

SOSYAL HİZMET ÖĞRENCİLERİNİN YALNIZLIK DÜZEYLERİ VE BUNU ETKİLEYEN FAKTÖRLER: SAKARYA ÖRNEĞİ

Mehmet Zafer DANIŞ*
Recep YILDIZ**
Huri Ece TEKİN***
Pınar ALKAN****

ÖZ

İnsanlar yaratılış itibarıyla sosyal varlıklardır. Kişiler arası pozitif ve özel ilişkiler kurmaya ve sürdürmeye çalışırlar. Yalnızlık, kişinin duygu durumunu, sosyal becerilerini ve sosyalleşmesini etkilemektedir. Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin tespit edilmesi amacıyla, 2016-2017 akademik yılı bahar döneminde, eğitimlerine devam eden 512 sosyal hizmet bölümü öğrencisinden 224 katılımcıyla gerçekleştirilen araştırmada, Peplau ve Perlman'ın geliştirdiği ve Demir tarafından 1989 yılında Türkçe'ye uyarlanan, UCLA Yalnızlık Ölçeğinin yanı sıra, öğrencilerin sosyo demografik, ekonomik durumlarını tespit edebilmek amacıyla kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin UCLA Yalnızlık Ölçeğinden aldıkları puanlar ile kişisel bilgi formundaki cevaplar karşılaştırılarak yalnızlık düzeylerini etkileyen faktörler tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırma sonucunda; öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiki açıdan anlamlı bir ilişkiye rastlanmazken ($p>0,05$), öğrenim gördükleri sınıf değişkenine göre, yalnızlık düzeylerinin istatistiki olarak anlamlı bir biçimde farklılaştığı saptanmıştır ($p<0,05$). Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) neticesinde yapılan, Post-Hoc Çoklu Karşılaştırma testi sonuçlarına göre; sınıf düzeyi arttıkça, öğrencilerin okula ve arkadaş çevresine adaptasyon sağlamaları ile birlikte yalnızlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir azalmanın meydana geldiği tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Yalnızlık, Üniversite, Sosyal Çevre, Sosyal Hizmet, Sosyal Hizmet Eğitimi.

LONELINESS LEVELS OF SOCIAL WORK STUDENTS AND THE FACTORS AFFECTING THIS: SAKARYA SAMPLE

ABSTRACT

People are social beings by creation. They try to establish and maintain positive and special relationships among individuals. Loneliness affects one's emotional state, social skills and socialization. In order to determine the loneliness levels of the students of Sakarya University Social Work Department, in the research conducted by 224 participants of 512 social work students who continued their education in the spring semester of 2016-2017 academic year, in addition to UCLA Loneliness Scale which was developed by Peplau and Perlman and adapted by Demir in Turkish in 1989, a personal information form was used to identify the socio-demographic and economic conditions of the students.

*Prof. Dr., Sakarya Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü Öğretim Üyesi, zdanis@sakarya.edu.tr

**Yrd. Doç. Dr., Yalova Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü Öğretim Üyesi, receyildiz@hotmail.com

***Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Dördüncü Sınıf Öğrencisi.

****Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Dördüncü Sınıf Öğrencisi, alkn_pinar@hotmail.com

This research tried to determine the factors affecting the loneliness levels of the students who participated in the research by comparing the scores obtained from the UCLA Loneliness Scale with the answers on the personal information form. As a result of the research; there was no statistically significant relationship between the loneliness levels of the students and the gender variables ($p > 0,05$). But the level of loneliness was statistically went different according to the class variables ($p < 0,05$). According to the results of the Post-Hoc Multiple Comparison test conducted on the basis of One Way ANOVA, it has been found that as the class level increases, the students achieve adaptation to the environment of the school and the friends and a statistically significant decrease in the levels of loneliness.

Keywords: Loneliness, University, Social Environment, Social Work, Social Work Education.

GİRİŞ

İnsan, kültürel bir varlık olduğu için davranışlarıyla çevresini etkilediği gibi aynı zamanda içinde bulunduğu çevreden de etkilenmektedir. Kişinin davranışı, biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimi, yaşadığı sosyal çevre içerisinde meydana gelen etkileşimlerin yönüne göre değişmektedir (Danış 2006: 45-54). Değişen bu davranışlarla birlikte birey yaşamını olumsuz etkileyen birtakım uyarıcılarla da karşılaşır. Olumsuz bir durumun oluşması sorunları beraberinde getirerek, bireyin yaşamında problemlere sebep olur ve bu problemlerin üstesinden gelmek için birey çözüm arar. Problemlerin çoğunu kendi çabalarıyla ya da yakın çevresinin desteğiyle çözüme kavuşturur. Bireyin sahip olduğu imkân ve kaynaklar, sorunlarının çözülmesine yardımcı olmazsa, profesyonel yardıma gereksinim duyar.

Yalnızlık birey ve bireyin çevresindeki sistemlerin karşılıklı etkileşimi sonucunda ortaya çıkar. İnsana acı verip, umutlarını yok ederek, bilişsel ve duyuşsal zorlanmayı beraberinde getirir. Kişinin yalnızlık düzeyini etkileyen birden fazla değişken vardır. Yakınların kaybı, sosyal baskı, ekonomik problemler, sosyal iletişim ve etkileşim yoksunluğu gibi etmenlerin etkileşimi yalnızlığın ortaya çıkmasını sağlayan değişkenlerden sayılabilir. Yalnızlığı etkileyen bu sorunlar bağlamında bir bilim ve meslek olarak “sosyal hizmet”, birey ve grupların kendi kontrolleri dışında ya da kendilerinden kaynaklanan nedenlerle karşılaştıkları çeşitli sorunlarda onlara profesyonel yardım ve destek sağlayan; korunma ihtiyacı olan çocuklar, gençler, engelli bireyler, yoksullar, kronik hastalığı olanlar ve aileleri, travma yaşamış bireyler, suça sürüklenen çocuklar, gençler, bakıma ve korunmaya muhtaç yaşlılar, yoksul aileler vb. gibi tüm ihtiyaç ve risk altında yaşayan bireylere yönelik, profesyonel müdahaleler ve mesleki yaklaşımlarla mikro, mezo ve makro düzeylerde çalışmalar gerçekleştirme ehliyeti olan bir disiplin ve uygulama alanıdır (Yolcuoğlu, 2016).

Bu araştırmanın genel amacı üniversiteye yeni başlamış sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin zamanla yalnızlık durumlarını ve yıllar geçtikçe bu durumdaki değişimlerini sosyal hizmet perspektifinden incelemek ve öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlerle olan ilişkisini anlamaktır. Bu genel amaçla birlikte alt amaçlar da bulunmaktadır. Bunlardan bazıları soru cümleleri ile aşağıdaki şekilde ifade edilmiştir;

- ✓ Sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin yalnızlık durumları, öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre farklılaşmakta mıdır?
- ✓ Sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin yalnızlık durumları, cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- ✓ Sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin yalnızlık durumları, sosyal çevreden beklentilerine göre farklılaşmakta mıdır?
- ✓ Sosyal hizmet bölümü öğrencilerinin yalnızlık durumları, sosyal çevrede kendilerini tanımlamalarına göre farklılaşmakta mıdır?

1. YALNIZLIĞA KURAMSAL YAKLAŞIM

Karmaşık nitelik taşıyan yalnızlığın epistemolojik olarak tek bir tanımını vermek güçtür. Farklı kuramsal bakış açılarına göre yalnızlık tanımları farklılık taşımaktadır.

Psikodinamik Kuram: Yalnızlık olgusunun köklerini Freud'un psikanalitik yaklaşımlarına dayandırmakta ve ondan hareketle, yalnızlığı; yaşam içgüdüsünün bireyin kendi "ben"inin içine sıkışıp kalmasından söz etmektedirler. Kendi egosuna çekilen birey kendisini dış çevreden yalıtmakta ve kendini merkeze taşıyarak ideal bir içsel durum yaratmaktadır (Gençtan, 1998). İdeal içsel durum yaratmaya duyulan aşırı istenç, yalnızlık olarak tezahür etmektedir.

Existansiyalist (Varoluşçu) Yaklaşım: Yalnızlığı insanın ontolojik gerçekliği olarak kabul etmekte ve yalnızlığı bir yaşam biçimi olarak olumlamaktadır. İnsanın yaşamının özünün yalnızlık olduğu savunularak, hayatı yaşamının, sadece bireyin gerçekleştirmesi gereken bir özellik olduğu, bu durumun ne başkasına aktarılabilceği ne de başkasına vekâlet verilmesinin mümkün olmadığı gibi, başkalarının da vekâletinin üstlenilemeyeceği ve bu duygunun sadece bireysel olabileceği ve bireyin istenciyle yaşanabileceği üzerinde durulmaktadır (Gündoğan 2017: 1-8).

Bilişsel Yaklaşım: Yalnızlığın bilişsel ve ilişkisel süreçleri üzerinde odaklanmaktadır. Bu durum aynı zamanda Festinger'in, bilişsel çelişki kuramının da özünü oluşturmaktadır. Bireyin bu çelişkili durumdan kurtulabilmesi; kendi içsel sürecindeki çelişen bilgilerin önemini azaltmak ya da içsel süreçteki uyuşan bilgilerin önemini güçlendirerek mümkün hale gelebilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2006: 158). Belirtildiği gibi bilişsel süreç yaklaşımında, bireyin duygu ve davranışları veri kabul edilmekle birlikte, yalnızlık, bireyin algıları, tutumları ve içsel yaşantı süreçleri çerçevesinde irdelenmekte ayrıca bireyin sosyal yaşamdaki ilişkiler örüntüsünde geçerli olan kendi standartları ve normları yalnızlığı nasıl yaşayacağını belirlemektedir.

Danışan Merkezli Yaklaşım: Yaklaşımın öncüsü Carl Rogers'tır. Ona göre, insan başkalarıyla hiçbir gerçek ilişkisinin olmadığını hissettiği an ortaya yalnızlık çıkmaktadır. Her insan duygularını içinden geldiği gibi ifade etmek yerine saygı duyduğu ve kendisi için önemli olan insanların onayladığı biçimde davranırsa daha çok sevebileceğini öğrenir. Böylece dış dünyayla ilişki kurduğu bir dış davranışlar kabuğu oluşturur. Kişi isteyerek ya da zorla bu savunma kalkanlarını bıraktığında yalnızlığa en açık olduğu zamandır. Kişi, hayatın anlamının, sahte yüzünün gerçek dünyayla olan ilişkisine bağlı olmadığını, olamayacağını kabul etme eğilimine girdiği zaman yalnızlığı umutsuzluğa dönüşür.

Psikososyal Yaklaşım: Erikson'un psikososyal gelişim kuramı ergenlikte yalnızlığa karşı yakınlık krizi konusunu gündeme getirmiştir. Erikson'a göre birey kimlik kazanımından sonra diğerleriyle yakın ilişkiler kurmaya ve bağlılık yaşamaya başlar. Başarılı kimlik kazanmamış birey yalıtılmışlık ve yalnızlık yaşamaktadırlar. Yakınlık kurmayı başaramaya insanlar yalnızlıkla karşı karşıya gelirler (Buluş, 1996: 23).

Bireysel Psikoloji Yaklaşımı: Adler (2002 Akt; Eskin, 2001: 11)'e göre; kişi aşağılık duygusuna kapılarak soyutlanma ve soyutlanmaya bağlı yalnızlık duygusu yaşayabilir. Yetersizliğinin fark edilmesini istemeyen bireyin insanlardan uzaklaşarak kendisini yalnızlığa ittiği söylenebilir. Çünkü yetersizlik ve soyutlanma yalnızlığa yol açmaktadır. İnsanlar kendilerini yetersiz algıladıkları için aşağılık duygusuna kapılırlar. Yetersizliklerini örtmek için başka insanlarla iletişim içinde olmayı reddederek yalnızlığı tercih ederler.

Gerçeklik Yaklaşımı: Seçim teorisine göre yakın ilişkiler ağından uzak kişiler yalnız, mutsuz ve huzursuzdur. Bu kişilerin gelecekte de mutlu olabilmelerinin bir teminatı yoktur. Nitekim ileriki zamanlarda da tıpkı şimdilerde olduğu gibi yalnız olacaklardır (Bilgiç, 2000).

2. YALNIZLIKLA İLGİLİ DEĞİŞKENLER

Yalnızlıkla ilgili daha önce yapılan araştırmalar bu algının oluşmasında kişiden kişiye değişebilecek bazı değişkenlerin varlığını ortaya koymaktadır.

Yalnızlık ve Yaş ilişkileri: Yalnızlık ve yaş arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışan araştırmacılar iki değişkenin arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ortaya koymaktadır.

Kuramsal olarak, yalnızlık duygusu ergenlikte önem kazanmaktadır. Bu devrede genç, hem insanlara gereksinim duymaktadır, hem de ideal kişi olduğunu zannettiği insanların gerçekte ideal kişiler olmaktan uzak olduğunu görerek birçok düş kırıklığına uğramaktadır. Bireyin yalnızlık duygusu, dost, arkadaş sayısından çok, sahip olunan ilişkilerin nitelik ve nicelik açılarından kişinin ideallerine uyup uymaması ile ilgilidir. Bu bağlamda ergenler, bu tür yalnızlık duygularını yetişkinlerden daha genel olarak yaşarlar. Ergenler, tek başlarına kaldıklarında yetişkinlerden daha fazla kendilerini yalnız hissederek (Duck 1986 Akt; Erözkan 2004: 160).

Yalnızlık ve Cinsiyet İlişkisi: İmamoğlu ve Gültekin (1993) üniversite gençliğinin sorunları ile ilgili araştırmalarında; kızlara kıyasla özellikle daha alt sosyo ekonomik düzeyden gelen erkeklerin toplumsal cinsiyet rolü gereği benliklerini, duygu ve düşüncelerini rahat ifade edememeleri, sosyal beceri eksikliği çekmeleri ve doyurucu sosyal ilişkiler kuramamaları sonucu kendi içlerine kapandıklarını ve kendilerini yalnız hissettiklerini belirtmişlerdir.

Yalnızlık ve Kişisel Özellikler: Yalnızlıkla ilgili çeşitli kişilik faktörleri söz konusudur. Yalnız insanlar daha içedönük ve çekingen, daha öz bilinçli ve daha kendine güvensiz bir eğilim içerisindedirler. Bazı durumlarda sık sık düşük öz saygı ve zayıf sosyal becerilere sahiptirler. Yalnızlık kaygı ve depresyonla da birleşmektedir. Bu tür kişilik faktörleri yalnızlığın hem nedeni hem sonucunu oluşturmaktadır. Genel olarak yalnızlık nedeni içeren durumlar yeni bir ortama

girme, okula ya da yeni bir işe başlama ya da hasta iken arkadaşlardan veya sevilen özel birinden ayrılma, ölüm, boşanma yahut ayrılık yüzünden önemli bir ilişkinin bitmesidir (Peplau ve Perlman 1982 Akt; Erözkan 2004: 162).

Depresif bireyler gibi süregelen olarak yalnız bireyler, öz yenilgi, sosyal bilişleri ve sosyal davranışlarının kötü bir döngüsünü yakalamış görünümündedirler. Depresif bireyler için önemli bir yön yetersiz sosyal ilişkiler için kendilerini suçlayıcı negatif yükleme tarzına sahip olmalarıdır. Üstelik diğerlerini de negatif şekillerde algırlar. Bu negatif algılar kendi kehanetine düşme şeklinde ortaya çıkar (Berg ve McQuinn 1988 Akt; Erözkan 2004: 160).

Yalnızlık ve Aile: Bağlanma kalıpları ve ebeveynlerden psikolojik ayrılma arasındaki ilişkinin uyum sağlamaya dönük psikolojik işlevselliğe katkısının incelendiği bir araştırmada lise öğrencilerinin bağlanma ve yalnızlık düzeylerine yaş, cinsiyet, sosyo ekonomik düzey, ikamet edilen yer ve ebeveynlerin eğitim düzeyi açısından bakılmıştır. İki yüz elli lise öğrencisi ile yapılan çalışmada, bağlanma güvenliği kaygı ve yalnızlık arasında pozitif bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Güvensiz olarak bağlanan öğrenciler, güvenli bağlanan öğrencilerle karşılaştırıldığında, güvenli bağlanan öğrencilerin öz saygı ölçekleri üzerinde yüksek; kaygı ve yalnızlık ölçekleri üzerinde daha düşük puanlar aldığı belirlenmiştir. Yine aynı araştırmada lise birinci sınıf öğrencilerinin daha yalnız oldukları bulunmuştur. Güvenli bağlanma üzerinde erkeklerden yana, kayıtsız bağlanma üzerinde sosyo ekonomik düzeyi yüksek olanlardan yana farklılığa rastlanmıştır (Leondari ve Kiosseoglou, 1992 Akt; Buluş 1997: 87; Erözkan 2004: 163).

3. YÖNTEM

Nicel araştırma metodolojisi takip edilerek dizayn edilen bu çalışmada, tarama modellerinden “genel tarama” modeli kullanılmıştır. Araştırma, üretilen bilginin işlevi açısından betimsel bir çalışmadır. Genel tarama modelleri, kullanım amaçlarına göre tekil tarama ve ilişkiyel tarama modelleri olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Karasar 2005). Bu çalışmada, bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişki derecesini belirlemek amacıyla ilişkiyel tarama modeli kullanılmıştır.

3.1. UCLA Yalnızlık Ölçeği

UCLA yalnızlık ölçeği bireyin genel yalnızlık derecesini belirlemeye yarayan likert tipinde bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçek ilk kez Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilmiş, daha sonra Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından revize edilmiştir. Ölçek 10 olumlu ve 10 olumsuz cümleden oluşmaktadır. Olumsuz ifadeler bireylerin sosyal ilişkilerine bağlı olarak yaşadığı doyumsuzluğu ve aidiyet duyulamama durumunu yansıtırken, 10 olumlu cümle de sosyal etkileşim ve ilişkilerden elde edilen doyum düzeyini yansıtmaktadır (Duy, 2003: 91). 1,4,5,6,8,10,15,16,20 sorularda birey işaretlediğinin tersi puan alır. Diğer sorular normal puanlandırılır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Alınan yüksek puanlar bireylerin daha fazla yalnızlık yaşadığına işaret etmektedir. Türkiye'de ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Demir (1989: 14-18)'in yaptığı çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı ile ilgili analizler toplam 72 kişi üzerinde hesaplanmış ve cronbach alfa iç

tutarlılık katsayısı 1.96 olarak bildirilmiştir. Ölçeğin beş hafta ara ile yapılan test tekrar, test güvenilirlik kat sayısı 0.875 olarak bulunmuştur. Literatürde dünyada ve ülkemizde yalnızlıkla ilgili yapılmış pek çok çalışmada UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin kullanıldığı görülmektedir.

3.2. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri evren örneklem formülü kullanılarak, aşağıda belirtilen 224 öğrenciden alınan bilgiler ışığında toplanmıştır.

Araştırmanın Evreni $N = 512$ 'dir.

(t) tablo değeri ise $1.96 = 2$ olarak alınmıştır. Aşağıdaki örneklem büyüklüğü hesaplama formülü kullanılarak:

$$n_0 = \frac{t_x^2 P_x Q}{d^2} = \frac{2^2 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2} = 400$$

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}} = \frac{400}{1 + \frac{400}{512}} \cong 224$$

Araştırma örnekleminin sınıflara göre dağılımı aşağıdaki formül ile tespit edilerek belirtilen sayıda örneklem tabaka-sınıf dağılımı gerçekleştirilmiştir.

$$n_h = n \times \frac{N_h}{N} = n \times W_h$$

$$W_h = h \times \text{tabaka ağırlığı}$$

Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin sınıflara göre dağılımına bakacak olursak;

1. Sınıf: 136
2. Sınıf: 130
3. Sınıf: 126
4. Sınıf: 120

Toplamda 512 öğrenci bulunmaktadır. Yukarıda formülü verilmiş olan işlem uygulandığında Örneklemin tabaka dağılımı aşağıda belirtildiği gibi hesaplanmıştır:

1. Sınıf: 60
2. Sınıf: 57
3. Sınıf: 54
4. Sınıf: 53 olmak üzere toplamda, 224 öğrenci araştırmanın örneklem grubunu oluşturmuştur.

Öğrencilerden gönüllü katılım ilkesine göre, bilgilendirilmiş sözel onay alınmış, veriler görüşme yoluyla ve bizzat araştırmacılar tarafından toplanmıştır. Görüşmelerde araştırmacılar tarafından hazırlanan görüşme formunun yanı sıra UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır.

3.3. Verilerin Analizi

Veriler, IBM “SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) Statistics 20.0” yazılımı ile bilgisayar ortamında işlenip çözümlenmiştir. İstatistiksel analizlere geçilmeden önce veri denetimi yapılmıştır. Verilerin istatistiksel çözümlemesinde tanımlayıcı (descriptive) istatistiklerin yanı sıra, veri kaynağını oluşturan öğrencilerin yalnızlık durumlarının oluşumunda etkili olduğu düşünülen faktörlerin tespit edilmesinde, parametrik testlerden; iki grubun ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını analiz etmek için t testi, ölçeğin alt boyutlarına dair frekansların iç tutarlılığını analiz etmek için Cronbach Alfa Güvenirlik Kat Sayısı testi, Basıklık Çarpıklık Analizi, Normallik testi, ikiden fazla grubun ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını analiz etmek için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), varyans analizi sonucu gruplar arasında farklılığı belirlemek için ANOVA/Post-Hoc testleri kullanılmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırma bulguları katılımcıların; demografik özellikleri, sınıf ve ekonomik durumları gibi başlıklar altında ele alınmış olup, bu başlıklar özelinde sınıflar arasındaki farklılıklar incelenerek, yorumlanmıştır.

Tablo 1: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyo-Demografik ve Ekonomik Özellikleri

DEĞİŞKENLER		
Cinsiyet	Sayı	%
Erkek	80	35,7
Kadın	144	64,3
Sınıf	Sayı	%
1. Sınıf	60	26,8
2. Sınıf	57	25,4
3. Sınıf	54	24,1
4. Sınıf	53	23,7
Barınma	Sayı	%
Aile Yanı	22	9,8
Akraba Yanı	5	2,2
Arkadaşla Ev	67	29,9
Devlet Yurdu	67	29,9
Özel Yurt	47	21,0
Tek Başına Ev	16	7,1
Kardeş Sayısı	Sayı	%
Tek Çocuk	19	8,5
1	2	0,9
2	112	50,0
3	51	22,8
4	28	12,5
5 ve üzeri	9	5,2

Tablo 1'in devamı:

DEĞİŞKENLER		
Aylık Hane Halkı Geliri Düzeyi	Sayı	%
0-1404 TL	25	11,2
1405-3000 TL	95	42,4
3001-4500 TL	69	30,8
4501-6000 TL	21	9,4
6001 TL ve Üzeri	14	6,3
Aylık Ortalama Harçlık Miktarı	Sayı	%
0-425 TL	63	28,1
426-851 TL	117	52,2
852-1276 TL	29	12,9
1277-1701 TL	12	5,4
1702 TL ve Üzeri	3	1,3
Toplam	224	100,0

Araştırmaya 80 erkek, 144 kadın öğrenci katılmıştır. Erkekler %35,7, kadınlar ise %64,3'ü oluşturmaktadır. Araştırmamıza Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinden 224 kişi katılmış olup örneklem tabaka ağırlığı dikkate alınarak; 1. Sınıf %26,8, 2. Sınıf %25,4, 3. Sınıf %24,1, 4. Sınıf %23,7 dağılımı yapılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin %9,8'i ailesinin yanında, %2,2'si akraba yanında, %29,9'u arkadaşlarıyla evde, %29,9'u devlet yurdunda, %21,0'ı özel yurttta, %7,1'i tek başına evde yaşamaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %8,5'i tek çocuk, %0,9'u bir kardeşe, %50,0'ı iki kardeşe, %22,8'i üç kardeşe, %12,5'i dört kardeşe, %5,2'si ise beş ve üzeri kardeşe sahiptir.

Araştırmaya katılan öğrencilere hane halkı gelir durumu sorulduğunda; katılımcıların %11,2'si 0-1404 TL, %42,4'ü 1405-3000 TL, %30,8'i 3001-4500 TL, %9,4'ü 4500-6000 TL, %6,3'ü 6001 TL ve üzeri hane halkı gelir düzeyine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan öğrencilere harçlık miktarları sorulduğunda; katılımcıların %28,1'i 0-425 TL, %52,2'si 426-851 TL, %12,9'u 852-1276 TL, %5,4'ü 1277-1701 TL, %1,3'ü 1702 TL ve üzeri harçlık miktarına sahip olduklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 2: Araştırmaya Katılan Öğrenciler için Yalnızlığın Neyi Çağrıştırdığı

Yalnızlık Size Ne Çağrıştıyor?	Sayı	%
Dışlanma	17	7,6
Huzur	61	27,2
Kimsesizlik	61	27,2
Mutluluk	5	2,2
Ölüm	8	3,6
Sessizlik	72	32,1
Toplam	224	100,0

Rook (1984; Akt: Kılınç, 2005), yalnızlığın kapsamlı olarak bir tanımını yapmıştır. "Yalnızlık, bireyin yabancı hissettiği, yanlış anlaşıldığını hissettiği ya da başkaları tarafından kabul edilmediğini hissettiği ya da sosyal bütünleşme ve duygusal yakınlık için fırsat yaratan etkinliklerde gerek duyulan sosyal partnerlerin olmadığı durumlarda ortaya çıkan kalıcı duygusal bir rahatsızlık durumudur. Yalnızlık her insanın hissedebileceği bir duygu olmasıyla birlikte insanlar tarafından yaşam tarzı olarak da benimsenebilir".

Araştırmaya katılan öğrencilerden yalnızlığın kendilerine ne çağrıştırdığını öğrenmek için uygun kelimeyi seçmeleri istenmiştir; buna göre katılımcıların %7,6'sı dışlanma, %27,2'si huzur, %27,2'si kimsesizlik, %2,2'si mutluluk, %3,6'sı ölüm, %32,1'i sessizliği çağrıştırdığını belirtmiştir. Verilere göre yalnızlığın bireylere en çok sessizliği çağrıştırdığı görülmektedir.

Tablo 3: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Kendilerini Yalnız Hissetme Durumları

Kendinizi Yalnız Hissediyor Musunuz?	Sayı	%
Hiç	13	5,8
Nadiren	97	43,3
Bazen	94	42,0
Sık Sık	20	8,9
Toplam	224	100,0

Araştırmaya katılan öğrencilere kendilerini yalnız hissedip hissetmedikleri sorulduğunda; %5,8'i kendisini hiç yalnız hissetmediğini, %43,3'ü nadiren yalnız hissettiğini, %42'si bazen yalnız hissettiğini, %8,9'u sık sık yalnız hissettiğini belirtmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin cevapları dikkate alındığında 224 öğrenciden sadece 20 öğrenci kendisini sık sık yalnız hissettiğini, 191 öğrenci de nadiren ya da bazen yalnız hissettiğini belirtirken 13 öğrenci kendini hiç yalnız hissetmediğini ifade etmiştir. Bu durumda Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin kendilerini yalnız hissetme durumları değişkenlik göstermektedir.

Tablo 4: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Çevrelerinde Kendini Tanımlama Durumları

Sosyal Çevrenizde Kendinizi Nasıl Tanımlarsınız?	Sayı	%
Kalabalık Sosyal Çevrede Etkin	58	25,9
Kalabalıklar İçinde Yalnız	43	19,2
Sakin Sosyal Çevre	119	53,1
Yalnız	4	1,8
Toplam	224	100,0

İnsanların yalnızlık durumlarını dışarıdan bakarak tanımlamak mümkün değildir. Bazı insanlar geniş bir sosyal çevreye sahip olmasına rağmen kendilerini bu çevreye ait hissedemezler ve kendilerini ifade edemedikleri için yalnızlık yaşarlar. Bu yüzden insanların çevrelerini ve bu çevre içinde kendilerini tanımlamaları önemlidir. Araştırmaya katılan öğrencilerden, sosyal çevrelerinde kendilerini tanımlamaları istendiğinde; %25,9'u kalabalık sosyal çevrede etkin, %19,2 kalabalıklar içinde yalnız, %53,1'i sakin sosyal çevre, %1,8 yalnız olduğunu ifade etmiştir. Bu durumda öğrencilerin yarısından fazlası içinde bulunduğu sosyal ortamı sakin sosyal çevre olarak tanımlamıştır.

Tablo 5: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin İçinde Buldukları Sosyal Çevrelerinin Beklentilerini Karşılama Durumu

Sosyal Çevreniz Beklentilerinizi Karşılıyor Mu?	Sayı	%
Evet	57	25,4
Hayır	33	14,7
Kısmen	134	59,8
Toplam	224	100,0

İnsanların yalnızlık durumlarının belirlenmesinde sosyal çevrelerinden beklentileri önemli bir yer tutar. İçinde bulunduğu çevre bireyin beklentilerini karşılamıyor ve

ihtiyaçlarını gideremiyorsa birey kendini yalnız hisseder. Araştırmaya katılan öğrencilere sosyal çevre beklentilerinizi karşılıyor mu diye sorulduğunda; %25,4'ü evet, %14,7'si hayır, %59,8'i kısmen karşıladığını belirtmiştir. Öğrencilerin çoğunluğu içinde bulunduğu sosyal çevreden memnundur ve bu çevre onların beklentilerini kısmen de olsa karşılamaktadır.

Tablo 6: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin UCLA Yalnızlık Ölçeğinden Aldıkları Puan Durumu

Ölçek Toplam Puanı	Sayı	%
20-39	130	58,1
40-59	90	40,1
60-80	4	1,8
Toplam	224	100,0

Araştırmaya katılan öğrenciler UCLA-LS Yalnızlık Ölçeğinden en az 20 en fazla 80 puan alabilmektedir. Yalnızlık puanı arttıkça yalnızlık düzeyi de artmaktadır. Yapılan anket sonucunda öğrencilerin aldıkları toplam puanlar 20-39, 40-59, 60-80 aralıklarında gösterilmiştir. Öğrencilerin %58,1'i 20-39, %40,1'i 40-59, %1,8'i de 60-80 aralığında puanlar almışlardır. Bu durumda katılımcıların yalnızlık düzeylerinin genel anlamda düşük olduğu görülmüştür.

Tablo7: Yalnızlık Puanlarının Sınıflara Göre Ortalaması

Sınıflar	\bar{X}	n
1. Sınıf	42,8667	60
2. Sınıf	37,9298	57
3. Sınıf	37,7778	54
4. Sınıf	37,2264	53
Toplam	39,0491	224

Katılımcıların yalnızlık puanlarının devam ettikleri sınıflara göre dağılımı incelendiğinde en yüksek yalnızlık puanına birinci sınıfa giden öğrencilerin sahip olduğu, bunu sırasıyla ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıfa devam eden öğrencilerin takip ettiği saptanmıştır. Bu durum; öğrencilerin aileden ayrılıp birinci sınıfa başladıklarında farklı bir akademik ve sosyal çevreye adaptasyon sürecinde kendilerini daha fazla yalnız hissettiklerini, ilerleyen zamanla birlikte adaptasyon ve uyum süreci ile ilgili sorunlar aşıldığında, yalnızlık durumlarının giderek azaldığını düşündürmektedir.

Tablo 8: Yalnızlık Puanlarının Sınıflara Göre Anova/ Post Hoc Testi Sonucu

Sınıf	Sınıf	Ortalama Farkı	p
4. Sınıf	1. Sınıf	-5,64025	,005
	2. Sınıf	-,70341	,973
	3. Sınıf	-,55136	,987

*p<0,05

Verilere göre; 4. sınıf öğrencilerinin yalnızlık puan ortalamalarının $\bar{X} = 37,2264$, 3. sınıf öğrencilerinin $\bar{X} = 37,7778$, 2. sınıf öğrencilerin $\bar{X} = 37,9298$, 1. sınıf öğrencilerinin ise $\bar{X} = 42,8667$ olduğu tespit edilmiştir.

Puan ortalamalarına göre; öğrencilerin sınıf atladıkça yalnızlık puanlarında düşüş olduğu görülmektedir. 4. sınıf yalnızlık puan ortalamaları ile 2. ve 3. sınıf yalnızlık

puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunamazken, 1. sınıf puan ortalaması ile 4. sınıf puan ortalamaları karşılaştırıldığında Anova Post Hoc testine göre; $p < 0,05$ düzeyinde istatistiki açıdan anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir. Bu durumda; 4. sınıf ve 1. Sınıfa devam eden öğrencilerin yalnızlık puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir.

Tablo 9: Yalnızlık Puanının Cinsiyet Durumuna Göre T-Testi Sonucu

	n	\bar{X}	t	p
Kadın	144	40,9426	-1,841	,066
Erkek	80	41,3210	-1,819	,069

* $p > 0,05$

T-Testi sonucuna göre; araştırmaya katılan kadın öğrencilerin yalnızlık puan ortalamaları $\bar{X} = 40,9426$ olup $p = 0,066$, erkeklerin ise yalnızlık puan ortalamaları $\bar{X} = 41,3210$ ve $p = 0,069$ olarak tespit edilmiştir. Kadın ve erkeklerin yalnızlık puan ortalamalarının birbirine yakın olduğu sonucu elde edilmiştir. Verilere göre cinsiyetin yalnızlık puanı için bir yordayıcı olmadığı tespit edilmiş ve cinsiyet ile yalnızlık puanı arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Tablo10: İçinde Buldukları Sosyal Çevrenin Öğrencilerin Beklentilerini Karşılama Durumuna Göre Yalnızlık Puan Ortalamaları

Sosyal Çevreniz Beklentilerinizi Karşılıyor Mu?	\bar{X}	n
Evet	34,4746	59
Kısmen	39,5000	132
Hayır	45,4242	33
Toplam	39,0491	224

Katılımcıların yalnızlık puanlarının içinde buldukları sosyal çevrenin onların beklentilerini karşılama durumuna göre dağılımı incelendiğinde; en yüksek yalnızlık puanına sosyal çevrem beklentilerimi karşılamıyor cevabını verenlerin sahip olduğu görülmüştür. Bunu sosyal çevrem beklentilerimi kısmen karşılıyor cevabını veren öğrencilerin takip etmektedir. Sosyal çevrem beklentilerimi karşılıyor diyen öğrencilerin yalnızlık puan ortalamalarının en düşük olduğu saptanmıştır. Buradan hareketle; sosyal ilişkiler ağının bir parçası olan, sosyal çevreyle anlamlı ve tatmin edici ilişkiler kuran öğrencilerin diğerlerine göre, kendilerini daha az yalnız hissettikleri söylenebilir.

Tablo11: Sosyal Çevrenin Beklentileri Karşılama Durumuna Göre Öğrencilerin Yalnızlık Puanları Anova/Post Hoc Testi Sonucu

	df	F	p
Gruplararası	2	18,986	,000
Gruplarıçi	221		
Toplam	223		

* $p < 0,05$

Verilere göre; öğrencilerin “sosyal çevreniz beklentilerinizi karşılıyor mu?” sorusuna verdikleri cevaplarda “evet” grubunun yalnızlık puan ortalaması $\bar{X} = 34,4746$, “kısmen” grubunun ortalaması $\bar{X} = 39,5000$, hayır grubunun ortalaması ise $\bar{X} = 45,4242$ ’dir. Tablo 10’a göre; evet yanıtını veren 59 kişinin yalnızlık

puan ortalaması diğer gruplara göre daha düşüktür. Bu durumda, araştırmaya katılan öğrencilerden yalnızlık düzeyi düşük olanların sosyal çevrelerinin beklentilerini karşıladığı tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 12: İçinde Buldukları Sosyal Çevrede Öğrencilerin Kendilerini Tanımlama Durumlarına Göre Yalnızlık Puan Ortalamaları

Sosyal çevrenizde kendinizi nasıl tanımlarsınız?	\bar{X}	n
Kalabalık sosyal çevrede etkin	36,1379	58
Kalabalıklar içinde yalnız	45,5227	44
Sakin sosyal çevre	37,6102	118
Yalnız	52,5000	4
Toplam	39,0491	224

Katılımcıların yalnızlık puanlarının, içinde buldukları sosyal çevrede kendilerini tanımlama durumlarına göre, dağılımı incelendiğinde; en yüksek yalnızlık puanına, sosyal çevrede kendilerini yalnız olarak gören öğrencilerin sahip olduğu tespit edilmiştir. Bunu kalabalıklar içerisinde kendilerini yalnız hisseden öğrenciler ile sakin sosyal çevreye sahip olduğunu dile getiren öğrenciler takip etmektedir. Kalabalık sosyal çevrede kendisini etkin olarak tanımlayan öğrencilerin yalnızlık puan ortalamalarının en düşük olduğu saptanmıştır. Buradan hareketle; sosyal çevre ile karşılıklı etkileşim içerisinde kendilerini aktif olarak tanımlayan öğrencilerin, diğerlerine göre kendilerini daha az yalnız hissettikleri sonucuna ulaşılabilir.

Tablo 13: Sosyal Çevrede Kendilerini Tanımlama Durumlarına Göre Öğrencilerin Yalnızlık Puanları Anova/ Post Hoc Testi Sonucu

(I)Sosyal çevrenizde kendinizi nasıl tanımlarsınız?	(J)Sosyal çevrenizde kendinizi nasıl tanımlarsınız?	Ortalama Fark (I-J)	P
Kalabalıklar içinde yalnız	Kalabalık sosyal çevrede etkin	9,38480 (*)	,000
	Sakin sosyal çevre	7,91256 (*)	,000
	Yalnız	-6,97727	,787

* $p<0,05$

Verilere göre; öğrencilerin “sosyal çevrede kendinizi nasıl tanımlıyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevaplarda, “yalnız” yanıtını verenlerin yalnızlık puan ortalaması $\bar{X} = 52,5000$, “kalabalıklar içinde yalnız” cevabını verenlerin $\bar{X} = 45,5227$ puan olup, diğer gruplardan istatistiki açıdan anlamlı bir farklılık göstermektedir ($P<0,05$). Anova Post Hoc testi sonuçlarına göre; öğrencilerden sosyal çevrelerinde kendilerini tanımlamaları istendiğinde “kalabalıklar içinde yalnız” cevabını veren katılımcılar ile “kalabalık sosyal çevrede etkin” ve “sakin sosyal çevre” cevaplarını veren katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiki açıdan anlamlı olduğu ($P<0,05$), sosyal çevrede kendisini “kalabalıklar içinde yalnız” olarak gören öğrencilerle, “yalnız” görenler arasında yalnızlık puanları açısından istatistiki olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı ($P>0,05$) saptanmıştır.

5. TARTIŞMA

Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin yalnızlık durumlarını ölçmek ve sınıf atladıkça yalnızlık düzeylerinde değişimin olup olmadığını tespit etmek, yaş, cinsiyet, kişilerin sosyal çevrelerinden beklentileri ve kişinin sosyal

çevresini tanımlaması gibi değişkenlerin yalnızlık düzeyine etkilerini tartışmak amacıyla yapılan araştırmada; kişilerin yalnızlık düzeylerinin sınıf atladıkça azaldığı ve bu değişkenlerin yalnızlık düzeyi ile yakından ilişkili olduğu tablolar aracılığıyla gösterilmiştir.

Araştırma yapılmadan önce hipotezler kurulurken Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin cinsiyet skalası dikkate alındığında erkek öğrencilerin sayısının kadınlara göre daha az olduğu, bu nedenle yalnızlık düzeyinin daha yüksek olduğu varsayılmıştır. Ancak araştırma sonuçlarına göre kişilerin yalnızlık durumlarının cinsiyete göre bir değişkenlik göstermediği tespit edilmiştir. Yalnızlık düzeyi cinsiyet gibi tek bir değişken ile farklılık göstermemektedir. Yalnızlık durumu kişinin bireysel özellikleri ile sosyal çevresine bakış açısının etkileşimi ile ortaya çıkmaktadır.

Araştırmanın temel hipotezi olan 4. sınıfların 1. sınıflara göre yalnızlık düzeyinin daha düşük olması durumu ölçekten alınan puanlar ile Anova Post/Hoc testi sonuçları dikkate alındığında $p < 0,05$ bulunmuş ve anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yalnızlık puanları arasında büyük bir farklılık olmasa da 1. sınıftan 4. sınıfa kadar adaptasyon sürecinin de tamamlanması ile yalnızlık düzeylerinde bir düşüş görülmüştür.

Araştırmada belirtildiği üzere, sosyal çevre insanın yalnızlık durumu ile yakından ilişkilidir. Bu nedenle, araştırmaya katılan öğrencilere, sosyal çevrelerinin beklentilerini karşılayıp karşılamadığı, sosyal çevrelerini nasıl tanımladıklarına dair sorular sorulmuştur. Bu soruların amacı, kişinin kendini sosyal çevresiyle bir bütün halinde görmesi ve bulunduğu sosyal ortama ait hissetmesi durumunu belirlemektir. Nitekim bireyler içinde yaşadıkları sosyal çevrenin olanaklarından memnunsalar ve sosyal çevre ile güçlü bir bağa sahip iseler yalnızlık hissetmemektedirler. Birey, bulunduğu ortamda kendini ifade edemez ve bu ortam onun isteklerini karşılayamazsa, çevresi ne kadar kalabalık olursa olsun kendisini yalnız hissetmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin yarısından fazlası, sosyal çevrelerinin kısmen de olsa beklentilerini karşıladığını ifade etmiştir ve içinde buldukları sosyal çevreyi sakin sosyal çevre olarak nitelendirmişlerdir. Bu durum yalnızlık puanları ile de karşılaştırıldığında Sakarya Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü öğrencilerinin kendilerini yalnız hissetmediği ve sosyal çevrelerinden memnun oldukları sonucuna ulaşılmaktadır.

Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir;

- ✓ Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini etkileyen çeşitli faktörler daha kapsamlı ve farklı bölümlerin de olduğu bir örneklem üzerinde incelenmelidir.
- ✓ Üniversitelerde öğrencilerin akademiyle, şehirle ve arkadaşlarıyla, bağlarını, sosyal ilişki ve etkileşimlerini geliştirecek, düzenli ve sistematik ders dışı etkinlikler düzenlenerek, onların yeni geldikleri ortama, daha hızlı uyum ve adaptasyon sağlamları teşvik edilmelidir.
- ✓ Üniversitelerde okul sosyal hizmet birimleri kurularak, buralarda istihdam edilecek, sosyal hizmet uzmanlarının yürütecekleri mesleki çalışmalar ile yalnızlık sorunu yaşayan öğrencilere profesyonel yardım sağlanmalıdır.

KAYNAKÇA

- BİLGİÇ, A. (2000). Arkadaşlık Becerisi Eğitiminin İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerine Etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- BİLGİN, N. (1996). *İnsan İlişkileri ve Kimlik*, İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- BULUŞ, M. (1996). Ergen Öğrencilerde Denetim Odağı Yalnızlık Düzeyi İlişkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- BULUŞ, M. (1997). “Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık”, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3: 82-90.
- DANIŞ, M. Z. (2006). “Davranış Bilimlerinde Ekolojik Sistem Yaklaşımı”, *Aile ve Toplum Dergisi*, Yıl: 8, 3 (9): 45-54.
- DEMİR, A. (1989). “Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenirliliği”, *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- DUY, B. (2003). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Yalnızlık ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Üzerine Etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- ERÖZKAN, A. (2004). “Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4 (2), 155-175.
- ESKİN, M. (2001). “Ergenlikte Yalnızlık Baş Etme Yöntemleri ve Yalnızlığın İntihar Davranışı ile İlişkisi”, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 4 (1), 5-11.
- GENÇTAN, E. (1998). *İnsan Olmak*, İstanbul: Metis Yayınları.
- GÜNDOĞAN, A. O. (2017). “Yalnızlık ve Dayanışma”, <http://www.aliosmangundogan.com/pdf/makale/> Erişim: 05.11.2017.
- İMAMOĞLU, O. ve GÜLTEKİN, Y. (1993). “Gazetelerde Kadın ve Erkeğin Temsil Edilişi”, *FTürk Psikoloji Dergisi*, 8 (2), 23-30.
- KAĞITÇIBAŞI, Ç. (2006). *Yeni İnsan ve İnsanlar*, İstanbul: Evrim Yayınları.
- KARASAR, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, 14. Baskı, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- KILINÇ, H. (2005). Ergenlerin Yalnızlık Düzeyleri ve Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- RUSSELL, D., PEPLAU, L. A., ve FERGUSON, M. L. (1978). “Developing a measure of loneliness”, *Journal of Personality Assessment*, 42 (3), 290-294.
- RUSSELL, D., PEPLAU, L. A., ve CUTRONA, C. E. (1980). “The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminant Validity Evidence”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- YOLCUOĞLU, İ. (2016). *Sosyal Çalışma/Sosyal Hizmet Bilim ve Mesleğine Giriş*, İstanbul: Nar Yayınevi.