



YALNIZLIK ÖLÇEĞİ, YALNIZLIK TERCİHİ ÖLÇEĞİ VE SOSYAL İZOLASYON ÖLÇEĞİ: GELİŞTİRME VE İLK GEÇERLİK ÇALIŞMALARI¹

Loneliness Scale, Solitude Scale And Social Isolation Scale: Development And Initial Validation Studies

Uzm. Klnk. Psk. Behmen ÇELİKBAŞ

İstanbul/Türkiye

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3427-2015>

Doç. Dr. Arkun TATAR

Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Manisa/Türkiye

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2369-9040>

Cite As: Çelikbaş, B. & Tatar, A. (2021). “Yalnızlık Ölçeği, Yalnızlık Tercihi Ölçeği Ve Sosyal İzolasyon Ölçeği: Geliştirme Ve İlk Geçerlik Çalışmaları”, International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 7(43): 665-676.

ÖZET

Bu çalışma, çok boyutlu yalnızlık deneyimini oluşturan üç yapıyı, yalnızlığı, yalnızlık tercihini ve sosyal izolasyonu tanımlamak, açıklamak ve ölçmek için yapılmıştır. Bu amaçla üç ayrı uygulama yürütülmüştür. İki aşamadan oluşan birinci uygulamaya 18 uzman psikolog, maddeleri değerlendirmek amacıyla katılmıştır. İkinci uygulamaya 488 kişi (erkek %46,1 ve kadın %53,9) katılmıştır ve bu uygulamada madde havuzu (üç ölçek için toplam 163 madde) uygulanmıştır. İkinci uygulama sonrasında Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal İzolasyon Ölçeği için 14 ve Yalnızlık Tercihi Ölçeği için 11 madde seçilmiştir. Üçüncü uygulamaya 196 kişi (erkek %41,8 ve kadın %58,2) katılmıştır. Bu uygulamada yalnızlık, depresyon, farklı boyutlarıyla iyi oluş, benlik saygısı ve Beş Faktör Modeli ile kişilik ölçümü dahil edilmiştir. Bu uygulamada iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı, Yalnızlık Ölçeği için 0,88, Yalnızlık Tercihi Ölçeği için 0,82, Sosyal İzolasyon Ölçeği için 0,92 olarak hesaplanmıştır. Geliştirilen ölçeklerin diğer ölçümlerle beklenen yönde ilişkiler gösterdiği görülmüştür. Son işlem olarak ölçek toplam puanları sosyo-demografik gruplar açısından karşılaştırılmış ve elde edilen sonuçlar ilgili alan yazın doğrultusunda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, Yalnızlık Tercihi, Sosyal İzolasyon

ABSTRACT

This study was conducted to define, explain and measure to the three structures, loneliness, solitude and social isolation which comprise the multidimensional experience of loneliness. For this purpose, three different applications were carried out. Eighteen expert psychologists participated in the first part, which consisted of two stages, in order to evaluate the items. 488 individuals (46.1% men and 53.9% women) participated in the second application and the item pool (total 163 items for three scales) was applied in this part. After second application, 14 items for Loneliness Scale and Social Isolation Scale and 11 items for Solitude Scale were selected. 196 individuals (41.8% men and 58.2% women) were participated in the third application. In this part, loneliness, depression, well-being with different dimensions, self-esteem and personality measurement with the Five Factor Model were included. In this application, internal consistency reliability coefficient was calculated as 0.88 for Loneliness Scale, 0.82 for Solitude Scale, and 0.92 for Social Isolation Scale. It was observed that the developed scales showed relationships in the expected direction with other measurements. As a final stage, the total scores of scales were compared in terms of socio-demographic groups and the results were discussed in line with the relevant literature.

Key words: Loneliness, Solitude, Social Isolation

1. GİRİŞ

Ruh sağlığının önemli bir bileşeni olarak değerlendirilen sosyal etkileşim, birçok psikolojik değişkenin düzeyi açısından önemli olmaktadır (Baumeister ve Leary, 1995; White ve ark., 2015). Sosyal etkileşimin ilişkili olduğu psikolojik değişkenlerden biri de yalnızlıktır (loneness) (Watanabe ve ark., 2020). Mekansal ve durumsal birçok özelliği barındıran yalnızlık, bireyin bulunduğu ortamda başka birilerinin bulunmaması ve bu süreçte herhangi bir iletişimin olmaması gibi parametreleri içermektedir (Detrixhe ve ark., 2014; Uziel, 2016). Yalnızlığın birçok türü ya da boyutu bulunmaktadır (Galanaki, 2004). Bu boyutlar genel olarak olumsuz sonuçlarla öne çıkarken bazı boyutlar da olumlu sonuçlara neden olabilmektedir (Burns ve Machin, 2013; Shvedko ve ark., 2018; Uziel, 2016). Psikoloji yazınında, diğer yalnızlık boyutlarına göre yalnızlık (loneliness), yalnızlık tercihi (solitude) ve sosyal izolasyon (social isolation) boyutlarına yönelik çalışmalara daha fazla rastlanmaktadır (Hawkley ve Cacioppo, 2010; Larson, 1990; Russel ve ark., 1984). Bu yalnızlık boyutlarının farklılıklarını belirleme sürecinde, ilgili boyutların etkileşimsel ve yapısal bağlamlarda ele alındığı görülmektedir. Etkileşimsel bağlam ilgili yalnızlık boyutunu durumsal değişkenler temelinde ele

¹ Birinci yazarın yüksek lisans tezinin yeniden düzenlenmesiyle hazırlanmıştır



alırken yapısal bağlam zamansal açıdan ilgili boyutu durağan olup olmaması temelinde değerlendirmektedir (Diekema, 1992; Hammitt, 1982; Leary ve ark., 2003).

Yalnızlık, içinde birçok olumsuz duygu ve düşüncenin yer aldığı, kişinin kendisini tek başına, kimsesiz hissettiği, sahip olduğu kişiler arası ilişkilerden hoşnut olmadığı, endişe ve kaygı dolu bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Lim ve ark., 2016; Long ve Averill, 2003; Russel ve ark., 1980). Sosyal ilişkilerin niceliğinden ziyade niteliğine yönelik algısal bir tutarsızlık olarak da tanımlanan (Heinrich ve Gullone, 2006; Lim ve ark., 2016) yalnızlık, kişiyi rahatsız eden, sosyal ilişkilere yönelik bir özlem içeren ve kaybedildiği düşünülen ilişkileri telafi etme düşünceleriyle geçen acı verici bir süreçtir (Holmes, 1986; Russel ve ark., 1980). Yalnızlığın artmasına bağlı olarak depresif duygudurumun (Buecker ve ark., 2019; Clarke, 2004), benliğe yönelik olumsuz eleştirilerin (Campagne, 2019; Capitano ve ark., 2019) arttığı buna karşın fiziksel sağlığın (Hawkley ve Cacioppo, 2010) ve genel iyi oluş düzeyinin (Sun ve ark., 2019) azaldığı bildirilmektedir.

Yalnızlık tercihi, kısaca, bireyin sosyal etkileşimde bulunmak yerine tek başına vakit geçirmek amacıyla yaptığı eylemler dizisi olarak tanımlanmaktadır (Burger, 1995). Yalnızlık tercihi, tek başına olmanın yanı sıra kalabalık bir ortamda etkileşimde bulunmamak olarak da bilinmektedir (Hollenhorst ve Jones, 2001). Yalnızlık tercihi diğer yalnızlık boyutlarına göre pozitif sonuçlarla öne çıkan ya da daha az olumsuz sonuçlarla bilinen bir yalnızlık boyutudur. Kendini tanıma, kendini gerçekleştirme, bilişsel yenilenme, yaratıcılık gibi birçok nedenden dolayı bireyler yalnızlığı tercih etmektedirler (Bernreuter, 1933; Diekema, 1992; Dossey, 2016; Goossens ve ark., 2009; Larson ve ark., 1985; Shrapnel ve Davie, 2001). Yalnızlık tercihi kavramsallaşırdıktan sonra yalnızlığa farklı bir bakış açısı getirilmiş ve yalnızlık sürecinin yalnızca olumsuz sonuçlara değil aynı zamanda olumlu sonuçlara da sebep olduğu belirtilmiştir (Cramer ve Lake, 1998). Yalnızlık tercihi, mahremiyete, ruhsal yaşantıya önem veren ve stresten uzaklaşmak amacıyla doğal ortamlara yönelen bireylerde sıklıkla gözlenmektedir (Hollenhorst ve Jones, 2001). Yalnızlık tercihi genel olarak olumlu sonuçlara sebep olmakla birlikte sosyal ve duygusal yalnızlık gibi olumsuz sonuçları da görülmektedir (Lee ve Scott, 2017).

Sosyal izolasyon, sosyal ilişkilerin az olması veya hiç olmaması ile karakterize bir olgudur. Ancak sosyal izolasyon, bireyin tercihlerinden ve sosyal ilişkilere yönelik algılarından ziyade sosyal ilişkilerden dışlanma olarak bilinmektedir. Kişinin sosyal ilişkilere girmeye istekli, ilişkiyi başlatmak için yeterli becerilere sahip olmasına rağmen belirli bazı nedenlerden dolayı izole edilmesidir. Bu durum, ileri yaş, engelli olmak, düşük eğitim düzeyi, düşük gelir durumu, eş kaybı vb. bireysel parametreler; aile, iş ve sosyal ilişkilerin nicelik ve nitelik bakımından eksik olması gibi sosyal parametreler ve toplumsal, kültürel ve sosyal politikalar gibi parametrelerden dolayı meydana gelebilmektedir (Bailey ve Moore, 2018; Coohy, 1996; Finlay ve Kabayashi, 2018; Kelly ve ark., 2019; Repke ve Ipsen, 2019). Sosyal izolasyon, kişiler arası ilişkiler çerçevesinde "aktif izolasyon" ve "sosyal geri çekilme" olarak iki farklı şekilde tanımlanmaktadır. Aktif izolasyon başkaları tarafından reddedilme, sosyal dışlanma, kabul edilmeme durumlarını, sosyal geri çekilme ise sosyal ilişkilere ilgisi olmama ve sosyal ilişkilere girmede kaçınan olma durumlarını içermektedir. Sosyal ilişkilere ilgisi olmayanlar, sosyal ilişki geliştirmek için yeterli sosyal becerilere sahip olup yalnızlığı tercih eden, sosyal ilişkilerde kaçınan olanlar ise sosyal ilişki geliştirmek için yeterli sosyal becerilere sahip olmayan grubu oluşturmaktadırlar (Keith ve ark., 1990; MacDonald, 1970; Nino ve ark., 2016). Sosyal izolasyon genel olarak olumsuz çıktılarla öne çıkan bir yalnızlık boyutu olarak değerlendirilmektedir (Kelly ve ark., 2019; Shvedko ve ark., 2018).

Yalnızlık süreci hem olumlu hem de olumsuz bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Detrixhe ve ark., 2014; Uziel, 2016). Bu doğrultuda da yalnızlığın farklı yönlerine odaklanılmakta ve sonuçlarına göre farklı şekillerde tanımlanmaktadır (Burger, 1995; Russel ve ark., 1980). Yalnızlık, yalnızlık tercihi ve sosyal izolasyon olguları değişen düzeylerde ilişkili olmaktadır (Helm ve ark., 2018). Yalnızlık, sosyal izolasyon ile yüksek düzeyde ilişkili olmakta ve bazı kaynaklara göre sosyal izolasyon, yalnızlığın nicel tarafı olarak değerlendirilmektedir (Lim ve ark., 2016). Bu iki olgu yüksek düzeyde ilişkiye sahip olsa da yalnızlığın öznel, sosyal izolasyonun da nesnel durumlar içermesinden dolayı iki olgunun farklı olduğu bildirilmektedir (Cattan ve ark., 2005; Cotterell ve ark., 2018; Holt-Lunstad ve ark., 2015). Yalnızlık tercihi ise bu iki olguya daha az benzemekle birlikte hem yalnızlıkla hem de sosyal izolasyonla düşük düzeyde ilişki göstermektedir (Burger, 1995; Larson, 1990; Larson ve ark., 1985). İlgili yazında üç olgunun farklılıkları gözetilerek bu olguların ölçülmeye çalışıldığı görülmektedir (Burger, 1995; Russel ve ark., 1980). Yalnızlığın ölçülmesi amacıyla çok sayıda ölçme aracı geliştirilmişken yalnızlık tercihi ve sosyal izolasyonun ölçülmesinde daha az sayıda ölçme aracının olduğu gözlenmektedir. Türkçe alan yazında ise üç olgunun ölçülmesi amacıyla geliştirilen Türkçe bir ölçme aracına rastlanmamaktadır. Yalnızlık tercihi ve sosyal izolasyon için çeviri ya

da uyarlama çalışmaları gözlenmezken yalnızlığın değerlendirilmesinde Türkçeye çevirisi yapılan birçok ölçme aracı bulunmaktadır. Bu sunulanlar doğrultusunda, bu çalışmada, yalnızlığın üç yönüne yönelik üç ölçme aracının geliştirilmesi amaçlanmıştır.

2. YÖNTEM

Bu çalışma kapsamında, a) yalnızlığın farklı boyutlarına yönelik madde havuzlarının oluşturulması, b) madde havuzlarından ölçeklere madde seçilmesi, c) geliştirilen ölçeklerin psikometrik özelliklerinin incelenmesi şeklinde üç aşamalı ve üç uygulama içeren bir süreç yürütülmüştür.

2.1. Madde Havuzunun Oluşturulması

Çalışmada, öncelikle olguları ölçmek amacıyla oluşturulacak ölçeklerin madde tipi belirlenmiş ve psikolojik sözcük temelli (psycho-lexical) maddelerin kullanılması planlanmıştır. Bu amaçla ilgili alan yazın dikkate alınarak ve Türkçe için listelenmiş toplamda 4164 maddelik psikolojik sözcük havuzundan (Tatar, 2020), belirlenen üç olgunun ölçülmesi amacıyla madde seçilmiştir. Seçilen maddelerin yanı sıra yine ilgili alan yazın dikkate alınarak ayrıca başka maddeler de eklenmiştir. Böylece yalnızlığı (örnek, yalnız), yalnızlık tercihini (örnek, yalnızlıktan hoşlanan) ve sosyal izolasyonu (örnek, yalnızlığa itilmiş) temsil eden üç madde havuzu oluşturulmuştur. Ancak sosyal izolasyon için düşük gelir grubundan olma, fiziksel engeli olma gibi bazı özellikler madde seçiminde dikkate alınarak kapsam dışı tutulmuş ve sadece sosyal ilişkilere yönelik maddelere yer verilmiştir.

2.2. Birinci Uygulama

Bu uygulama, iki tekrar çalışmasıyla yürütülmüş ve madde havuzu oluşturma sürecinde, uzman görüşlerine de başvurulmuştur. Uzmanlardan üç boyut için seçilen maddelerin ilgili yapıyı ölçüp ölçmediğini ve maddelerin ifade yönünü puanlayarak değerlendirmeleri istenmiştir. Yalnızlık için iki, yalnızlık tercihi ve sosyal izolasyon için de bir kez uzman görüşü alınmıştır. Uzman değerlendirme puanları Kendall W İyi Uyuşum Katsayısı ile değerlendirilmiştir. Tamamı psikolog olan uzmanların görüşleri doğrultusunda madde havuzlarında çıkarmalar, düzeltmeler ve bazı eklemeler yapılmıştır. Örneğin, uzman görüşlerinden elde edilen verilerin analizi sonucunda uyum açısından düşük ortalama değerine sahip maddeler atılmıştır. Bütün bu işlemler sonucunda başlangıçta 214 maddeden oluşan yalnızlık madde havuzu önce 81'e daha sonra 53'e düşürülmüştür. Yalnızlık tercihi madde havuzu başlangıçta 67 madde iken bu işlemlerden sonra 61'e indirilmiş daha sonra 5 yeni madde eklenerek 66 maddeye çıkarılmıştır. Sosyal izolasyon için de 44 maddeden oluşan bir havuz oluşturulmuştur. Daha sonra ölçeklerin madde havuzları tek bir form haline getirilerek, madde seçme işlemi için veri toplanması amacıyla ikinci uygulamaya geçilmiştir.

2.3. İkinci Uygulama

2.3.1. Katılımcılar

İkinci uygulama 225 erkek (%46,1) ve 263 kadın (%53,9) olmak üzere 17-57 yaşları arasında bulunan toplam 488 kişi ile yürütülmüştür.

2.3.2. Araç-Gereç

Bu uygulama, üç olgu için hazırlanmış olan toplam 163 maddelik formun uygulanmasıyla yürütülmüştür. Maddeler beşli Likert tipi (1 = Beni Hiç Tanımlamıyor, 5 = Beni İyi Tanımlıyor) cevap seçenekleriyle sunulmuştur. Ayrıca sosyo-demografik değişkenleri içeren bir ankete yer verilmiştir.

2.3.3. Uygulama

Uygulama internet ortamında çevrimiçi olarak yürütülmüştür. Form bağlantı adresi sosyal medya aracılığıyla paylaşılmış ve katılımcılardan çalışmayı açıklayan bilgi formunu okuyarak gönüllü olarak çalışmaya katılmaları koşuluyla devam etmeleri istenmiştir. Oluşturulan formu yanıtlama süresi yaklaşık 15 dakika olarak belirlenmiştir.

2.3.4. Verilerin Analizi

Bu uygulamada, verilerin analizi, maddelerin seçilmesi amacıyla güvenilirlik ve madde analizi yöntemleriyle yapılmıştır. Üç olgunun birbirinden ayrılması ise açıklayıcı faktör analizi ile incelenmiştir.

2.3.5. Sonuçlar

Her bir ölçeğe madde seçme sürecinde, madde analizi yapılmış ve öncelikle 0,30'un altında madde-ölçek toplam puan korelasyon değerine sahip olan maddeler karılmıştır. Döngüsel olarak tekrarlanarak her madde çıkarma işleminden sonra madde analizi yeniden yapılmıştır. Bir ölçekten madde karıldıktan sonra üç ölçek için öngörülen ayrışmanın gerçekleşip gerçekleşmediği açıklayıcı faktör analizi ile test edilmiş, bu noktada ilgili ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısının beklenen düzeyde veya üzerinde gerçekleştiğinde ise madde atma / seçme işlemi sürdürülmüştür. Bütün bu işlemlerden sonra Yalnızlık leği için 53 maddeden 14 madde, Yalnızlık Tercih leği için 66 maddeden 11 madde ve Sosyal İzolasyon leği için 44 maddeden 14 madde seçilmiştir. Seçilen maddelerin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı Yalnızlık leği için 0,91, Yalnızlık Tercih leği için 0,82, Sosyal İzolasyon leği için 0,93 elde edilmiştir (Tablo 1). Yine lekler için aynı sırayla seçilen maddeler için madde-ölçek toplam puan korelasyonları 0,45-0,74, 0,32-0,67 ve 0,54-0,75 arasında belirlenmiştir. Ölçeklere madde seçme işlemi bu noktada bitirilerek gererlilik çalışmaları için üçüncü uygulamaya geçilmiştir.

Tablo 1. Geliştirilen  ölçek için Cronbach Alfa İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları

	İkinci Uygulama (n = 488)	nc Uygulama (n = 196)
Yalnızlık leği	0,91	0,88
Yalnızlık Tercih leği	0,82	0,82
Sosyal İzolasyon leği	0,93	0,92

2.4. nc Uygulama

2.4.1. Katılımcılar

Bu uygulamaya, 82 erkek (%41,8) ve 114 kadın (%58,2) olmak üzere 17-49 yaşları arasında toplam 196 kişi katılmıştır.

2.4.2. Araç-Gereç

nc uygulamada, geliştirilen  ölçek, yakınsak ve ayırt edici geçerlik işlemleri için UCLA Yalnızlık leği, Beck Depresyon Envanteri, yetişkinler için Kişisel İyi Oluş İndeksi, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, Büyük Beş-50 Kişilik Testi, PERMA leği ve sosyo-demografik anket tüm katılımcılara verilmiştir.

İkinci uygulama sonucunda oluşturulan Yalnızlık leği'nde 3, 7 ve 10 numaralı, Yalnızlık Tercih leği'nde 3 numaralı madde ters yönlü puanlanmaktadır. Ölçek formları, bu uygulama için ikinci uygulamada gzelenenler doğrultusunda uygulama kolaylığı sağlamak amacıyla l Likert tipi cevap seçeneği ile düzenlenmiştir. Cevaplar "1 = Beni Hiç Tanımlamıyor" ile "3 = Beni İyi Tanımlıyor" şekilde düzenlendikten sonra olası puan aralığı 14 maddeden oluşan Yalnızlık leği ve Sosyal İzolasyon leği için 14 ile 42 arasında, 11 maddeden oluşan Yalnızlık Tercih leği için de 11 ile 33 arasında gerçekleşmiştir. Ölçeklerden elde edilen yüksek puanlar, yalnızlık düzeyinin, yalnızlık tercihinin ve sosyal izolasyon düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Yalnızlığı ölçmek amacıyla geliştirilmiş ve Türkçeye çevrilmiş olan UCLA Yalnızlık leği, nc gözden geçirilmiş formu 20 maddeden oluşmaktadır. Dörtlü Likert tip cevaplama seçeneği ile uygulanan ölçekten alınan yüksek puanlar, yalnızlığa ilişkin algının fazlalığına işaret etmektedir (Demir, 1989; Russel ve ark., 1980).

Beck Depresyon Envanteri, Türkçe formu ters yönlü maddesi bulunmayan ve 0-3 arasında puanlan 21 maddeden oluşan bir lme aracıdır. 0-63 Arasında toplam puan elde edilen lme aracında yüksek puan yüksek depresyon düzeyine işaret etmektedir (Hisli, 1989).

Yetişkinler için Kişisel İyi Oluş İndeksi, Türkçe formu ters yönlü maddesi bulunmayan ve 0-10 arasında cevap seçeneği içeren sekiz maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, kişisel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Meral, 2014).

Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri, 12 alt boyutu bulunan 63 maddeden oluşan bir yetişkin form lme aracıdır. Envanterde yer alan ilk 10 madde Benlik Saygısı alt boyutunu oluşturmaktadır. lmektedir. Dörtlü cevap seçeneği içeren alt boyutta her madde ve cevap seçenekleri farklı şekilde puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanların düşük oluşu yüksek benlik saygısına işaret etmektedir (uhadaroğlu, 1985).

Büyük Beş-50 Kişilik Testi, her biri 10 maddeden içeren Dışadönüklük, Uyumluluk, Sorumluluk, Duygusal Dengelilik ve Zeka / Hayal Gücü olmak üzere beş faktrdan oluşmaktadır. Beşli Likert tipi cevap seçeneği

ile uygulanan ölçme aracında alınan yüksek puan, ilgili faktördeki özelliğin yüksek olduğunu göstermektedir (Goldberg, 1992; Tatar, 2017).

PERMA Ölçeği'nin adı Olumlu Duygular (Positive Emotions), Hayata Bağlanma (Engagement), Olumlu İlişkiler (Positive Relationships), Anlam (Meaning) ve Başarı (Accomplishment) alt boyutlarının İngilizce isimlerinin baş harflerinden oluşmaktadır. Bu alt boyutlar dışında Olumsuz Duygular ve Sağlık alt boyutlarını da içermektedir. Ayrıca 7, 12, 14 ve 20. maddeleri ters yönlü olarak puanlan ölçüğün genel toplam puanı da hesaplanmaktadır. Ölçekten elde edilen toplam puanların yüksek oluşu ilgili özelliğinin yüksekliğine işaret etmektedir (Demirci ve ark., 2017).

2.4.3. Uygulama

Bu uygulamada da veriler, internet ortamında çevrimiçi olarak toplanmıştır. Önceki uygulamayla aynı olacak şekilde form bağlantı adresi sosyal medya aracılığıyla paylaşılmış ve katılımcılardan çalışmayı açıklayan bilgi formunu okuyarak gönüllü olarak çalışmaya katılmaları koşuluyla devam etmeleri istenmiştir. Ölçek maddelerinin yanıtlama süresi ortalama 40 dakika olarak hesaplanmıştır.

2.4.4. Verilerin Analizi

Bu uygulama verisinde önce kullanılan tüm ölçeklerin içtutarlılık güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Daha sonra geliştirilen üç ölçeğin betimleyici istatistikleri ve birbirleri ile ilişki düzeyleri incelenmiştir. Ayrıca kriter bağımlı geçerlilik işlemleri kapsamında yakınsak ve ayırt edici geçerlik için çalışmada uygulanan diğer ölçeklerle Pearson Korelasyon Analiziyle korelasyon katsayıları belirlenmiştir. Uygulama verisi için son işlem olarak sosyo-demografik değişken gruplarının geliştirilen ölçeklere ilişkin toplam puan ortalamaları bağlantısız gruplar için t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılarak gruplar arası farklılıklar açısından değerlendirilmiştir.

2.4.5. Sonuçlar

Güvenirlik ve madde analizi sonuçlarına göre Yalnızlık Ölçeği için Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,88 olarak belirlenmiştir. Ölçekte yer alan maddelerin madde-ölçek toplam puan korelasyonları ise 0,35 ile 0,72 arasında gerçekleşmiştir. Yalnızlık Tercihi Ölçeği için Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,82, maddelerinin madde-ölçek toplam puan korelasyon katsayıları ise 0,29 ile 0,65 arasında hesaplanmıştır. Aynı şekilde Sosyal İzolasyon Ölçeği'nin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,92 maddelerin madde-ölçek toplam puan korelasyon katsayıları ise 0,56 ile 0,73 arasında belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Geliştirilen Üç Ölçek için Madde Analizi Sonuçları

Maddeler (n = 196)	Yalnızlık Ölçeği		Yalnızlık Tercihi Ölçeği		Sosyal İzolasyon Ölçeği	
	Madde-Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Çıktığında Ölçek Alfa'sı	Madde-Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Çıktığında Ölçek Alfa'sı	Madde-Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Çıktığında Ölçek Alfa'sı
1	0,55	0,88	0,65	0,79	0,71	0,92
2	0,60	0,87	0,56	0,80	0,70	0,92
3	0,51	0,88	0,33	0,82	0,57	0,92
4	0,72	0,87	0,57	0,80	0,67	0,92
5	0,69	0,87	0,52	0,80	0,69	0,92
6	0,69	0,87	0,53	0,80	0,69	0,92
7	0,39	0,88	0,65	0,79	0,67	0,92
8	0,49	0,88	0,47	0,81	0,71	0,92
9	0,49	0,88	0,29	0,82	0,66	0,92
10	0,47	0,88	0,39	0,81	0,69	0,92
11	0,35	0,88	0,41	0,81	0,56	0,92
12	0,65	0,87			0,73	0,92
13	0,52	0,88			0,66	0,92
14	0,67	0,87			0,57	0,92

Geliştirilen üç ölçeğin betimleyici istatistik değerleri hesaplanmış ve ölçekler arası korelasyonları belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Yalnızlık Tercihi Ölçeği'nin toplam puanı ile Yalnızlık Ölçeği toplam puanı arasında 0,28 ($p < 0,001$) ve Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puanı arasında 0,27 ($p < 0,001$); Yalnızlık Ölçeği toplam puanı ile Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puanı arasında da 0,67 ($p < 0,001$) korelasyon katsayısı hesaplanmıştır (Tablo 3).

Tablo 3. Geliştirilen Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri ve Toplam Puanları Arası Korelasyon Katsayıları

(n=196)	Ort.	s	Yalnızlık Tercih Ölçeği	Sosyal İzolasyon Ölçeği
Yalnızlık Ölçeği	21,81	5,64	0,28***	0,67***
Yalnızlık Tercih Ölçeği	20,46	4,64		0,27***
Sosyal İzolasyon Ölçeği	17,51	5,14		

***p<0,001

Bu çalışmanın katılımcı grubunda, kriter ölçek olarak kullanılan diğer ölçme araçlarının alt boyut ve genel toplamları için iç tutarlılık güvenirlik katsayıları 0,46 ile 0,91 arasında belirlenmiştir (Tablo 4). Ayrıca kriter bağımlı geçerlilik işlemleri kapsamında, geliştirilen üç ölçeğin toplam puanlarının diğer ölçek toplam puanlarıyla korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Sonuçlara göre Yalnızlık Ölçeği toplam puan ile UCLA Yalnızlık Ölçeği toplam puanı arasında 0,63, Beck Depresyon Envanteri toplam puanı arasında 0,62, Kişisel İyi Oluş İndeksi toplam puanı arasında -0,54, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri toplam puanı arasında 0,65, kişilik ölçümü olarak alınan Dışadönüklük faktörü toplam puanı arasında -0,26, Uyumluluk faktörü toplam puanı arasında -0,21, Sorumluluk faktörü toplam puanı arasında -0,23, Duygusal Dengelilik faktörü toplam puanı arasında -0,55, PERMA Ölçeği genel toplam puanı arasında -0,63, PERMA Ölçeği alt boyutları olarak Olumlu Duygular toplam puanı arasında -0,60, Hayata Bağlanma toplam puanı arasında -0,46, İyi / Olumlu İlişkiler toplam puanı arasında -0,50, Yaşamın Anlamı toplam puanı arasında -0,54, Başarı toplam puanı arasında -0,51, Olumsuz Duygular toplam puanı arasında 0,45, Sağlık toplam puanı arasında -0,33 korelasyon katsayısı bulunmuştur. Bu değerlere karşın Yalnızlık Ölçeği toplam puanının Zeka / Hayal Gücü faktörü toplam puan ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki göstermediği belirlenmiştir ($r = -0,05$) (Tablo 4).

Yalnızlık Tercih Ölçeği toplam puan ile UCLA Yalnızlık Ölçeği toplam puanı arasında 0,39, Beck Depresyon Envanteri toplam puanı arasında 0,25, Kişisel İyi Oluş İndeksi toplam puanı arasında -0,17, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri toplam puanı arasında 0,16, kişilik ölçümü olarak alınan Dışadönüklük faktörü toplam puanı arasında -0,47, Uyumluluk faktörü toplam puanı arasında -0,23, Duygusal Dengelilik faktörü toplam puanı arasında -0,18, PERMA Ölçeği genel toplam puanı arasında -0,27, PERMA Ölçeği alt boyutları olarak Olumlu Duygular toplam puanı arasında -0,21, Hayata Bağlanma toplam puanı arasında -0,24, İyi / Olumlu İlişkiler toplam puanı arasında -0,25, Yaşamın Anlamı toplam puanı arasında -0,24, Başarı toplam puanı arasında -0,20 korelasyon katsayısı bulunmuştur. Bu değerlere karşın Yalnızlık Tercih Ölçeği toplam puanının, Sorumluluk faktörü toplam puanı ile ($r = 0,13$), Zeka / Hayal Gücü faktörü toplam puan ile ($r = 0,13$), Olumsuz Duygular toplam puanı ile ($r = -0,09$) ve Sağlık toplam puanı ile ($r = -0,03$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki göstermediği belirlenmiştir (Tablo 4).

Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puan ile UCLA Yalnızlık Ölçeği toplam puanı arasında 0,65, Beck Depresyon Envanteri toplam puanı arasında 0,46, Kişisel İyi Oluş İndeksi toplam puanı arasında -0,36, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri toplam puanı arasında 0,49, kişilik ölçümü olarak alınan Dışadönüklük faktörü toplam puanı arasında -0,29, Uyumluluk faktörü toplam puanı arasında -0,20, Sorumluluk faktörü toplam puanı arasında -0,20, Duygusal Dengelilik faktörü toplam puanı arasında -0,33, PERMA Ölçeği genel toplam puanı arasında -0,42, PERMA Ölçeği alt boyutları olarak Olumlu Duygular toplam puanı arasında -0,34, Hayata Bağlanma toplam puanı arasında -0,30, İyi / Olumlu İlişkiler toplam puanı arasında -0,42, Yaşamın Anlamı toplam puanı arasında -0,37, Başarı toplam puanı arasında -0,34, Olumsuz Duygular toplam puanı arasında 0,27, Sağlık toplam puanı arasında -0,22 korelasyon katsayısı bulunmuştur. Diğer ölçekler için elde edilen sonuçlara benzer şekilde Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puanının da Zeka / Hayal Gücü faktörü toplam puan ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki göstermediği belirlenmiştir ($r = -0,08$) (Tablo 4).

Tablo 4. Geliştirilen Ölçeklerin Diğer Ölçeklerle Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçek Toplam Puanları (n = 196)	Cronbach Alfa	Yalnızlık Ölçeği	Yalnızlık Tercih Ölçeği	Sosyal İzolasyon Ölçeği
UCLA Yalnızlık Ölçeği	0,90	0,63***	0,39***	0,65***
Beck Depresyon Envanteri	0,90	0,62***	0,25**	0,46***
Kişisel İyi Oluş İndeksi	0,83	-0,54***	-0,17*	-0,36***
Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri	-	0,65***	0,16*	0,49***
Büyük Beş-50 Kişilik Testi				
Dışadönüklük Faktörü	0,81	-0,26***	-0,47***	-0,29***
Uyumluluk Faktörü	0,71	-0,21**	-0,23**	-0,20**
Sorumluluk Faktörü	0,78	-0,23**	0,13	-0,20**
Duygusal Dengelilik Faktörü	0,84	-0,55***	-0,18*	-0,33***
Zeka / Hayal Gücü Faktörü	0,67	-0,05	0,13	-0,08
PERMA Ölçeği				

Ölçek Toplam Puanları (n = 196)	Cronbach Alfa	Yalnızlık Ölçeği	Yalnızlık Tercihi Ölçeği	Sosyal İzolasyon Ölçeği
Genel Toplam Puanı	0,91	-0,63***	-0,27***	-0,42***
Olumlu Duygular Alt Boyutu	0,87	-0,60***	-0,21**	-0,34***
Hayata Bağlanma Alt Boyutu	0,65	-0,46***	-0,24**	-0,30***
İyi / Olumlu İlişkiler Alt Boyutu	0,46	-0,50***	-0,25***	-0,42***
Yaşamın Anlamı Alt Boyutu	0,79	-0,54***	-0,24**	-0,37***
Başarı Alt Boyutu	0,74	-0,51***	-0,20**	-0,34***
Olumsuz Duygular Alt Boyutu	0,67	0,45***	-0,09	0,27***
Sağlık Alt Boyutu	0,84	-0,33***	-0,03	-0,22**

*p<0,05; **p < 0,01; ***p < 0,001

Çalışmada son işlem olarak gruplar arası farkların incelenmesi amacıyla cinsiyet, eğitim durumu ve medeni durum gruplarının Yalnızlık Ölçeği, Yalnızlık Tercihi Ölçeği ve Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puan ortalamaları farklı gruplar için t-testi ile karşılaştırılmıştır. Sonuçlara göre Yalnızlık Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından cinsiyet grupları arasında ($t_{194} = 0,16$; $p > 0,05$), eğitim durumu grupları arasında ($t_{194} = 1,15$; $p > 0,05$) ve medeni durum grupları arasında ($t_{194} = 0,57$; $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur. Aynı şekilde Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından cinsiyet grupları arasında ($t_{194} = 0,29$; $p > 0,05$), eğitim durumu grupları arasında ($t_{194} = 1,34$; $p > 0,05$) ve medeni durum grupları arasında da ($t_{194} = 0,62$; $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur. Yalnızlık Tercihi Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından cinsiyet grupları arasında ($t_{194} = 0,88$; $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur. Ancak eğitim durumu grupları arasında ($t_{194} = -2,07$; $p < 0,05$) ve medeni durum grupları arasında ($t_{194} = 3,00$; $p < 0,01$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır. Eğitim durumu grupları karşılaştırmasında lise ve altı eğitim durumu grubunun puan ortalaması (ort. = 19,53) üniversite grubunun puan ortalamasından (ort. = 20,96) ve medeni durum gruplarının karşılaştırmasında da evli olan grubun puan ortalaması (ort. = 18,47) bekar grubun puan ortalamasından (ort. = 20,96) daha düşüktür.

Ayrıca geliştirilen ölçeklerin toplam puan ortalamaları açısından yaş grupları ve gelir durumu grupları ANOVA ile karşılaştırılmıştır. Sonuçlara göre Yalnızlık Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur ($F_{3,192} = 0,66$; $p > 0,05$), ancak gelir durumu grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($F_{2,193} = 3,04$; $p < 0,05$). Gruplar arası farkı incelemek için yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre sadece gelir durumu iyi olan grubun puan ortalaması (ort. = 19,84) gelir durumu kötü olan grubun puan ortalamasından (ort. = 21,52) daha düşüktür. Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından yaş grupları arasında ($F_{3,192} = 1,89$; $p > 0,05$) ve gelir durumu grupları arasında ($F_{2,193} = 0,12$; $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur. Yalnızlık Tercihi Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından gelir durumu grupları arasında ($F_{2,193} = 1,54$; $p > 0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ancak yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($F_{3,192} = 3,04$; $p < 0,05$). Tukey testi sonucuna göre sadece 30 ve üstü yaş grubunun toplam puan ortalaması (ort. = 19,28) 21-25 yaş arası grubunun puan ortalamasından (ort. = 21,79) daha düşüktür.

3. TARTIŞMA

Çok boyutlu bir yapı olarak alınan yalnızlığın psikolojik süreçler açısından önemli sonuçları olduğu bildirilmektedir (Burger, 1995; Cacioppo ve Hawkey, 2009; Maes ve ark., 2014). Yalnızlık deneyimi bazı yönleriyle bireyler için olumsuz sonuçlara neden olurken diğer yönleriyle de olumlu değerlendirilmektedir (Burke, 1992; Russel ve ark., 1980). Bu açıdan yalnızlığın hem farklı yönlerinin tanımlandığı hem de ölçümlendiği görülmektedir (Galanaki, 2004; Maes ve ark., 2014; van Tilburg, 2020). Olgu bir yönüyle, bireyin sosyal ilişkilerin niteliği ve niceliğinden memnun olmadığı ve acı, hüznün gibi olumsuz duygular içeren boyut olarak tanımlanmaktadır (Russel ve ark., 1978). Diğer yönüyle sosyal izolasyon, arkadaş sayısının azlığı ve sosyal ağların yetersiz olması, bir grup katılımının olamaması gibi daha nesnel durumlara işaret etmektedir (Cacioppo ve Hawkey, 2009). Yalnızlığın bu yönlerine karşın, olumsuz duyguların görülmediği ya da görece daha az görüldüğü ve bireyin sosyal ilişkileri / etkileşimi değil de tek başına olmayı tercih ettiği diğer bir boyutu da kavramsallaştırılmaktadır. Yalnızlık tercihi olarak alınan bu yalnızlık boyutu, bireyin durumdan memnun olduğunu ifade etmektedir (Burger, 1995; Larson ve ark., 1985). Yalnızlığın çok boyutlu değerlendirilmesi açısından ilgili alan yazın incelendiğinde, özellikle olgunun ölçülmesi ile ilgili eksiklikler ve yetersizlikler görülmektedir. Bu çalışmada da çok boyutlu yapı olarak yalnızlık, yalnızlık tercihi ve sosyal izolasyonun tanımlanması, olgu olarak birilerinden farklılıklarının ortaya konulması ve ölçümleri için üç ayrı ölçeğin geliştirilmesi amaçlanmıştır. Daha sonra da geliştirilen ölçeklerin bazı psikometrik özelliklerinin incelenmesi hedeflenmiştir.

Çalışmada ilk işlem olarak ilgili olguların ölçülmesi amacıyla birer madde havuzu hazırlanmış ve madde havuzları iki ayrı uzman grubundan görüşleri alınarak yeniden düzenlenmiştir. Daha sonra madde havuzları katılımcı grubuna uygulandıktan sonra ölçeklerin madde seçme işlemleri gerçekleştirilmiştir. Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal İzolasyon Ölçeği'ne 14 ve Yalnızlık Tercihi Ölçeğine 11 madde seçilmiştir. Ölçeklerin için maddeler seçildikten sonra da geliştirilen formların psikometrik özellikleri yeni bir katılımcı verisinde incelenmiştir.

Geliştirilen ölçeklerin madde seçme işlemi gerçekleştirildikten sonra iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları ve madde ölçek toplam puan korelasyonları hesaplanmıştır. Üç ölçeğin de iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları beklenen düzeyin üzerinde gerçekleşmiştir. İlgili yazında iç tutarlılık güvenilirlik katsayısının 0,70'in üzerinde olması (Özgüven, 1999) ancak çok yüksek olmaması (Erkuş, 2016) gerektiği belirtilmektedir. Geliştirilen ölçekler de bu kriterleri karşılamaktadır. Benzer şekilde hem ikinci hem de üçüncü uygulamada ölçeklerde yer alan maddelerin madde ölçek toplam puan korelasyonları da istenen değerlerin üzerinde gerçekleşmiştir. Bir ölçme aracında yer alan maddelerin madde ölçek toplam puan korelasyonlarının en az 0,30 düzeyinde gerçekleşmesi beklenmektedir (DeVellis, 2014). Geliştirilen ölçeklerde yer alan maddelerin madde ölçek toplam puan korelasyonları hem ikinci hem de üçüncü uygulamada bu düzeyin üzerindedir.

Geliştirilen ölçeklerin madde analizi ve güvenilirlik işlemlerinden sonra bazı geçerlik işlemleri de yürütülmüştür. Bu doğrultuda üç ölçeğin kişilik özellikleri, depresyon, benlik saygısı, iyi oluş parametreleri ve diğer yalnızlık ölçümleriyle ilişkileri hesaplanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre, Yalnızlık Ölçeği'nden elde edilen ölçümlerle aynı yapıyı ölçen UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden elde edilen ölçümlerin, 0,63 oranında benzer olduğu görülmüştür. Bu benzerlik oranı doğrultusunda, Yalnızlık Ölçeği ile ölçülmesi hedeflenen özelliğin ölçüldüğü anlaşılmaktadır. Diğer taraftan Yalnızlık Ölçeği'nin, Sosyal İzolasyon Ölçeği'yle 0,67 ve depresyon ölçümüyle 0,62 oranında benzerlik gösterdiği belirlenmiştir. İlgili yazında, yalnızlığın hem depresyonla hem de sosyal izolasyonla yüksek düzeyde ilişkili olduğu belirtilmektedir (Lim ve ark., 2016; Martoncik ve Loksa, 2016). Ayrıca yalnızlık, benlik saygısıyla, genel iyi oluşla, kişisel iyi oluşla, fiziksel sağlıkla, olumlu duygularla, hayata bağlanmayla, olumlu ilişkilerle, yaşamın anlamıyla ve başarıyla negatif, olumsuz duygularla pozitif yönlü orta düzeyde korelasyon katsayısı ortaya kayacak şekilde ilişkili bulunmuştur. İlgili yazında yalnızlık arttıkça, benlik saygısının (Kelly ve ark., 2019), genel iyi oluşun (Sun ve ark., 2019), kişisel iyi oluşun (Cheng ve Furnham, 2002), fiziksel sağlığın ve olumlu duyguların (Best ve ark., 2014) azaldığı bildirilmektedir. Yalnızlık Ölçeği, kişilik özelliklerinden Zeka / Hayal Gücü faktörü dışında diğer dört faktörle negatif yönde ilişkili olarak belirlenmiştir. Elde edilen ilişkilerin de Duygusal Dengelilik faktörü dışında düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Yalnızlığın, duygusal dengelilik faktörü ile yüksek düzeyde, buna karşın dışadönüklük, uyumluluk ve sorumluluk faktörleriyle düşük düzeyde ilişkili olduğu bildirilmektedir (Buecker ve ark., 2019). Yalnızlık Ölçeği'nin, kriter geçerlik kapsamında ele alınan değişkenlerle olan ilişkilerinin tamamı alan yazın bulgularıyla benzer niteliktedir. Bütün bu sonuçlar doğrultusunda Yalnızlık Ölçeği'ne yönelik olarak elde edilen bulguların beklenen şekilde gerçekleştiği anlaşılmaktadır.

Yalnızlık Tercihi Ölçeği'nin geçerlik işlemleri kapsamında çalışmada ele alınan diğer değişkenlerle ilişki düzeyleri incelenmiştir. İlk olarak, yalnızlık tercihinin kişilik özellikleriyle ilişkileri incelenmiş ve dışadönüklük, uyumluluk ve duygusal dengelilikle negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Alan yazında yalnızlık tercihinin özellikle dışadönüklükle ilişkili olduğu ve dışadönüklük düzeyinin artmasına bağlı olarak yalnızlık tercihinin azaldığı bildirilmektedir (Burger, 1995; Teppers ve ark., 2013). Yalnızlık tercihi ile dışadönüklük arasında elde edilen sonuçlar, alan yazın bulgularıyla benzer nitelikte gerçekleşmiştir. Diğer taraftan yalnızlık tercihinin, yalnızlıkla, sosyal izolasyonla, depresyonla, benlik saygısıyla, genel iyi oluşla, kişisel iyi oluşla, olumlu duygularla, hayata bağlanmayla, olumlu ilişkilerle, yaşamın anlamıyla ve başarı ile düşük düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Çalışma bulgularına göre yalnızlık ve sosyal izolasyonun bu değişkenlerle olan ilişkileri, yalnızlık tercihinin bu değişkenlerle olan ilişkilerinden daha yüksek düzeyde gerçekleşmiştir. İlgili yazında yalnızlık tercihinin, yalnızlık ve sosyal izolasyona göre düşük düzeyde olumsuz sonuçlara sebep olduğu bildirilmektedir (Burger, 1995; Larson ve ark., 1985). Yalnızlık Tercihi Ölçeği'nin geçerlik işlemleri kapsamında elde edilen sonuçlar, ölçeğin geçerliliğine katkıda bulunmaktadır.

Sosyal İzolasyon Ölçeği için de geçerlik işlemleri kapsamında kriter olarak alınan değişkenlerle ilişkiler incelenmiştir. Sosyal İzolasyon Ölçeği'nin, kişilik ölçümü olan Zeka / Hayal Gücü faktörü dışındaki değişkenlerin tümüyle ilişkili olduğu görülmüştür. Sosyal izolasyon ve depresyon ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki belirlenmiştir. Sosyal izolasyonun depresyon için risk faktörü olduğu bilinmektedir (Russel ve ark., 1980). Bu çalışmada da sosyal izolasyonun hem yalnızlık

ölçümü hem de depresyon ölçümü ile yüksek düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar alan yazında sunulanlarla (Cattan ve ark., 2005; Cotterell ve ark., 2018) örtüşmektedir.

Farklı yönleriyle iyi oluşun ve benlik saygısının sosyal izolasyonla negatif, iyi oluşun ters yönlü değerlendirilen boyutu olan olumsuz duygularla da pozitif yönlü ilişkili olduğu ilgili çalışmalarda ortaya konulmaktadır. Sosyal izolasyonun, sosyal dışlanmayı kapsayan yapısı aynı zamanda benlik saygısıyla da ilişkilidir (Arslan, 2019; Çivitci ve Çivitci, 2009). Diğer bir ifadeyle sosyal izolasyonun artması iyi oluşu olumsuz yönde etkilemektedir (Victor ve ark., 2000). Bu nedenle Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puanı ile iyi oluşun ölçümüne yönelik olarak bu çalışmada alınan tüm ölçüm değerleri (genel toplam ve / veya alt boyut puanı) arasında ilişkiler görülmüştür. Sosyal izolasyonun sağlık üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu (Beller ve Wagner, 2018; Keith, ve ark., 1990; Kelly ve ark., 2019) yani kişisel iyi oluşa etki ettiği bildirilmektedir. Bu çalışmada da Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puanının artmasıyla birlikte iyi / olumlu ilişki, olumlu duygu ve başarı düzeyinde düşüş, buna karşın da olumsuz duygu düzeyinde artış gözlenmiştir. Sosyal izolasyon kişilik ölçümü olarak dışadönüklük, uyumluluk ve sorumluluk faktörleriyle düşük düzeyde, ancak duygusal denge faktörüyle yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Duygusal dengesizliğin sosyal dışlanma ve reddedilmeye potansiyel yatkınlık taşıdığı, dışadönüklüğün ise sosyal ilişki ve kalitesine etki ettiği bildirilmektedir (Buecker ve ark., 2019). Çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda bu sunulanlar sosyal izolasyon ölçümünün hem kişilik özellikleriyle hem de diğer değişkenlerle gösterdiği ilişkilerin ilgili alan yazında ortaya konulanlarla benzerlik taşıdığını göstermektedir. Diğer bir ifadeyle Sosyal İzolasyon Ölçeği'nin yakınsak ve ayırt edici geçerlik sonuçlarının beklenen yönde olduğu anlaşılmaktadır.

Çalışmanın üçüncü uygulama verisi için son işlem olarak sosyo-demografik gruplar, üç ölçek toplam puanı açısından karşılaştırılmıştır. Yalnızlık Ölçeği toplam puanı açısından elde edilen sonuçlara göre gelir durumu grupları arasında farklılık varken cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim durumu grupları arasında farklılıklar görülmemiştir. İlgili çalışmalarda cinsiyetin, eğitim düzeyinin, yaşın ve gelir durumunun yalnızlığı yordamada önemli birer değişken olduğu bildirilmektedir (Domenec-Albella ve ark., 2019). Ancak bu çalışma sonuçlarına göre sadece gelir durumunu kötü olarak bildiren grubun yalnızlık düzeyi, gelir durumunu iyi olarak bildiren grubunkinden daha yüksek olarak belirlenmiştir. Yalnızlık Tercihi Ölçeği puanı açısından elde edilen sonuçlara göre yaş, eğitim durumu ve medeni durum grupları arasında farklılık olduğu belirlenmiştir. Buna karşın cinsiyet ve gelir durumu grupları arasında farklılık olmadığı görülmüştür. Sonuçlara göre, bekar olanların evli olanlardan, üniversite mezunu olanların lise ve altı eğitim durumuna sahip olanlardan, 21-25 yaş arasında olanların da 30 ve üzeri yaşta olanlardan daha fazla yalnızlık tercihi yaptıkları anlaşılmaktadır. İlgili çalışmalarda ise ergenlikten yaşlılığa kadar çeşitli gelişim dönemlerinde yalnızlığın tercih edilmesi açısından farklılık gözlenmektedir (Larson ve ark., 1985). Diğer yandan Sosyal İzolasyon Ölçeği toplam puanı açısından ise bağımsız değişken grupları arasında bir farklılık tespit edilememiştir.

Bu çalışma kapsamında geliştirilen ölçeklerin psikometrik özellikleri genel olarak değerlendirildiğinde, iç tutarlılık güvenirlik katsayılarının her iki uygulamada da yüksek düzeyde gerçekleştiği belirlenmiştir. Diğer taraftan, geliştirilen ölçeklerin kriter olarak alınan diğer değişkenlerle olan ilişkilerinin yönü ve derecesi, üç ölçeğin geçerliliğine katkıda bulunmaktadır. İlgili yazında, yalnızlık ve sosyal izolasyonun, olumsuz olarak değerlendirilen psikolojik özelliklerin düzeyini arttırdığı, olumlu olan özelliklerin düzeyini düşürdüğü, yalnızlık tercihinin ise sonuçları açısından bu iki olgudan ayrıştığı bildirilmektedir. Bu çalışma sonuçlarında da yalnızlık tercihinin olumsuz olarak değerlendirilen özelliklerle olan ilişkilerinin yalnızlık ve sosyal izolasyona göre farklılaştığı görülmüştür. Bütün bu sunulanlar doğrultusunda geliştirilen ölçeklerin başka geçerlik bulgularına ihtiyaç duyulsa da temel psikometrik gereklilikleri karşıladığı anlaşılmaktadır.

KAYNAKÇA

- Arslan, G. (2019). Mediating role of the self-esteem and resilience in the association between social exclusion and life satisfaction among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 151, 109514.
- Bailey, N. W., & Moore, A. J. (2018). Evolutionary consequences of social isolation. *Trends in Ecology & Evolution*, 33(8), 595-607.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Beller, J., & Wagner, A. (2018). Loneliness, social isolation, their synergistic interaction, and mortality. *Health Psychology*, 37(9), 808-813.

- Bernreuter, R. G. (1933). The measurement of self-sufficiency. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 28(3), 291-300.
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: a systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41(2014), 27-36.
- Buecker, S., Maes, M., Denissen, J. J., & Luhmann, M. (2019). Loneliness and the Big Five Personality Traits: a meta-analysis (Preprint). *European Journal of Personality*, 34(1), 8-28.
- Burger, J. M. (1995). Individual differences in preference for solitude. *Journal of Research in Personality*, 29(1), 85-108.
- Burke, N. (1992). College psychotherapy and the development of a capacity for solitude. *Journal of College Student Psychotherapy*, 6(2), 59-86.
- Burns, R. A., & Machin, M. A. (2013). Psychological wellbeing and the diathesis-stress hypothesis model: the role of psychological functioning and quality of relations in promoting subjective well-being in a life events study. *Personality and Individual Differences*, 54(3), 321-326.
- Cacioppo, J. T., & Hawley, L. C. (2009). Perceived social isolation and cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 13(10), 447-454.
- Campagne, D. M. (2019). Stress and perceived social isolation (loneliness). *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 82(1), 192-199.
- Capitanio, J. P., Cacioppo, S., & Cole, S. W. (2019). Loneliness in monkeys: neuroimmune mechanisms. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 28, 51-57.
- Cattan, M., White, M., Bond, J., & Learmouth, A. (2005). Preventing social isolation and loneliness among older people: a systematic review of health promotion interventions. *Ageing & Society*, 25(1), 41-67.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 25(3), 327-339.
- Civitci, N., & Civitci, A. (2009). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between loneliness and life satisfaction in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47(8), 954-958.
- Clarke, D. (2004). Neuroticism: moderator or mediator in the relation between locus of control and depression?. *Personality and Individual Differences*, 37(2), 245-258.
- Coohey, C. (1996). Child maltreatment: testing the social isolation hypothesis. *Child Abuse & Neglect*, 20(3), 241-254.
- Cotterell, N., Buffel, T., & Phillipson, C. (2018). Preventing social isolation in older people. *Maturitas*, 113(2018), 80-84.
- Cramer, K. M., & Lake, R. P. (1998). The Preference for Solitude Scale: psychometric properties and factor structure. *Personality and Individual Differences*, 24(2), 193-199.
- Çuhadaroğlu, F. (1985). *Adolesanlarda benlik saygısı (Self-esteem in adolescents)*. Psikiyatri Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D., & Kardaş, S. (2017). Beş boyutlu iyi oluş modeli: PERMA Ölçeği Türkçe Formunun geçerlik ve güvenilirliği. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 60-77.
- Detrixhe, J. J., Samstag, L. W., Penn, L. S., & Wong, P. S. (2014). A lonely idea: Solitude's separation from psychological research and theory. *Contemporary Psychoanalysis*, 50(3), 310-331.
- DeVellis, R. F. (2014). *Ölçek geliştirme kuram ve uygulamalar*. T. Totan (Çev. ed. 3. basımdan çeviri). Ankara: Nobel.
- Diekema, D. A. (1992). Aloneness and social form. *Symbolic Interaction*, 15(4), 481-500.
- Domènech-Abella, J., Mundó, J., Haro, J. M., & Rubio-Valera, M. (2019). Anxiety, depression, loneliness and social network in the elderly: longitudinal associations from The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA). *Journal of Affective Disorders*, 246(2019), 82-88.

- Dossey, L. (2016). Solitude: on dining alone, cellphones, and teddy bears. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 12(2), 77-83.
- Erkuş, A. (2016). *Psikolojide ölçme ve ölçek geliştirme-I: Temel kavramlar ve işlemler* (3. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Finlay, J. M., & Kobayashi, L. C. (2018). Social isolation and loneliness in later life: a parallel convergent mixed-methods case study of older adults and their residential contexts in the Minneapolis metropolitan area, USA. *Social Science & Medicine*, 208(2018), 25-33.
- Galanaki, E. (2004). Are children able to distinguish among the concepts of aloneness, loneliness, and solitude?. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 435-443.
- Goossens, L., Lasgaard, M., Luyckx, K., Vanhalst, J., Mathias, S., & Masy, E. (2009). Loneliness and solitude in adolescence: a confirmatory factor analysis of alternative models. *Personality and Individual Differences*, 47(8), 890-894.
- Hammitt, W. E. (1982). Cognitive dimensions of wilderness solitude. *Environment and Behavior*, 14(4), 478-493.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: a literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718.
- Helm, P. J., Rothschild, L. G., Greenberg, J., & Croft, A. (2018). Explaining sex differences in existential isolation research. *Personality and Individual Differences*, 134(2018), 283-288.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri geçerliği, güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Hollenhorst, S. J., & Jones, C. D. (2001). Wilderness solitude: beyond the social-spatial perspective. *Rocky Mountain Research Station*, 20, 56-61.
- Holmes, J. (1986). Adolescent loneliness, solitude and psychotherapy. *British Journal of Psychotherapy*, 3(2), 105-118.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227-237.
- Keith, P. M., Braito, R., & Brecci, M. (1990). Rethinking isolation among the married and the unmarried. *American Journal of Orthopsychiatry*, 60(2), 289-297.
- Kelly, D., Steiner, A., Mazzei, M., & Baker, R. (2019). Filling a void? The role of social enterprise in addressing social isolation and loneliness in rural communities. *Journal of Rural Studies*, 70(2019), 225-236.
- Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: an examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10(2), 155-183.
- Larson, R., Zuzanek, J., & Mannell, R. (1985). Being alone versus being with people: disengagement in the daily experience of older adults. *Journal of Gerontology*, 40(3), 375-381.
- Leary, M. R., Herbst, K. C., & McCrary, F. (2003). Finding pleasure in solitary activities: desire for aloneness or disinterest in social contact?. *Personality and Individual Differences*, 35(1), 59-68.
- Lee, S., & Scott, D. (2017). Natural environment influencing people's affinity for solitude. *Urban Forestry & Urban Greening*, 21, 235-238.
- Lim, M. H., Rodebaugh, T. L., Zyphur, M. J., & Gleeson, J. F. (2016). Loneliness over time: the crucial role of social anxiety. *Journal of Abnormal Psychology*, 125(5), 620-630.
- Long, C. R., & Averill, J. R. (2003). Solitude: an exploration of benefits of being alone. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 33(1), 21-44.
- MacDonald Jr, A. P. (1970). Anxiety, affiliation, and social isolation. *Developmental Psychology*, 3(2), 242-254.

- Maes, M., Klimstra, T., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2015). Factor structure and measurement invariance of a multidimensional loneliness scale: Comparisons across gender and age. *Journal of Child and Family Studies*, 24(6), 1829-1837.
- Martoncik, M., & Loksa, J. (2016). Do World of Warcraft (MMORPG) players experience less loneliness and social anxiety in online world (virtual environment) than in real world (offline)?. *Computers in Human Behavior*, 56, 127-134.
- Meral, B. F. (2014). Kişisel İyi Oluş İndeksi-Yetişkin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 2(2), 119-131.
- Nino, M. D., Cai, T., & Ignatow, G. (2016). Social isolation, drunkenness, and cigarette use among adolescents. *Addictive Behaviors*, 53(2016), 94-100.
- Özgülven, İ. E. (1999). *Psikolojik testler*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Repke, M. A., & Ipsen, C. (2019). Differences in social connectedness and perceived isolation among rural and urban adults with disabilities. *Disability and Health Journal*, 13(1), 1-7.
- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: an examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(6), 1313-1321.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of personality Assessment*, 42(3), 290-294.
- Shvedko, A., Whittaker, A. C., Thompson, J. L., & Greig, C. A. (2018). Physical activity interventions for treatment of social isolation, loneliness or low social support in older adults: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *Psychology of Sport and Exercise*, 34(2018), 128-137.
- Sun, J., Harris, K., & Vazire, S. (2020). Is well-being associated with the quantity and quality of social interactions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(6), 1478-1496.
- Tatar, A. (2017). Büyük Beş-50 Kişilik Testinin Türkçeye çevirisi ve Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Formu ile karşılaştırılması. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 18(1), 51-61.
- Tatar, A. (2020). Türkçe'de psikolojik sözcük temelli yaklaşımla kişilik tanımlayan terimlerin belirlenmesi. *Social, Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 6(27), 82-114.
- Teppers, E., Klimstra, T. A., Damme, C. V., Luyckx, K., Vanhalst, J., & Goossens, L. (2013). Personality traits, loneliness, and attitudes toward aloneness in adolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(8), 1045-1063.
- Uziel, L. (2016). Alone, unhappy, and demotivated: The impact of an alone mind-set on neurotic individuals' willpower. *Social Psychological and Personality Science*, 7(8), 818-827.
- van Tilburg, T. G. (2020). Social, emotional and existential loneliness: A test of the multidimensional concept. *The Gerontologist*, 20(20), 1-10.
- Victor, C., Scambler, S., Bond, J., & Bowling, A. (2000). Being alone in later life: loneliness, social isolation and living alone. *Reviews in Clinical Gerontology*, 10(4), 407-417.
- Watanabe, K., Tanaka, E., Watanabe, T., Tomisaki, E., Ito, S., Okumura, R., & Anme, T. (2020). Social relationships and functional status among Japanese elderly adults living in a suburban area. *Public Health*, 179(2020), 84-89.
- White, C. N., VanderDrift, L. E., & Heffernan, K. S. (2015). Social isolation, cognitive decline, and cardiovascular disease risk. *Current Opinion in Psychology*, 5(2015), 18-23.