

Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nin (Selsa-S) Türk Kültürüne Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması

Adapting Social and Emotional Loneliness Scale(Selsa-S) to Turkish Culture: Relevance and Reliability

Hanife Akgül¹

Öz. Yalnızlık, çocukların, gençlerin, yetişkinlerin, yaşlıların yani hemen hemen her yaşta bireyin yaşadığı küresel boyutlu sosyal bir sorundur. Bu çalışmada, Yetişkinler için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nin (SELSA-S) kısa formunun Türk kültürüne uyarlanması amaçlanmıştır. Çalışma kapsamında evreni temsil edecek örnekleme verilerine ulaşabilmek üzere, Çanakkale ilinde yaşayan 978 yetişkin bireylere ölçek uygulanmıştır. SELSA-S'nin geçerliliğini sınamak amacıyla yapı geçerliliği ve ölçüt bağıntılı geçerlilik çalışmaları yapılmıştır. Ölçme aracının yapı geçerliliği Açıklayıcı Faktör Analizi ile test edilmiştir. Faktör analizi sonucunda YİYO'nün tüm maddelerinin, öz değeri birden büyük üç faktörde toplandığı, orijinalinde olduğu gibi ölçeğin üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları kapsamında SELSA-S'nin UCLA yalnızlık ölçeği puanları ile korelasyonu .44, .58, .75 ve toplamda .78'dir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlilik katsayısı ise .87, .89, .90, toplamda .92 dir. Ölçeğin test-tekrar test devamlılık katsayıları ise; $r = .89, .90, .92, .93$ dür. Araştırma sonucundaki bulgulara göre SELSA-S'nin hem alt boyutlar hem de toplam puan açısından kararlı ölçümler yapabildiği ve ölçüm güvenirliliğinin yeterli olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler.

Abstract. Loneliness is a social problem affecting kids, teens, adolescents, adults and seniors alike. This study is a trial to adapt SELSA-S Loneliness Scale short version to Turkish culture. This study is worked with 978 adult individuals to achieve global representation who reside in Çanakkale. To examine validity of SELSA-S, structural validity and ranking criteria validity studies are conducted. Structural validity of measuring tools are examined with analytical factor analysis. Factor analysis shows most criteria is grouped at three factors with a value of one, a three factor structure similar to the reference. SELSA-S is correlates with UCLA Loneliness Scale by .44, .58, .75 and overall .78. Also, Cronbach alpha reliability factor is .87, .89, .90, and overall .92. Retest continuity's measured as; $r = .89, .90, .92, .93$. This study concludes, SELSA-S is able to make stable measurements in sub-categories and overall and its reliability is sufficient.

Keywords. Adult, Loneliness, Loneliness Scale, Scale Adaptation,

¹Dr. Öğr. Üyesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale, Türkiye, e-mail: hanifeakgul38@gmail.com

GİRİŞ

Son yüzyılda bireylerin yaşadığı en yoğun duygulardan biriside yalnızlıktır. Yalnızlıkla ilgili alanyazın incelendiğinde, yalnızlık duygusunun çocukluktan, yaşlılığa kadar hemen hemen her gelişim döneminde yaşandığı yetişkinlerinde yalnızlık yaşantısının getirdiği olumsuzluklara maruz kaldığı düşünülmektedir. İnsanlar, yaşamlarının her hangi bir döneminde, az ya da çok yalnızlık duygusu yaşamışlardır. Sullivan (1953)'a göre yalnızlık; kişinin yakınlık ihtiyacının karşılanmadığı durumda ortaya çıkan, tüm insan yaşantılarının en acı verenidir. Peplau ve Perlman (1982) yalnızlığı, “kişinin sosyal ilişkilerinde niceliksel ya da niteliksel olarak bir şekilde ortaya çıkan, hoş olmayan psikolojik durum” olarak tanımlamaktadırlar. Benzer şekilde Neto ve Barros (2000) yalnızlık duygusunun, bireyin kişiler arası ihtiyaçlarının sosyal ilişki ağını oluşturan kişiler tarafından karşılanmaması ya da tatmin edici düzeyde olmamasından kaynaklandığını savunmaktadırlar. Kozaklı (2006) ise Yalnızlığı, “kişiye acı ve sıkıntı veren, kişinin psikolojik, fiziksel ve sosyal bütünlüğüne karşı oluşan bir tehlike” olarak tanımlamıştır. de Jong-Gierveld (1988) yalnızlığın çok yönlülüğüne dikkat çekmiştir. Weiss (1973) yalnızlığın iki türünden söz etmektedir; duygusal ve sosyal yalnızlık. Duygusal yalnızlık; Bir bireyin başka bir kişiyle bir yakınlık ya da bir bağlanma ilişkisinin olmayışından kaynaklanmaktadır. Sosyal yalnızlık ise; bir bireyin sosyal ilişki ağından yoksun olması ile oluşan bir yalnızlık türüdür. Yalnızlıkla ilgili tanımlar ve literatür incelendiğinde yalnızlığın nedenleri üç başlık altında toplanabilir. Bir: sosyal ağ özellikleri ile ilgili yalnızlık. Yani bireylerin diğer insanlarla ilişkilerinin niteliği ve niceliği ile ilgili yalnızlık. İki: Bireylerin diğer insanlarla ilişkilerinin kendi istediği düzeyde olmadığı durumlarda hissedilen yalnızlık duygusu. Üç: Bireyin kişisel özellikleri ve koşulları nedeni ile yaşanan yalnızlık. Bu özellikler; zayıf benlik algısı, güven azlığı, iletişim yetersizliği, zayıf sosyal beceriler, kötü sağlık koşulları vb... denilebilir (Dykstra, 2009).

Yalnızlığın birçok tanımına rağmen, yalnızlık duygusu temelde potansiyel olarak ağır sonuçlar doğuran, caydırıcı ve üzücü bir deneyimdir (Peplau ve Perlman, 1982; Perlman, 1988; Weiss, 1987). Yalnızlık duygusu bireyler için acı çektiren önemli duygulardan biri olarak değerlendirilmektedir (Beal, 2006). Tahminlere göre, dört kişiden biri bir süre yalnızlığa maruz kalmaktadır (Cutrona, 1982; Perlman, 1988; Weiss, 1973). Yalnızlık birçok psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklarla bağlantılıdır (DiTommaso ve Spinner, 1997; Hojat, 1983; Lynch, 1977; West, Kellner, ve Moore-West, 1986). Yalnızlığın, alkol bağımlılığı, doyumsuzluk, intihar eğilimi, psikosomatik hastalıklar, yaşam doyumu, öz saygı, mutsuzluk, kaygı, utanma, anlaşılama, yabancılaşma, yalıtım, depresyon ve suça yönelimle ilişkili olduğu yapılan araştırmalar sonucunda görülmektedir. (Goodwin, Cook ve Yung, 2001; Gray, Ventis, ve Hayslip, 1992; Neto, 1995; McWhirter, 1990). Ağır ruhsal hastalığı olan kişilerin yarısından fazlası yalnızdır (Eris ve Wolf, 2005).

Son dönemde psikoloji bilimi ve psikologlar giderek artan bir şekilde yalnızlıkla daha fazla ilgilenmeye başlamışlardır. Günümüzde değişen kültür, toplum yaşantısı, aile yapısı, gelişen teknoloji, insan ömrünün uzaması, tek başına yaşayan bireylerin sayısının artması, kentleşme ve bunların getirdiği yabancılaşma, izolasyon günümüz modern insanının ister erkek ister kadın olsun daha sık ve yoğun olarak yalnızlık duygusu yaşamasına neden olmaktadır. Rokach (2004) yalnızlıkla ilgili çalışmasında, yalnızlığın bireylerin hayatına zarar verdiğini, bireyin enerjisini yok ederek, bireyi olumsuz aktivitelere yönlendirdiğini, özellikle de yalnızlığın, aşk (sevgi) ve yakınlık duygularını kıskançlık ve sahiplenme duyguları ile tahrip ederek ilişkiye zarar verdiğini belirtmiştir. Yetişkinlik dönemi yakın ilişkilerin kurulduğu ve devam ettirildiği bir dönemdir.

İnsanların yalnız olup olmadığının hemen anlaşılması, bir çırpıda, hızlı ve tam olarak tespit edilmesi kolay değildir. Çünkü yalnızlık bir durum ve duygu olduğuna göre, insan kendini yalnız hissedebilir veya hissetmez; yani yalnızlığı dıştan tespit etmek mümkün değildir (Tufan, 2003). Yalnızlığı belirlemede ilk zorluk yalnızlığın ölçümüdür. Yalnızlığı anlamak ve etkili bir şekilde ölçmek önemlidir (Marangoni ve Ickes, 1989). Türkiye’de yalnızlık duygusunun

ölçümünde kullanılan ölçme araçları bulunmakla birlikte sınırlı sayıdadır denilebilir. Türkiye’de uyarlaması yapılan yalnızlığın ölçümünde kullanılan ölçme araçları şunlardır: UCLA Yalnızlık Ölçeği (Russell, 1996; Demir,1989). YİYO Yaşlılar için Yalnızlık Ölçeği (De Jong Gierveld ve Van Tilburg, 2011, Akgül ve Yeşilyaprak, 2015), Çocuklar İçin Yalnızlık Ölçeği (Asher ve Wheeler, 1985; Kaya, 2005), İş Yaşamında Yalnızlık Ölçeği (Wright, Burt, ve Strongman, 2006; Doğan, Çetin, Sungur, 2009). Bu ölçeklerden UCLA Yalnızlık Ölçeği çok yaygın olarak kullanılan ölçme aracıdır fakat bu ölçek yalnızlığı tek boyutlu olarak ölçmektedir. Yapılan literatür taramasında Türkiye’de yetişkinlerin yalnızlığını ölçmeye yönelik, çok boyutlu bir ölçme aracına rastlanmamıştır.

Bu araştırmanın amacı Di Tommaso ve Spinner (1993) tarafından geliştirilen (SELSA-L) ve 2004 yılında yetişkinler üzerinde kısa form çalışmasının yapıldığı (Tommaso, Brannen, and Best, 2004) Yetişkinler İçin Sosyal Ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği’nin (SELSA-S) Türk kültürüne uyarlama çalışmasını yapmak ve alanyazına kazandırmaktır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini Çanakkale’de yaşayan yetişkin bireyler oluşturmaktadır. 2018-2019 yılında gerçekleştirilen araştırmaya Çanakkale ili merkez, ilçe, kasaba ve köylerinde yaşayan araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 18-65 yaş arasındaki 426 yetişkin birey dahil edilmiştir. Araştırmada örnekleme yöntemi olarak kolayda örnekleme (convenient sampling) yöntemi kullanılmıştır (Fink, 2003). Çalışma grubunun demografik özellikleri şunlardır: Bireylerin % 61,5’i kadın; % 38,5’i erkektir. Bireylerin % 23,9’u 18-34 yaş aralığında; % 32,1’i 35-44 yaş aralığında, % 35,4’ü 45-54 yaş aralığında %9,6’sı 55-65 yaş aralığındadır. Örneklem grubundaki bireylerden; % 28,5’i okur-yazar ve ilkökul mezunu; % 32,8’i ortaokul mezunu; % 22,1’i lise; % 15,5’i üniversite mezunu; % 1,1’inin ise lisansüstü mezunu olduğu tespit edilmiştir. Bireylerin medeni durumları incelendiğinde, % 54,6’sının halen evli olduğu; % 20,9’unun eşinin öldüğü; % 8,6’sının boşandığı; % 14,2’sinin de hiç evlenmediği; % 1,7’sinin eşinden ayrı yaşadığı saptanmıştır. Bu gruba ek olarak, ölçek maddelerinin dil eşdeğerliğini test etmek için ÇOMÜ Üniversitesi İngiliz Dili Eğitimi bölümünde okuyan 48 son sınıf öğrencisi de araştırmaya dâhil edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada verileri toplamak amacıyla, Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S), UCLA Yalnızlık Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği kullanılmıştır.

Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (Selsa-S): SELSA Yalnızlık duygusunu ölçmek amacıyla DiTommaso ve Spinner, (1993, 1997) tarafından Weiss’in (1973) duygusal izolasyon deneyimi (duygusal yalnızlık) ile sosyal izolasyon (sosyal yalnızlık) arasındaki ayrımla tutarlı, teoriye dayalı olarak çok boyutlu olarak geliştirilmiştir. SELSA-S ise; Orijinal SELSA alt ölçeklerinden: Sosyal yalnızlık ve Duygusal yalnızlık (Romantik duygusal yalnızlık ve Ailesel duygusal yalnızlık) seçilen toplam 15 maddeden oluşmaktadır (Di Tommaso, 1997). SELSA-S’in yetişkinler için geçerlilik ve güvenilirlik çalışması ise yine 2004 yılında DiTommaso, Brannen, ve Best tarafından yapılmıştır. Toplamda 15 maddesi olan ölçek üç alt ölçekten oluşmaktadır. Sosyal Yalnızlık Alt Ölçek maddeleri; 2, 5, 7, 9, 13 iken; Duygusal Yalnızlık Alt Ölçekleri: Aile Alt Ölçeği; 1, 4, 8, 11, 12 ve Romantik Alt Ölçeği; 3, 6, 10, 14, 15’inci maddeleridir. Duygusal yalnızlık puanını Aile Alt Ölçeği ve Romantik Alt Ölçeği toplamı oluşturmaktadır. Toplam yalnızlığı hesaplamak için; duygusal yalnızlık sonuçları ile sosyal yalnızlık sonuçları toplanmalıdır. Bu iki boyutun toplamı genel yalnızlık puanını oluşturmaktadır. Ölçekte yer alan her bir ifadenin içerdiği durumun ne derece kişi tarafından yaşanıldığı, 1 (şiddetle katılmıyorum) ile 7 (şiddetle katılıyorum)

arasında değişen, 7'li likert tipi dereceleme ile belirlenmektedir. Ölçekten alınacak en düşük puan 15, en yüksek puan 105'dir. Ölçeğin alt boyutların ilişkin iç tutarlılık katsayıları; Romantik Yalnızlık .87, Ailesel Yalnızlık .89 ve Sosyal Yalnızlık .90 olarak bulunmuştur. SELSA-S Yetişkinler İçin Yalnızlık Ölçeğinin, yapı geçerliliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi (CFI= .92; NFI= .92; TLI= .91; RMSEA = .091) ile yapılmış ve üç faktörlü yapı desteklenmiştir. Maddelerin faktör katsayıları en düşük .70 (15. Madde) en yüksek .90 (11. Madde) arasında yer almaktadır. Ölçüt geçerliliğini test etmek amacıyla UCLA-3 versiyon yalnızlık ölçeği ile yapılan çalışmanın sonucunda; Romantik Yalnızlık .34, Ailesel Yalnızlık .50 ve Sosyal Yalnızlık .73 korelasyon bulunmuştur. En güçlü ilişki Sosyal Yalnızlık alt ölçeği ve UCLA-3 arasında olmuştur (DiTommaso, Brannen, ve Best, 2004). Orijinal ölçekle yapılan yine bir başka ölçüt geçerliliği çalışması Ebebeyn ve Akran ilişkisi Envanteri (IPPA) arasında yapılmıştır ve Romantik Bağlanma ve Romantik Yalnızlık Alt Ölçeği arasında -.53; Ailesel bağlanma ve Ailesel Yalnızlık Alt Ölçeği arasında -.77 ve Akran Bağlanması ve Sosyal Yalnızlık Alt Ölçeği arasında -.61 korelasyon bulunmuştur. Öte yandan, romantik yalnızlık, aile ve sosyal yalnızlık alt ölçekleri puanları arasındaki düşük korelasyonlar, yalnızlık ölçeğinin ayırt edici geçerliliğini desteklemektedir. Dahası, psikiyatrik hasta grubunda, üç yalnızlık grubundan daha yüksek yalnızlık düzeyi bulunmuştur, bu durum ise SELSA-S'nin yalnızlık deneyimini doğru olarak ölçebilme becerisini destekler (DiTommaso, Brannen, ve Best, 2004).

UCLA Yalnızlık Ölçeği: California Los Angeles Üniversitesi Yalnızlık Ölçeği, tek boyutlu olarak geliştirilmiştir. Herhangi bir kurama dayanmaksızın, Russel'in (1984) yalnızlık tanımından hareketle, yalnızlığa yol açan olası temaları ölçer. Ölçek yirmi maddeden oluşmaktadır. Dörtlü likert ölçüm yapmaktadır. Farklı toplum ve kültürlerde kullanılmıştır. Değişik popülasyonlar için değişik normları bulunmaktadır. Ölçeğin Demir (1989) tarafından Türk kültürüne uyarlama çalışması yapılmıştır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Puanın 20-40 arasında olması düşük düzey, 41-60 arası orta düzey ve 61-80 arası ise yüksek düzey yalnızlığı göstermektedir. Ölçeğin kriter geçerlilik korelasyon katsayısı .82'dir. Test-tekrar test yöntemi güvenilirlik katsayısı .94'tür (Demir, 1989).

Yaşam Doyumu Ölçeği: Ölçme aracı yaşam doyumunu ölçmek amacıyla Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Köker (1991), Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları sonucunda; test-tekrar test güvenirliliği $r=.85$, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .81 olarak belirlenmiştir. Ölçekte beş madde bulunmaktadır. Birle yedi arasında derecelendirilen ölçekte toplamda 5 ile 35 arası puan alınabilmektedir (Köker, 1991).

Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Gençöz (2000) tarafından yapılmıştır. Her bir maddesi 1 ile 5 arasında derecelendirilen 10 olumlu ve 10 olumsuz toplamda 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin uyarlama çalışmasında, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı olumsuz duygular için .83, olumlu duygular için .86 bulunmuştur. Elde edilen olumlu ve olumsuz duygu puanları birlikte kullanılabilirliği gibi bir birinden bağımsız şekilde de kullanılabilir (Gençöz, 2000).

İşlem Yolu

İlk olarak; ölçme aracının uyarlanması ve uygulanabilmesi için ilgili kişi ve kurumlardan gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra ölçeğin İngilizce'den Türkçe'ye çeviri çalışması yapılmıştır. Üçüncü aşamada toplanan veriler üzerinde ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Çeviri sürecinde, her iki dili de iyi bilen, test yapısı hakkında bilgisi olan çevirmenlerin oluşturduğu dört kişilik bir grup tarafından ölçeğin İngilizceden Türkçeye çeviri çalışması yapılmıştır. Ardından Eğitim Bilimleri Alanında üç uzman görüşüne başvurularak Türkçe form oluşturulmuştur. Türkçe form iki kişi tarafından İngilizceye çevrilerek ölçeğin özgün dile geri çevirisi yapılmıştır. Çeviri ve geri çeviri süreci

farklı kişilerce yapılmıştır. Ölçeğin dil eşdeğerliliğini test etmek için Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim fakültesi İngiliz Dili Eğitimi Bölümünde okuyan 48 öğrenciye önce İngilizce, üç hafta sonra ise Türkçe formu uygulanmıştır. İngilizce ve Türkçe formlardan elde edilen puanlar arasında .87 ($p < .01$) pozitif ve anlamlı korelasyon saptanmıştır. Türkçe formun oluşturulmasından sonra Çanakkale ili merkez ilçe ve köylerinde yaşayan araştırmaya gönüllü olarak katılan yetişkinlerden veriler toplanmıştır. Araştırmanın amacı ve yönerge yetişkinlere araştırmacı tarafından açıklanmıştır.

Verilerin Analizi

Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (Selsa-S)'nin geçerliliğini sınamak amacıyla yapı geçerliliği ve ölçüt bağıntılı geçerlilik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin faktör yapısı açımlayıcı faktör analizi ile incelenmiştir. Gruptan elde edilen verilerin faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testi ile incelenmiştir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında iki yöntem kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığını incelemek için Cronbach Alpha katsayısı; ölçeğin zamana karşı güvenilirliğini incelemek amacıyla test-tekrar test devamlılık katsayısına bakılmıştır. İstatistiksel analizler paket programlarda gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Araştırma kapsamında öncelikle, Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (Selsa-S)'nin Türkçeye çevirisi yapılmış ve dil geçerliğine ilişkin kanıtlar sağlanmıştır. İngilizce ve Türkçe formlardan elde edilen puanlar arasında .87 ($p < .01$) pozitif ve anlamlı korelasyon saptanmıştır.

Geçerlilik

Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (Selsa-S)'nin Türkçe formunun yapı geçerliliği açımlayıcı faktör analizi ile yapılmıştır. Ölçeğe yanıt vermiş 426 kişilik gruptan elde edilen verilerin açımlayıcı faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testi ile incelenmiştir sonuçlar Tablo 1'de sunulmuştur.

KMO ve Bartlett's Testi Değerleri		
K.M.O. Örneklem Yeterliliği		.841
Bartlett's Testi	Ki Kare	2762.52
	Serbestlik Derecesi	54
	p	0.000

Tablo 1'de görüldüğü gibi KMO örneklem yeterliliği .84 ve Bartlett's Testi $p < .001$ 'dir. KMO değeri, değişkenler tarafından oluşturulan ortak varyans miktarını bildirmektedir. Bu değer .80 ile .90 arasında olması örneklem büyüklüğü açısından faktör analizi için veri yapısının "iyi" olduğu şeklinde yorumlanır (Akt: Büyüköztürk, Çokluk, Şekercioğlu, 2010). Aynı veriler için hesaplanan Bartlett Küresellik Testi X^2 değeri ise 2762.52 hesaplanmıştır ve .001 düzeyinde manidardır. Faktör analizi öncesinde uygulanan KMO örnekleme yeterliliği istatistiği sonuçları, katılımcılardan toplanan verilerin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir.

SELSA-S verileri ile yapılan faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yükleri Tablo 2’de yer almaktadır.

Madde No ve Orijinal Faktörü	Ölçek Maddesi	SY	DY	
			ADY	RDY
M2 SY	Kendimi, arkadaş grubunun bir parçası gibi hissediyorum.	.87		
M5 SY	Arkadaşlarım, davranışlarımın sebeplerini ve düşüncelerimi anlıyorlar.	.77		
M7SY	Görüşlerimi paylaştığım hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	.80		
M9SY	Yardım alma konusunda arkadaşlarıma güvenebilirim	.86		
M13SY	Beni anlayan hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	.88		
M1ADY	Ailemle birlikteken kendimi yalnız hissediyorum.		.72	
M4ADY	Ailemde bana destek verme ve beni teşvik etme konusunda güvenebileceğim hiç kimse yok, ancak olmasını isterdim.		.70	
M8ADY	Kendimi aileme yakın hissediyorum.		.87	
M11ADY	Kendimi, ailemin bir parçası gibi hissediyorum.		.91	
M12ADY	Ailem beni gerçekten önemsiyor.		.79	
M3 RDY	En samimi düşünce ve hislerimi paylaştığım bir sevgilim/ eşim var			.80
M6 RDY	Bana ihtiyacım olan desteği veren ve beni teşvik eden sevgilim/eşim var.			.88
M10RDY	Duygusal ilişkimin daha tatmin edici olmasını isterdim.			.69
M14RDY	Mutluluğuna katkıda bulunduğum bir sevgilim/eşim var.			.72
M15RDY	Duygusal gereksinimlerimi karşılayacak yakın duygusal ilişkiye ihtiyacım var.			.89

Tablo 2’de görüldüğü gibi toplam 15 maddeden oluşan SELSA-S ile yapılan faktör analizi sonucunda SELSA-S’nin tüm maddelerin, öz değeri birden büyük üç faktörde toplandığı, orijinalinde olduğu gibi ölçeğin üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmektedir. Üç faktöre ilişkin açıklanan toplam varyans % 67.89’dur. Açıklanan varyans oranının yüksek olması, ilgili yapıyı iyi ölçtüğünün göstergesidir. Bu çalışmada elde edilen sonuç orijinal ölçek yapısıyla uyumludur.

Ölçüt bağlantılı geçerliliği test etmek için benzer ölçek geçerliliği çalışması yapılmıştır. Türkiye’de yalnızlık duygusunun ölçümünde yaygın olarak kullanılan UCLA Yalnızlık Ölçeği (Demir, 1989), Yetişkinlikte yalnızlıkla yaşam doyumu ilişkisini incelemek için Yaşam Doyumu Ölçeği (Köker, 1991), Yine yalnızlıkla olumlu ve olumsuz duygu ilişkisini incelemek için Negaatif ve Pozitif Duygular Ölçeği kullanılmıştır (Gençöz, 2000). Bu dört ölçek 426 kişiye aynı zamanda uygulanmıştır. SELSA-S ve üç ölçek arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır ve elde edilen puanlar arasındaki korelasyonlar Tablo 3’de sunulmuştur.

	Romantik Duygusal (RDY)	Ailesel Duygusal (ADY)	Sosyal (SY)
UCLA YÖ	.44	.58	.75
YDÖ			
Yaşam Doyumu	-.62	-.58	-.52
Pozitif ve Negatif Duygular Ölçeği/P	-.63	-.5	-.51

Pozitif ve Negatif Duygular Ölçeği/N	.65	.69	.66
--------------------------------------	-----	-----	-----

n= 403, p<0.01

Tablo 3’de görüldüğü gibi UCLA Yalnızlık Ölçeği’nin puanları ile RDY alt ölçeği puanları arasında .44 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında .58, SY alt ölçeği puanları arasında .75 düzeyinde pozitif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yaşam Doyumu Ölçeği puanları ile RDY alt ölçeği puanları arasında -.62 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında -.58, SY alt ölçeği puanları arasında -.52 düzeyinde negatif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Pozitif ve Negatif Duygular Ölçeği Pozitif Alt Ölçeği puanları ile RDY alt ölçeği puanları arasında -.63 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında -.65, SY alt ölçeği puanları arasında -.51 düzeyinde negatif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Pozitif ve Negatif Duygular Ölçeği Negatif Alt Ölçeği puanları ile RDY alt ölçeği puanları arasında .65 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında .69, SY alt ölçeği puanları arasında .66 düzeyinde pozitif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Güvenirlilik

SELSA-S’in güvenirlik çalışmasında iki yöntem kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığını incelemek için Cronbach Alpha katsayısı; ölçeğin zamana karşı güvenirliğini incelemek amacıyla hesaplanan test-tekrar test devamlılık katsayısı kullanılmıştır. Ölçeğin alt ölçeklerin iç tutarlılık kat sayıları 426 yetişkinden toplanan verilerden hesaplanmıştır. Elde edilen değerler Tablo 4’de sunulmuştur.

Tablo 4. SELSA-S Ölçeği ve Alt Ölçeklerinin İç Tutarlılık Katsayıları

	Romantik Duygusal (RDY)	Ailesel Duygusal (ADY)	Sosyal (SY)	Toplam (SELSA-S)
Cronbach alfa katsayıları	.87	.89	.90	.92

SELSA-S’in iç tutarlık katsayıları; Romantik Duygusal Yalnızlık Alt Ölçeği .87, Ailesel Duygusal Yalnızlık Alt Ölçeği .89, Sosyal Yalnızlık Alt Ölçeği .90 ve toplamda .92 olarak bulunmuştur.

Test-tekrar test ölçümleri için SELSA-S, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Fakültesi, 153 formasyon öğrencisine dört hafta arayla iki kez uygulanmıştır. Bu iki uygulamadan elde edilen puan dağılımları arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin zamana karşı güvenirliğini incelemek amacıyla hesaplanan test-tekrar test devamlılık katsayıları Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5. SELSA-S ve Alt Ölçeklerinin Test-Tekrar Test devamlılık katsayıları

	Romantik Duygusal (RDY)	Ailesel Duygusal (ADY)	Sosyal (SY)	Toplam (SELSA-S)
Devamlılık Katsayısı	.89	.90	.92	.93

n= 153, p<0.01

236

Tablo 5 incelendiğinde; Test-tekrar test ölçümleri için SELSA-S’in devamlılık katsayıları; Romantik Duygusal Yalnızlık Alt Ölçeği .89, Ailesel Duygusal Yalnızlık Alt Ölçeği .90, Sosyal Yalnızlık Alt Ölçeği .92 ve toplamda .93 olarak bulunmuştur.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada yetişkinlerin yalnızlık duygularını ölçmek amacı ile geliştirilmiş olan SELSA-S'in Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiş, psikometrik özellikleri incelenmiştir. SELSA-S, özellikle kurumsal bir alt yapı ile geliştirilmiş olması, psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir kanıtlar sunması bakımından yetişkin yalnızlık durumu ölçümünde kullanılan ölçme aracıdır. Farklı dillerde geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış bu ölçme aracının Türkçe uyarlama çalışması yetişkinlerin yalnızlık duygularının değerlendirilmesine yönelik alan yazının gelişimine önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın dil geçerliliğine ilişkin bulunan korelasyon katsayıları Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki ilişkinin anlamlı düzeyde olumlu olduğunu yani maddelerin orijinal ifadeleri ile Türkçe ifadelerin birbiriyle tutarlı olduğunu göstermektedir. Faktör analizi öncesinde uygulanan KMO örnekleme yeterliliği istatistiği sonuçları, katılımcı yetişkinlerden toplanan verilerin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir. SELSA-S'nin Türkçe formunun yapı geçerliğini sınamak amacıyla SPSS 20.00 paket programı ile açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır.

Büyüköztürk (2003) faktör analizini: Birbiriyle ilişkili çok sayıda değişkeni bir araya getirerek az sayıda ilişkisiz ve kavramsal olarak anlamlı yeni değişkenler (faktörler, boyutlar) bulmayı, keşfetmeyi amaçlayan çok değişkenli bir istatistik olarak tanımlamıştır. Toplam 15 maddeden oluşan SELSA-S ile yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda SELSA-S tüm maddelerin, öz değeri birden büyük üç faktörde toplandığı, orijinalinde olduğu gibi ölçeğin üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmektedir. En düşük madde yük değerinin .69 olduğu görülmektedir. Üç faktöre ilişkin açıklanan toplam varyans %78.89'dur. Açıklanan varyans oranının yüksek olması, ilgili yapıyı iyi ölçtüğünün göstergesidir.

Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları kapsamında SELSA-S de yer alan alt ölçeklerin, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygular Ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesi sonucunda UCLA yalnızlık puanı ile RDY alt ölçeği puanları arasında .44 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında .58, SY alt ölçeği puanları arasında .75 düzeyinde pozitif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. UCLA yalnızlık ölçeğinin yalnızlık puanları ile SELSA-S Yetişkinler için yalnızlık ölçeğinin puanları arasındaki en yüksek korelasyon sosyal yalnızlık alt ölçeği arasındadır $r = .75$. UCLA yalnızlık ölçeği daha çok bireylerin sosyal ağlardan mahrum olma durumunu ölçtüğü için bu ilişkinin yüksek çıkması ölçeğimizin geçerlilik düzeyini destekleyen bulgu olarak yorumlanabilir. Yaşam Doyumu Ölçeği puanları ile RDY alt ölçeği puanları arasında -.62 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında -.58, SY alt ölçeği puanları arasında -.52 düzeyinde negatif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yaşam doyumu yüksek yetişkinlerin yalnızlık duygularının düşük, yaşam doyumu düşük yetişkinlerin yalnızlık duygularının yüksek olması beklenen durumdur. Pozitif ve Negatif Duygular Ölçeği, Pozitif Alt Ölçeği puanları ile RDY alt ölçeği puanları arasında -.63 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında -.65, SY alt ölçeği puanları arasında -.51 düzeyinde negatif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yalnızlık duygusu insanı olumsuz etkileyen negatif duygulardandır. Pozitif duygu alt ölçeği ile arasındaki negatif yönde yeterli düzeyde ilişkinin olması ölçeğin geçerlilik durumunu destekleyen bir bulgudur. Pozitif ve Negatif Duygular Ölçeği, Negatif Alt Ölçeği puanları ile RDY alt ölçeği puanları arasında .65 düzeyinde, ADY alt ölçeği puanları arasında .69, SY alt ölçeği puanları arasında .66 düzeyinde pozitif yönde, yeterli düzeyde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. SELSA-S'in alt ölçeklerinin Negatif Duygu Alt Ölçeği ile puanlarının Pozitif Duygu Alt Ölçeği Puanlarına oranla daha yüksek çıkması yalnızlık duygusunun, negatif bir duygu olduğunu açıklayan bulgu olarak; aynı zamanda da ölçeğimizin ölçüt bağıntılı geçerliliğinin olduğunu kanıtı olarak yorumlanabilir. Bu sonuçlar SELSA-S'in ölçüt geçerliğinin sağlandığının kanıtını oluştururken, aynı zamanda orijinal formula yapılan ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları ile de uyumludur.

Ölçeğin ve alt ölçeklerinin Cronbach Alpha İç tutarlılık katsayıları, RDY alt ölçeğinde .87, ADY alt ölçeğinde .89, SY alt ölçeğinde .90 ve toplam puan için .92 olarak bulunmuştur. İncelendiğinde; iç tutarlılıklarının ve bu anlamdaki güvenilirliklerinin iyi olduğunu göstermektedir. George ve Mallery (2003), Cronbach Alfa güvenilirlik katsayılarını .90'dan büyük ise "mükemmel" olduğunu belirtmiştir. Özdamar'a (2002) göre ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı; $.80 \leq \alpha < 1.00$ aralığında ise ölçek yüksek derecede güvenilirdir. Elde edilen sonuçlara göre SELSA-S'nin iç tutarlılığının ve bu anlamdaki güvenilirlik ölçümlerinin yeterli olduğu söylenebilir. SELSA-S'nin test-tekrar test tutarlılığının incelenmesinde, korelasyon katsayıları, RDY alt ölçeğinde .89, ADY alt ölçeğinde .90, SY alt ölçeğinde .92 ve toplam puan için .93 olarak bulunmuştur. Elde edilen değerler pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı korelasyonlara işaret etmektedir. Kline (2005), iki ölçüm arasındaki korelasyon düzeyinin yüksek olmasının rastgele (random) hataların minimal düzeye inmesini sağlayacağını belirtmiştir. Bu sonuçlara göre SELSA-S'nin hem alt ölçekler hem de toplam puan açısından kararlı ölçümler yapabildiği ve ölçüm güvenilirliğinin yeterli olduğu söylenebilir.

Tüm bu bulguların ve değerlendirmelerin ışığında, SELSA-S'nin Türkçe formunun 15 maddelik hâlinin, Türkiye'deki yetişkinlerin yalnızlık durumlarını üç temel boyut ve toplamda ölçebileceği konusunda yeterli kanıtlara sahip olduğu görülmektedir. Diğer bir deyişle, ölçeğin Türkçe formunun ölçmeyi amaçladığı yapıları, romantik duygusal yalnızlık, ailesel duygusal yalnızlık, sosyal yalnızlık ve toplam yalnızlık boyutlarını geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçebildiğine işaret etmektedir. Sonuç olarak SELSA-S yetişkinlerin yalnızlıklarının incelenmesini hedefleyen araştırmalarda kullanıma hazır hale geldiği söylenebilir.

KAYNAKÇA

- Akgül, H. ve Yeşilyaprak, B. (2015). "Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması", *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 8(1), 34-45. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/203247>
- Asher, S.R. and Wheeler, V.A. (1985). "Children's loneliness: A comparison of rejected and neglected peer status". *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 500-505.
- Bayır, D. (1997). USMARC uygulamasına genel bir bakış. B. Yılmaz (Yay. Haz.). *Kütüphanecilik Bölümü 25.Yıl'a armağan* içinde (s. 199-218). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Kütüphanecilik Bölümü.
- Beal, C., (2006). "Loneliness In Olderwomen: A Review Of The Literature". *Issues in Mental Health Nursing*, 27, 795-813. DOI: 10.1080/01612840600781196 <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01612840600781196?journalCode=imhn20>
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum* (20. bs.). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Büyüköztürk, S. (2003). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk, S., Çokluk, Ö., Şekercioglu, G. (2010). *Çok Değişkenli İstatistik*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Cutrona, C. E. (1982). Transition to college: Loneliness and the process of social adjustment. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 291-309). New York: John Wiley.
- Çakmak, T. ve Körpeoğlu, H. (2012). Web content management within the organizational identity framework: A Study for Hacettepe University Department of Information Management web content management system. *BOBCATSSS 2012 Information in E-motion 23-25 Ocak 2012* içinde (s. 91-93). Amsterdam: Hogeschool van Amsterdam.
- Dağlı, A ve Baysal N. (2016). "Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması". *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262. <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/yasam-doyumu-olcegi-toad.pdf>
- De Jong Gierveld, J. (1988). "A review of loneliness: concept and definitions, determinants, and consequences". *Review in Clinical Gerontology*, 8:73-80.
- Demir, A., (1989). "U.C.L.A. Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği". *Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 14-18. 238
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. and Griffin, S. (1985). "The satisfaction with life scale". *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
- DiTommaso, E. (1997). *Assessing an attachment model of loneliness: The relationship between attachment style, chronic loneliness, and coping*. Unpublished dissertation, the University of New Brunswick, Fredericton.

- DiTommaso E., Brannen C., and L.A. Best, (2004). "Measurement And Validity Characteristics of The Short Version Of The Social And Emotional Loneliness Scale For Adults", *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119. DOI: 10.1177/0013164403258450 <http://epm.sagepub.com/content/64/1/99>
- DiTommaso, E., and Spinner, B. (1997). "Social and emotional loneliness: A reexamination of Weiss' typology of loneliness". *Personality and Individual Differences*, 22, 417-427.
- DiTommaso, E., and Spinner, B. (1993). "The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA)". *Personality and Individual Differences*, 14, 127-134.
- Doğan T., Çetin B. ve Sungur M.Z. (2009) "İş Yaşamında Yalnızlık Ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması" *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 271-277. <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/is-yasaminda-yalnizlik-olcegi-toad.pdf>
- Dykstra, P. A. (2009). "Older Adult Loneliness: Myths and Realities". *European Journal of Ageing*, 6, 91-100. DOI: 10.1007/s10433-009-0110-3. <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10433-009-0110-3>
- Eris, F.P. and Wolf M., (2005). "Combating Loneliness Among Persons With Severe Mental Illness: Social Network Interventions' Characteristics, Effectiveness, And Applicability". *Issues in Mental Health Nursing*, 26:591-609. ISSN: 0161- 2840 print/1096-4673 online DOI: 10.1080/01612840590959425.
- Fink, A. (2003). *How to sample in surveys* (2nd ed.). California: Sage.
- Gençöz, T. (2000). "Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26. <https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/pozitif-ve-negatif-duygu-olcegi-toad.pdf>
- Gray, G., Ventis, D., and Hayslip, B. (1992). "Socio-cognitive skills as a determinant of life satisfaction in aged persons". *International Journal of Ageing and Human Development*, 35, 2205- 2218.
- Goodwin, R., Cook, O., and Yung, Y. (2001). "Loneliness and life satisfaction among three cultural groups". *Personal Relationships*, 8, 225-230.
- Hojat, M. (1983). "Comparison of transitory and chronic loners on selected personality variables". *British Journal of Psychology*, 74, 199-202.
- Karakelle, S. (2012). Üstbilişsel Farkındalık, Zekâ, Problem Çözme Algısı ve Düşünme İhtiyacı Arasındaki Bağlantılar". *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 237-250. doi:10.15390/EB.2014.3078
- Kaya A. (2005). "Çocuklar İçin Yalnızlık Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması" *Eurasian Journal of Educational Research*, 19, pp, 220-237. https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/cocuklar-icin-yalnizlik-olcegi-toad_0.pdf
- Kline, R. B. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (2nd ed.). The Guilford Press, New York.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Köker, S. (1991). *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyinin Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/yasam-doyumu-olcegi-toad_4.pdf
- Lewis, B. (2000). *Modern Türkiye'nin doğuşu* (M. Kıratlı, çev.). Ankara: Türk Tarih Kurumu.
- Lynch, J. J. (1977). *The broken heart and the medical consequences of loneliness*. New York: Basic Books.
- Mantar, E. (2003). *Kütüphanelikte Sürekli Eğitim: Ankara'da Bulunan Üniversite Kütüphaneleri Üzerine Bir İnceleme*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe üniversitesi, Ankara.
- McWhirter, B. T. (1990). "Loneliness: A review of current literature, with implications for counseling and research". *Journal of Counseling and Development*, 68, 417-422.
- Neto, F. and Barros, J. (2000). "Psychosocial Concominants of Loneliness Amongstudents of Cape Verde and Portugal". *Journal of Psychology*, 134(5), 245-255.
- Neto, F. (1995). "Predictors of satisfaction with life among second-generation migrants". *Social Indicators Research*, 35, 93-116.
- Perlman, D. (1988). Loneliness: A life-span, family perspective. In R. M. Milardo (Ed.), *Families and social networks* (pp. 190-220). Newbury Park, CA: Sage.
- Peplau, L.A. and Perlman, D. (1982). Perspective on loneliness. In L.A. Peplau and D.Perlman (Eds), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy*. (pp. 1-8). Wiley Interscience, New York.
- Özdamar, K. (2002). *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi. (4.Baskı)*. Eskişehir: Kaan Yayınları.
- Rokach, A. (2004). "Loneliness Then and Now. Reflections on Social and Emotional Alienation In Everyday Life". *Current Psychology*, 23 (1), 24-40.
- Russel, D., Cutrona, C. E., Rose, J., and 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.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*, New York: W.W. Norton and Company.
- Tufan, İ., (2003). *Modernleşen Türkiye'de Yaşlılık ve Yaşlanmak*. İstanbul: Anahtar Kitaplar.
- UNESCO. (2013). *World Heritage list*. <http://whc.unesco.org/en/list> adresinden erişildi.

- Watson, D., Clark, C.A., and Tellegen A. (1988). "Development and Vatisation of Briefmsasures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales", *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Weiss, R. S. (1987). "Reflections on the present state of loneliness research". *Journal of Social Behavior and Personality*, 2, 1-16.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotion and social isolation*. Cambridge: MIT Press.
- West, D. A., Kellner, R., and Moore-West, M. (1986). "The effects of loneliness: A review of the literature". *Comprehensive Psychiatry*, 27, 351-363.
- Wright S.L., Burt C.D.B., and Strongman K.T. (2006). "Loneliness in the workplace: Construct definition and scale development". *NZ J Psychol*, 35, 59-68.