol karmaşası yaşama ve ters/olumsuz kimlik edinimi olmak üzere dört şekilde tamamlanabilmektedir. Kimlik bunalım süreci, başarılı ve sağlıklı bir kimlik gelişimiyle sonlandığında bireyin bir kimlik duygusu edindiği ve bu kazanımın aynı zamanda, sonraki gelişim görevleri üzerinde kolaylaştırıcı bir etki oluşturduğu söylenebilir (Erikson, 1968, 1984). Bununla birlikte kimlik bunalımı, psikososyal moratoryum ya da askıya alma olarak nitelendirilen bir erteleme evresiyle de sonuçlanabilir. Bu evre, bireyin bir kimliğe bağlanmadan önce çeşitli seçenekler üzerinde denemeler yapması amacına hizmet etmekte ve toplum tarafından da teşvik edilmektedir (Erikson, 1968). Ancak rol karmaşasında aynı

koşullar geçerli değildir. Kimlik gelişim sürecinde toplum, ergen bireyin denemeyenimlerinde bulunmasına imkan vermemekte, aksine engel olmaktadır. Roller ve deneyimleri arasında bir denge kuramayan bireyler ise rol karmaşası içerisine girmektedirler (Erikson, 1968, 1984). Erikson (1968), böyle bir durumda birtakım psikopatolojilerin gelişebileceğini belirtmiş ve kimlik gelişim sürecinin sağlıklı bir şekilde işlemesi ile tamamlanmasında sosyal çevrenin önemine dikkat çekmiştir. Ters/olumsuz kimlikte ise ergen bireyin, bütünüyle toplumun ya da otoritenin isteklerine karşıt bir kimlik ortaya koyması söz konusudur (Erikson, 1968, 1984). Kimlik konusunda görüş sunan önemli isimlerden bir diğeri olan Marcia'ya (1993) göre kimlik; öznel algılara dayanan, bireyin kendisini olduğunu düşündüğü kişi bağlamında değerlendirmesi ve ifade etmesi biçimidir. Marcia (1988), kimlik kazanımı sürecinin keşif/seçeneklerin araştırılması ve bağlanma/içsel yatırım olmak üzere iki faktör etrafında geliştiğini öne sürmüştür. Keşif; dini ve ideolojik görüş, meslek ve iş yönelimi, sosyal ve cinsel ilişki tercihi boyutlarında bireyin çeşitli seçenekleri değerlendirmesi olarak tanımlanır (Marcia, 2002). Değerlendirmelerin ardından bireyin kendine uygun bulunduğu seçenekler üzerinde bir karara vararak, kişisel yatırımlarda bulunması ise bağlanma boyutuna karşılık gelmektedir (Marcia, 1966). Kuramda aşk, iş ve dünya görüşü konularında, keşif ve bağlanmanın değerlendirilmesiyle; başarılı, ipotekli, moratoryum/askıya alınmış ve dağınık kimlik statüsü olarak dört temel statü belirlenmiştir (Marcia ve Josselson, 2013). Başarılı kimlik statüsündeki birey, keşif ve bağlanma süreçlerinin ikisinden de sağlıklı ve istendik bir biçimde geçmiştir (Marcia, 2006). İpotekli kimlik statüsünde olan birey, arayış ve sorgulamalarla belirgin olan keşif sürecini deneyimlemeden özellikle ebeveynlerinin yönlendirmeleri doğrultusunda bir bağlanma gerçekleştirmiştir (Marcia, 1967). Moratoryum kimlik statüsündeki birey, henüz bir karara varıp bağlanma gerçekleştiremese de alternatifleri aktif bir biçimde değerlendirmeye devam etmektedir (Marcia, 1980). Dağınık kimlik statüsünde ise birey, keşif süreci içerisinde bulunsa da bulunmasa da sonuçta bir bağlanma yapmamıştır (Marcia, 1966). Bunların dışında Waterman (1992, 1999, 2004) en iyi psikolojik işlev olarak tanımladığı kimlik gelişim yaklaşımında, Marcia tarafından kimlik statülerinin atanmasında kriter olarak alınan keşif ile bağlanmaya, kişisel anlamlılık duygusunu ekleyerek üçüncü bir kriter öne sürmüştür ve bu kriterler doğrultusunda yedi temel kimlik statüsü ortaya koymuştur. Luyckx, Goossens, Soenens ve Beyers'ın (2006) beş boyutlu kimlik biçimlenmesi yaklaşımında ise Marcia'nın bağlanma/içsel yatırım kriteri; içsel yatırımda bulunma ve içsel yatırımla özdeşleşme olmak üzere iki alt boyutta ele alınmıştır. Luyckx vd. (2008) Marcia'nın keşif/seçeneklerin araştırılması kriterini de seçeneklerin genişlemesine, derinlemesine ve saplantılı araştırılması olmak üzere üç alt boyutta inceleyerek toplam beş boyut ortaya koymuşlardır ve ortaya koymuş oldukları bu beş boyuttan hareketle Marcia'nın dört statüsüne, kaygısız dağınık ve farklılaşmamış kimlik statülerini de ilave ederek toplamda altı kimlik statüsü tanımlamışlardır. Berzonsky (1992a, 2004) de kimlik gelişimi yaklaşımını, sosyal-bilişsel süreçler üzerine temellendirmiştir ve bilgi yönelimli, norm yönelimli ve kaçınma yönelimli olmak üzere üç kimlik stili tanımlamıştır.

Bununla birlikte bireye; sağlıklı bir bağlanma, aidiyet hissi, doyurucu kişilerarası ilişkiler, kendine, başkalarına ve geleceğe güven duyma, iyimser bir bakış açısı, sorumluluk bilinci, duyarlılık, kararlılık, iyi belirlenmiş hedefler ve anlamlı bir hayat sunması nedeniyle kimlik gelişim sürecinin başarıyla tamamlanması büyük önem taşımaktadır (Waterman, 1985; Derman, 2008; Demir, 2011; Kararımak, Özeke-Kocabaş ve Toker, 2016). Ancak kimlik gelişim süreci zorlu bir süreçtir ve bireyler bu süreçte yoğun korku, kaygı ve tereddüt gibi duygular yaşayabilmektedirler (Pala, Keklik ve Çelik, 2021). Başka bir deyişle, kimlik gelişim süreci tamamen sorunsuz atlatılan bir dönem olmamakla birlikte, dönem boyunca açığa çıkabilen bu sorunlar bir noktaya kadar sürecin doğal bir parçası olarak kabul edilir. Ancak kimlik gelişim sürecinde yer alan cinsel, mesleki, ideolojik, dini ve ahlaki alanlarda seçimde bulunma ve amaç belirleme gibi sorumluluklar bireyin yüksek düzeyde strese maruz kalmasına yol açabilmektedir (Akgül, 2021).

Stres, bireye herhangi bir seçim şansı tanımadan yaşamının temelinde yer almakta ve bütünüyle ortadan kalkması ise ancak yaşamın sona ermesiyle mümkün olmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2018; Tekin, Çilesiz ve Gede, 2019). Bu konuda ilk çalışmaları ortaya koyan Cannon (1932) tarafından stres, canlı varlıklar üzerinde tehlike yaratan ve onların hem hayatlarını hem de uyumlarını varoluşsal anlamda riske sokan faktörlere karşı organizmanın sergilediği savaş ya da kaç temelli bir yanıt olarak tanımlanmıştır. Selye (1974) stresi, organizmaya ilişkin birtakım beklentilerin varlığı durumunda organizmanın, ona özgü olmayan bir biçimde, reaksiyon vermesi olarak ifade etmiştir. Lazarus ve Folkman (1984) ise bireyin içsel kaynaklarının kullanımını engelleyerek psikolojik iyi oluşunu zedeleyen herhangi bir konuda fizyolojik, psikolojik ya da sosyolojik boyutlarda açığa çıkabilen tepkileri stres olarak nitelendirmiştir. Doğum ve ölüm, rahatsızlıklar, doğal afetler, önemli birinin yitilmesi, işsizlik, işe girme, evlilik, evliliğin ya da duygusal bir ilişkinin sonlanması gibi birçok nedenden kaynaklanabilen stres; oluşum şekline göre iç ve dış kaynaklı olmak üzere ikiye ayrılır (Smith ve Carlson, 1997; Düşmez ve Yaycı, 2016). Ancak kaynağı fark etmeksizin bir stres durumuyla karşı karşıya kalındığında; sempatik sinir sistemi faaliyete geçmekte ve böylece nefes alıp verme hızı artmakta, kalp vuruş sayısı, kan basıncı yükselmekte, göz bebekleri büyümekte, adrenalin, epinefrin, norepinefrin, dopamin gibi hormonlar salgılanmakta, kaslar ile beyne giden kan miktarı çoğalmaktadır (Grunberg, Berger ve Hamilton, 2011). Öte yandan stres, genel olarak hem fizyolojik hem de psikolojik boyutta çeşitli problemlerin oluşmasına zemin hazırlamakta ya da mevcut problemlerin etkisini artırabilmektedir (Akçakaya ve Erden, 2014). Altuntaş (2003); stresin yol açtığı problemleri fizyolojik, psikolojik, bilişsel ve davranışsal olarak ele almıştır. Bu doğrultuda stresin organizmada; kanser, kalp rahatsızlıkları, yüksek tansiyon, mide ülseri, migren, ateroskleroz, enfeksiyon, astım, sindirim sistemi problemleri gibi ölümle sonuçlanma riski olan birçok fizyolojik soruna neden olabileceği söylenebilir (Stora, 1992; Bilge, Bulutlu, Göktaş ve Siviloğlu, 2015; Kaba, 2019; Sürme, 2019). Diğer taraftan stres; depresyon, kaygı, endişe, gerginlik, uyku problemleri, yorgunluk ve sürekli uyku hali, haz yitimi, öfke, çaresiz, aşağılık, tükenmiş ve güçsüz hissetme gibi psikolojik problemlere neden olmaktadır (Stora, 1992;

Abacı, 1997; Doğan ve Mümin, 2013). Stresin sağlıksız besin tüketimi, sigara, alkol ve uyuşturucu maddeye başvurma, saldırganlık, cinsel bozukluklar gibi birtakım olumsuz davranışsal sonuçları ile çeşitli bellek sorunlarıyla belirgin olan birtakım bilişsel sonuçları da bulunmaktadır (Selye, 1974; Stora, 1992; Contrada, 2011; Doğan ve Mümin, 2013).

Birey ile dış dünya ilişkisinde bir durumun stresli olarak algılanmasının ve algılanan bu stres durumunun birey üzerinde hangi düzeyde stres yarattığının ortaya konulması amacıyla birincil, ikincil ve yeniden değerlendirme gibi alt boyutları olan bilişsel değerlendirmeye başvurulmaktadır (Lazarus ve Folkman, 1984). Birincil değerlendirmede; bireyin bakış açısı, görüşleri, fikirleri, amaçları ön planda tutularak olayın birey için ne anlam taşıdığı incelenirken ikincil değerlendirmede; bireyin hangi başa çıkma becerisini benimseyerek durumu yöneteceği belirlenmektedir ve bu iki değerlendirme kişiden kişiye değişmekte, bunun sonucunda da çeşitli duygular ortaya çıkmaktadır (Folkman, 2013). Yeniden değerlendirmede ise bireyden ya da dış dünyadan alınan geri dönüşlere göre tekrar bir değerlendirme yapılması söz konusudur (Lazarus ve Folkman, 1984).

Tarih boyunca hep var olan ve her zaman da yaşamda varlığını sürdürmeye devam edecek olan stresin işlevsel olarak değerlendirilmesi ve stres ile etkili bir şekilde başa çıkılması; bireyin hem fizyolojik hem de ruhsal iyi oluşunun sağlanması, yaşam kalitesi ve doyumunun zedelenmemesi için gereklidir (Gökler ve Işıtan, 2012; Çelenk ve Peker, 2020). Lazarus ve DeLongis'e (1983) göre stresle başa çıkma, davranışsal ya da bilişsel olarak gerçekleşebilir. Bireylerin, problemleriyle yüz yüze gelmeleri halinde var olan problem durumunu değiştirme çabaları, davranışsal olarak stresle başa çıkma olarak açıklanır iken; bireylerin problem yaratan durumun kendileri için ifade ettiği anlam ile algı üzerinde birtakım değişiklik yaratma girişimleri, bilişsel olarak stresle başa çıkmadır. Stresle başa çıkma sürecinde birey, kendisi üzerinde stres yaratan bir uyarıcıya maruz kalmasıyla başlangıçta durumu kendisi için tehlike arz eden bir risk faktörü olarak ele alır. Ardından bu risk koşulunda yapılması gerekenleri değerlendirir ve süreç tamamlanmadan önce de bunları hayata geçirir (Akyol ve Işık, 2018). Stresle başa çıkma süreci, problem ve duygu odaklı olarak iki boyutta gerçekleşir (Folkman, 2013). Problem odaklı stresle başa çıkma sürecinde birey; problemi sonlandırma amacı ile problemin kökenine iner, problem ile ilgili fikir sahibi olur, değişik çözüm yöntemleri arar, nasıl bir yol izleyeceğini belirler ve bu doğrultuda birtakım girişimlerde bulunur (Wills ve Filer, 1996). Duygu odaklı stresle başa çıkmada ise sosyal desteğe başvurma, yadsıma ya da yüzleşme, kaçma ve kaçınma gibi stratejiler ile stres durumunun yol açtığı olumsuz duyguları istendik bir boyuta taşıma söz konusudur (Lazarus ve Folkman, 1984). Görüldüğü üzere stres yaratan koşullar, bu koşulların algılanması, yorumlanması, konumlandırılması bireyden bireye birtakım değişikliklerle belirgin olduğundan bu noktada, her bireyin farklı stresle başa çıkma mekanizmasının bulunduğunu ifade etmek yanlış olmayacaktır (Bartram ve Gardner, 2008; Çankaya ve Çiftçi, 2019). Stresle başa çıkma konusunda söz edilen tüm bu mekanizmalar, yaklaşımlar, girişimler ve çabalar sonucunda bireyler stresle etkili bir biçimde başa çıkmadıklarında bedensel, psikolojik ve bilişsel anlamda çeşitli problemler yaşamaktadırlar. Ancak stres ile etkili bir biçimde başa



çıkılabildiğinde bu problemlerle karşı karşıya kalınmamakta, verim ve başarı düzeyi yükselmekte, stres durumundan güdüleyici bir güç olarak yararlanılabilmektedir (Akçakaya ve Erden, 2014). Bu bağlamda stresle etkili bir biçimde başa çıkılması birey için büyük öneme sahiptir.

Bireyin aşk, iş, dünya görüşü alanlarında çeşitli alternatifleri incelemesi, deneme yanılmada bulunması, seçim yapması, ebeveynlerinden, akranlarından ve diğer insanlardan ayrı bir "ben"i ortaya koymasıyla belirgin olan kimlik gelişiminin; zorlayıcı ve yüksek düzeyde stres yaratan bir süreç olduğu düşünülebilir. Kimlik edinimi ise beliren yetişkinlik döneminin başlıca gelişimsel görevlerinden biridir. Bu bağlamda bireyin stresle başa çıkma becerilerinin kimlik gelişimi üzerindeki etkisinin beliren yetişkinlik dönemiyle birlikte ele alınması önemli görülmektedir. Beliren yetişkinlik döneminde ön plana çıkan kimlik gelişim sürecinin bireyin tüm hayatını etkilediği de göz önünde bulundurulursa, bireyin bu dönemde karşılaştığı ve hayatında hem fizyolojik hem psikolojik hem bilişsel hem de davranışsal birçok probleme yol açan stres durumlarıyla etkili bir biçimde başa çıkmasının sağlıklı bir kimlik edinimi için gerekli olduğu savunulmaktadır. Bu çalışmanın beliren yetişkinlere, bu bireylerin ebeveynlerine ve eğitimcilere farkındalık kazandıracağı; ilgili alan uzmanlarına bu konuda gelişimsel ruh sağlığı hizmetleri sağlamak ve çeşitli psikoeğitim programları oluşturmak gibi müdahaleler geliştirmek için kaynak oluşturacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda, alanyazın incelendiğinde bu konuda yeterince çalışmaya rastlanmamıştır. Beliren yetişkinlerin kimlik gelişim süreçleri üzerinde etkisi bulunan koşullarının araştırılmasının kimlik gelişim süreçlerinin daha sorunsuz ve sağlıklı bir şekilde atlatılması noktasında ilgili alanyazına da katkıda bulunabileceği öngörülmektedir.

Temel amacı, beliren yetişkinlerin stresle başa çıkma becerilerinin kimlik gelişimlerini yordayıp yordamadığını incelemek olan bu çalışmanın bir diğer amacı ise kimlik gelişiminin ve stresle başa çıkma becerilerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmektir. Belirlenen bu amaçlar doğrultusunda: "Beliren yetişkinlerin kimlik gelişimlerinin alt boyutları (keşif ve içsel yatırım) ile stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) arasında anlamlı bir ilişki vardır.", "Beliren yetişkinlerin stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı), kimlik gelişimlerinin alt boyutlarını (keşif ve içsel yatırım) anlamlı bir şekilde yordamaktadır.", "Beliren yetişkinlerin kimlik gelişimlerinin alt boyutları (keşif ve içsel yatırım) ve stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmaktadır." hipotezleri test edilmiştir.

## Yöntem

### Araştırma Deseni

Nicel yöntemle yürütülen bu çalışma, var olan durumu sorguladığı için betimsel bir çalışmadır ve bu çalışmada betimsel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli; en az iki değişken arasındaki ilişkileri ele almakta, ilişkilerin ne yönde ya da hangi düzeyde olduğu, nasıl değiştiği gibi konularda yol gösterici olmaktadır (Karasar, 2011). Bununla birlikte, örneklem grubu olan on sekiz ile yirmi dokuz yaş aralığındaki beliren yetişkinlerden tek seferde veri elde edildiği için bu çalışmada kesitsel araştırma deseninden yararlanılmıştır.

### Örneklem

Bu çalışmanın katılımcılarını, Türkiye'deki on sekiz ile yirmi dokuz yaş aralığında diğer bir ifadeyle beliren yetişkinlik döneminde bulunan; Kırıkkale Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde 2021-2022 Güz yarıyılına devam etmekte olan 99 birey ile çevrimiçi yöntemlerle ulaşılan 519 birey oluşturmaktadır. Toplamda 618 katılımcının yer aldığı bu örnekleme 391 (%63,3) katılımcı kadın iken 227 (%36,7) katılımcı erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması ise 22,86'dır. Bu çalışmada, ilgili ölçme araçlarının uygulanacağı bireyler, "on sekiz ile yirmi dokuz yaş arasında, beliren yetişkinlik döneminde bulunmak" koşulu gözetilerek, kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir.

### Verilerin Toplanması

Bu çalışmanın verileri, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 20.09.2021 tarihli ve 09 numaralı izni ile yüz yüze ve çevrimiçi olarak toplanmıştır. Yüz yüze ve çevrimiçi ortamlarda veri toplama sürecinin her ikisinde de ölçme araçları uygulanmadan önce katılımcılara araştırmaya ilişkin gerekli bilgilendirmeler yapılmış, uygulama sonunda katılımcılara herhangi bir hediye, çekiliş hakkı ya da ücret verilmemiş, katılımcılardan hiçbir kimlik bilgisi istenmemiş, soruların içten, doğru ve eksiksiz yanıtlanmasının önemine dikkat çekilmiş, verilen yanıtların gizli tutulacağı ve yalnızca bilimsel amaçlara yönelik kullanılacağı katılımcılara açıklanmıştır. Aynı zamanda, tüm süreç boyunca etik kurallar doğrultusunda hareket edilmiş ve sadece gönüllü katılımcılar, onamları alınarak örnekleme dahil edilmiştir. Kişisel Bilgi Formu, Ego Kimlik Süreci Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği'nden oluşan ölçme araçları, 14 Aralık 2021 tarihinde pratik nedenlerden dolayı 2021-2022 Güz döneminde Kırıkkale Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde öğrenimlerini sürdüren on sekiz ile yirmi dokuz yaş arasındaki 100 bireye uygulanmıştır. Veriler, tamamlanması yaklaşık on ile on beş dakika süren ölçeklerden bireysel ve grup uygulaması yoluyla toplanmıştır. Bununla birlikte çevrimiçi ortamlar üzerinden Türkiye'nin tamamında on sekiz ile yirmi dokuz yaş aralığındaki beliren yetişkinlere ulaşmak amacıyla ilgili ölçme araçları, Google Formlar'a aktarılmıştır. Ekim 2021 ile Aralık 2021 tarihleri arasında, çevrimiçi ortamlar üzerinden bireysel olarak toplam 535 bireyden veri toplanmıştır. Yapılan kontroller, uç değer analizleri ve değerlendirmeler sonucunda, on sekiz ile yirmi

dokuz yaş aralığında yer almayan on katılımcı ile uç değerlere sahip yedi katılımcının verileri, veri setinden çıkarılmıştır. Bunların dışında kalan on sekiz ile yirmi dokuz yaş aralığında ve beliren yetişkinlik döneminde olan toplam 618 katılımcının verileriyle gerekli analizler yapılmıştır.

### **Veri Toplama Araçları**

#### **Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacılar tarafından katılımcıların cinsiyet, yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, eğitim ve çalışma durumu gibi bilgilerine ulaşmak amacıyla hazırlanmış olan formdur.

#### **Ego Kimlik Süreci Ölçeği**

Balisteri, Busch-Rossnagel ve Geisinger'ın (1995) geliştirdiği Ego Kimlik Süreci Ölçeği, kimlik gelişiminin boyutlarını ölçmektedir. Türkçeye uyarlanması ise Morsünbül ve Atak (2013) tarafından gerçekleştirilen ölçeğin, keşif/seçeneklerin araştırılması ile bağlanma/içsel yatırım olmak üzere, her biri on altı maddeden oluşan iki alt ölçeği ve toplamda da 32 maddesi bulunmaktadır. Bu alt ölçeklerin her birinden en az on altı ve en çok 96 puana ulaşabilmektedir. Kendini anlatmaya dayalı olarak ve altılı Likert şeklinde (1=kesinlikle katılmıyorum, 6=kesinlikle katılıyorum) geliştirilen ölçekte toplam puan ise hesaplanmamaktadır. Alt ölçeklerden edinilen puanların yükselmesi, keşif ve içsel yatırımın da yükseldiğine işaret etmektedir. Bununla birlikte, katılımcıların her iki alt ölçekte ulaştıkları puanlar ile hesaplanan medyan değeri karşılaştırılarak katılımcıların kimlik statüleri hakkında da yorum yapılabilmektedir. Buna göre, iki alt ölçekten de medyan değerinin üzerinde puan alanlar başarılı; iki alt ölçekten de medyan değerinin altında puan alanlar dağınık; yalnızca keşiften medyan değerinin altında puan alanlar ipotekli ve yalnızca bağlanmadan medyan değerinin altında puan alanlar moratoryum kimlik statüsündedir. Ölçeğin orijinalinde medyan; keşif için 66,5 ve içsel yatırım için 62 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ise keşif için .82; içsel yatırım için .85 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test güvenilirliği keşif için .87; içsel yatırım için .89 olarak belirlenmiştir. Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analiziyle yapı geçerliği belirlenen ölçekte Varimax temel bileşenler analizi ile özdeğeri 1'den yüksek iki faktör elde edilmiştir ve açıklanan varyans değeri %56,62 olarak hesaplanmıştır. Bununla birlikte ( $X^{2/sd}$ ) değeri 3.02 olarak bulunmuş ve böylece belirlenen iki faktör doğrulanmıştır (Morsünbül ve Atak, 2013). Bu çalışmada Cronbach alfa değeri keşif boyutunda .75; içsel yatırım boyutunda ise .83 olarak bulunmuştur.

#### **Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği**

Folkman ve Lazarus'un (1980) geliştirdiği Başa Çıkma Yolları Envanteri, Şahin ve Durak (1995) tarafından Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği adı ile Türkçeye uyarlanmıştır. Kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı olmak üzere beş faktörü bulunan ölçek otuz maddeden oluşmaktadır. Özbildirim ve dörtlü Likert tipindeki ölçeğin maddeleri, sıfır ile üç arasında (0=%0, 1=%30, 2=%70, 3=%100) puanlanmaktadır. Üç farklı çalışma ile ortaya konulan ölçeğin

tamamındaki Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .47 ile .80 arasında belirlenmiştir. Bununla birlikte bu değer, kendine güvenli yaklaşımda .62-.80; iyimser yaklaşımda .68-.49; çaresiz yaklaşımda .64-.73; boyun eğici yaklaşımda .47-.72 ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımda .47-.45 arasında hesaplanmıştır (Şahin ve Durak, 1995). Bu çalışmada Cronbach alfa katsayısı kendine güvenli yaklaşımda .88; iyimser yaklaşımda .83; çaresiz yaklaşımda .85; boyun eğici yaklaşımda .65 ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımda .60 olarak bulunmuştur.

### Verilerin Analizi

Bu çalışmada verilerin istatistiksel analizinde, SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır ve verilerin analizi esnasında anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Bütün değişkenler için betimsel istatistiklerin hesaplandığı çalışmada, ilk olarak Mahalanobis uzaklığı ( $p < 0.001$ ) ile uç değerler incelenmiş ve belirlenen yedi uç değer veri setinden çıkarılmıştır. Ardından dağılımın normal olup olmadığının test edilmesi için yapılan normallik analizinde basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir ve çarpıklık katsayısının -0.07 ile 0.17; basıklık katsayısının da 0.38 ile 0.63 arasında değer aldığı görülmüştür. Sonuçlar +1,5 ile -1,5 aralığında değer aldığından dağılımın normal olduğu gözlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Katılımcıların demografik bilgilerinin analizinde frekans ve yüzde analizleri yapılmıştır. Katılımcıların kimlik gelişimlerinin alt boyutları (keşif ve içsel yatırım) ile stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının incelenmesi için Pearson korelasyon analizi yapıldıktan sonra stresle başa çıkma becerilerinin kimlik gelişim düzeyini yordayıp yordamadığının belirlenmesi için çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon analizi yapılmadan önce bağımsız değişkenler arasında çoklu doğrusallık probleminin bulunup bulunmadığının belirlenmesi için değişkenler arasındaki ikili korelasyonlar değerlendirilmiştir ve değişkenler arasında .80 ve üzeri korelasyona rastlanmamıştır. Bununla birlikte çoklu doğrusallık probleminin olup olmadığının belirlenmesi için VIF (2,73-1,08 arasında değer almaktadır) değeri ve Tolerans (.38-.93 arasında değer almaktadır) değeri de incelenmiş ve çoklu doğrusallık probleminin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kimlik gelişiminin alt boyutlarının (keşif ve içsel yatırım) ile stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarının (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ilişkisiz örneklemelerde t-testi yapılmıştır.

### Bulgular

Katılımcıların demografik bilgilerinin analizi için frekans ve yüzde analizleri yapılmıştır ve bu doğrultuda ulaşılan bulgular Tablo 1’de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin betimsel istatistikler

Değişkenler	Kategoriler	N	%
Cinsiyet	Kadın	391	63,3
	Erkek	227	36,7
Yaş	18-21	257	41,6
	22-25	222	35,9
	26-29	139	22,5
Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey	Düşük	117	18,9
	Orta	464	75,1
	Üst	37	6,0
Eğitim Durumu	İlkokul Mezunu	16	2,6
	Ortaokul Mezunu	9	1,5
	Lise Mezunu	50	8,1
	Üniversite Okuyor	290	46,9
	Üniversite Mezunu	143	23,1
	Yüksek Lisans	94	15,2
	Doktora	16	2,6
Çalışma Durumu	Çalışıyor	205	33,2
	Çalışmıyor	413	66,8
Yaşamın Büyük Çoğunluğunun Geçirildiği Yer	Köy	49	7,9
	İlçe	148	23,9
	İl	421	68,1

Tablo 1’de görüldüğü üzere toplam 618 beliren yetiştikten oluşan katılımcıların %63,3’ünü kadın (n=391); %36,7’sini (n=227) ise erkek beliren yetişkin oluşturmaktadır. Tablo incelendiğinde katılımcıların %41,6’sının (n=257) 18-21 yaş aralığında; %35,9’unun (n=222) 22-25 yaş aralığında ve %22,5’inin (n=139) 26-29 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, katılımcıların %75,1’i (n=464) kendilerinin orta düzeyde sosyo-ekonomik güce sahip olduğunu düşünmektedir. Dikkat çeken bulgulardan bir diğeri ise katılımcıların %46,9’unu (n=290) üniversite öğrencilerinin oluşturmasıdır. Katılımcılardan %66,8’i (n=413) herhangi bir işte çalışmıyor iken; %68,1’inin (n=421) yaşamının büyük çoğunluğunu bir ilde geçirdiği görülmüştür.

Beliren yetişkinlerin kimlik gelişimlerinin alt boyutları (keşif ve içsel yatırım) ile stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı Pearson korelasyon analizi (r) ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 2’de aktarılmıştır.

**Tablo 2.** Kimlik gelişiminin alt boyutları ile stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Kendine Güvenli Yaklaşım	İyimser Yaklaşım	Çaresiz Yaklaşım	Boyun Eğici Yaklaşım	Sosyal Başvurma Yaklaşımı	Desteğe
Keşif	.18**	-.03	.01	-.15**	.16**	
İçsel Yatırım	.43**	.46**	-.42**	-.24**	.04	

\*\*p<0.01, \*p<0.05

Tablo 2’de aktarılan korelasyon analizi sonuçlarına göre, kimlik gelişimin alt boyutlarından biri olan keşif ile stresle başa çıkma alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşım ( $r=.18$ ;  $p<.01$ ) ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı ( $r=.16$ ;  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki var iken; keşif ile boyun eğici yaklaşım ( $r=-.15$ ;  $p<.01$ ) arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Keşif alt boyutu ile iyimser yaklaşım ( $r=-.03$ ;  $p>.05$ ) ve çaresiz yaklaşım ( $r=.01$ ;  $p>.05$ ) arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Kimlik gelişiminin diğer bir alt boyutu olan içsel yatırım ile kendine güvenli yaklaşım ( $r=.43$ ;  $p<.01$ ) ve iyimser yaklaşım ( $r=.46$ ;  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İçsel yatırım boyutu ile çaresiz yaklaşım ( $r=-.42$ ;  $p<.01$ ) arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilir iken; boyun eğici yaklaşım ( $r=-.24$ ;  $r<.01$ ) arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İçsel yatırım ile sosyal desteğe başvurma yaklaşımı ( $r=.04$ ;  $p>.05$ ) arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Sonuçlara göre, en güçlü ilişki içsel yatırım ile iyimser yaklaşım arasında bulunmuş iken; en zayıf ilişki ise keşif ile boyun eğici yaklaşım arasında bulunmuştur. Korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasındaki korelasyon katsayılarının çoklu regresyon analizi için yeterli olduğu değerlendirilmiştir.

Sonraki adımda, kimlik gelişiminin alt boyutlarının (keşif ve içsel yatırım) stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) tarafından yordanıp yordanmadığını test etmek için Çoklu Doğrusal Regresyon Analizine geçilmiştir. Yapılan analizin sonuçları Tablo 3’te ve Tablo 4’de belirtilmiştir.

**Tablo 3.** Çoklu regresyon analizi sonuçları (keşif)

	B	Standart Hata	Beta	T	R	R <sup>2</sup>
<b>Sabit</b>	3.51	0.16		22.18**		
<b>Kendine Güvenli Yaklaşım</b>	0.39	0.06	0.41	6.50**		
<b>İyimser Yaklaşım</b>	-0.23	0.05	-0.27	-4.38**		
<b>Çaresiz Yaklaşım</b>	0.13	0.05	0.15	2.74**	0.33	0.10
<b>Boyun Eğici Yaklaşım</b>	-0.11	0.06	-0.10	-2,06*		
<b>Sosyal Desteğe Başvurma Yaklaşımı</b>	0.10	0.04	0.10	2.41*		

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

Tablo 3’te belirtilen sonuçlara göre stresle başa çıkma becerileri kimlik gelişimi alt boyutlarından keşif boyutunu ( $R=0.33$ ,  $R^2=0.10$ ,  $F=15.12$ ,  $p<0.001$ ) anlamlı düzeyde açıklamaktadır. İlgili değişkenler keşifteki varyansın %10’unu ( $R^2_{adjusted}=0.10$ ) açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlere ilişkin t-testi sonuçlarına göre keşif boyutunda kendine güvenli yaklaşım pozitif yönde ve anlamlı ( $\beta=0.41$ ,  $p<0.01$ ); iyimser yaklaşım negatif yönde ve anlamlı ( $\beta=-0.27$ ,  $p<0.01$ ); çaresiz yaklaşım pozitif yönde ve anlamlı ( $\beta=0.15$ ,  $p<0.01$ ); boyun eğici

yaklaşım negatif yönde ve anlamlı ( $\beta=-0.10$ ,  $p<0.05$ ) ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı pozitif yönde ve anlamlı ( $\beta=0.10$ ,  $p<0.05$ ) bir etkiye sahiptir. Sonuçlara göre, en güçlü yordayıcı kendine güvenli yaklaşım iken; en zayıf yordayıcı ise boyun eğici yaklaşım ile sosyal desteğe başvurma yaklaşımıdır.

**Tablo 4.** Çoklu regresyon analizi sonuçları (içsel yatırım)

	B	Standart Hata	Beta	T	R	R <sup>2</sup>
Sabit	3.45	0.18		19.33**		
Kendine Güvenli Yaklaşım	0.15	0.07	0.13	2.22*		
İyimser Yaklaşım	0.25	0.06	0.24	4.21**		
Çaresiz Yaklaşım	-0.22	0.05	-0.20	-4.02**	0.50	0.25
Boyun Eğici Yaklaşım	-0.03	0.06	-0.02	-0.48		
Sosyal Destek Arama Yaklaşımı	-0.01	0.05	-0.01	-0.29		

\*\* $p<0.01$ , \* $p<0.05$

Tablo 4'te belirtilen sonuçlara göre; stresle başa çıkma becerileri kimlik gelişimi alt boyutlarından içsel yatırım boyutunu ( $R=0.50$ ,  $R^2=0.25$ ,  $F=41.59$ ,  $p<0.001$ ) anlamlı düzeyde açıklamaktadır. İlgili değişkenler içsel yatırımdaki varyansın %25'ini ( $R^2_{adjusted}=0.25$ ) açıklamaktadır. Bağımsız değişkenlere ilişkin t-testi sonuçlarına göre içsel yatırım boyutunda kendine güvenli yaklaşım pozitif yönde ve anlamlı ( $\beta=0.13$ ,  $p<0.05$ ); iyimser yaklaşım pozitif yönde ve anlamlı ( $\beta=0.24$ ,  $p<0.01$ ) ve çaresiz yaklaşım negatif yönde ve anlamlı ( $\beta=-0.20$ ,  $p<0.01$ ) bir etkiye sahiptir. Sonuçlara göre, en güçlü yordayıcı iyimser yaklaşım iken; en zayıf yordayıcı ise kendine güvenli yaklaşımdır. Boyun eğici yaklaşım ( $\beta=-0.02$ ,  $p>0.05$ ) ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı ( $\beta=-0.01$ ,  $p>0.05$ ) ise içsel yatırım boyutunu anlamlı bir biçimde yordamamaktadır.

Beliren yetişkinlerin kimlik gelişimlerinin alt boyutlarının (keşif ve içsel yatırım) ve stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarının (kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı) cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için ilişkisiz örneklemelerde t-testi yapılmıştır. İlgili analize ilişkin bulgular Tablo 5'te verilmiştir.

**Tablo 5.** Kimlik gelişimi alt boyutları ile stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarının cinsiyete göre t-testi analizi sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	SS	Sd	t	p
Keşif	Kadın	391	4,18	.61	616	1.47	.14
	Erkek	227	4,10	.65			
İçsel Yatırım	Kadın	391	3,75	.70	397,55	-2.44	.02*
	Erkek	227	3,92	.86			
Kendine Güvenli Yaklaşım	Kadın	391	1,92	.65	616	-4.90	.00**
	Erkek	227	2,18	.64			

<b>İyimser Yaklaşım</b>	Kadın	391	1,57	.72	616	-6.55	.00**
	Erkek	227	1,97	.73			
<b>Çaresiz Yaklaşım</b>	Kadın	391	1,53	.70	616	5.14	.00**
	Erkek	227	1,23	.68			
<b>Boyun Eğici Yaklaşım</b>	Kadın	391	0,99	.56	616	1.04	.30
	Erkek	227	0,94	.57			
<b>Sosyal Desteğe Başvurma Yaklaşımı</b>	Kadın	391	1,81	.59	616	3.24	.00**
	Erkek	227	1,65	.59			

\*\*p<0.01, \*p<0.05

Tablo 5'te görüldüğü üzere, kimlik gelişimi alt boyutlarından keşiften elde edilen veriler cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmaz iken ( $t(616) = 1.47, p > .05$ ); içsel yatırım boyutu cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $t(397,55) = -2.44, p < .05$ ). Sonuçlar, erkek beliren yetişkinlerin (Ort.=3,92) kadın beliren yetişkinlere (Ort.=3,75) göre içsel yatırım düzeylerinin daha yüksek olduğunu ifade etmektedir. Stresle başa çıkma becerileri alt boyutlarından kendine güvenli yaklaşımın ( $t(616) = -4.90, p < .00$ ), iyimser yaklaşımın ( $t(616) = -6.55, p < .00$ ), çaresiz yaklaşımın ( $t(616) = 5.14, p < .00$ ) ve sosyal destek arama yaklaşımının ( $t(616) = 3.24, p < .00$ ) cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Kendine güvenli yaklaşım erkeklerde (Ort. =2,18) kadınlara göre (Ort. =1,92); iyimser yaklaşım erkeklerde (Ort. =1,97) kadınlara göre (Ort. =1,57); çaresiz yaklaşım kadınlarda (Ort. =1,53) erkeklere göre (Ort. =1,23) ve sosyal destek arama yaklaşımı kadınlarda (Ort. =1,81) erkeklere göre (Ort. =1,65) anlamlı bir biçimde daha yüksek ortalamalarda görülmektedir. Boyun eğici yaklaşımın ise cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur ( $t(616) = 1.04, p > .05$ ).

### Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu çalışmada kuramsal olarak Marcia'nın (1966) kimlik gelişimi süreçlerinden olan keşif ve içsel yatırım üzerinde Folkman ve Lazarus'un (1980) stresle başa çıkma becerilerinin anlamlı bir etkiye sahip olup olmadığı beliren yetişkinler örneklemini üzerinden incelenmiştir. Bununla birlikte, beliren yetişkinlerin kimlik gelişim süreçleri ve stresle başa çıkma becerilerinin cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı da değerlendirilmiştir.

Kimlik gelişiminin alt boyutları ile stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutları arasındaki ilişkilere dair sonuçlar incelendiğinde keşif ile kendine güvenli yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı arasında pozitif yönde düşük düzeyde; keşif ile boyun eğici yaklaşım arasında ise negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ancak keşif ile iyimser ve çaresiz yaklaşım arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. İçsel yatırım ile kendine güvenli ve iyimser yaklaşım arasında pozitif yönde ve orta düzeyde; içsel yatırım ile çaresiz yaklaşım arasında negatif yönde orta düzeyde ve içsel yatırım ile boyun eğici yaklaşım arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. İçsel yatırım ile sosyal



desteğe başvurma yaklaşımı arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Diğer taraftan stresle başa çıkma becerilerinin kimlik gelişimi süreçlerinden keşif üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu ve keşifteki varyansın %10'unu açıkladığı bulgulanmıştır. Kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı keşif üzerinde pozitif yönde anlamlı düzeyde bir etkiye sahip iken; iyimser ve boyun eğici yaklaşımın keşif üzerinde negatif yönde anlamlı düzeyde bir etkisinin olduğu görülmüştür. Genel olarak stresle başa çıkma becerilerinin kimlik gelişim süreçlerinden içsel yatırım üzerinde de anlamlı bir etkiye sahip olduğu ve içsel yatırımdaki varyansın %25'ini açıkladığı bulunmuştur. Kendine güvenli ve iyimser yaklaşım içsel yatırımı pozitif yönde ve anlamlı düzeyde; çaresiz yaklaşım ise içsel yatırımı negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. Boyun eğici yaklaşım ve sosyal desteğe başvurma yaklaşımı ise içsel yatırımı anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Kendine güvenli bir biçimde stresle başa çıkan beliren yetişkinlerin başlı başına stresli bir dönem olarak kabul gören kimlik gelişim sürecinde; aşk, iş, dünya görüşü alanlarında aktif bir biçimde deneme-yanımlarda bulunarak kendileri için en sağlıklı seçeneğe bağlanmalarında kendi potansiyel, beceri ve yeteneklerinin farkında olmalarının ve kendilerine inanmalarının önemli bir etkiye sahip olduğu düşünülebilir. Beliren yetişkinlerin stresle başa çıkma sürecinde sakın kafayla düşünerek öfkelenmemeye çalışmaları, sorunları gözlerinde büyütmemeyerek gerçekçi bir yaklaşım sergilemeleri, kendilerine karşı acımasız olmamaları ve olayların olumlu yanlarına odaklanmaları; bunalımın eşlik ettiği ve araştırmanın, irdelemenin, sorgulamanın, başarısız deneyimlerin, seçenekler üzerinde sık düşünmelerin varlığıyla bilinen keşif süreci üzerinde tersi bir etki yarattığı ve artık bireylerin kararlı amaçlı davranışlar sergilediği içsel yatırım sürecine girmelerini etkilediği düşünülebilir. Kapana kısılmış gibi hisseden, ruminasyonları olan, umutsuz, "keşke"lerle düşünen, her olayda kendini sorumlu tutan ve suçluluk hisseden beliren yetişkinlerin stresle başa çıkarken çaresiz yaklaşımı kullandıkları ifade edilebilir. Stresle bu şekilde başa çıkılması, halihazırda birçok konuda seçimler yapmak için sıklıkla düşünmeyi gerekli kılan, birçok kez başarısızlıkla sonuçlanan girişimlerin olduğu keşif sürecini tetiklediği ve kararların verilmiş olduğu, bireylerin kendilik farkındalığına ulaştıkları, seçimlerine dair kaygılarının daha az olduğu içsel yatırım süreci üzerinde ise tersi bir etki yarattığı söylenebilir. Beliren yetişkinlerin stresli durumlarla başa çıkarken, bu durumları çevrelerindeki insanların bilmesinden çekinmemeleri, nedenlerini anlamak için başkalarına danışmaları, hayatlarında destek alabilecekleri kişilerin olduğunu düşündüklerinde rahat hissetmeleri gibi durumlar sosyal desteğe başvurma yaklaşımını açıklamaktadır. Bu yaklaşıma başvurmanın, beliren yetişkinlerin meslek ve eş seçimi gibi konularda karar verirlerken diğer kişilerle kararları hakkında konuşmaları ve doğru kararı vermek için çevrelerinden bilgi toplamalarını içeren keşif sürecini yordadığı sonucuna ulaşılması olası görünmektedir. Ayrıca yine stresli durumlar karşısında kabullenici, elinden bir şey gelmediğini düşünen, mücadele etmekten kaçınan, kaderci bir tutum sergileyen beliren yetişkinlerin boyun eğici yaklaşımı kullandıkları ve bunun, başarısızlıkla dahi sonuçlansa da deneme davranışının sıklıkla yer aldığı keşif sürecine tersi bir etki yarattığı söylenebilir (Marcia, 1966; Lazarus ve Folkman, 1984; Arnett, 2000). Diğer yandan Marcia'nın (1966) ortaya koyduğu, içsel yatırım sürecinin, otorite tarafından diretilen kimliği kabul etmekle oluşan

ipotekli kimlik statüsü düşünüldüğünde; stresle başa çıkmada boyun eğici yaklaşımın içsel yatırımı yordamaması ilgi çekici görünmektedir. Alanyazındaki ilgili araştırmalar değerlendirildiğinde bu çalışmada ele alınan değişkenlerin alt boyutlarının ilişkisini ortaya koyan herhangi bir sonuca ulaşılmamıştır. Berzonsky (1992b) kimlik stilleri ile başa çıkma stratejilerinin ilişkisini incelediği çalışmasında problem odaklı başa çıkma stratejilerini kullanan bireylerin başarılı kimlik ile eşdeğer tuttuğu bilgi yönelimli kimlik stiline sahip bireyler; duygu odaklı başa çıkma stratejilerini kullanan bireylerin de normatif yönelimli kimlik stiline sahip bireyler olduğunu ortaya koymuştur. Luyckx, Klimstra, Duriez, Schwartz ve Vanhalst'ın (2012) kimlik ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada kimlik gelişim süreçlerinden olan seçeneklerin derinlemesine araştırılması, seçeneklerin genişlemesine araştırılması, içsel yatırımda bulunma ve içsel yatırımla özdeşleşme arttıkça bireylerin problem odaklı başa çıkma stratejilerine başvurma durumlarının da arttığı belirlenmiştir. Benzer çalışmalar değerlendirildiğinde Ergin'in (2015) kimlik statüleri ile başa çıkma stratejilerinin ilişkisini beliren yetişkinler üzerinden incelediği çalışmasından söz edilebilir. Ergin (2015), çalışmasında başarılı kimlik statüsüne sahip beliren yetişkinlerin stres durumlarıyla problem odaklı bir biçimde başa çıkma eğilimi sergilediğini bulmuştur. Çalışmada ipotekli kimlik statüsüne sahip beliren yetişkinlerin ise duygu odaklı başa çıkma stratejilerini benimsediği ortaya konmuştur. Mullis, Mullis, Schwartz, Pease ve Shriner'in (2007) da kimlik statüleri ile başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi kadın beliren yetişkinler üzerinden inceledikleri çalışmada ipotekli kimlik statüsüne sahip kadın beliren yetişkinlerin duygu odaklı başa çıkma stratejilerine başvurdukları görülmüştür. Sonuç olarak bu çalışmanın bu konuda yapılmış benzer çalışmalardan farklı olarak stresle başa çıkma becerilerinin kimlik statüleri ya da stilleri yerine kimlik gelişimindeki keşif ve içsel yatırım süreçlerinin ilişkisine dikkat çekmesi açısından ilgili alanyazına katkı sağladığı belirtilebilir.

Bu çalışmada, stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarından boyun eğici yaklaşım dışında diğer tüm alt boyutlarda cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmıştır. Cinsiyete göre elde edilen bu farklılaşma incelendiğinde kendine güvenli yaklaşım düzeyinin erkek beliren yetişkinlerde, kadın beliren yetişkinlere göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Alanyazın incelendiğinde Akbaş (2018), Ulusal (2020) ve Turan'ın (2021) bulgularının bu çalışmanın bulgularıyla tutarlı olduğu; Duman (2016) ve Aşkan'ın (2020) bulgularının ise bu çalışmanın bulgularıyla çeliştiği görülmüştür. Erkek beliren yetişkinlerin iyimser yaklaşım düzeylerinin de kadın beliren yetişkinlere göre daha yüksek olduğu bu çalışmada ulaşılan bir diğer sonuçtur. Bu bulgu Ekşi (2010), Akbaş (2018), Doğru (2018), Kara (2018), Keleş (2018), Ulusal (2020) ve Turan'ın (2021) çalışmalarında elde ettiği bulgularla tutarlı iken Aşkan'ın (2020) çalışmasından elde ettiği sonuçla çelişmektedir. Bununla birlikte, stresle başa çıkma becerilerinden çaresiz yaklaşım düzeyi bu çalışmada, kadınlar lehine anlamlı bulunmuştur. Bu bulgu, Akbaş (2018) ve Kara'nın (2018) bulgularıyla uyuşurken; Kömür'ün (2018) bulgusuyla uyuşmamaktadır. Stresle başa çıkma becerilerinden bir diğeri olan sosyal desteğe başvurma yaklaşımının düzeyi de kadın beliren yetişkinlerde daha yüksek bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde bu çalışmanın bulgularıyla Ekşi (2010), Yazıcıoğlu

(2011), Özkubat ve Çakmak (2017), Doğru (2018), Kara (2018), Kömür (2018) ve Ünal'ın (2021) çalışmalarının tutarlı sonuçlar gösterdiği; bu çalışmanın bulgularıyla çelişen sonuçlar arasında Akbaş'ın (2018) çalışmasının yer aldığı görülmüştür. Boyun eğici yaklaşım ise bu çalışmada cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermemiştir. Bu bulgu Yamaç (2009), Duman (2016), Bektaş ve Karagöz (2017), Doğru (2018), Keleş (2018), Aşkan (2020), Ulusal (2020) ve Ünal'ın (2021) bulgularıyla tutarlı iken; Akbaş (2018) çalışmasında kadınların boyun eğici yaklaşımının erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Kara (2018), Kömür (2018) ve Turan (2021) ise erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde stres ile boyun eğici bir biçimde başa çıktıklarını bulgulamışlardır. Özetle, bu çalışmada elde edilen bulgulara göre erkeklerin daha çok kendine güvenli ve iyimser bir şekilde; kadınların ise daha çok çaresiz ve sosyal desteğe başvurma şeklinde stresle başa çıkma eğiliminde oldukları görülmüştür. Dolayısıyla, stres yaratan bir koşulla karşı karşıya kalınması durumunda erkek beliren yetişkinlerin kadın beliren yetişkinlere göre stresle başa çıkmada daha başarılı ve etkili yaklaşımlara başvurdukları söylenebilir. Bu durum üzerinde ise toplumsal cinsiyet rollerinin etkisinin olabileceği düşünülebilir. Her toplumun kadın ve erkeklerden farklı beklentileri; kadın ve erkekler için ayrı ayrı tanımladıkları rol kalıpları vardır (Vatandaş, 2007). Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında Türkiye'de erkeklerin daha aktif ve mantıksal; kadınların daha pasif ve duygusal olduğu söylenebilir (Savaş, 2018). Bunun bir sonucu olarak da stres yaratan durumlarla Türkiye'deki erkek beliren yetişkinlerin daha atılgan, aktif, problem odaklı, özgüvenli, dayanıklı, bağımsız bir şekilde başa çıkması; kadın beliren yetişkinlerin ise kendileri üzerinde stres yaratan koşullarla daha pasif, duygu odaklı, başkalarına bağımlı, kişilerarası ilişkileri ön planda tutarak başa çıkma eğiliminde olması olasıdır. Aynı zamanda bu durum, toplumsal cinsiyet rollerinden ve dolayısıyla kültürden bağımsız olarak biyolojik faktörlerle de açıklanabilir. Kadınların beyninde duygulardan sorumlu limbik sistemin ve konuşmadan sorumlu alanın erkeklerinkinden daha büyük olduğu bilinmektedir (Ruigrok vd., 2014, akt. Çakır ve Baş, 2018). Doğumu izleyen tüm gelişimsel süreçlerde genel anlamda kadınların erkeklere göre daha duygusal, sosyal etkileşim ve iletişim odaklı varlıklar olduğu alanyazında yer alan birçok çalışmanın ortak bulgusudur. Kadın ve erkek beliren yetişkinlerin stresle başa çıkma eğilimlerinin de biyolojik alt yapıları doğrultusunda seyretmesi, mümkün görülmektedir. Bu çalışmada genel anlamda, cinsiyetin stresle başa çıkma becerileri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu belirlenmiştir. Ancak ilgili alanyazındaki cinsiyetin stresle başa çıkma becerileri üzerindeki etkisine yönelik çalışmalar değerlendirildiğinde birbirlerinden farklı ve tutarsız sonuçlara ulaşılması, bu konuda genel bir yargıya varılamadığının bir göstergesidir.

Bu çalışmada kimlik gelişimi alt boyutlarından keşif, cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaz iken; içsel yatırım boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır ve içsel yatırım düzeyi erkek beliren yetişkinlerde daha yüksek bulunmuştur. İlgili alanyazın incelendiğinde cinsiyetin kimlik gelişimi alt boyutları olan keşif ve içsel yatırım üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığını inceleyen kısıtlı sayıda çalışma bulunduğu görülmüştür. Boynueğri (2018) ve Yılmaz (2018) çalışmalarında, cinsiyetin keşif ve içsel yatırım boyutlarının

her ikisinde de anlamlı bir farklılaşma yaratmadığı sonucuna ulaşmıştır. Boynueğri (2018) ve Yılmaz (2018) tarafından ulaşılan bu sonuçlardan cinsiyetin keşif boyutu üzerinde anlamlı bir farklılaşma oluşturulmaması, bu çalışmanın bulguları ile tutarlılık gösterir iken; içsel yatırım boyutunda elde edilen sonuçlarla çelişmektedir. Arslan (2008) ile Arslan ve Arı (2010) da çalışmalarında keşif boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir fark oluşmadığını ortaya koyar iken; kızların erkeklere göre daha yüksek düzeyde bağlılık gösterdiğini bulgulamıştır. Arslan (2008) ile Arslan ve Arı'nın (2010) elde ettiği sonuçlardan keşifin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemesi bu çalışmanın sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Ancak bağlılık noktasında elde edilen sonuçlar bu çalışmanın sonuçlarıyla çelişmektedir. Yürütülen bu çalışmada cinsiyetin yalnızca içsel yatırım boyutu üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu ortaya konmuş; erkek beliren yetişkinlerin içsel yatırım düzeyi kadın beliren yetişkinlere göre daha yüksek bulunmuştur. Bu durum hem kadın hem de erkek beliren yetişkinlerin çeşitli seçenekleri değerlendirdikleri bir keşif sürecinden geçmelerine karşın seçeneklerden birine bir bağlanma, içsel yatırımda bulunma noktasında erkek beliren yetişkinlerin daha başarılı olduğunu göstermektedir. Bu durumun sebebi olarak toplumsal cinsiyet rolleri görülmektedir. Erkeklerin kadınlara göre daha aktif, atılgan, özgür, kararlı, özgüvenli ve problem odaklı bir toplumsal cinsiyet rolüne sahip olduğu bilinmektedir (Savaş, 2018). Bu bağlamda düşünülürse, erkek beliren yetişkinlerin kimlik gelişim süreçlerinden içsel yatırım boyutunu da kadın beliren yetişkinlere göre daha rahat bir biçimde tamamlamalarının olası olduğu söylenebilir. Öte yandan cinsiyetin kimlik gelişimi üzerindeki etkisine ilişkin ilgili alanyazında yer alan çalışmalar değerlendirildiğinde üzerinde fikir birliğine varılmış sonuçlara ulaşamaması nedeniyle bu konuda genel bir yargının bulunulmadığını ifade etmek yanlış olmayacaktır.

Beliren yetişkinlerin stresle başa çıkma becerilerinin kimlik gelişimlerini anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığını incelemenin temel amaç olduğu bu çalışmada, stresle başa çıkma becerilerinin kimlik gelişimlerini hem keşif hem de içsel yatırım boyutlarında anlamlı bir biçimde yordadığı bulgusu elde edilmiştir. Bu çalışmada beliren yetişkinlerin stresle başa çıkma becerilerinin yalnızca keşif ve içsel yatırım boyutlarında kimlik gelişimlerini anlamlı bir şekilde yordayıp yordamadığına odaklanılmıştır. Dolayısıyla bu konuda çalışma yapmak isteyen diğer araştırmacıların, beliren yetişkinlerin kimlik statülerini tanımlayarak bu bireylerin kimlik statüleri ile stresle başa çıkma becerileri arasındaki ilişkiyi incelemelerinin ilgili alanyazına katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Diğer taraftan bu çalışmada beliren yetişkinlerin kimlik gelişimlerinin ve stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiş olup anlamlı bir farklılaşma ortaya konmuştur. Bu doğrultuda bu konuda çalışma yapacak diğer araştırmacıların beliren yetişkinlerin kimlik gelişimlerinin ve stresle başa çıkma becerilerinin yaş gruplarına, algılanan sosyo-ekonomik düzeylerine, eğitim, çalışma ve medeni durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi ilgili alanyazına katkı sağlayabilir. Aynı zamanda beliren yetişkinlerin kimlik statülerinin de bu konuda çalışacak diğer araştırmacılar tarafından cinsiyet, yaş grubu, algılanan sosyoekonomik düzey, eğitim, çalışma ve medeni durum gibi birtakım demografik

bilgilere göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesi ilgili alanyazına katkı sunabilir. Bu çalışma nicel yöntemler kullanılarak ortaya konmuştur. Bu konuda çalışma yapmak isteyen diğer araştırmacıların nitel yöntemlere başvurarak çalışmalarını yürütmesinin konu hakkında daha detaylı ve derinlemesine bilgi elde edilmesi noktasında ilgili alanyazına katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Ek olarak, bu çalışmanın katılımcılarını 391 kadın; 227 erkek beliren yetişkin oluşturmaktadır ve bu çalışmanın verileri katılımcıların 99'una yüz yüze; 519'una da çevrimiçi yöntemlerle ulaşılarak edinilmiştir. Bu konuda yapılacak sonraki araştırmalarda kadın-erkek katılımcı sayısının dengeli dağılımının gözetilerek daha çok katılımcıya ulaşılması ve örneklemin TÜİK'in (Türkiye İstatistik Kurumu) NUTS (Nomenclature of Territorial Units for Statistics) kriterleri doğrultusunda seçilmesi önerilmektedir. Bu önerinin bulguların genellenebilirliğine katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Çevrimiçi yöntemlerle toplanan verilerin gözlem yetersizliği nedeniyle bireysel yanıtlanıp yanıtlanmama, belirlenen örnekleme ulaşıp ulaşılamama gibi birtakım sınırlılıklar yaratmasından dolayı bu konuda yapılacak sonraki araştırmalarda yüz yüze toplanan veri sayısının artırılması da çalışmadan daha sağlıklı veriler elde edilmesi açısından diğer araştırmacılara önerilen bir diğer noktadır.

Beliren yetişkinlik aşk, iş, dünya görüşü alanlarında çeşitli sorgulamalar doğrultusunda kimlik gelişiminin gerçekleştirildiği bir yaşam evresidir (Atak, 2011). Bu çalışmada bireyin sorgulamalarda ve deneme-yanılmada bulunduğu, birtakım seçimler yaparak kim olduğuna karar verdiği ve tüm yaşamını şekillendirdiği bu stresli dönem üzerinde stresle başa çıkma becerilerinin bir yordayıcılığının olup olmadığı incelenmiştir. Türkiye'de bu konuda yapılmış çalışmaların sınırlılığı nedeniyle ortaya konan bu çalışma ile bu konuda çalışma yapacak diğer araştırmacılara bir kaynak oluşturulacağı ve ilgili alanyazına katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Beliren yetişkinlerin içinde buldukları ve stresli olarak nitelendirilebilecek bu yaşam döneminin gerektirdiği gelişim görevlerini sağlıklı bir şekilde tamamlayarak kimliklerini oluşturmaları sürecinde bu çalışmanın beliren yetişkinlere, ebeveynlere, eğitimci ve ilgili alan uzmanlarına farkındalık ve ortak bilinç oluşturmada katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, bu çalışmada ortaya konan bulguların kimlik kazanımı sürecindeki beliren yetişkinlerle çalışan psikolojik danışman, psikolog ve ilgili diğer alan uzmanlarına bu konuda koruyucu, önleyici ve geliştirici ruh sağlığı hizmetlerini sunmak, çeşitli psikoeğitim programları geliştirmek gibi müdahalelerin sağlanması ve bu müdahalelerin bireylerin stresle başa çıkma becerileri kapsamında uygun olanın seçilmesi noktasında yararlı olacağı düşünülmektedir. Ek olarak bu çalışmada kimlik gelişiminin ve stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Sonuçta, erkeklerin kimlik gelişim alt boyutlarından içsel yatırımda; stresle başa çıkma becerilerinin alt boyutlarında ise kendine güvenli ve iyimser yaklaşımda anlamlı olarak yüksek puan aldığı görülmüştür. Bu doğrultuda OECD (Organisation for Economic Co-operation) kapsamında kadınlara küresel yetkinliklerin kazandırılması, ilgili alan uzmanlarına önerilebilir.

## Kaynakça

- Abacı, R. (1997). Okulda stres ve başa çıkma teknikleri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 7-22.
- Akbaş, S. (2018). *Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yetenekleri ve stresle başa çıkma stilleri: Pamukkale Üniversitesinde bir araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Projesi). Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Akçakaya, R. Ö. ve Erden, S. Ç. (2014). Stres ve stresle baş etmede psikiyatrik yaklaşım. *Turkish Family Physician*, 5(2), 8-25.
- Akgül, G. (2021). *Pandemi döneminde duygusal problemler ve yaşam doyumu: Kimlik gelişimi, kimlik sıkıntısı ve dijital ilgilerin rolü*. 8. International Eurasian Educational Research Congress-EJERCongress sunulan bildiri. Karatekin Üniversitesi, Çankırı, Türkiye, 7-10 Temmuz.
- Akyol, Y. E. ve Işık, Ş. (2018). Akademisyenlerde mutluluğun yordayıcıları olarak farkındalık ve stresle başa çıkma tutumları. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 6(1), 1-17.
- Altuntaş, E. (2003). *Stres yönetimi*. İstanbul: Alfa Yayın.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 235-254.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R. & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: Implications for mental health. *Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576.
- Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psiko-sosyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Arslan, E. ve Arı, R. (2010). Analysis of ego identity process of adolescents in terms of attachment styles and gender. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 744-750.
- Aşkan, B. (2020). *Üniversite öğrencilerinde öz-şefkat düzeyi ile stresle başa çıkma tarzının depresyon belirtisiyle ilişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Atak, H. (2005). *Beliren yetişkinlik: Yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Atak, H. (2011). Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: Kuramsal bir değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 163-213.
- Atak, H. & Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Atak, H., Kapçı, E. G. ve Çok, F. (2013). Yetişkinliğe geçişte bireyleşme türleri ve kimlik statüleri: Üniversite öğrencileri ve "unutulan yarı". *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 16(2), 71-82.
- Balistreri, E., Busch-Rossnagel, N. A. & Geisinger, K. F. (1995). Development and preliminary validation of the Ego Identity Process Questionnaire. *Journal of Adolescence*, 18(2), 179-192.
- Baltaş, A. ve Baltas, Z. (2018). *Stres ve başa çıkma yolları* (36. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bartram, D. & Gardner, D. (2008). Coping with stress. *In Practice*, 30(4), 228-231.

- Bektaş, M. ve Karagöz, Ş. (2017). Stresle başa çıkma tarzlarının yalnızlığa etkisi: Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), 342-355.
- Berzonsky, M. D. (1992a). Identity style and coping strategies. *Journal of Personality*, 60(4), 771-788.
- Berzonsky, M. D. (1992b). *A process perspective on identity and stress management*. In Adolescent Identity Formation (Eds: G. R. Adams & R. M. Montemarory), 193-215. Newbury Park: Sagepub.
- Berzonsky, M. D. (2004). Identity processing style, self-construction, and personal epistemic assumptions: A social-cognitive perspective. *Eur J Dev Psychol*, 1(4), 303-315.
- Bilge, A., Bulutlu, H., Göktaş, K. ve Siviloğlu, T. (2015). Topluma verilen stresle baş etme eğitiminin toplum ruh sağlığına yönelik etkililiğinin belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 18(2), 125-130.
- Boynueğri, E. (2018). *Türkiye’de uluslararası öğrencilerde kültürleşme stratejileri ile kimlik statüleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cannon, W. B. (1932). *The wisdom of the body* (1st ed.). New York: Norton.
- Contrada, R. J. (2011). *Stress, adaptation and health*. In The Handbook of Stress Science: Biology, Psychology, and Health (Eds: R. J. Contrada & A. Baum), 1-9. New York: Springer Publishing.
- Çakır, H. ve Baş, H. (2018). Cinsiyetler ve cinsiyetlerle özdeşleşen davranışların sosyolojik ve biyolojik açıdan değerlendirilmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(5), 176-191.
- Çankaya, M. ve Çiftçi, G. E. (2019). Hemşirelerin stresle başa çıkma tarzlarında duygusal zekanın etkisi: Çorum ilinde bir uygulama. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(2), 391-414.
- Çelenk, B. ve Peker, A. (2020). Ergenlerde benlik saygısının, stresle başa çıkma tarzları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkideki aracılık rolü. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(4), 147-162.
- Demir, İ. (2011). Kimlik işlevleri ölçeği: Türkçe geçerlik ve güvenilirliği. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(2), 571-586.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21.
- Doğan, B. ve Mümin, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO örneği. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 3(4), 29-39.
- Doğru, N. (2018). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin stres, stresle başa çıkma tarzları ve sosyal destek değişkenleri bakımından incelenmesi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Duman, S. (2016). *Üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluş ve benlik saygısının stresle başa çıkma tarzlarıyla ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Düşmez, İ. ve Yayıcı, L. (2016). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin kişilik özellikleri ve stresle başa çıkma stratejilerinin incelenmesi. *OPUS-Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 5(9), 61-84.
- Ekşi, H. (2010). Personality and coping among Turkish college students: A canonical correlation analysis. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10(4), 2159- 2176.
- Ergin, E. (2015). *Beliren yetişkinlik döneminde kimlik statüleri ve başa çıkma stratejileri ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York: Norton.

- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Erikson, E. H. (1984). *İnsanın Sekiz Çağı* (Çeviri Ed: V. Şar ve B. Üstün). Ankara: Birey ve Toplum Yayıncılık.
- Folkman, S. (2013). *Stress, coping, and hope*. In *Psychological Aspects of Cancer* (Eds: B. I. Carr & J. Steel), 119-127. London: Springer Publishing.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219-239.
- Göğüş, A. (2013). Üniversite öğrencilerinin kimlik oluşumu ve demografik bilgileri. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(2), 59-90.
- Gökler, R. ve Işıtan, İ. (2012). Modern çağın hastalığı; stres ve etkileri. *Journal of History Culture and Art Research*, 1(3), 154-168.
- Grunberg, N. E., Berger, S. S. & Hamilton, K. R. (2011). *Stress and drug use*. In *The Handbook of Stress Science: Biology, Psychology, and Health* (Eds: R. J. Contrada & A. Baum), 287-300. New York: Springer Publishing.
- Kaba, İ. (2019). Stres, ruh sağlığı ve stres yönetimi: Güncel bir gözden geçirme. *Akademik Bakış Dergisi*, (73), 63-81.
- Kara, Y. (2018). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin stresle başa çıkma tarzları ve çatışma eylem stillerine etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kararmak, Ö., Özeke-Kocabaş, E. ve Toker, N. (2016). Ergenlerde olumsuz kimlik gelişiminin önlenmesine yönelik aile rehberlik programı. *Yaşadıkça Eğitim*, 30(2), 1-20.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Keleş, D. (2018). *Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ile dissosiyatif yaşantılar ve stresle başa çıkma tarzlarının ilişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kömür, B. E. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bilişsel esneklik ile stresle başa çıkma becerileri arasındaki ilişkinin araştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lazarus, R. S. & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38, 245-254.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing.
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B. & Beyers, W. (2006). Unpacking commitment and exploration: Preliminary validation of an integrative model of late adolescent identity formation. *Journal of Adolescence*, 29(3), 361-378.
- Luyckx, K., Klimstra, T. A., Duriez, B., Schwartz, S. J. & Vanhalst, J. (2012). Identity processes and coping strategies in college students: Short-term longitudinal dynamics and the role of personality. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(9), 1226-1239.
- Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., et al. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 58-82.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.



- Marcia, J. E. (1967). Ego identity status: Relationship to change in self-esteem, "general maladjustment," and authoritarianism. *Journal of Personality*, 35(1), 118-133.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology*, 9(11), 159-187.
- Marcia, J. E. (1988). *Common processes underlying ego identity, cognitive/moral development and individuation*. In *Self, Ego and Identity* (Eds: D. K. Lapsley & F. C. Power), 211-225. New York: Springer.
- Marcia, J. E. (1993). *The ego identity status approach to ego identity*. In *Ego Identity A Handbook for Psychosocial Research* (Eds: J. E. Marcia, A. S. Waterman, D. R. Matteson, S. L. Archer & J. L. Orlofsky), 3-21. New York: Springer.
- Marcia, J. E. (2002). Adolescence, identity, and the Bernardone family. *Identity*, 2(3), 199-209.
- Marcia, J. E. (2006). Ego identity and personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 20(6), 577-596.
- Marcia, J. & Josselson, R. (2013). Eriksonian personality research and its implications for psychotherapy. *Journal of Personality*, 81(6), 617-629.
- Morsünbül, Ü. (2013). Beliren yetişkinler mi, beliren üniversiteli yetişkinler mi? Risk alma ve kimlik biçimlenmesi üzerinden bir inceleme. *İlköğretim Online*, 12(3), 873-885.
- Morsünbül, Ü. (2015). The effect of identity development, self-esteem, low self-control and gender on aggression in adolescence and emerging adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research*, 15(61), 99-116.
- Morsünbül, Ü. ve Atak, H. (2013). Ego Kimlik Süreci Ölçeği Türkçe versiyonunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2043-2058.
- Mullis, A. K., Mullis, R. L., Schwartz, S. J., Pease, J. L. & Shriner, M. (2007). Relations among parental divorce, identity status and coping strategies of college age women. *Identity Development*, 7(2), 137-154.
- Özgüngör, S. (2009). Postmodern değerler, kimlik oluşumu ve yaşam doyumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 32-42.
- Özkubat, S. & Çakmak, A. (2017). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemlerinin incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 64, 286-295.
- Pala, G., Keklik, İ. ve Çelik N. D. (2021). Ergenlerin kimlik gelişimi ile akademik güdülenme/umudun ilişkisinde psikolojik ihtiyaçların aracı rolü. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(231), 241-262.
- Reifman, A., Arnett, J. J. & Colwell, M. J. (2007). Emerging adulthood: Theory, assessment and application. *J Youth Dev*, 2(1), 37-48.
- Savaş, G. (2018). Türkiye’de yaşayan bireylerin toplumsal cinsiyet eşit(siz)liği algısı. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 1(2), 101-121.
- Selye, H. (1974). *Stress without distress*. New York: A Signet Book New American Library.
- Smith, C. & Carlson, B. E. (1997). Stress, coping, and resilience in children and youth. *Social Service Review*, 71, 231-256.
- Stora, J. B. (1992). *Stres* (Çeviri Ed: A. Kalın). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Sürme, Y. (2019). Stres, stresle ilişkili hastalıklar ve stres yönetimi. *Journal of International Social Research*, 12(64), 525-529.
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1995). Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston: Pearson.

- Tekin, E., Çilesiz, Z. Y. ve Gede, S. (2019). Farklı mesleklerde çalışanların algılanan stres düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları üzerine bir araştırma. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 79-89.
- Turan, Ö. (2021). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmaları, psikolojik dayanıklılık ve stresle başa çıkma biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Ulusal, A. (2020). *Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve bu yöntemlerin sosyodemografik veriler ile ilişkisi* (Uzmanlık Tezi). İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, İzmir.
- Ünal, S. (2021). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılık düzeylerinin, yalnızlık, algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma arasındaki ilişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Vatandaş, C. (2007). Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı. *İstanbul Journal of Sociological Studies*, (35), 29-56.
- Waterman, A. S. (1985). Identity in the context of adolescent psychology. *New Dir Child Adolesc Dev*, 1985(30), 5-24.
- Waterman, A. S. (1992). *Identity as an aspect of optimal psychological functioning*. In Adolescent Identity Formation (Eds: G. R. Adams, T. P. Gullotta & R. Montemayor), 50-72. Newbury Park: Sage Publications.
- Waterman, A. S. (1999). Identity, the identity statuses, and identity status development: A contemporary statement. *Developmental Review*, 19(4), 591-621.
- Waterman, A. S. (2004). Finding someone to be: Studies on the role of intrinsic motivation in identity formation. *Identity*, 4(3), 209-228.
- Wills, T. A. & Filer, M. (1996). *Stress coping model of adolescent substance use*. In Advances in Clinical Child Psychology (Eds: T. H. Ollendick & R. J. Prenz), 91-132. New York: Plenum Press.
- Yamaç, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yazıcıoğlu, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki: ODTÜ örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yılmaz, B. (2018). *Üniversite öğrencilerinin ego kimlik statüleri ile ebeveyn otorite stilleri ve sosyal değerleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.