



ASES
ACADEMY OF SCIENTIFIC AND
EDUCATIONAL STUDIES

III. INTERNATIONAL MARMARA SCIENTIFIC STUDIES CONGRESS

July 18-20, 2025

CONFERENCE BOOK

EDITOR: Dr. Maja Vizjak

ISBN: 978-625-96774-3-9

**III. INTERNATIONAL
MARMARA SCIENTIFIC RESEARCH
CONGRESS**

**JULY 18-20, 2025
ISTANBUL, TURKIYE**

EDITOR
Dr.Maja Vizjak

COPYRIGHT © 2024

BY ASES CONGRESS ORGANIZATION

PUBLISHING COMPANY LIMITED

ALL RIGHTS RESERVED. NO PART OF THIS PUBLICATION MAY BE REPRODUCED, DISTRIBUTED OR TRANSMITTED IN ANY FORM OR BY ANY MEANS, INCLUDING PHOTOCOPYING, RECORDING OR OTHER ELECTRONIC OR MECHANICAL METHODS, WITHOUT THE PRIOR WRITTEN PERMISSION OF THE PUBLISHER, EXCEPT IN THE CASE OF BRIEF QUOTATIONS EMBODIED IN CRITICAL REVIEWS AND CERTAIN OTHER NONCOMMERCIAL USES PERMITTED BY COPYRIGHT LAW. ASES CONGRESS ORGANIZATION PUBLISHING® IT IS RESPONSIBILITY OF THE AUTHOR TO ABIDE BY THE PUBLISHING ETHICS RULES.

ASES PUBLICATIONS – 2024©

LICANCE KEY: 2022/ 63715

10.08.2025

ISBN: 978-625-96774-3-9

CONGRESS ID

CONFERENCE TITLE

III. INTERNATIONAL MARMARA SCIENTIFIC RESEARCH CONGRESS

DATE AND PLACE

JULY 18-20, 2025

ISTANBUL, TURKIYE

ORGANIZATION

ASES (ACADEMY OF SCIENTIFIC AND EDUCATIONAL STUDIES),

LANGUAGES

Turkish, English, Arabic, Russian

**ADAPTATION OF THE BRIEF SCALE OF EXISTENTIAL LONELINESS TO
TURKISH CULTURE: A VALIDITY AND RELIABILITY STUDY**

**KISA VAROLUŞSAL YALNIZLIK ÖLÇEĞİ'NİN TÜRK KÜLTÜRÜNE
UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI**

İrem KAYMAKÇI¹

Halil EKŞİ²

İbrahim Halil DEMİR³

¹Lisansüstü Öğrenci , Marmara Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, 0009-0005-7440-5558

²Prof. Dr., Marmara Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, 0000-0001-7520-4559

³Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Halil Demir, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitimde Rehberlik ve Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, , 0000-0002-9397-9232

Özet

Bu çalışmanın amacı Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin (The Brief Scale of Existential Loneliness) Türkçe uyarlamasının gerçekleştirilmesi ve ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelenmesidir. Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği McKenna-Plumley ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilen yalnızlığı 6 maddeli ve tek boyut ile ölçen kısa ve etkili bir ölçme aracıdır. Çalışma grubunu, 18 yaş ve üzeri 183 kadın (%69.3) 81 erkek (%30.7) 264 katılımcı oluşturmaktadır. Ölçüt bağıntılı geçerlik analizleri kapsamında, bu gruba ek olarak 80 kişilik bağımsız bir örneklem daha çalışmaya dahil edilmiştir. Böylece çalışmanın farklı analizlerinde toplamda 344 katılımcıdan elde edilen veriler kullanılmıştır. Ölçek uyarlama sürecinde çeviri ve geri çeviri yöntemleri kullanılarak ölçek maddelerinin dil ve kültür uyumu sağlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi gerçekleştirilerek incelenmiş ve tek faktörlü yapısı doğrulanmıştır. Güvenirlilik analizi kapsamında, Cronbach's alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve Cronbach's alfa katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Ölçüt geçerliği için CEL Yalnızlık Ölçeği ve Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği incelenmiş ve BSEL'in CEL Yalnızlık Ölçeği ile negatif yönde orta düzeyde ($r = -.48$; $p < .01$), Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği ile ise pozitif yönde yüksek düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ($r = .70$, $p < .01$) saptanmıştır. Sonuçlar BSEL'in Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Bu ölçek, 18 yaş ve üstü bireylerin yalnızlık düzeylerini değerlendirmede önemli bir araç olarak kullanılabilir.

Anahtar kelimeler: Yalnızlık, varoluşsal yalnızlık, ölçek uyarlama, geçerlik, güvenilirlik

Abstract

The aim of this study is to adapt The Brief Scale of Existential Loneliness (BSEL) into Turkish and to examine its psychometric properties. The BSEL is a short and effective measurement tool developed by McKenna-Plumley et al. (2024), consisting of 6 items and measuring existential loneliness as a single-dimensional construct. The study sample included 264 participants aged 18 and above, comprising 183 women (69.3%) and 81 men (30.7%). Additionally, an independent sample of 80 participants was included for criterion-related validity analyses, bringing the total number of participants to 344. The adaptation process involved translation and back-translation procedures to ensure linguistic and cultural equivalence of the scale items. Construct validity was examined through confirmatory factor analysis (CFA), which confirmed the single-factor structure of the scale. For reliability analysis,

Cronbach's alpha internal consistency coefficient was calculated and found to be .87. For criterion validity, the BSEL was compared with the CEL Loneliness Scale and the Existential Loneliness Scale. The BSEL showed a moderate negative correlation with the CEL Loneliness Scale ($r = -.48, p < .01$) and a strong positive correlation with the Existential Loneliness Scale ($r = .70, p < .01$), both statistically significant. These results indicate that the Turkish version of the BSEL is a valid and reliable instrument. It can serve as a valuable tool for assessing levels of existential loneliness among individuals aged 18 and above.

Keywords: Loneliness, existential loneliness, scale adaptation, validity, reliability

1. GİRİŞ

Yalnızlık, kişinin sahip olmak istediği sosyal ilişkiler ile mevcut ilişkileri arasındaki farktan meydana gelen, öznel bir deneyimdir (Peplau ve Perlman, 1982; Heinrich ve Gullone, 2006). Heinrich ve Gullone (2006) yalnızlığı bireyin kişilerarası ilişkilerinin bazı beklentilerini karşılamadığı, bu sebeple de bireyin kişilerarası ilişkilerindeki yetersizliğe ve sosyal ilişki zorluklarına işaret ettiğini belirtmiştir. Literatürde yalnızlık; sosyal, duygusal, psikolojik ve mekansal gibi çeşitli alt türlerde incelenmekte olup bireyin yaşam süreci boyunca farklı şekillerde ortaya çıkabilmekte (Balmsjö ve ark., 2019; Russel ve ark., 1984); yalnızlık kavramı öznel ve nesnel boyutlarda deneyimlenmektedir. Öznel yalnızlık türü olan psikolojik ya da duygusal yalnızlık kişinin kendini yalnız hissetmesi ile karakterizedir (Balmsjö ve ark., 2019). Duygusal yalnızlık, bireyin başka bir birey ile arasındaki yakın ve samimi bir bağın eksikliğinden kaynaklanmaktadır (Russel ve ark., 1984). Nesnel yalnızlık türleri ise mekansal ve sosyal yalnızlık olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Mekansal yalnızlık, bireyin diğer insanlardan fiziksel olarak uzakta olması, sosyal yalnızlık ise bireyin düzenli bir şekilde sosyal etkileşimde bulunduğu arkadaş, akraba gibi tanıdıklarının az olması (Balmsjö, ve ark., 2019) ve ortak ilgi alanlarını, etkinlikleri paylaşan bir grubun parçası olmaması (Russel ve ark., 1984) olarak tanımlanmıştır.

Yalnızlık yalnızca sosyal ilişkilerin eksikliği ile sınırlı bir olgu değildir. Bizi diğer insanlardan temel olarak ayrı olma hissi nedeniyle ortaya çıkan yalnızlık türü olan varoluşsal yalnızlık, bireyin kendi duygu, düşünce ve deneyimleri ile diğer insanların duygu, düşünce ve deneyimleri arasında aşılabilir bir uçurumun meydana gelmesi olarak tanımlanmaktadır (Mckenna-Plumley ve ark., 2024). Varoluşsal yalnızlık, insan yaşamının temel varoluşsal yapısının bir parçası olarak iletişim kurulamayan, derin bir yalnızlık hali ile karakterize içsel bir durum, kim olduğumuzun bir parçası; insan olduğumuzu bilmek ve bunu kabullenmektir (Booth, 1997; Gallagher, 2023).

Varoluşsal yalnızlık, diğer yalnızlık deneyimlerinden daha yıpratıcı ve kötü bir deneyim olarak tanımlanmıştır ve varoluşsal yalnızlık deneyimi bireylerde üzüntü, korku, boşluk ve aşırı düşünme gibi olumsuz duygusal ve bilişsel özellikleri içermektedir (Mckenna-Plumley ve ark., 2023). Yalom (1980), yalnızlığı üç düzeyde ele almaktadır; kişilerarası, kişi içi ve varoluşsal yalıtım. Bu sınıflandırma içinde varoluşsal yalıtım, bireyin kendi varlığı ile dış dünya arasındaki ayrılığı fark etmesiyle ortaya çıkmaktadır. Kişi, içsel olarak diğerlerinden farklı ve ayrı olduğunu fark ettiğinde, güçlü ve derin bir yalnızlık hissi ile varoluşunu hareket ettirme gücüne sahip bir yalnızlığı deneyimlemektedir. Bu tür yalnızlıkta bireyin içinde bir boşluk ortaya çıkar ve yalnızlık birey için dünyada kaybolmak veya gerçekten hiçbir yerde var olmamak anlamına gelmektedir (Dahlberg, 2007). Varoluşsal yalnızlık insan olmanın içsel bir yönüdür (Booth, 1997) ve her insan varoluşsal yalnızlığı deneyimleme potansiyeline sahiptir (Pinel ve ark., 2017).

Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmaların yalnızca yalnızlık kavramı üzerine yoğunlaştığı görülmüştür. Yalnızlık kavramı ile çoğunlukla sosyal destek (Duru, 2008; Yılmaz, Yılmaz ve Karaca, 2008), yaşam doyumu (Erol, Sezer, Şişman ve Öztürk, 2016; Hudaynazarova ve ark., 2021; Türkel ve Dilmaç, 2019; Yılmaz ve Altınok, 2009) ve çeşitli bağımlılıklar (Aktaş ve Yılmaz, 2017; Batıgün ve Hasta, 2010; Mert ve Özdemir, 2018) kavramları üzerine çalışmalar; ergen, genç yetişkin ve yetişkin grupları ile gerçekleştirilmiştir.

Yalnızlık olgusunu ölçmeye yönelik çeşitli ölçme araçları bulunmaktadır. Bu ölçme araçları, uluslararası düzeyde geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlanmış ölçme araçları olabildiği gibi, ulusal düzeyde geliştirilen ölçme araçları da olabilmektedir. Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmalarda sıklıkla kullanılan ölçekler arasında Demir (1989) tarafından Türkçeye uyarlanan UCLA Yalnızlık Ölçeği (Russel ve ark., 1978), Gökdemir-Bulut ve Bozo (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği -Existential Loneliness Questionnaire- (Mayers ve ark., 2002), Çavdar ve ark. (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan De Jong Gierveld Yalnızlık Ölçeği ve Türkiye’de geliştirilen Yalnızlık Ölçeği (Çelikbaş ve Tatar, 2021) gibi araçlar bulunmaktadır. Bu ölçme araçlarının çoğunluğu genellikle yalnızlığın sosyal ilişkilerdeki eksiklikler ve duygusal yoksunluk boyutlarına odaklanmakta ve fazla maddeden oluşmaktadır. Yalnızlığın sosyal ve duygusal boyutlarının yanı sıra varoluşsal boyutunun da ölçülmesini sağlayacak varoluşsal yalnızlık ölçeğinin kısa bir versiyonuna ihtiyaç duyulmuştur (Mckenna-Plumley ve ark., 2024). Bu bağlamda Mckenna-Plumley ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilen The Brief Scale of Existential Loneliness Scale (BSEL), bireylerin varoluşsal yalnızlık düzeylerini ölçmeyi amaçlayan ve bireylerin öznel deneyimlerine dayanarak geliştirilmiş kısa, yüksek güvenirlik ve geçerliğe sahip bir ölçektir. BSEL yalnızlığın öznel, duygusal ve negatif yüklü (üzüntü, boşluk, anlamsızlık hissi gibi) yönlerini doğrudan yansıtan maddeler içermektedir. Orijinal çalışmada Birleşik Krallık ve İrlanda’da bulunan 17-84 yaşları arasında 714 katılımcıdan elde edilen verilerin analizi doğrultusunda geçerliği ve güvenirliği araştırılmış, sağlam bir yapı ortaya koyduğu görülmüştür .

Tek boyutlu The Brief Scale of Existential Loneliness ölçeği toplamda altı maddeden oluşmakta ve ölçeği oluşturan maddeler bireyin mutlak yalnızlık hissi, diğer insanlardan ayrı hissetme, ortak anlayış eksikliği, anlam ve amaç eksikliği, üzüntü, boşluk ve uyum sağlayamama hissi (Mckenna-Plumley ve ark., 2024) gibi olumsuz olarak nitelendirilebilecek kavramları sorgulamaktadır. Katılımcılardan her bir maddeyi beşli likert tipi değerlendirme sistemi ile (1= Kesinlikle Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum) yanıt vermeleri beklenmektedir.

BSEL’in Türkçeye uyarlanması, psikolojik danışmanlık sürecinde 17 yaş ve üzeri her bir danışanın varoluşsal yalnızlık olgusunu daha derin anlamaya; klinik uygulamalarda tanı, değerlendirme ve müdahale planını oluşturmaya; bireysel danışmada danışanın içsel boşluk, kopukluk ve anlamsızlık gibi yaşantılarını tanımlayabilmesi ve bu yaşantıların altında yatan varoluşsal temaların farkına varmasına olanak sağlayacaktır. Gerçekleştirilen çalışmalar BSEL’in boşluk hissi, anlamlılık duygusu, mental sağlık sorunları ve sınır durum deneyimleri ile güçlü ilişkiler kurduğunu göstermiştir. Bu doğrultuda BSEL’in Türkçeye uyarlanması ile, alanyazında varoluşsal yalnızlık üzerine gerçekleştirilecek çalışmalar aracılığıyla kavramsal ve kültürel zenginlik sağlanacak, Türk kültüründe yetişen bireylerin varoluşsal yalnızlık düzeylerine dair veriler elde edilecek, önleyici ve koruyucu müdahale programlarının oluşturulmasında bilimsel zemin oluşacaktır.

2. YÖNTEM

Yürütülen araştırma bir ölçek uyarlama çalışmasıdır. Bu bölümde araştırmanın amacına uygun olarak ölçek uyarlama ve işlem süreçlerine yer verilmiştir.

2.1. Çalışma Grubu

Çalışma grubu, 18 yaş ve üzeri 183 kadın (%69.3) 81 erkek (%30.7) 264 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 18 ile 62 arasındadır ve katılımcıların yaş ortalaması 27.50'dir (SD = 8.88) Ölçüt bağıntılı geçerlik analizleri kapsamında, bu gruba ek olarak 63 kadın (%78.8), 17 erkek (%21.3) olmak üzere 80 kişilik bağımsız bir örneklem daha çalışmaya dahil edilmiştir. Böylece çalışmanın farklı analizlerinde toplamda 344 katılımcıdan elde edilen veriler kullanılmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği (The Brief Scale of Existential Loneliness)

McKenna-Plumley ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilmiş; ölçeğin orijinal ismi “The Brief Scale of Existential Loneliness” olarak ifade edilmiştir. Ölçek 5’li likert tipinde (1= “Kesinlikle Katılmıyorum”, 5= “Kesinlikle Katılıyorum”) toplamda 6 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçekte “Kendimi diğer insanlardan ayrı hissetme duygusuyla mücadele ediyorum.” ve “Kendimi dünyada yapayalnız hissediyorum” şeklinde maddeler bulunmaktadır.

Ölçeğin geliştirme süreci dört aşamada tamamlanmıştır. İlk aşamada varoluşsal yalnızlık kavramına dair kapsamlı bir literatür taraması ve nitel veri analizleri gerçekleştirilmiş, elde edilen veriler doğrultusunda yalnızlık, kopukluk, boşluk, anlam eksikliği temalarını kapsayan 55 maddelik madde havuzu oluşturulmuştur. Oluşturulan madde havuzu, alanında uzman dört akademisyen ve bu alanda çalışmış iki deneyim uzmanının görüşleri alınarak içerik geçerliliği açısından değerlendirilmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda bazı maddeler elenmiş, bazıları yeniden düzenlenmiş ve toplam 36 madde analiz sürecine dahil edilmiştir. İkinci aşamada, maddelerin anlaşılabilirliği 7 kişilik pilot örneklem ile test edilmiş ve yüksek anlaşılabilirlik düzeyi gösteren maddeler analiz için yeterli bulunmuştur. Üçüncü aşamada, 714 katılımcıdan oluşan geniş bir örneklem hazırlanan anketi tamamlamıştır. Dördüncü ve son aşamada, ölçeğin faktör yapısını ve güvenilirliğini belirlemek amacıyla örneklem ikiye bölünmüş, bir yarısı üzerinde (N=379) Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) gerçekleştirilmiş ve örneklem diğer yarısı (N=335) üzerinde Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Modelin yüksek uyum indekslerine sahip olduğu belirlenmiş (CFI=0.99, TLI= 0.98, RMSEA=0.08), ölçeğin tek boyutlu, 6 maddelik yapısı ortaya konmuştur. Ölçeğin geçerliliği, genel yalnızlık, varoluşsal izolasyon, yaşamda anlam, ruh sağlığı ve boşluk gibi ilgili yapılarla kurulan korelasyonlarla sınanmış ve tüm varsayımlarla tutarlı sonuçlar elde edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach’s alfa katsayısı ile değerlendirilmiş ve 0.94 olarak raporlanmıştır. Elde edilen bulgular, BSEL’in yüksek geçerliliğe ve güvenilirliğe sahip, varoluşsal yalnızlık deneyimini yordamada etkili, kısa ve kullanışlı bir ölçek aracı olduğunu göstermektedir (McKenna-Plumley ve ark., 2024).

CEL Yalnızlık Ölçeği (The Campaign to End Loneliness Measurement Tool)

CEL Yalnızlık Ölçeği, Campaign to End Loneliness (2014) tarafından geliştirilmiş; Atok ve arkadaşları (2024) tarafından Türkçeye uyarlaması gerçekleştirilmiştir. CEL Yalnızlık Ölçeği 5’li likert tipinde (4= “Kesinlikle Katılmıyorum”, 0= “Kesinlikle Katılıyorum”), 3 maddeli ve tek boyuttan oluşmaktadır.

Türkçe uyarlama çalışmasına yaşları 18 ile 51 arasında değişmekte olan 199’u kadın, 80’i erkek olmak üzere toplamda 279 kişi katılmıştır. Ölçeğin güvenirlik analizi sonucunda Cronbach’s alfa iç tutarlılık katsayısı 0.81 olarak hesaplanmıştır. Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları sonucunda, CEL Yalnızlık Ölçeği’nin Türkiye’de yetişkinlerin yalnızlık düzeylerini ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçek aracı olduğu ortaya konmuştur (Atok ve ark., 2024)

Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği (Existential Loneliness Questionnaire)

Myers ve arkadaşları (2002) tarafından geliştirilmiş; ölçeğin orijinal ismi “Existential Loneliness Questionnaire” olarak ifade edilmiştir. Ölçek 6’lı likert tipi (1= “Bana Hiç Uygun Değil”, 6= “Bana Tamamen Uygun”) toplamda 20 madde ve sosyal bağlarda yalnızlık, yakın ilişkilerde yalnızlık ve yaşamda anlam bulma olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte beş adet ters madde bulunmaktadır.

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Gökdemir-Bulut ve Bozo (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe uyarlama çalışmasında iki farklı örneklemden veri toplanmıştır. İlk örneklem 194’ü kadın, 56’sı erkek toplamda 250 Türk üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. 250 üniversite öğrencisinden elde edilen veriler doğrultusunda açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiş ölçeğin üç boyutlu 20 maddelik yapısı ortaya konmuştur. İkinci örneklem yaşları 61 ile 90 arasında değişen 138’i kadın, 102’si erkek olmak üzere 240 bireyden oluşmaktadır. Güvenilirlik analizlerinde sosyal bağlarda yalnızlık için $\alpha = .85$, yakın ilişkilerde yalnızlık için $\alpha = .70$ ve yaşamda anlam bulma için $\alpha = .80$ değerleri elde edilmiş; tüm ölçek için iç tutarlılık güvenilirliği $\alpha = .89$ olarak belirlenmiştir. Ayrıca, bir buçuk aylık aralıkla yapılan test-tekrar test analizinde ölçeğin güvenilirliği $r = .75$ olarak saptanmıştır. Elde edilen tüm bulgular, Türkçe ELQ’nun Türk kültürel bağlamında değerlendirmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymaktadır (Gökdemir-Bulut ve Bozo, 2016).

2.3. İşlem

Bu çalışmada, öncelikle Mckenna-Plumley ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlanabilmesi için yazarlardan e-posta yoluyla resmi izin alınmıştır. İzin alındıktan sonra, ölçek maddeleri beş bağımsız alan uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Elde edilen çeviriler, üç alan uzmanı tarafından içerik açısından değerlendirilmiş ve ortak bir görüşle sentezlenerek Türkçe taslak form oluşturulmuştur. Türkçe taslak form, İngilizce ve Türkçeye hakim üç alan uzmanı tarafından geri İngilizceye çevrilmiş; ardından, geri çeviri yoluyla elde edilen İngilizce metin ile orijinal ölçek maddeleri karşılaştırılarak anlam bütünlüğü ve tutarlılığı kontrol edilmiştir. Bu aşamada, geri çeviriler ile orijinal maddeler arasında anlam bakımından yeterli düzeyde uyum sağlandığında Türkçe ifadelerin dil doğruluğu ve anlaşılabilirliği açısından iki Türk dili uzmanından görüş alınmıştır. Dil ve üslup açısından hazırlanan Türkçe ölçeğin uygulanabilirliğini test etmek amacıyla 10 kişilik bir katılımcı grubuna pilot uygulama gerçekleştirilmiştir. Pilot uygulama sonuçları doğrultusunda yeniden dil uzmanlarının görüşleri alınarak ölçek son hâline getirilmiştir. Tüm bu süreç boyunca bilimsel araştırma etiğine uygun davranılmıştır. Katılımcılara, sosyal medya platformları ve iletişim araçları (WhatsApp, Telegram vb.) üzerinden ulaşılmıştır. Uygulama öncesinde, katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu sunulmuş ve çalışma gönüllülük esasına dayalı olarak, gizlilik ilkeleri çerçevesinde yürütülmüştür.

3. BULGULAR

3.1. Yapı Geçerliliği

Bir ölçme aracının kuramsal ya da kavramsal yapısını değerlendirmek amacıyla en sık başvurulan istatistiksel yöntemlerden biri doğrulayıcı faktör analizidir (DFA). DFA, gözlemlenen değişkenlerin, önceden belirlenen örtük yapılarla ne derece örtüştüğünü değerlendirmeye yönelik bir analiz tekniğidir. Bu bağlamda analizce modelin verilerle ne ölçüde örtüştüğü değerlendirilir. Bu çalışmada Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği için yapılan DFA ile maddelerin belirlenen faktör yapısına uygunluğu incelenmiş; faktör yüklerinin

anlamlılığı ve yapı geçerliliği test edilmiştir. Literatürde kabul gören ölçütlere göre, .32 ve üzeri faktör yükleri kabul edilebilir düzeyde olup maddenin teorik yapıya katkıda bulunduğunu ve modele anlamlı yüklendiğini göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2001).

Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin tek faktörlü yapısını analiz etme amacıyla birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. İlgili analizde RMSEA, SRMR, CFI, GFI ve NFI değerleri hesaplanmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Birinci düzey doğrulayıcı faktör analizine ait uyum değerleri

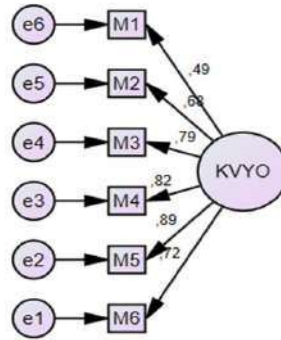
Düzye	X ²	df	X ² /df	RMSEA	NFI	GFI	CFI	SRMR
1. Düzey	35,864	9	3.98	0.07	0.96	0.97	0.97	0.038

Tablo 2'de uygulanan DFA sonrasında tek boyutlu ve altı maddelik ölçekten elde edilen uyum değerleri verilmiştir. Bu uyum değerlerinin uyum parametrelerine uygunluğunun ölçülmesi (Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003: 52) için Tablo 2'de verilen parametreler göz önüne alınmıştır.

Tablo 2. DFA'ya ilişkin uyum indekslerinin değerlendirilmesi

Uyum Ölçüleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Elde Edilen Uyum Değerleri
X ² /sd	0 ≤ X ² /df ≤ 2	2df ≤ c2 ≤ 5df	3.98
RMSEA	0 ≤ RMSEA ≤ 0.05	0.05 ≤ RMSEA ≤ 0.08	0.07
SRMR	0 ≤ SRMR ≤ 0.05	0.05 ≤ SRMR ≤ 0.10	0.038
CFI	0.95 ≤ CFI ≤ 1.00	0.90 ≤ CFI ≤ 0.97	0.97
GFI	0.90 < GFI < 1.00	0.85 < GFI < 0.90	0.9
NFI	0.95 ≤ NFI ≤ 1.00	0.90 ≤ NFI < 0.9	0.9

Tablo 2'de gösterildiği üzere yapılan birinci düzey faktör analizi sonuçlarına göre uyum indeksleri incelendiğinde Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin iyi uyum ve kabul edilebilir uyum gösterdiği görülmektedir. C2/df, RMSEA, SRMR, NFI, CFI ve GFI değerleri iyi uyum değerleri arasındayken, C2/df, RMSEA ve değerleri kabul edilebilir uyum değerleri arasındadır. Sonuç olarak, gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin tek boyutlu modelinin kabul edilebilir düzeyde uyum verdiği görülmüştür. Şekil 1'de Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeğine ait birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi diyagramı sunulmuştur.



Şekil 1. Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'ne ait birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi diyagramı

Şekil 1'de Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'ne (KVYÖ) ait tek boyutlu faktör yapısının doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları sunulmaktadır. Ölçek maddeleri (M1–M6) ile gizil değişken (KVYÖ) arasındaki faktör yükleri incelendiğinde, tüm maddelerin faktör yüklerinin .49 ile .89 arasında değiştiği görülmektedir. Literatürde kabul edilen .32 ve üzeri değerlerin yeterli olduğu (Tabachnick & Fidell, 2001) dikkate alındığında, tüm maddelerin bu ölçütü karşıladığı ve ölçtükleri yapı ile anlamlı düzeyde ilişkili oldukları anlaşılmaktadır. En yüksek faktör yükü M4 (.89) maddesine aittir, en düşük yük .49 ile M1 maddesine aittir. Bu verilere göre ölçeğin maddelerinin teorik yapı olan varoluşsal yalnızlık kavramını temsil etmede yeterli düzeyde katkı sağladığını ve ölçeğin yapı geçerliğinin desteklendiğini söylemek mümkündür.

3.2. Ölçüt Bağımlı Geçerliği

Ölçüt bağımlı geçerlik, bir ölçme aracının belirli bir kriter ya da ölçüt ile ilişkisini değerlendiren bir geçerlik türüdür. Bu yöntem, ölçeğin dış dünyayla bağlantısını inceleyerek, ölçeğin ne kadar doğru ve geçerli olduğunu anlamamıza yardımcı olur (Guilford ve Fruchter, 1973). Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin ölçüte dayalı geçerliğini belirlemek için yapılan çalışmada 80 bireye CEL Yalnızlık Ölçeği ve Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği birlikte uygulanmıştır. Bu üç ölçekten elde edilen değerler arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen veriler

Tablo

4'te

verilmiştir.

Tablo 4. Ölçüt bağımlı geçerlik değerleri

Değişkenler	1	2	3
1-Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği	1		
2- CEL Yalnızlık Ölçeği	-,48**	1	
3- Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği	,70	,55	1

** $p < .01$

Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin ölçüt bağımlı geçerliği, benzer yapıları ölçen diğer psikometrik araçlarla arasındaki korelasyonlar incelenerek değerlendirilmiştir. Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği ile CEL Yalnızlık Ölçeği arasında negatif yönde orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r = -.48, p < .01$). Bu sonuca göre, KVYÖ'nün yalnızlığın farklı bir boyutunu ölçen bir ölçüm aracıyla beklenen şekilde ters yönde ilişkilendiğini ve bu doğrultuda kuramsal beklentilerle tutarlı sonuçlar verdiğini göstermektedir.

Ayrıca Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği ile Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği arasında pozitif yönde yüksek düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .70, p < .01$). Bu sonuç, uyarlanan kısa formun, aynı kavramsal temele dayanan daha kapsamlı bir ölçüm aracıyla yüksek düzeyde örtüştüğünü ve ölçüt bağıntılı geçerlik açısından güçlü kanıtlar sunduğunu göstermektedir.

3.3. Güvenirlik

İç tutarlık ve homojenlik koşullarının sağlanıp sağlanmadığını değerlendirmek için Cronbach Alpha değeri incelenmiştir. Cronbach Alpha 0 ve 1 arasında değerler alabilmektedir. 0,70 üzerindeki değerlerin güvenilir olduğu kabul edilmektedir (Gerbing ve Anderson, 1988). Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin Cronbach Alfa katsayıları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği için cronbach alpha güvenirlilik değerleri

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach Alpha Değeri
Kısa Yalnızlık Ölçeği	6	,87

Tablo 5 incelendiğinde Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin Cronbach Alfa katsayısının ölçeğin geneli için .87 olduğu görülmektedir. Cronbach Alpha katsayısının 0.80'den büyük olması ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir (Özdamar, 2004). Dolayısıyla ölçeğin iç tutarlık seviyesi yüksek seviyede güvenilirlik ifade etmektedir.

4. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, Mckenna-Plumley ve arkadaşları (2024) tarafından geliştirilen “Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin” Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiş ve ölçeğin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Çalışma, ölçek uyarlama ilkelerine uygun biçimde yürütülmüş; çeviri, geri çeviri, uzman görüşleri ile içerik denetimi ve pilot uygulama gibi temel adımlar sistematik biçimde uygulanmıştır.

Doğrulamalı faktör analizi (DFA) sonuçlarına göre ölçeğin tek boyutlu yapısının Türkçe formda da korunduğu ve, modelin uyum indeksleriyle kabul edilebilir ve iyi uyum sağladığı görülmüştür ($X^2/df = 3.98$, RMSEA = .07, SRMR = .038, CFI = .97, GFI = .97, NFI = .90). Tüm maddelerin faktör yüklerinin .49 ile .89 arasında olması, ölçeğin yapısal geçerliğinin güçlü olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum, varoluşsal yalnızlık kavramının kültürler arası bağlamda tutarlı şekilde deneyimlendiğini ve ölçülebilir olduğunu göstermektedir. Ayrıca çalışma grubunun geniş yaş aralığına sahip heterojen bir örneklemden oluşması (18-62 yaş arası) da ölçeğin farklı demografik gruplarda test edilmesine olanak sağlamıştır.

Ölçüt bağıntılı geçerlik analizlerinde Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği ile CEL Yalnızlık ölçeği arasında orta düzeyde negatif ve anlamlı ilişki ($r = -.48, p < .01$), Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği ile ise yüksek düzeyde pozitif ve anlamlı ilişki ($r = .70, p < .01$) saptanmıştır. Bu bulgular, ölçeğin hem kavramsal benzerlik taşıyan hem de daha genel yalnızlık yapıları ile kuramsal olarak beklenen yönlerde ilişkilendiğini göstermekte ve ölçüt geçerliğini desteklemektedir. Ölçeğin CEL Yalnızlık Ölçeği ile negatif yönde ilişki sunması, varoluşsal yalnızlığın sadece sosyal ilişkilerle ilgili bir durum olmadığını; daha derin ve içsel bir yalnızlık boyutunu içerdiğini ortaya koymaktadır.

Güvenirlilik analizinde elde edilen Cronbach Alfa katsayısının .87 olması, ölçeğin yüksek iç tutarlığa sahip olduğunu göstermektedir. Orijinal çalışmada bildirilen .94'lük alfa katsayısı ile

uyumlu olan bu sonuç, ölçeğin Türkçe formunun da benzer güvenilirlik düzeyine ulaştığını göstermektedir.

Sonuç olarak Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanmış formu, geçerlik ve güvenilirlik açısından psikometrik yeterliliklere sahip, kısa ve uygulanabilir bir ölçme aracı olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda Kısa Varoluşsal Yalnızlık Ölçeği psikolojik danışmanlık sürecinde 17 yaş ve üzeri her bir danışanın varoluşsal yalnızlık olgusunu daha derin anlamaya; klinik uygulamalarda tanı, değerlendirme ve müdahale planını oluşturmaya; bireysel danışmada danışanın içsel boşluk, kopukluk ve anlamsızlık gibi yaşantılarını tanımlayabilmesi ve bu yaşantıların altında yatan varoluşsal temaların farkına varmasına olanak sağlayarak ilgili alan çalışmalarında kullanılabilirliğini mümkün kılmaktadır.

Bu çalışmanın bulgularına dayanarak, ölçeğin boylamsal çalışmalar yapılarak bireylerin deneyimledikleri çeşitli yaşam olayları veya gelişimsel süreçler karşısındaki varoluşsal yalnızlık düzeylerindeki değişimin izlenmesi; özellikle psikolojik danışma, klinik psikoloji ve ruh sağlığı hizmetlerinde yalnızlığa dayalı terapötik müdahalelerde yönlendirici bir tarama ve değerlendirme aracı olması ve ölçek üzerinden bireysel farklılıklar (Örneğin, bağlanma stilleri, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş düzeyleri) ile ilişkili kapsamlı araştırmaların yürütülmesi önerilmektedir.

Sonuç olarak gerçekleştirilen çalışma, varoluşsal yalnızlık kavramının Türk kültürü bağlamında geçerli ve güvenilir biçimde ölçülebileceğini göstermesi açısından literatüre anlamlı bir katkı sunmaktadır.

5. KAYNAKLAR

- Aktaş, H., & Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100.
- Atok, R., Ekşi, H., & Demir, İ.H. (2024). CEL Yalnızlık Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. F. Özşengür (Ed.). *International 7th Usbilim Social Sciences Congress Kongre Kitabı* içinde (s. 537-545). APP Publications.
- Batıgün, A. D., & Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Bolmsjö, I., Tengland, P. A., & Rämgarđ, M. (2019). Existential loneliness: An attempt at an analysis of the concept and the phenomenon. *Nursing ethics*, 26(5), 1310-1325.
- Booth, R. (1997). Existential loneliness: The other side of the void. *The International Journal of Interpersonal Studies* 16 (1): 23–32.
- Çavdar, D., Bağcı, V., Çorbacı, E. C., Sarıtaş, S. & Taşdelen, M. K. (2015). Adaptation of De Jong Gierveld Loneliness Scale into Turkish. *International Journal of Humanities and Social Science*, 5(9).
- Dahlberg, K. (2007). The enigmatic phenomenon of loneliness. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 2(4), 195–207.
- De Jong-Gierveld, J., & Kamphuis, F. H. (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied Psychological Measurement*, 9, 289-299
- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji dergisi*, 7(23), 14-18.

- Duru, E. (2008). Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 15-24.
- Erol, S., Sezer, A., Şişman, F. N., & Öztürk, S. (2016). Yaşlılarda yalnızlık algısı ve yaşam doyumu. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(3), 60-69.
- Gallagher, S. (2023). A critique of existential loneliness. *Topoi*, 42(5), 1165-1173.
- Gerbing, D. W., & Anderson, J. C. (1988). An updated paradigm for scale development incorporating unidimensionality and its assessment. *Journal of marketing research*, 25(2), 186-192.
- Gökdemir-Bulut, B. P., & Bozo, Ö. (2016). The psychometric validity and reliability of the Turkish version of the Existential Loneliness Questionnaire. *Current Psychology*, 37, 401-413.
- Guilford, J. P., & Fruchter, B. (1973). *Fundamental statistics in psychology and education* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
- Hudaynazarova, A., Avşaroğlu, S., Nurkoyuncu, S., & Başarıkan, R. (2021). Yetişkinlerin yaşam doyumu, yalnızlık ve öz-tiksinme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 183-198.
- Mayers, A. M., Khoo, S. T., & Svartberg, M. (2002). The Existential Loneliness Questionnaire: background, development, and preliminary findings. *Journal of clinical psychology*, 58(9), 1183-1193. <https://doi.org/10.1002/jclp.10038>
- McKenna-Plumley, P. E., Turner, R. N., Yang, K., & Groarke, J. M. (2023). "It's a feeling of complete disconnection": experiences of existential loneliness from youth to older adulthood. *BMC psychology*, 11(1), 408.
- McKenna-Plumley, P. E., Turner, R. N., Yang, K., & Groarke, J. M. (2024). The brief scale of existential loneliness: scale development and psychometric evaluation. *Current Psychology*, 43(42), 32907-32920.
- Mert, A., & Özdemir, G. (2018). Yalnızlık duygusunun akıllı telefon bağımlılığına etkisi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 8(1), 88-107.
- Özdamar, K. (2004). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi*, (Genişletilmiş 5.Baskı.) Eskişehir: Kaan Kitapevi.
- Peplau, L. A. & Perlman, D. (1982). *Perspectives on loneliness*. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1-18). New York: Wiley.
- Pinel, E. C., Long, A. E., Murdoch, E. Q., & Helm, P. (2017). A prisoner of one's own mind: Identifying and understanding existential isolation. *Personality and Individual Differences*, 105, 54-63.
- 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., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a Measure of Loneliness. *Journal of personality assessment*, 42(3), 290-294.

Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23–74.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics* (4th ed.). Allyn & Bacon.

Türkel, Z., & Dilmaç, B. (2019). Ergenlerde sosyal medya kullanımı, yalnızlık ve yaşam doyumunu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57-70.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: BasicBooks.

Yılmaz, E., & Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 59(59), 451-470.

Yılmaz, E., Yılmaz, E., & Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of General Medicine/Genel Tıp Dergisi*, 18(2).