

Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

Emine DURAN¹ , Zeliha TRAŞ² , Kemal ÖZTEMEL³ 

Özet

Araştırmada beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin yalnızlık düzeyleri ve çeşitli demografik değişkenlere bağlı olarak değişim gösterip göstermediğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın desenini betimsel tarama türlerinden biri olan genel tarama modeli oluşturmaktadır. Çalışma grubunu 18-25 yaş aralığında bulunan bireyler oluşturmaktadır. Çalışma grubunun yaş ortalaması 19.92'dir. Çalışma, 492 katılımcı ile yürütülmüştür. Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı, 406 (%82.5) kadın ve 86 (%17.5) erkek şeklindedir. Araştırmaya 270 (%54.9) önlisans ve 222 (%45.1) lisans öğrencisi katılmıştır. Verilerin toplanmasında; UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizi ve yorumlanmasında bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının cinsiyete, katılımcının eğitim düzeyine, yaşa ve anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı görülmektedir. Ancak, katılımcıların yalnızlık puan ortalamalarının birlikte yaşanan kişiye, yetiştirilme sürecinde algılanan anne tutumuna, baba tutumuna ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Elde edilen bulgular, literatüre dayalı olarak tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, beliren yetişkinlik, cinsiyet, anne-baba tutumu.

Investigation of the Loneliness Levels of Individuals in Emerging Adulthood in Terms of Various Variables

Abstract

The aim of the research is to determine the loneliness levels of individuals in emerging adulthood and to examine whether they differ in terms of various variables. The research design is a general scanning model, which is one of the descriptive scanning types. The study group consists of individuals between the ages of 18-25. The average age of the study group was 19.92. The study was conducted with 492 participants. The distribution of participants by gender was 406 (82.5%) female and 86 (17.5%) male. 270 (54.9%) associate degree and 222 (45.1%) undergraduate students participated in the research. The average age of the research group is 19.92. In collecting data; UCLA Loneliness Scale and Personal Information Form were used. Independent groups t-test and one-way analysis of variance were used in the analysis and interpretation of the data. According to the findings; it is seen that the average loneliness scores of emerging adults do not differ according to gender, the level of education of the participant, age and the level of education of the mother. However, it was seen that the average loneliness scores of the participants differed significantly according to the person they lived with, the perceived attitude of the mother during the upbringing process, the attitude of the father and the level of education of the father. The findings were discussed based on the literature.

Keywords: Loneliness, emerging adulthood, gender, parental attitude.

¹ Öğr. Gör. Dr., Yozgat Bozok Üniversitesi, Çocuk Gelişimi, pdremineduran@gmail.com

² Prof. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, zztras@gmail.com

³ Prof. Dr., Gazi Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, koztemel@gmail.com

GİRİŞ

İnsan, varoluş özellikleri bakımından sosyal bir varlıktır ve anlamlı, yakın ilişkiler kurma insanın yaşam motivasyonuna katkı sağlamaktadır. Birey yaşamı boyunca bir topluma, gruba ait olma ve diğer insanlarla etkileşim içinde olma ihtiyacı duymaktadır. Bu ihtiyaç giderilemediğinde ve diğerleri ile anlamlı ve yakın ilişkiler kurulamadığında birey, yalnızlık hissi ile karşı karşıya kalabilmektedir. Yalnızlık, bireyin gerçekte yaşamakta olduğu sosyal ilişkileri ile idealindeki sosyal ilişkileri arasındaki farkın artması ile oluşan tutarsızlığın sonucunda ortaya çıkan olumsuz duygudurum şeklinde ifade edilmektedir (Achterbergh vd., 2020; Peplau ve Perlman, 1982). Başka bir tanımda ise, bireyin sosyal ilişkilerinin nicelik ya da nitelik bakımından yetersiz olduğu durum yalnızlık olarak tanımlanmaktadır (Çetin vd., 2014).

Bireyler, doğdukları andan itibaren bir aile ortamına dâhil olurlar. Yaşam boyunca devam eden topluma ait olma, toplumsal ilişkileri başlatma ve devam ettirme gereksinimi sürmektedir. Özellikle bazı gelişim dönemlerinde sosyal gereksinimlerimiz daha fazla olabilmektedir. Erikson'un psikososyal gelişim kuramında bahsettiği "yakınlık kurmaya karşı kaçınma" dönemi bu gereksinimi açıklamaktadır. Bu aşama yetişkinliğin bir aşaması olup bireyler burada yakın arkadaşlıklar kurmaktadır (Orenstein ve Lewis, 2022). Bu evrede yakınlık kurma gelişimsel görev tamamlanmadığı takdirde izolasyon ortaya çıkmaktadır yani birey kendini sosyal ortamlardan soyutlayarak yalnızlık ile karşı karşıya kalmaktadır. Temel kazanımı sevgi olan, kişiler arası iletişim evreni partnerler olan bu aşama 18-35 yaş aralığını kapsamaktadır (Baytar, 2024).

Erikson'un "yakınlık kurmaya karşı kaçınma" dönemi beliren yetişkinlik dönemini de içinde barındırmaktadır. Beliren yetişkinlik, 18 yaşında geç ergenlik ile başlayarak 25 yaşa kadar süren (Arnett, 2000; Atak, 2011), ergenlik dönemi ile yetişkinlik çağı arasında bir gelişim dönemi olarak belirtilmektedir (Morsünbül, 2013). Birçok genç, bu dönemi yetişkin rolünü edinmek yerine farklı deneyimlere yol vererek değerlendirmeyi tercih etmektedir (Arnett, 2007). Bu dönem, yetişkinliğe geçiş dönemi olarak tanımlamak yerine beliren yetişkinlik olarak tanımlandığında, aile ilişkileri, bilişsel gelişim, romantik ilişkiler, arkadaşlıklar, sosyal ilişkiler, medya kullanımı gibi alanlara odaklanmayı sağlar (Arnett, 2007). Bu dönem, yetişkinliğe geçiş dönemi olarak tanımlamak yerine beliren yetişkinlik olarak tanımlandığında, aile ilişkileri, zihinsel gelişim, romantik ilişkiler, arkadaşlıklar, sosyal ilişkiler, medya kullanımı gibi alanlara odaklanmayı sağlar (Arnett, 2007). Beliren yetişkinlik dönemini de kapsayan Erikson'un "yakınlık kurmaya karşı kaçınma" döneminde bireyler, anlamlı ilişki kurmada zorlandığında ya da kuramadığında yalnızlık yaşamaya başlamaktadır (Özü, 2017). Zahedi ve diğerleri (2022), üniversitede öğrenim görmekte olan gençler arasında yalnızlığın önemli bir problem olduğunu belirtmiştir. Ayrıca yalnızlığın 18-21 yaş arasında birinci sınıf öğrencilerinde üst sınıflara nazaran daha yaygın olduğu görülmüştür (Zahedi vd., 2022).

İnsan hayatı boyunca, yaşamın bir evresinden başka bir evresine farklı sosyal geçişler yaşamaktadır. Geç ergenlik döneminde kritik bir zaman olan üniversiteye geçiş dönemi; bireyin rutinleri, ilişkileri ve rolleri üzerinde etkisi olduğu için yaşamdaki en önemli geçişlerden biridir (Wheaton, 1990). Üniversite yaşamına yeni geçiş yapan genç, başta yaşadığı şehir olmak üzere okul ortamı, yaşam alanı ve sosyal çevresi gibi birçok değişikliğe uyum sağlamak zorunda kalmaktadır. Yeni ortama uyum sağlama konusunda yaşanan zorluklar, gençlerin yalnızlık duygusuyla karşılaşmasına yol açabilmektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar, yalnızlığın üniversitede yaygın olduğunu göstermektedir (Diehl vd., 2018; Zahedi vd., 2022).

Yalnızlık, fiziksel ve ruhsal sağlığa etkileri açısından değerlendirildiğinde bireylerin sağlığını olumsuz bir biçimde etkilemektedir. Yüksek kaygı ve depresyon ile yalnızlığın ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar (Diehl vd., 2018; Mann vd., 2022) yalnızlığın ruh sağlığı üzerindeki yıpratıcı etkisine işaret etmektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde; yalnızlığın cinsiyet (Beutel vd., 2017; Zahedi vd., 2022), kültür (Bauer ve Rokach, 2004), fiziksel hareketsizlik (Diehl vd., 2018), internet bağımlılığı (Coşkun ve Saray-Kılıç, 2022; Keresteci, 2021; Traş, 2019), internet oyun oynama bozukluğu (Traş, 2019), yeme tutumları (Tonkuş vd., 2024), sosyal medya kullanımı (Güner vd., 2022; Öztat ve Gülnar, 2024; Tiryaki, 2024), akıllı telefon bağımlılığı (Mert ve Özdemir, 2018; Topal vd., 2023), bağlanma stilleri (Bingül ve Çelik, 2021; Çelik, 2023) ve olumsuz değerlendirilme korkusu (Bingül ve Çelik, 2021) gibi çeşitli değişkenlerle ilişkilerinin incelendiği görülmüştür. Traş ve arkadaşları (2020) yalnızlığın mutluluk ve sabır ile olan ilişkisini inceledikleri çalışmalarında, mutluluk ve sabır ile yalnızlık arasında bir ilişki tespit etmişlerdir. Mutluluk ve sabır düzeyi arttıkça yalnızlık azalmaktadır.

Beliren yetişkinlik döneminin önemli bir geçiş olması ve bu dönemde yalnızlık hissinin yaygın olarak görülmesi (Aslan ve Karataş, 2024) daha fazla araştırmanın yapılması gerektiğini göstermektedir. Bu dönemdeki gençlerin yalnızlık duygusunu daha yoğun deneyimlemelerinin altında yatan değişkenlerin neler olduğu ile alakalı daha fazla çalışmaya gereksinim duyulmaktadır. Bu nedenle mevcut çalışmada, beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin yalnızlık düzeylerinin belirlenmesi ve çeşitli demografik değişkenlere bağlı olarak değişim gösterip göstermediğinin incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin yalnızlık düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkisi incelenmiştir. Genel tarama modeline göre yapılandırılmıştır. Kalabalık bir evrende, evren hakkında genel bir düşünceye erişmek için, evrenin tamamı veya evrenden alınacak olan bir örneklem ile yürütülen tarama çalışmalarına genel tarama modeli denilmektedir (Karasar, 2017).

Çalışma Grubu

Araştırma grubu, 406 (%82.5) kadın ve 86 (%17.5) erkek olmak üzere toplam 492 beliren yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya 270 (%54.9) önlisans ve 222 (%45.1) lisans öğrencisi katılmıştır. Araştırma grubunun yaş aralığı 18-25 olup yaş ortalaması 19.92'dir. Veriler kolayda örneklem tekniği ile toplanmıştır. Verilerin toplanmasında olasılığa dayalı olmayan örneklem tekniklerinden bir olan kolayda örneklem kullanılmıştır. Yaygın olarak kullanılmakta olan bu teknik, veri toplama araçlarına cevap veren herkesin çalışma grubuna dâhil edilmesidir ve en kolay ulaşılabilen kişi en ideal olandır. Veri toplama işlemi, en kolay ulaşılan kişiden başlanılarak istenilen örneklem sayısına ulaşıncaya kadar sürdürülür ve hedef sayıya ulaşıncaya işlem bitirilir (Altunışık vd., 2010). Elde edilen verilerin cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, birlikte yaşanılan kişi, algılanan anne-baba tutumu ve anne-baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre dağılımı Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Verilere ilişkin demografik bilgiler

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	406	82.5
	Erkek	86	17.5
Yaş	18	85	17.3
	19	134	27.2
	20	125	25.4
	21	71	14.4
	22	49	10
	23	17	3.5
	24	11	2.2
Eğitim Düzeyi	Önlisans	270	54.9
	Lisans	222	45.1
Birlikte Yaşanılan Kişi	Aile	313	63.6
	Arkadaş	141	28.7
	Yalnız	21	4.3
	Diğer	17	3.5
Anne Eğitim Düzeyi	Okuryazar değil	45	9.1
	İlkokul	242	49.2
	Ortaokul	117	23.8
	Lise	68	13.8
	Önlisans	6	1.2
	Lisans	13	2.6
	Lisansüstü	1	0.2
Baba Eğitim Düzeyi	Okuryazar değil	7	1.4
	İlkokul	166	33.7
	Ortaokul	130	26.4
	Lise	133	27
	Önlisans	1	3.5
	Lisans	30	6.1
	Lisansüstü	9	1.8
Algılanan Anne Tutumu	Otoriter	60	12.2
	İlgisiz	7	1.4
	Koruyucu	188	38.2
	Mükemmeliyetçi	42	8.5
	Aşırı Hoşgörülü	96	19.5

	Demokratik	42	8.5
	Cezalandırıcı	3	0.6
	Tutarsız	17	3.5
	Diğer	37	7.5
	Otoriter	73	14.8
	İlgisiz	49	10
	Koruyucu	153	31.1
	Mükemmeliyetçi	38	7.7
Algılanan Baba Tutumu	Aşırı Hoşgörülü	58	11.8
	Demokratik	45	9.1
	Cezalandırıcı	6	1.2
	Tutarsız	24	4.9
	Diğer	46	9.3
Toplam		492	100

Etik

Çalışma protokolü, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Referans Numarası: 2024/754). Çalışma, 1964 Helsinki Bildirgesi ve sonraki güncellemelerinde belirtilen etik standartlara uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanma aracı olarak, demografik bilgilerin bulunduğu ve araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan “Kişisel Bilgi Formu” ve Demir (1989) tarafından uyarlama çalışması yapılmış olan “UCLA Yalnızlık Ölçeği” kullanılmıştır.

UCLA Yalnızlık Ölçeği

Russell ve diğerleri (1978) tarafından geliştirilmiş olan, son revizyonu 1996 yılında Russell tarafından gerçekleştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Toplamda 20 ifadeden oluşan ölçek tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçek ifadelerinin 10 tanesi olumlu, 10 tanesi ise olumsuzdur. Ölçeğin tamamını için iç tutarlılık katsayı değeri .96 şeklindedir. Ayrıca test tekrar test güvenirlik katsayı değeri ise .94 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin mevcut çalışma için hesaplanmış olan iç tutarlılık katsayısı ise .85 değerindedir.

Verilerin Analizi

Veriler analiz işlemine alınmadan önce, verilerin normalliği test edilmiştir. Normal dağılımın sağlanmasının ardından 492 katılımcı ile analize başlanmıştır. Verilerin analizi sürecinde; beliren yetişkinlik döneminde bulunan bireylerin yalnızlık düzeylerinin cinsiyete ve eğitim düzeyine göre bir değişimin olup olmadığına dair bilgi edinmek için t testi (bağımsız/ilişkisiz grup) yapılmıştır. Ayrıca yalnızlık düzeylerinin yaşa, birlikte yaşanan kişiye, anne-baba tutumuna ve anne-baba eğitim düzeyine göre değişimin varlığının tespiti için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edildiğinde, bu farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacıyla Anova Post-Hoc

testlerinden Tukey testi yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırmada bulgular; betimsel istatistikler, cinsiyet, yaş, katılımcıların eğitim düzeyi, birlikte yaşanan kişi, algılanan anne-baba tutumu ve anne-baba eğitim düzeyi sırasıyla sunulmuş, bu değişkenlere göre UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden alınan puanlarla farklılaşma olup olmadığına bakılmıştır. Öncelikle değişkene ait sayı bilgisi, ortalama değeri, standart sapma değeri, çarpıklık/basıklık katsayı değerleri hesaplanmış ve bu değerlere tablo 2'de değinilmiştir.

Tablo 2. Değişkene ait betimsel istatistikler

Ölçekler	N	Ortalama	Standart Sapma	Çarpıklık	Basıklık
Yalnızlık	492	2.56	.46	.385	-.399

Tablo 2'de, katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği ortalama değerinin ($\bar{X}=2.56$) ve standart sapma değerinin ($S.S.=.46$) olduğu görülmektedir. Çarpıklık ile basıklık değerlerinin ise $+1/-1$ aralığında bir yer aldığı görülmekte ve bu durum verilerin normal dağıldığına işaret etmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2014). Cinsiyet değişkenine ilişkin olarak bir değişim olup olmadığını saptamak için yapılan t-testi sonucunda elde edilen verilere Tablo 3'te yer verilmiştir.

Tablo 3. Yalnızlık puanlarının cinsiyete bağlı değişimi

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Yalnızlık	K	406	2.5506	.45762	-1.256	.210
	E	86	2.6186	.44768		

$p<.05^*$

Beliren yetişkinlerin, cinsiyet değişkenine göre yalnızlık puanlarının değişim gösterip göstermediğinin saptanması amacıyla t testi yapılmıştır. Yapılan analizin sonuçlarına göre; beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamaları cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür ($p=.210$, $p>.05$).

Tablo 4. Yalnızlık Puanlarının Yaşa Bağlı Değişimi

	Kaynak	KT	SD	KO	F	P
Yalnızlık	Gruplar arası	2.139	6	.357	1.729	.112
	Grup içi	100.036	485	.206		
	Toplam	102.176	491			

$p<.05^*$

Beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının yaş değişkenine göre değişiminin varlığının tespiti için yapılan ANOVA sonuçlarına göre; yalnızlık puan ortalamalarının yaşa göre farklılaşmadığı görülmüştür ($p=.112$, $p>.05$). Yalnızlık puan ortalamalarında gruplar arası anlamlı bir farklılığa rastlanmadığı için Anova çoklu karşılaştırma (Post-Hoc) testi yapılmamıştır.

Tablo 5. Yalnızlık puanlarının eğitim düzeyine bağlı değişimi

	Eğitim Düzeyi	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Yalnızlık	Önlisans	270	2.60	.46	1.817	.070
	Lisans	222	2.52	.45		

$p<.05^*$

Beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının eğitim düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığının test edilmesi için yapılan t testi sonuçları tablo 5'te görülmektedir. Sonuçlara göre; yalnızlık puan ortalamaları eğitim düzeyine göre farklılaşmamaktadır ($p=.070$, $p>.05$).

Tablo 6. Yalnızlık puanlarının birlikte yaşanan kişiye bağlı değişimi

	Kaynak	KT	SS	KO	F	P
	Gruplar arası	2.543	3	.848	4.152	.006*
Yalnızlık	Grup içi	99.633	488	.204		
	Toplam	102.176	491			

$p<.05^*$

Tablo 6 incelendiğinde, farklılaşmanın tespiti için yapılan ANOVA sonuçlarına görülmektedir. Beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının birlikte yaşanan kişiye göre anlamlı düzeyde değişim gösterdiği tespit edilmiştir ($p=.006$, $p<.05$). Anlamlı düzeyde değişim saptandığı için Anova çoklu karşılaştırma (Post-Hoc) testlerinden biri olan Tukey testi yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma testine ilişkin bilgilere Tablo 7'de değinilmiştir.

Tablo 7. Yalnızlık puanlarının birlikte yaşanan kişiye göre gruplar arası karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

	Baz Grup	N	Karşılaştırılan Grup	Ortalama Farkı	p
Yalnızlık	Aile	313	Arkadaş	.04	.74
			Yalnız	-.28	.03*
			Diğer	-.19	.35
	Arkadaş	141	Aile	-.05	.74
			Yalnız	-.33	.01*
			Diğer	-.23	.19
	Yalnız	21	Aile	.28	.03*
			Arkadaş	.33	.01*
			Diğer	.09	.92
	Diğer	17	Aile	.19	.35
			Arkadaş	.23	.19
			Yalnız	-.09	.92

$p<.05^*$

Tablo 6'da, yalnızlık puanlarının birlikte yaşanan kişiye göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Tablo 7'de ise farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğu görülmektedir. Varyansların homojenliği şartı sağlandığı için Anova Post-Hoc testlerinden Tukey seçilmiştir. Elde edilen sonuçlarda, yalnız yaşayanlar ile ailesi ile birlikte yaşayan beliren yetişkinler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu farklılık, ailesiyle yaşayan bireyler lehine sonuçlanmıştır (Ort. fark=.28, $p=.03$, $p<.05$). Yalnız yaşayan bireylerin, ailesiyle birlikte yaşayanlara göre daha yüksek yalnızlık puanına sahip olduğu görülmüştür. Aynı şekilde yalnız yaşayanlara göre arkadaşları ile birlikte yaşayan bireylerin lehine anlamlı bir fark olduğu görülmektedir (Ort. fark=.33, $p=.01$, $p<.05$). Yalnız yaşayan katılımcılar, arkadaşları ile birlikte yaşayan katılımcılara kıyasla daha fazla yalnızlık hissi yaşamaktadırlar.

Tablo 8. Yalnızlık puanlarının algılanan anne tutumuna bağlı değişimi

	Kaynak	KT	SS	KO	F	P
Yalnızlık	Gruplar arası	5.526	8	.691	3.452	.001*
	Grup içi	96.649	483	.200		
	Toplam	102.176	491			

p<.05*

Tablo 8’de, beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının algılanan anne tutumuna göre anlamlı düzeyde değişime uğradığı tespit edilmiştir ($p=.001$, $p<.05$). Anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edildiği için farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğuna dair bilgi edinmek için Anova Post-Hoc testi yapılmıştır. Varyansların homojenliği sağlandığı için Anova çoklu karşılaştırma (Post-Hoc) testlerinden Tukey testi tercih edilmiştir. Elde edilen sonuçlara ilişkin bilgilere tablo 9’da değinilmiştir.

Tablo 9. Yalnızlık puanlarının algılanan anne tutumuna göre gruplar arası karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

	Baz Grup	N	Karşılaştırılan Grup	Ortalama Farkı	p
Yalnızlık	Otoriter	7	İlgisiz	-.45	.227
		188	Koruyucu	.05	.999
		42	Mükemmeliyetçi	.08	.994
		96	Aşırı Hoşgörülü	.17	.324
		42	Demokratik	.14	.841
		3	Cezalandırıcı	-.39	.876
		17	Tutarsız	-.21	.763
		37	Diğer	-.02	1.000
	İlgisiz	60	Otoriter	.45	.227
		188	Koruyucu	.50	.096
		42	Mükemmeliyetçi	.53	.094
		96	Aşırı Hoşgörülü	.62*	.013*
		42	Demokratik	.60*	.037*
		3	Cezalandırıcı	.06	1.000
		17	Tutarsız	.24	.953
		37	Diğer	.43	.323
	Koruyucu	60	Otoriter	-.05	.999
		7	İlgisiz	-.50	.096
		42	Mükemmeliyetçi	.03	1.000
		96	Aşırı Hoşgörülü	.13	.388
		42	Demokratik	.09	.958
		3	Cezalandırıcı	-.43	.772
		17	Tutarsız	-.25	.390
		37	Diğer	-.07	.996
	Mükemmeliyetçi	60	Otoriter	-.08	.994
		7	İlgisiz	-.53	.094
		188	Koruyucu	-.03	1.000
		96	Aşırı Hoşgörülü	.09	.969
		42	Demokratik	.06	1.000
		3	Cezalandırıcı	-.46	.726
		17	Tutarsız	-.28	.403
		37	Diğer	-.10	.989
	Aşırı Hoşgörülü	60	Otoriter	-.17	.324
		7	İlgisiz	-.62*	.013*
		188	Koruyucu	-.13	.388

	42	Mükemmeliyetçi	-.09	.969
	42	Demokratik	-.03	1.000
	3	Cezalandırıcı	-.56	.459
	17	Tutarsız	-.38*	.038*
	37	Diğer	-.19	.406
Demokratik	60	Otoriter	-.14	.841
	7	İlgisiz	-.59*	.037*
	188	Koruyucu	-.09	.958
	42	Mükemmeliyetçi	-.06	1.000
	96	Aşırı Hoşgörülü	.03	1.000
	3	Cezalandırıcı	-.52	.576
	17	Tutarsız	-.34	.162
	37	Diğer	-.16	.831
Cezalandırıcı	60	Otoriter	.39	.876
	7	İlgisiz	-.06	1.000
	188	Koruyucu	.43	.772
	42	Mükemmeliyetçi	.46	.726
	96	Aşırı Hoşgörülü	.56	.459
	42	Demokratik	.52	.576
	17	Tutarsız	.18	.999
	37	Diğer	.37	.911
Tutarsız	60	Otoriter	.21	.763
	7	İlgisiz	-.24	.953
	188	Koruyucu	.25	.390
	42	Mükemmeliyetçi	.28	.403
	96	Aşırı Hoşgörülü	.38*	.038*
	42	Demokratik	.34	.162
	3	Cezalandırıcı	-.18	.999
	37	Diğer	.19	.888
Diğer	60	Otoriter	.02	1.000
	7	İlgisiz	-.43	.323
	188	Koruyucu	.07	.996
	42	Mükemmeliyetçi	.10	.989
	96	Aşırı Hoşgörülü	.19	.406
	42	Demokratik	.16	.831
	3	Cezalandırıcı	-.37	.911
	17	Tutarsız	-.19	.888

p<.05*

Tukey testi sonuçlarına göre, aşırı hoşgörülü tutum ve demokratik tutum ile ilgisiz tutum arasında anlamlı bir değişim tespit edilmiştir. Algılanan anne tutumu aşırı hoşgörülü (Ort. fark=.62, p=.01, p<.05) ve demokratik (Ort. fark=.60, p=.04, p<.05) olan katılımcılar, algıladığı anne tutumu ilgisiz olan katılımcılara göre daha az yalnızlık yaşamaktadırlar. Ayrıca aşırı hoşgörülü tutum ile tutarsız tutum arasında da anlamlı bir farklılaşmaya rastlanmıştır. Algılanan anne tutumu aşırı hoşgörülü olan katılımcıların, algılanan anne tutumu tutarsız (Ort. fark=-.38, p=.04, p<.05) ve ilgisiz (Ort. fark=-.62, p=.01, p<.05) olan katılımcılara kıyasla daha az yalnızlık hissi yaşadığı görülmüştür.

Tablo 10. Yalnızlık puanlarının algılanan baba tutumuna bağlı değişimi

Kaynak	KT	SS	KO	F	P
Gruplar arası	6.008	8	.751	3.772	.000*

Yalnızlık	Grup içi	96.168	483	.199
	Toplam	102.176	491	

p<.05*

Tablo 10’da, yalnızlık ölçeğinden alınan puan ortalamaları ile katılımcıların yetiştirilme sürecinde algıladıkları baba tutumu arasında anlamlı bir değişimin varlığının tespiti için ANOVA yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının algılanan baba tutumuna göre anlamlı düzeyde değişim gösterdiği tespit edilmiştir (p=.000, p<.05). Anlamlı düzeyde bir değişim olduğu için değişimin hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacı ile Anova çoklu karşılaştırma (Post-Hoc) testlerinden Tukey testi yapılmıştır. Tukey testine ait bilgiler tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11. Yalnızlık puanlarının algılanan baba tutumuna göre gruplar arası karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

Baz Grup	N	Karşılaştırılan Grup	Ortalama Farkı	p
Yalnızlık	49	İlgisiz	-.27*	.031*
	153	Koruyucu	.08	.926
	38	Mükemmeliyetçi	.02	1.000
	58	Aşırı Hoşgörülü	.15	.596
	45	Demokratik	.03	1.000
	6	Cezalandırıcı	.04	1.000
	24	Tutarsız	-.04	1.000
	46	Diğer	-.04	1.000
	73	Otoriter	.27*	.031*
	153	Koruyucu	.35*	.000*
	38	Mükemmeliyetçi	.29	.071
	58	Aşırı Hoşgörülü	.42*	.000*
	45	Demokratik	.30*	.031*
	6	Cezalandırıcı	.30	.809
	24	Tutarsız	.23	.495
	46	Diğer	.23	.210
	73	Otoriter	-.08	.926
	49	İlgisiz	-.35*	.000*
	38	Mükemmeliyetçi	-.07	.997
	58	Aşırı Hoşgörülü	.07	.987
	45	Demokratik	-.05	.999
	6	Cezalandırıcı	-.05	1.000
	24	Tutarsız	-.12	.942
	46	Diğer	-.12	.804
	73	Otoriter	-.02	1.000
	49	İlgisiz	-.29	.071
	153	Koruyucu	.07	.997
	58	Aşırı Hoşgörülü	.13	.887
	45	Demokratik	.01	1.000
	6	Cezalandırıcı	.02	1.000
	24	Tutarsız	-.06	1.000
	46	Diğer	-.06	1.000
	73	Otoriter	-.15	.596
	49	İlgisiz	-.42*	.000*
	153	Koruyucu	-.07	.987
	38	Mükemmeliyetçi	-.13	.887
	45	Demokratik	-.12	.913
	6	Cezalandırıcı	-.11	1.000

	24	Tutarsız	-.19	.705
	46	Diğer	-.19	.454
Demokratik	73	Otoriter	-.03	1.000
	49	İlgisiz	-.30*	.031*
	153	Koruyucu	.05	.999
Cezalandırıcı	38	Mükemmeliyetçi	-.01	1.000
	58	Aşırı Hoşgörülü	.12	.913
	6	Cezalandırıcı	.01	1.000
	24	Tutarsız	-.07	.999
	46	Diğer	-.07	.998
Cezalandırıcı	73	Otoriter	-.04	1.000
	49	İlgisiz	-.31	.809
	153	Koruyucu	.05	1.000
	38	Mükemmeliyetçi	-.02	1.000
	58	Aşırı Hoşgörülü	.11	1.000
	45	Demokratik	-.01	1.000
	24	Tutarsız	-.08	1.000
	46	Diğer	-.07	1.000
Tutarsız	73	Otoriter	.04	1.000
	49	İlgisiz	-.23	.495
	153	Koruyucu	.12	.942
	38	Mükemmeliyetçi	.06	1.000
	58	Aşırı Hoşgörülü	.19	.705
	45	Demokratik	.07	.999
	6	Cezalandırıcı	.08	1.000
	46	Diğer	.01	1.000
Diğer	73	Otoriter	.04	1.000
	49	İlgisiz	-.23	.210
	153	Koruyucu	.12	.804
	38	Mükemmeliyetçi	.05	1.000
	58	Aşırı Hoşgörülü	.19	.454
	45	Demokratik	.07	.998
	6	Cezalandırıcı	.07	1.000
	24	Tutarsız	-.01	1.000

p<.05*

Tukey testi sonuçlarına göre, algılanan ilgisiz baba tutumu ile otoriter, aşırı hoşgörülü, demokratik ve koruyucu baba tutumları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Algılanan baba tutumu ilgisiz tutum olan katılımcılar; algıladığı tutum otoriter (Ort. fark=.27, p= .03, p<.05), aşırı hoşgörülü (Ort. fark=.35, p= .00, p<.05), demokratik (Ort. fark=.42, p= .03, p<.05) ve koruyucu (Ort. fark=.30, p= .00, p<.05) baba tutumu olan katılımcılara kıyasla daha fazla yalnızlık bildirmiştir.

Tablo 12. Yalnızlık puanlarının anne eğitim düzeyine bağlı değişimi

	Kaynak	KT	SS	KO	F	P
Yalnızlık	Gruplar arası	1.937	6	.323	1.562	.156
	Grup içi	100.238	485	.207		
	Toplam	102.176	491			

p<.05*

Tablo 12 incelendiğinde, yalnızlık puan ortalamaları ile katılımcıların annelerinin eğitim düzeyi arasında anlamlı bir değişim olup olmadığını test etmek için ANOVA yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı

görülmüştür ($p=.156$, $p>.05$). Farklılaşma olmadığı için Anova Post-Hoc testi yapılmamıştır.

Tablo 13. Yalnızlık puanlarının baba eğitim düzeyine bağlı değişimi

	Kaynak	KT	SS	KO	F	P
Yalnızlık	Gruplar arası	3.60	6	.60	2.95	.00*
	Grup içi	98.58	485	.20		
	Toplam	102.18	491			

$p<.05^*$

Tablo 13'te görüldüğü gibi, yalnızlık ortalmalarının katılımcıların babalarının eğitim düzeyine göre değişime uğrayıp uğramadığının tespiti için ANOVA yapılmıştır. Yapılan test sonucunda, beliren yetişkinlerin yalnızlık puan ortalamalarının baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ($p=.00$, $p<.05$). Anlamlı düzeyde bir değişim tespit edildiği için değişimin hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacıyla Anova çoklu karşılaştırma (Post-Hoc) testlerinden biri olan Tukey testi yapılmıştır. Çoklu karşılaştırma sonucunda ulaşılan bilgiler Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14. Yalnızlık puanlarının baba eğitim göre gruplar arası karşılaştırılmasına ilişkin sonuçlar

	Baz Grup	N	Karşılaştırılan Grup	Ortalama Farkı	p
Yalnızlık	Okuryazar değil	166	İlkokul	.029	1.000
		130	Ortaokul	-.01	1.000
		133	Lise	.20	.920
		17	Önlisans	-.03	1.000
		30	Lisans	.12	.996
		9	Lisansüstü	-.03	1.000
	İlkokul	7	Okuryazar değil	-.03	1.000
		130	Ortaokul	-.04	.992
		133	Lise	.17*	.024*
		17	Önlisans	-.06	.999
		30	Lisans	.09	.948
		9	Lisansüstü	-.06	1.000
	Ortaokul	7	Okuryazar değil	.01	1.000
		166	İlkokul	.04	.992
		133	Lise	.21*	.004*
		17	Önlisans	-.02	1.000
		30	Lisans	.13	.793
		9	Lisansüstü	-.02	1.000
	Lise	7	Okuryazar değil	-.20	.920
		166	İlkokul	-.17	.024*
		130	Ortaokul	-.21	.004*
		17	Önlisans	-.23	.446
		30	Lisans	-.08	.981
		9	Lisansüstü	-.23	.759
	Önlisans	7	Okuryazar değil	.03	1.000
		166	İlkokul	.06	.999
		130	Ortaokul	.02	1.000
		133	Lise	.23	.446
		30	Lisans	.15	.928
		9	Lisansüstü	-.01	1.000
	Lisans	7	Okuryazar değil	-.12	.996
		166	İlkokul	-.09	.948
		130	Ortaokul	-.13	.793
		133	Lise	.08	.981

	17	Önlisans	-.15	.928
	9	Lisansüstü	-.15	.974
	7	Okuryazar değil	.03	1.000
	166	İlkokul	.06	1.000
Lisansüstü	130	Ortaokul	.02	1.000
	133	Lise	.23	.759
	17	Önlisans	.01	1.000
	30	Lisans	.15	.974

p<.05*

Tukey testi sonucunda; babasının eğitim düzeyi ilkök, ortaokul ve lise düzeyinde olan katılımcılar arasında anlamlı bir farka rastlanmıştır. Babasının eğitim düzeyi ilkök (Ort. fark=-.17p= .02, p<.05) ve ortaokul (Ort. fark=-.21, p=.00, p<.05) olan katılımcılar, babasının eğitim düzeyi lise olan katılımcılara göre daha fazla yalnızlık hissi yaşadıklarını bildirmiştir.

TARTIŞMA

Araştırma sonuçları, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin yalnızlık düzeylerinin cinsiyete, katılımcının eğitim düzeyine, yaşına ve annesinin eğitim düzeyine göre herhangi bir değişim göstermemektedir. Ancak, beliren yetişkinlerin yalnızlık düzeylerinin yaşanan kişiye, yetiştirilme sürecinde algılanan anne tutumuna, baba tutumuna ve baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde değişime uğramaktadır.

Mevcut çalışmada, beliren yetişkinlerin yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre bir değişim göstermediği görülmüştür. Literatür incelendiğinde cinsiyet ile yalnızlık arasındaki farklılaşmayı inceleyen çalışmaların sonuçlarının farklılık gösterdiği görülmektedir. Literatürde yalnızlık düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını belirten (Bingöl ve Çelik, 2021; Çelik, 2023; Keresteci, 2021; Üzgü vd., 2023; Yelpaze, 2021) ve mevcut çalışma sonucunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Ancak tam aksi çalışma sonuçlarına da rastlanmıştır. Zahedi ve arkadaşları (2022) kız öğrencilerin erkek öğrencilere nazaran daha fazla yalnızlık hissi yaşadığını ifade etmiştir.

Çalışma sonucunda, beliren yetişkinlikte yalnızlık düzeyinin yaşa bağlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde elde edilen bu sonucu destekleyen çalışmalara rastlamak mümkündür (Eliüşük-Bülbül ve Alıcı, 2022; Keresteci, 2021). Üzgü ve arkadaşları (2023) yaş değişkenine bağlı olarak yalnızlık düzeyinin anlamlı bir değişim göstermediğini belirtmiştir. Beliren yetişkinlikte yani 18-25 yaş aralığında bireyin bulunduğu yaş onun yalnızlık düzeyi üzerinde bir değişikliğe yol açmamaktadır.

Beliren yetişkinlik döneminde yalnızlık düzeyinin katılımcının eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kavlak ve arkadaşlarının (2022) yapmış oldukları çalışmanın sonuçları da sınıf düzeyi ile yalnızlık düzeyleri arasında bir fark bulunmadığını göstermektedir. Mevcut çalışmanın sonucunu destekler nitelikte çalışmalara literatürde rastlamak mümkündür (Yelpaze, 2021). Yani beliren yetişkinlik dönemindeki bir bireyin yalnızlık düzeyi, lisans ya da önlisans öğrenim görüyor olmasına göre değişiklik

göstermemektedir.

Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin yalnızlık düzeyleri yaşadıkları kişiye göre farklılık göstermektedir. Aile ve arkadaşları ile birlikte yaşayan bireyler yalnız yaşayanlara göre daha az yalnızlık hissi belirtmiştir. Zahedi ve arkadaşları (2022), yurttan yaşayan öğrenciler arasında yalnızlığın daha yaygın olduğunu belirtmiştir. Eliüşük-Bülbül ve Alıcı (2022), üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmalarında, aileleri ile beraber yaşayan öğrencilerin ailesinden ayrı yaşam öğrencilere kıyasla daha az yalnızlık bildirdiğini ifade etmiştir. Birlikte yaşamak, bireylerin duygularını paylaşmasına ve günlük yaşamda daha fazla sosyal temas kurmalarına olanak sağlayabilir. Özellikle beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin gelişimsel özellikleri düşünüldüğünde, bu dönemde duygusal anlamda dengeyi kurma çabası ve kimlik gelişimi düşünüldüğünde bireylerin diğer kişilerle kurdukları ilişkilerin önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Bu açıdan ailesi ya da arkadaşları ile birlikte yaşayan bireylerin yalnızlık duygusunu daha az yaşama ihtimali olduğu ve bu durumun koruyucu bir etmen olduğu ifade edilebilir.

Beliren yetişkinlerin yalnızlık düzeyleri algıladıkları anne ve baba tutumuna bağlı olarak anlamlı farklılıklar göstermektedir. Algıladığı anne tutumu aşırı hoşgörölü ve demokratik tutum olan beliren yetişkinlerin, algıladığı tutum ilgisiz olanlara kıyasla daha az yalnızlık hissi yaşadıkları görölmüştür. Ayrıca algıladığı anne tutumu tutarsız tutum olan katılımcıların, algıladığı tutum aşırı hoşgörölü olana göre daha yüksek düzeyde yalnızlık yaşadığı bulunmuştur. Katılımcıların algıladıkları baba tutumu ilgisiz tutum olanlar, algıladığı baba tutumu otoriter, demokratik ve koruyucu olanlara kıyasla daha fazla yalnızlık yaşadıklarını bildirmiştir. Sarpkaya (2022), beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin yalnızlık düzeyleri ile yetiştirilme sürecinde algıladıkları anne-baba tutumlarının ilişkili olduğunu belirtmiştir. Mevcut çalışmanın sonucunu destekler niteliktedir. Bireylerin algıladığı anne-baba tutumlarının yalnızlık düzeyi üzerinde etkili olması, bireyin ebeveyninden gördüğü ilgi, anlayış ve sevgi ile açıklanabilir. Aile içinde sağlıklı iletişimin benimsenmesi ve bireylerin bu ortamda yetişmesi ileriki yaşamalarında yalnızlık duygusunu daha az yaşamalarını sağlayabilir. Özellikle sevgi dolu, destekleyici ve demokratik ebeveyn tutumlarının bireylerin sosyal ilişkilerde daha başarılı olmalarına ve yalnızlık duygusunu daha az deneyimlemelerine zemin hazırladığı söylenebilir. Buna karşılık, otoriter, ilgisiz ya da aşırı koruyucu ebeveyn tutumlarının, bireyde düşük özgüven, sosyal çekingenlik ve ilişkilerde zorluklara neden olarak yalnızlık düzeyini artırabileceği düşünülebilir.

Mevcut çalışmada, yalnızlık düzeyinin katılımcıların annelerinin eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Literatürde çalışma sonucunu destekleyen ve yalnızlığın anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını belirten çalışma sonuçlarına rastlamak mümkündür (Kavlak vd., 2022; Keresteci, 2021). Beliren yetişkinlerin yalnızlık düzeylerinin babalarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark göstermektedir. Baba eğitim düzeyi lise olan katılımcılar, babasının eğitim düzeyi ilkököl ve ortaokul

olanlara göre daha düşük düzeyde yalnızlık bildirmiştir. Literatürdeki bazı çalışmalar yalnızlık düzeyinin babanın eğitim düzeyine bağlı olarak farklılığa uğramadığını belirtmektedir (Keresteci, 2021). Ancak tam aksi ve mevcut çalışmayı destekleyen çalışma sonuçlarına da rastlanmaktadır. Körler (2011), anne-baba eğitim düzeyi yüksek olanların düşük olanlara göre daha az yalnızlık yaşadığını ifade etmiştir. Duyan ve arkadaşları (2010), babası üniversite mezunu olan bireylerin diğerlerine kıyasla daha düşük yalnızlık düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Babaların eğitim düzeyinin yüksek olması, çocukları ile daha nitelikli iletişim kurmalarını, onlara duygusal destek sağlamalarını ve sosyal yaşamlarında doğru model olmalarını kolaylaştırabilir. Bu durum, bireylerin yaşamları boyunca daha sağlam sosyal ilişkiler kurmalarına olanak tanıyarak yalnızlık seviyelerinin azalmasına katkıda bulunabilir. Bunun yanı sıra eğitilmiş ebeveynlerin sunduğu çevre ve sosyal destek de yalnızlık hissini azaltabilir.

Mevcut çalışma sonuçları, beliren yetişkinlik döneminde yaygın olarak yaşanan yalnızlık hissini farklılaşma durumunun hangi değişkenlere bağlı olduğuna dair önemli bilgiler sunmaktadır. Yalnızlık düzeyinin yüksek olması sonucunda bireylerin olumsuz etkilendiği bilinmektedir. Olumsuz etkilerine maruz kalmamak amacıyla yalnızlık hissine neden olabilecek durumlar üzerinde önleyici çalışmaların yapılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca yüksek düzeyde yalnızlık puanına sahip bireylere yönelik bireysel ve grupla psikolojik danışma, psikoeğitim programları ve rehberlik çalışmalarının düzenlenmesinin problemin giderilmesinde yardımcı olması beklenilmektedir. Beliren yetişkinlik döneminde üniversite yaşamının başlaması ve devam etmesi sebebiyle yalnızlık hissine yol açabilecek durumların önceden analizinin yapılması ve gerekli çalışmaların düzenlenmesi bu sorunun yaygınlığının azalmasında etkili olabilir. Ayrıca çalışma grubunun çoğunluğunun kadın katılımcılardan oluşması araştırma için sınırlılık içermektedir ve bu durum bulguların erkek katılımcılara genellenebilirliğini sınırlandırabilir. Mevcut çalışma sonuçlarının; önleyici, koruyucu ve iyileştirici çalışmalara yol göstermesi, alan çalışanlarına ve araştırmacılara katkı sunması öngörülmektedir.

Finansman: Yazarlar, bu araştırma, yazarlık ve/veya makalenin yayımı için herhangi bir mali destek almamıştır.

Çıkar Çatışması: Bu makale için yazarların herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Etik Onay: Çalışma protokolü, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (Referans Numarası: 2024/754). Çalışma, 1964 Helsinki Bildirgesi ve sonraki güncellemelerinde belirtilen etik standartlara uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Katılım Onayı: Çalışmaya dahil edilen tüm bireysel katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Teşekkür: Bu çalışmanın katılımcılarına ve çalışmada kullandığımız ölçekleri geliştirenlere teşekkür

ederiz.

Not: Bu alışma 28 Nisan- 1 Mayıs 2024 tarihleri arasında düzenlenen VII. INCES (International Science, Culture and Education Congress) Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Katkı Oranı Beyanı: Bu alışma, her iki yazarın ortak katkılarıyla gerçekleştirilmiştir. Tüm aşamalarda yazarlar iř birliği içinde çalışmıştır.

KAYNAKÇA

- Achterbergh, L., Pitman, A., Birken, M., Pearce, E., Sno, H., & Johnson, S. (2020). The experience of loneliness among young people with depression: a qualitative meta-synthesis of the literature. *BMC Psychiatry*, 20, 1-23.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. ve Yıldırım, E. (2010). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri SPSS uygulamalı*. (6.Baskı). Sakarya Yayıncılık.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Bauer, N., & Rokach, A. (2004). The experience of loneliness in university: A cross-cultural study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 11(4), 283-302. <https://doi.org/10.1080/02673843.2004.9747936>
- Baytar, A. (2024). *Erikson'in psikososyal gelişim kuramı bağlamında kişilerarası iletişim: içtenlikli ilgi ve reddedicilik ilişkisi üzerine bir analiz* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Marmara Üniversitesi
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Brähler, E., Reiner, I., Jünger, C., Michal, M., ... & Tibubos, A. N. (2017). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC Psychiatry*, 17, 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1262-x>
- Bingöl, F., ve Çelik, E. (2021). Yalnızlığın bağlanma stilleri, beğenilme arzusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu açısından incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, (85), 187-202.
- Coşkun, S., ve Kılıç, H. S. (2022). Ergenlerin internet ve akıllı telefon bağımlılığının yalnızlık, uyku kalitesi ve akademik başarı düzeyleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 23(4), 511-521. <https://doi.org/10.51982/bagimli.1097365>
- Çelik, G. N. H. (2023). *Dijital platformlarda flört eden beliren yetişkinlerin ilişki doyumunun ve yalnızlık algısının bağlanma stillerine göre incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi].Maltepe Üniversitesi.
- Çetin, I., Aca, Z., Baysal, B., ve Şenaras, A. E. (2014). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, yalnızlık ve özsaygı düzeylerinin faktör analizi ile incelenmesi. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (46), 13-27.
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: determinants of emotional and social loneliness among students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1865. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- Duyan, V., Duyan, G. Ç., Çifti, E. G., Sevin, Ç., Erbay, E., ve İkizoğlu, M. (2010). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150), 28-41. <https://doi.org/10.15390/ES.2008.782>
- Eliüşük-Bülbül, A., ve Alıcı, S. S. (2022). COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi. *SEBED*, 1(1), 60-73.
- Güner, T. A., Demir, İ., ve Erdem, S. (2022). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile akademik öz yeterlik ve yalnızlık arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 12(3),

- 508-518. <https://doi.org/10.5961/higheredusci.1139247>
- Gürbüz, S., ve Şahin, F. (2014). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemi*. (2.Basım). Nobel Yayınları
- Kavlak, M., Sarılır, A. İ., ve Tönbol, B. (2022). Dijital oyun bağımlılığı yalnızlığı tetikler mi?. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 1-13. <https://doi.org/10.5119/eregf.2022.18>
- Keresteci, K. (2021). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve yalnızlık duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Körler, Y. (2011). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Mann, F., Wang, J., Pearce, E., Ma, R., Schlieff, M., Lloyd-Evans, B., ... & Johnson, S. (2022). Loneliness and the onset of new mental health problems in the general population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 57(11), 2161-2178. <https://doi.org/10.1007/s00127-022-02261-7>
- Mert, A., ve Özdemir, G. (2018). Yalnızlık duygusunun akıllı telefon bağımlılığına etkisi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 8(1), 88-107. <https://doi.org/10.26466/opus.382285>
- Orenstein, G. A., & Lewis, L. (2022). *Eriksons stages of psychosocial development*. In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing.
- Özü, Ö. (2017). *Genç yetişkinlik dönemi ve uyum problemleri*. F. S. Çakar (Ed.), Yaşam dönemleri ve uyum sorunları (s. 333-366). Pegem Akademi.
- Öztat, F., ve Gülnar, B. (2024). Yalnızlık, olumlu ve olumsuz deneyim düzeyleri ile sosyal medya kullanım ilişkisi. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (34), 801-827. <https://doi.org/10.56597/kausbed.1495136>
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy: Perspectives on loneliness. *John Wiley and Sons*, 1-18.
- Sarpkaya, Y. (2022). *Bireyleşme sürecinde algılanan ebeveyn tutumları ile duygu düzenleme becerileri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Tiryaki, S. (2024). Yalnızlık ve benlik sunumu çerçevesinde sosyal medya kullanımı. *The Journal of Social Sciences*, 25(25), 198-212. <https://doi.org/10.16990/SOBIDER.4264>
- Tonkuş, M. B., Sevindik, R., Betten, F., Yılmazel, O., Temel, U. K., Korkmaz, E., ve Dilmaç, E. M. (2024). Üniversite öğrencilerinin duygusal ve sosyal yalnızlık düzeylerinin, yeme tutumlarına etkisi. *Yeni Yüzyıl Journal of Medical Sciences*, 5(4), 155-170. <https://doi.org/10.46629/JMS.2024.164>
- Topal, N., Odacı, H., ve Özer, Ş. (2023). İnternet bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve psikolojik iyi oluş: Yalnızlığın aracı rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(2), 601-639. <https://doi.org/10.17152/gefad.1140695>
- Traş, Z. (2019). Internet addiction and loneliness as predictors of internet gaming disorder in adolescents. *Educational Research and Reviews*, 14(13), 465-473. <https://doi.org/10.5897/ERR2019.3768>
- Traş, Z., Öztemel, K., ve Koçak, M. (2020). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, yalnızlık ve sabır düzeyleri

- arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(22), 878-894. <https://doi.org/10.26466/opus.575329>
- Üzgü, M. A., Bozgüney, R., Can, B., Ozlu, M., Akat, A., Güneş, F., ve Çalık, F. (2023). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 75-82.
- Wheaton, B. (1990). Life transitions, role histories, and mental health. *American Sociological Review*, 209-223.
- Yelpaze, İ. (2021). Uluslararası üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yordayıcısı olarak bilişsel esneklik ve psikolojik sağlık. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 105-131.