

BÜYÜMEK ZORLAŞTI MI?

Belirsizlik Çağında Yetişkin Olmanın Psikolojisi

Ezgi LİF

BÜYÜMEK ZORLAŞTI MI?

Belirsizlik Çağında Yetişkin Olmanın Psikolojisi

Ezgi LİF

ISBN: 978-625-382-390-0

E-ISBN: 978-625-382-391-7

DOI: 10.54637/vizetek.9786253823917

Copyright © Vizetek

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Vizetek Yayıncılık Sanayi ve Ticaret Limited Şirketine aittir. Vizetek Yayıncılık'ın izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı, elektronik, mekanik, fotokopi, manyetik, kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz.

Bu kitap, basılı ve elektronik (e-kitap) formatlarında yayımlanmaktadır.
Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazar(lar)ına aittir.

Yayın Tasarımcısı / Koordinatörü: Büşra ÇOLAKOĞLU

Kapak Tasarımı ve Mizanpaj: Ahmet TUNÇDEMİR

Baskı: Ankara | Ağustos, 2026



Seyranbağları Mah. İncesu Cad. 10/2 Çankaya/ANKARA

Tel.: (0312) 482 00 11

Web: www.vizetek.com.tr

E-mail: vizetekiayincilik@gmail.com

Yayıncı Sertifika No: 41575

İÇİNDEKİLER

Giriş.....	1
------------	---

I

DEĞİŞEN VE EŞİTSİZ YOLLAR

1. Yetişkinliğin Değişen Ölçütleri ve Yolları.....	7
2. Eğitimden Çalışma Yaşamına Geçiş.....	24
3. Eşitsiz Yetişkinlik: Kaynaklar, Konut ve Aile Desteği.....	38

II

YETİŞKİNLİĞİN PSİKOSOSYAL DENEYİMİ

4. Belirsizlik Altında Karar Vermek.....	65
5. Kimliğin Kuruluşu.....	80
6. Toplumsal Zaman ve Geride Kalma Duygusu.....	94
7. Gelişimsel Zorlanma ve Ruh Sağlığı.....	106

III

İLİŞKİLER İÇİNDE ÖZERKLİK VE YAKINLIK

8. Aile Bağları İçinde Özerklik.....	119
9. Değişen Yaşamda Arkadaşlık ve Aidiyet.....	130
10. Romantik Yakınlık ve Ortak Gelecek.....	141

Sonuç

Sorunun Kısa Cevabı.....	153
--------------------------	-----

ÖN SÖZ

Bazı sorular insanın zihnine bir anda düşmez; yıllar boyunca karşılaştığı yüzlerde, dinlediği hikâyelerde ve tekrar tekrar tanık olduğu arayışlarda yavaşça birikir. Benim için “Büyümek neden bu kadar zorlaştı?” sorusu da böyle doğdu. On yılı aşkın süredir üniversitede gençlerle aynı derslikleri, koridorları ve düşünme alanlarını paylaşırken onların yalnızca eğitim hayatlarına değil, kendi yaşamlarını kurma çabalarına da yakından tanık oldum. Kimi zaman gelecekte heyecanla söz ettiler, kimi zaman hangi yöne gideceklerini bilememenin ağırlığını taşıdılar. Değişmeyen ise kendilerine ait bir hayat kurma, kararlarının sorumluluğunu üstlenme ve bütün bunları yaparken önem verdikleri bağları koruma istekleriydi.

Yıllar içinde öğrencilerimin yalnızca bir meslek edinmeye hazırlanmadıklarını gördüm. Aynı zamanda belirsiz bir gelecekte kendilerine yer açmaya, aileleriyle ilişkilerini yeniden düzenlemeye, ekonomik sınırlılıklar içinde bağımsızlık kazanmaya ve başkalarının beklentileri arasında kendi seslerini duymaya çalışıyorlardı. Bazıları ne istediğini bildiği hâlde bunu gerçekleştirecek olanaklara sahip değildi. Bazıları önünde çok sayıda seçenek bulunmasına rağmen hangisinin sürdürülebilir olduğunu kestiremiyordu. Çalışıyor fakat geleceğini planlayamıyor, sorumluluk üstleniyor fakat kendisini bütünüyle yetişkin hissedemiyor, kendi kararlarını vermek istiyor fakat ihtiyaç duyduğu desteği kaybetmekten çekiniyordu. Bu gözlemler bana büyümenin yalnızca bireyin içinde gerçekleşen bir olgunlaşma süreci olmadığını yeniden tekrar düşündürdü. İnsan kendi hayatına yön vermeye çalışır; ancak önündeki yolları, bu yolların güvenliğini ve yaptığı seçimlerin bedelini tek başına belirlemez. Eğitim olanakları, çalışma koşulları, konut maliyetleri, aile ilişkileri ve toplumsal beklentiler, yetişkinliğin nasıl yaşanacağını doğrudan etkileyebilir. Bu nedenle bir gencin duraksamasını hemen kararsızlık, ailesinin yanında yaşamasını bağımlılık ya da yeniden başlamasını başarısızlık olarak değerlendirmek çoğu zaman yaşadığı hayatın önemli bir bölümünü gözden kaçırmak anlamına gelir.

Beliren yetişkinlik dönemine yönelik akademik ilgim doktora tezime uzanıyor. Tez çalışmam sırasında bu dönemin ne çocukluğun uzantısı ne de tamamlanmış bir yetişkinliğin eksik biçimi olduğunu daha açık biçimde görmeye başladım. Zamanla araştırmaların sunduğu kavramsal çerçeve ile

gençlerin anlattıkları arasında güçlü bir bağ oluştu. Bilimsel çalışmalar bana yaşananları adlandırabileceğim kavramlar verdi; gençlerle kurduğum temas ise bu kavramların gerçek hayatta ne kadar farklı, katmanlı ve insani karşılıkları olduğunu gösterdi. Bu kitap, söz konusu iki bilgi kaynağının yıllar boyunca birbirini beslemesinden doğdu. Bu yaşam dönemini zaman zaman kendi kanatlarıyla uçmaya çalışan bir kuşa benzetiyorum. Uçmak için kanatların güçlenmesi gerekir; fakat yalnızca güçlü kanatlara sahip olmak yeterli değildir. Havalanılacak zeminin, karşıdan esen rüzgârın, görüş mesafesinin ve yorulduğunda konulabilecek bir dalın varlığı da önemlidir. Bazı gençler açık bir gökyüzünde kanat çırparken bazıları yönünü sert rüzgârlar altında bulmaya çalışır. Kimileri uzaklaşabilmek için, kimileri ise bağlarını kaybetmeden ilerleyebilmek için çaba gösterir. Aynı yaşta olmak, aynı gökyüzünün altında uçmak anlamına gelmez. Bu benzetme gençleri kırılğan ya da korunmaya muhtaç varlıklar olarak görmeyi gerektirmiyor. Tam tersine, onların belirsizlik içinde gösterdikleri çabayı, yeniden başlama cesaretini ve sınırlı seçenekler arasında kurdukları hareket alanını tanımaya çağırıyor. Bununla birlikte, bütün sorumluluğu onların kanatlarına yüklemememiz gerektiğini de hatırlatıyor. Her duraksama isteksizlikten, her geri dönüş yetersizlikten, her gecikme sorumluluktan kaçıştan kaynaklanmaz. Bazen insan henüz hazır olmadığı için değil, önünde güvenle ilerleyebileceği bir yol bulunmadığı için bekler.

Bu kitabı yazarken amacım gençlere nasıl yaşamaları gerektiğini söylemek olmadı. Yetişkinliğin tek bir doğru biçimi ya da herkes için geçerli bir zaman çizelgesi bulunduğuna da inanmıyorum. Bunun yerine, büyümenin bugün hangi koşullarda gerçekleştiğini; bireysel seçimlerle toplumsal imkânların, özerklikle bağlılığın, umutla belirsizliğin nasıl iç içe geçtiğini anlamaya çalıştım. Gençleri kişisel eksikliklerle açıklayan kolay yargılar kadar, onları koşullar karşısında bütünüyle edilgin gören yaklaşımlardan da uzak durmak istedim.

Bu kitabın gençlerin yaşadıklarını daha doğru adlandırmalarına, ailelerin çocuklarının çabasına başka bir yerden bakmalarına ve eğitimcilerin karşılarında yalnızca bir öğrenci değil, kendi hayatını kurmaya çalışan bir insan olduğunu yeniden hatırlamalarına katkı sunmasını umuyorum. Belki de büyümeyi anlamanın ilk adımı, kimin ne kadar hızlı uçtuğunu karşılaştırmak değil; herkesin hangi rüzgârın içinde kanat çırpıp çıktığını görebilmektir.

Bu kitap, yıllardır hayatlarına tanıklık etmeme izin veren gençlere duyduğum merakın, saygının ve sorumluluğun bir ürünüdür. Onlardan çok şey öğrendim. Şimdi bu sayfaların, onların deneyimlerini yargılamadan anlamaya çalışan daha geniş ve daha insafli bir konuşmaya alan açmasını diliyorum.

Ezgi LİF

GİRİŞ

BÜYÜMEK ZORLAŞTI MI?

Yetişkinliğin değişen koşullarını nasıl anlamalıyız?

Yirmili yaşlarının sonundaki bir insan aynı gün içinde birbirine zıt görünen iki gerçeği yaşayabilir. Bir yandan kararlarını kendisi verir, çalışır, bakım sorumluluğu üstlenir ve başkalarının güvenebileceği biri olur. Öte yandan ne işinin ne evinin ne de yakın ilişkilerinin birkaç yıl sonra nasıl görüneceğini bilir. Çevresi ona yetişkin gibi davranmasını beklerken kendi yaşamını kurabileceği maddi ve kurumsal zemini her zaman sunmaz. Böyle anlarda “Büyümek neden bu kadar zorlaştı?” sorusu kişisel bir yakınmanın ötesine geçer.

Bu sorunun kolay bir cevabı varmış gibi görünür. Gençlerin daha kararsız, daha kırılgan, daha seçici ya da sorumluluk almaya daha isteksiz olduğu söylenebilir. Geçmiş kuşakların daha erken çalıştığı, evden ayrıldığı ve aile kurduğu hatırlatılır. Böylece değişen dünya, karakter hakkında verilen bir hükme dönüşür. Oysa aynı davranış farklı koşullarda farklı anlamlar taşır. Aile evinde yaşamak bir kişi için ekonomik zorunluluk, bir başkası için karşılıklı bakım, bir diğeri için eğitimini sürdürebilmenin yolu olabilir. Bir işe yerleşememek yönsüzlükten kaynaklanabileceği gibi, işin süreklilik ve geçim sağlamamasından da doğabilir.

Bu kitap, yetişkinliğin zorlaşmasını gençlerin içindeki bir eksiklikle açıklamıyor. Bunun yerine yetişkin olmanın ölçütleriyle bu ölçütlere ulaşmayı mümkün kılan koşullar arasındaki mesafeye bakıyor. Eğitim uzarken diploma ile güvenli iş arasındaki bağın zayıflaması, konut maliyetlerinin gelirden hızlı artması, aile desteğinin kamusal güvence boşluklarını üstlenmesi ve yaşam yollarının daha sık yön değiştirmesi bu mesafeyi genişletebilir. Yine de yapısal koşulları vurgulamak, insanları edilgin varlıklar olarak görmek anlamına gelmez. İnsanlar sınırlı seçenekler içinde karar verir, ilişkilerini müzakere eder, yeniden başlar ve kimi zaman kendilerine açılan yolun yönünü değiştirir.

Yetişkinlik burada tek bir yaş, tören ya da demografik konum olarak ele alınmıyor. Hukuki statü, ekonomik bağımsızlık, gündelik sorumluluk, kendi kararlarını verebilme, yakın ilişkilerde karşılıklılık ve kişinin kendisini