


# DEPRESYON BELİRTİLERİ GÖSTEREN YETİŞKİNLERİN SOSYAL VE DUYGUSAL YALNIZLIKLARININ TOPLUMSAL AİDİYET DUYGUSUYLA İLİŞKİSİ

Hidaye Özge SARIKAYA\*  
Kader BAHAYI\*\*

## ÖZ

*Bu çalışmanın amacı, depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin sosyal ve duygusal yalnızlıklarını toplumsal aidiyet duygusuyla ilişkilendirerek incelemektir. Araştırmanın örneklemini, uygun örnekleme yöntemiyle seçilen, 18-55 yaş arası gönüllü 235 yetişkin kadın ve 181 yetişkin erkek olmak üzere toplamda 416 kişi oluşturmaktadır. Araştırmanın veri toplama sürecinde Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında, erkeklerin sosyal yalnızlık ve dışlanma düzeyinin kadınlardan*

\* Doktora Öğrencisi, İstanbul Arel Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Psikoloji Bölümü  
([hidayezgesarikaya@gmail.com](mailto:hidayezgesarikaya@gmail.com))  <https://orcid.org/0000-0003-1800-1039>

\*\* Dr. Öğr. Üyesi, Nişantaşı Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

([kader.bahayi@nisantasi.edu.tr](mailto:kader.bahayi@nisantasi.edu.tr))  <https://orcid.org/0000-0001-9173-9780>

Bu makale; Nişantaşı Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda tamamlanan 'Depresyon Belirtileri Gösteren Yetişkinlerin Sosyal ve Duygusal Yalnızlıklarının Toplumsal Aidiyet Duygusuyla İlişkisi' başlıklı ve 09/08/2022 tarihli Yüksek Lisans Tezi'nden üretilmiştir. Bu araştırma, Nişantaşı Üniversitesi, Etik Kurul Başkanlığı'ndan alınan E-57840365-108-13973/2022-4 sayılı etik kurul onayı ile yürütülmüştür.

Bu çalışma; 7-9 Ocak 2023 tarihlerinde 8. Uluslararası Değişen Dünyada Sosyal ve Beşerî Bilimler Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

**YDÜ Sosyal Bilimler Dergisi**, C. XVI, No. 2, (Ekim 2023)

Geliş Tarihi: 25 Temmuz 2022

Kabul Tarihi: 1 Haziran 2023

Bu makaleden alıntı yapmak için: Sarıkaya, H. Özge Ve Bahayi, Kader. (2023, Ekim). Depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin sosyal ve duygusal yalnızlıklarının toplumsal aidiyet duygusuyla ilişkisi, *YDÜ SOSBİLDER*, 16(2), 161-185.

*daha yüksek olduğu saptanmıştır. Aidiyet alt boyutu olan dışlanma düzeyinin pozitif yönlü, kabul edilme düzeyinin ise negatif yönlü olarak depresyon düzeyini yordadığı saptanmıştır. Dışlanma düzeyi ile sosyal ve duygusal yalnızlığın depresyonu pozitif yönlü yordadığı saptanmıştır. Aidiyet alt boyutu olan dışlanmanın pozitif yönde, kabul edilmenin negatif yönde sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık (aile) puanlarını yordadığı saptanmıştır. Aidiyet alt boyutu olan kabul edilme düzeyi ise negatif yönde duygusal yalnızlık (romantik ilişkiler) puanlarını yordamaktadır.*

**Anahtar Kelimeler:** *Yalnızlık, Sosyal Yalnızlık, Duygusal Yalnızlık, Depresyon, Toplumsal Aidiyet*

#### **ABSTRACT**

#### **THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL AND EMOTIONAL LONELINESS AND SENSE OF SOCIAL BELONGING IN ADULTS WITH SYMPTOMS OF DEPRESSION**

*This study examines the social and emotional loneliness of adults with depression symptoms in relation to social belonging. The sample of the study consists of a total of 416 volunteers, 235 adult females 181 adult males, between the ages of 18-55, selected by convenient sampling method. Personal Information Form, Social and Emotional Loneliness Scale, Beck Depression Scale and General Belonging Scale were used in the data collection process. Correlation and regression analysis were applied in the analysis of the data. When the results obtained from the study are examined, men are found to have higher levels of social loneliness and exclusion than women. The level of exclusion as the sub-dimension of belonging positively predicted the level of depression, the level of acceptance negatively predicted the level of depression. Also, the level of exclusion and social-emotional loneliness positively predicted depression. Exclusion, as a sub-dimension of belonging, positively predicted social loneliness and emotional loneliness (family) scores, and acceptance predicted social loneliness and emotional loneliness scores negatively. The level of acceptance, as a sub-dimension of belonging, negatively predicts emotional loneliness (romantic relationships) scores.*

**Keywords:** *Loneliness, Social Loneliness, Emotional Loneliness, Depression, Social Belonging*

## **1. Giriş**

İnsanlar, ait olmak ve bağlı hissetmek ile ilgili doğuştan gelen bir arzuya sahiptirler. Ait olarak yaşama, nereye ve kime ait olduğunu bilme duygusu, insan varlığının en önemli özelliklerinden biridir. Bir insanın doğduğu andan itibaren ilk olarak bir aileye, daha sonra bir gruba ve çevreye, en nihayetinde de bir topluma aidiyet duygusuyla bağlandığı düşünülmektedir. Aidiyet duygusu, bireyin

kendisini içinde bulunduğu çevrenin önemli ve değerli bir parçası olarak algılaması şeklinde kabul edilmektedir (Duru, 2015). Aidiyet, insan yaşamının ilk evrelerinde dürtülerin bir yansıması olarak ortaya çıkarken, sonrasında çevresel faktörlerin ya da kişisel özelliklerin etkisiyle değişkenlik gösterebilmektedir. Bu değişkenliğin insanlar üzerinde yarattığı olumsuz etkilerin ise yalnızlık kavramının ortaya çıkmasına neden olduğu düşünülmektedir.

Milyonlarca insanın çocukluktan yaşlılığa kadar geçen süre içerisinde hayatlarının belli bir döneminde yalnızlık duygusunu deneyimlediği düşünülmektedir. Yalnızlık, insan yaşamını anlamlandıran tüm eylemlerin var olmamasının neticesidir (Özodaşık, 2005). Bu eylemlerin sosyal ve kültürel düşüncelerin uyumluluğu doğrultusunda insanların yer aldığı toplum içerisinde sosyalleşmesine ve diğerleriyle bütünlük içinde yaşamasına yardımcı olduğu düşünülmektedir. Bu nedenlerden dolayı, bir insanın hayatta var olma sebebi ile toplum içindeki eylemlerinin doğru orantılı olduğu kabul edilmektedir (Özodaşık, 2005).

Günümüzde kişilerarası ilişkiler birtakım nedenlerden dolayı bozulmakta ve sosyal ilişki düzeyi azalmaktadır. Buna bağlı olarak, sosyal ilişkilerde meydana gelen yoksunluk duygusu, insan yaşamını olumsuz etkileyen yalnızlığa ve birçok sağlık sorununa neden olmaktadır (Kılınç ve Sevim, 2005). Yalnızlıkla ilgili geçmişten günümüze kadar yapılan birçok araştırma yalnızlığın çağımız insanının yaşadığı ciddi problemlerden biri olduğunu ve bu problemlerin birçok insan üzerinde önemli derecede zihinsel ve fiziksel sıkıntılara yol açtığını göstermektedir. Toplum içerisinde yalnız olduğunu ifade eden birçok insanın depresyon, kaygı ve kişilerarası ilişkilerde çatışmalar gibi çeşitli zihinsel sağlık sorunları yaşadığı; hatta kronik yalnızlığın ise stres, alkolizm, beyin fonksiyonlarında bozulma, kalp rahatsızlıkları, alzheimer, madde bağımlılığı, depresyon ve intihar gibi çeşitli sağlık problemlerine neden olduğu vurgulanmaktadır (Manaf, 2017). Bu sebeple, yalnız hisseden bireylerin içinde yaşadığı çevrede sosyal ilişki kurabileceği herhangi birini bulamamaları halinde fiziksel ve ruhsal alanlarda problem yaşadıkları ifade edilmektedir (Tiwari, 2013).

Araştırmacılara göre yalnızlık, sadece bir bireyin tek başına kalması halinde yaşanan bir durum değildir. İnsanlar yanlarında kimse yokken yalnız hissetmeyebilecekleri gibi çevrelerinde birçok insan varken de yalnız hissedebilmektedirler. Dolayısıyla yalnızlık, insan yaşamında birçok faktörün

mevcut olması halinde bile yaşanabilen, bireye özgü bir durum olarak nitelendirilmektedir (Galanaki, 2008). Neto ve Barros'a (2000) göre yalnızlık, bireyin duygusal ihtiyaçlarının sosyal çevresindeki bireyler tarafından karşılanamaması veya yeterli doyuma ulaşamamasından kaynaklanmaktadır. Peplau ve Perlman'nın tanımında ise yalnızlık, bireyin sahip olmak istediği ilişkiler ile sahip oldukları arasındaki tutarsızlığı algılaması sonucunda ortaya çıkan olumsuz bir durumdur (Heinrich ve Gullone, 2006).

Günümüz toplumunda en sık rastlanan psikolojik rahatsızlıklardan biri olan depresyonun yalnızlık ile ilişkili bir kavram olduğu düşünülmektedir. İnsanlarla ilişki kurmada ve kişiler arası ilişkileri sağlıklı bir şekilde sürdürmede güçlük çeken bireylerin daha yalnız hissettikleri ve bu nedenle de depresyona daha yatkın oldukları düşünülmektedir (Mushtaq vd., 2014). Aynı zamanda, depresyona yatkın olan bireylerin bu gibi zorlanmalara karşı dayanıklılıklarının az olduğu ve basitçe suçluluk duygusuna girerek psikotik düzeyde yalnızlığa çekilebildiği ifade edilmektedir (Özodaşık, 2005). Bu sebeple, yalnızlık yaşayan insanların psikolojik destek gerektiren bir ruh halinde ya da kişilik yapısında olabileceği düşünülmektedir. Yalnız bireylerde depresyonun görülme sıklığının daha yoğun olduğu ve diğer insanlara oranla daha mutsuz, üzgün ve çaresiz hissettikleri ifade edilmektedir (Singh ve Misra, 2009).

Weiss (1973), yalnızlık kavramıyla ilgili olarak, yalnızlığın tek bir boyut olarak ele alınmaması gerektiği görüşünü ortaya atmıştır. Ona göre yalnızlık; duygusal yalnızlık ve sosyal yalnızlık olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Duygusal yalnızlığı kişiye yakın bir bağın yokluğunda ortaya çıkan bir duygu hali olarak tanımlarken, sosyal yalnızlığı ise bireyin sosyal ilişkilerinde yaşadığı yoksunlukta ortaya çıkan olumsuz bir duygu hali olarak tanımlamıştır. Weiss (1973), bireyin ortak paylaşımda bulunacağı, benzer ilgi ve etkinliklerde birlikte olabileceği sosyal bir gruba sahip olmaması ya da var olan ilişkilerinde samimiyetsizliğin bulunmasının sosyal yalnızlığa yol açabileceğini savunmuştur. Ayrıca, sosyal yalnızlığın depresyon gibi psikolojik bir rahatsızlıkla beraber görülebilen bir duygu hali olduğunu ve bu durumun zamanla bireyin toplumdan uzaklaşmasına neden olabileceğini ifade etmiştir. Bu bağlamda bireysel ve toplumsal anlamda yalnızlığın tanınması ve buna bağlı olarak önlemlerin alınmasının, birey ve toplum açısından önemli olduğu düşünülmektedir (Weiss, 1973).

Temel bir gereksinim olarak ifade edilen aidiyet; birey, aile ve toplum açısından önemli bir kavram olarak görülmekte ve sosyal bağları güçlendirmede temel bir değişken olarak nitelendirilmektedir (Hill, 2006). Aynı zamanda, aidiyet ihtiyacı bireylerin kendilerini daha güvende hissetmelerini sağlayan bir iletişim ihtiyacı olarak da düşünülmektedir (Baumeister ve Leary, 1995). Bir bireyin içine doğduğu sosyal çevrenin benliğinde bir aidiyet duygusu inşa ettiği ve yaşam boyu verilen bilinçli tercihler doğrultusunda da aidiyet duygusunun gelişimini sürdürdüğü öne sürülmektedir (Alptekin, 2011). Bireylerin kültürel değerleri ve hissettikleri duyguları doğrultusunda birbirlerine ihtiyaç duydukları ve bu ihtiyacın bireylerin birlikte yaşamasını tetiklediği düşünülmektedir. Aidiyet duygusunun yokluğu veya düşük aidiyet düzeyi, çoklu ve farklı uyum sorunlarının temel nedenlerinden biri olarak ele alınmaktadır (Levett-Jones vd., 2007). Tüm bunların sonucunda, toplumsal aidiyet ve yalnızlık kavramlarının depresyon üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Yani, depresyonu yaşayan insanlar bir yandan ihtiyaç duydukları aidiyet bağlarının yokluğunda sosyal ve duygusal yalnızlığa maruz kalmakta; sosyal ve duygusal yalnızlığa maruz kalan insanlar da yaşadıkları çevreden veya toplumdan uzaklaşarak toplumsal aidiyet duygularını yitirebilmektedir. Bu bilgiler ışığında, depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin sosyal ve duygusal yalnızlıklarını toplumsal aidiyet duygusuyla ilişkilendirerek incelemek amaçlanmıştır. Böylelikle, araştırma sonunda, literatürdeki boşluğun kapatılması ve ruh sağlığı alanında çalışanlara yol gösterici olması hedeflenmektedir.

Bu amaç ışığında oluşturulan araştırma soruları aşağıda sıralanmıştır:

1. Depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerde sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyi cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. Depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerde toplumsal aidiyet alt boyutları olan dışlanma ve kabul edilme düzeyi cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
3. Depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyleri toplumsal aidiyet tarafından anlamlı bir biçimde yordanmakta mıdır?
4. Depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin depresyon düzeyi toplumsal aidiyet ile sosyal ve duygusal yalnızlık tarafından anlamlı bir biçimde yordanmakta mıdır?

## **2. Yöntem**

### **2.1.1 Araştırma Modeli**

Araştırma, depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin sosyal ve duygusal yalnızlıkları ile toplumsal aidiyetleri arasındaki ilişkinin ne derecede anlamlı olduğunu ölçebilmek amacıyla ilişkisel tarama modeli üzerine yapılandırılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ortak değişimin varlığını veya derecesini ölçmeyi amaçlamaktadır (Karasar, 2005).

### **2.2. Örneklem**

Araştırmanın örneklemini, uygun örnekleme yöntemiyle seçilen, 18-55 yaş arası gönüllü 235 yetişkin kadın ve 181 yetişkin erkek olmak üzere toplamda 416 kişi oluşturmaktadır. Katılımcılara ait demografik özelliklere bulgular kısmında yer verilmiştir.

### **2.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmanın veri toplama sürecinde Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklere yönelik bilgiler aşağıda verilmiştir.

### **2.4. Kişisel Bilgi Formu**

Kişisel Bilgi Formu, literatür bilgileri göz önünde bulundurularak araştırmacı tarafından amacına uygun olarak hazırlanmıştır. 18-55 yaş arası katılımcıların doldurduğu formda; katılımcılardan yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum, meslek, aile yapısı, kardeş sayısı ve yakın arkadaşına sahip olup olmadıkları gibi sorulara cevap vermeleri istenmiştir. Aynı zamanda, katılımcılardan fiziksel ve psikolojik sağlık durumlarını değerlendirmeleri ve zararlı alışkanlıklara sahip olup olmadıkları gibi bilgilere de yanıt vermeleri istenmiştir. Araştırmaya katılan katılımcıların bu değişkenlere ilişkin dağılımlarına araştırmanın bulgular bölümünde yer verilmiştir.

### **2.5. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği**

Ölçek, 2004 yılında DiTommaso, Brannen ve Best tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması ise Çeçen (2007) tarafından yapılmıştır.

Likert tipi hazırlanan ölçek, kendini değerlendirme türünde bir ölçektir. 15 maddeden oluşan ölçeğin puanlamasında, “bana tamamıyla uygun değil” seçeneğine (1) puan verilirken “bana tamamıyla uygun” seçeneğine (7) puan verilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105, en düşük puan 15’tir. Ölçek, aile ile ilişkiler, romantik ilişkiler ve sosyal ilişkiler olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin sosyal yalnızlık boyutunu, sosyal ilişkiler kapsamında 2, 5, 7, 9 ve 13. maddeler; duygusal yalnızlık boyutunu romantik ilişkiler kapsamında 3, 6, 10, 14, ve 15. maddeler, aile ile ilişkileri ise 1, 4, 8, 11 ve 12. maddeler ölçmektedir. Ayrıca, ölçekte 2, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12 ve 14. maddeler ters maddelerdir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışması neticesinde elde ettiği üçlü faktör yapısının toplam varyansı %55.13 oranında karşıladığını bildirilmektedir. Bununla birlikte, romantik ilişkiler (birinci alt boyut) için %27.41, aile ilişkileri (ikinci alt boyut) için %17.38 ve sosyal ilişkiler (üçüncü alt boyut) için %10.34 olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğe ilişkin yapılan güvenilirlik analizi neticesinde duygusal yalnızlıkla ilgili olarak romantik yalnızlık alt boyutu için iç tutarlık katsayısı 0.83, aile alt boyutu için 0.76 ve sosyal yalnızlık için ise 0.74 olduğu bildirilmiştir (Çeçen, 2007).

## **2.6. Genel Aidiyet Ölçeği**

Malone, Pillow ve Osman (2012) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlanması Duru (2015) tarafından yapılmıştır. 12 maddeden oluşan ölçek, 7’li likert tipte hazırlanmış olup, “kesinlikle katılmıyorum (1)” ve “tamamen katılıyorum (7)” arasında değişen puanlamaya sahiptir. Ölçek, aidiyeti (Kabul edilme/İçerilme-Reddedilme/Dışlanma) iki boyutta değerlendirmektedir. Reddedilme/Dışlanma alt ölçeği puanları ters çevrilerek hem genel aidiyet duygusunu ölçmekte hem de puanlar ters çevrilmeksizin kabul edilme ve reddedilme alt boyutları için ayrı ayrı da kullanılabilir. Ölçekten alınan yüksek puan, ulaşılmış aidiyet duygusunun göstergesi olarak değerlendirilmektedir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları, ABD’nin güneybatısındaki bir üniversitede yapılmıştır. Çalışma, üç farklı çalışma grubu oluşturularak, yaşları 19-20 arasında değişen 1169 birinci sınıf öğrencileri üzerinden yapılmıştır. Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin iki boyutlu yapısını desteklemektedir. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları iki faktörün varyansın %68,3’ünü açıkladığını göstermektedir. Maddelerin faktör

yükleri .58 ile .94 arasında değişmektedir. İki boyut arasındaki korelasyon katsayısı -.67'dir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı .94 olarak bildirilmiştir (Malone vd., 2012).

### **2.7. Beck Depresyon Ölçeği**

Ölçek, 1961 yılında Beck tarafından geliştirilmiştir. 21 sorudan oluşan ölçekteki maddeler hafif formdan şiddetli forma göre sıralanmakta olup 0-3 arasında puanlanmaktadır. Puanların toplanmasıyla depresyon düzeyi elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 63'tür. Puanın yüksekliği depresyonun şiddetine işaret etmektedir. Ölçekten alınan 0-9 arası puan "minimal depresyon", 10-16 puan "hafif depresyon", 17-29 puan "orta depresyon" ve 30-63 puan "şiddetli depresyon" olarak ifade edilmektedir. Ölçeğin 1961 ve 1978 tarihlerine ait iki versiyonu bulunmaktadır. İki versiyon da Türkçe'ye çevrilerek geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışmada kullanılan 1978 formunun Cronbach alfa katsayısı .80, iki yarım test güvenilirlik katsayısı .74, test tekrar test güvenilirliği sırasıyla .73 ve .65 olarak bulunmuştur (Hisli, 1989).

### **2.8. Uygulama**

Veri toplama araçları, Nişantaşı Üniversitesi Etik Kurulu'ndan izin alınarak çevrimiçi anket yoluyla katılımcılara uygulanmıştır. Çevrimiçi anket yoluyla ulaşılan katılımcılara, araştırmanın amacı, cevapların gizli tutulacağı bilgisi, yanıtların katılımcıların gerçek duygu ve düşüncelerini yansıtmamasının araştırmanın geçerlilik ve güvenilirliği açısından oldukça önemli olduğu bilgisi yazılı olarak anketin başlangıcında iletilmiştir. Çevrimiçi anket sonucunda toplam 729 kişiye ulaşılmıştır.

### **2.9. Verilerin Analizi**

Araştırmada toplam 729 kişiye ulaşılmış ve depresyon belirtileri gösteren 416 katılımcının verileri analize dâhil edilmiştir. Sosyo-demografik özellikler bakımından sosyal ve duygusal yalnızlık ile toplumsal aidiyet puanlarının farklılaşma düzeyleri istatistiksel analiz yöntemleriyle incelenmiştir. Analizlerde grupların karşılaştırılmasında dağılımın homojenliği gözetilerek (bir grup içerisinde  $n \geq 30$  olmak koşuluyla) parametrik ölçüm yöntemleri uygulanmıştır. Gruplar arası karşılaştırmada bağımsız gruplara t-testi uygulanmıştır. Araştırmada



depresyon, sosyal ve duygusal yalnızlık ile toplumsal aidiyet puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyonu uygulanmıştır. İlişkili olduğu saptanan değişkenler arasında sosyal ve duygusal yalnızlık ile toplumsal aidiyetin yordayıcılığını incelemek amacıyla, depresyon puanları bağımlı değişken olarak alınmak üzere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Depresyon belirtileri gösteren katılımcıların sosyal ve duygusal yalnızlığının toplumsal aidiyet duygusu tarafından yordanmasına yönelik çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0.05 ve 0.01 düzeyinde alınmıştır.

### 3. Bulgular

Katılımcıların sosyo-demografik değişkenlerine ilişkin betimleyici istatistikler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler		Ortalama±SS	
Yaş		30,13±8,56	
		N	%
Cinsiyet	Kadın	235	56,5
	Erkek	181	43,5
Medeni Hal	Bekar	260	62,5
	Evli	142	34,1
	Boşanmış	14	3,4
Eğitim Düzeyi	İlkokul ve Ortaokul	11	2,6
	Lise	52	12,5
	Lisans ve Önlisans	302	72,6
	Lisansüstü	51	12,3
Yaşadığı Kişi	Aile	259	62,3
	Arkadaş	35	8,4
	Eş ya da Partner	67	16,1
	Yalnız	55	13,2
Aile Türü	Çekirdek Aile	336	80,8
	Geniş Aile	62	14,9
	Parçalanmış Aile	18	4,3

<b>Sigara Kullanımı</b>	Evet	156	37,5
	Hayır	260	62,5
<b>Alkol Kullanımı</b>	Evet	167	40,1
	Hayır	249	59,9
<b>Kronik Hastalık</b>	Evet	63	15,1
	Hayır	353	84,9
<b>Ruhsal Hastalık</b>	Evet	55	13,2
	Hayır	361	86,8
<b>Ailede Psikiyatrik Rahatsızlık Öyküsü</b>	Evet	47	11,3
	Hayır	369	88,7

Araştırmanın örneklemini, uygun örnekleme yöntemiyle seçilen, 18-55 yaş arası gönüllü 235 yetişkin kadın ve 181 yetişkin erkek olmak üzere toplamda 416 kişi oluşturmaktadır. Demografik değişkenlerin dağılımı incelendiğinde; katılımcıların yaş ortalaması  $30,13 \pm 8,56$ 'dır. Tüm katılımcılar arasında kadınların oranı %56,5 ve erkeklerin oranı %43,5'dir. Medeni durum değişkenine göre, bekar katılımcılar %62,5; evliler %34,1; boşanmış katılımcılar %3,4 oranındadır. Eğitim düzeyi değişkenine göre ilköğretim-ortaöğretim mezunu olanlar %2,6; lise mezunu olanlar %12,5; lisans-önlisans mezunu olanlar %72,6 ve lisansüstü mezunu olanlar %12,3 oranındadır. Katılımcıların %62,3'ü ailesiyle; %8,4'ü arkadaşıyla; %16,1'i eş ya da partneriyle; %13,2'si ise yalnız yaşamaktadır. Çekirdek ailede büyüyenler %80,8; geniş ailede büyüyenler %14,9 ve parçalanmış ailede büyüyenler %4,3 oranındadır. Sigara kullanan %37,5 ve alkol kullanan %40,1 oranında katılımcı bulunmaktadır. Kronik hastalığı olanlar %15,1 oranındadır. Ruhsal bir rahatsızlığı olan %13,2 oranındadır. Ailede psikiyatrik rahatsızlık olduğunu belirten katılımcıların oranı %11,3'tür.

**Tablo 2.** Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri

	Değişkenler	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
<b>Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği</b>	Sosyal Yalnızlık	18,04	4,93	,534	-,406
	Duygusal Yalnızlık (Aile)	18,43	4,28	,217	-,157
	Duygusal Yalnızlık (Romantik İlişkiler)	20,44	8,76	-,054	-1,059

Genel Aidiyet Ölçeği	Dışlanma	18,81	8,46	,399	-,535
	Kabul Edilme	31,83	6,70	-,729	,174
	Depresyon	19,58	8,14	1,017	,603

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini kontrol etmek amacıyla, ortalama değerlerin oluşturduğu dağılımın çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Bulgulara göre, Tabachnick ve Fidell (2011) tarafından normal dağılımın olduğunu gösteren -1.5 ile +1.5 değerlerinin bu çalışmadaki ortalama değerlerde bu aralıkta olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda, çalışmada uygulanan analizler parametrik testler olarak belirlenmiştir.

**Tablo 3.** Depresyon Belirtileri Gösteren Katılımcıların Cinsiyeti Bakımından Sosyal ve Duygusal Yalnızlık ile Toplumsal Aidiyet Alt Boyutlarının Karşılaştırılmasına Yönelik T-Test Bulguları

		Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği	Sosyal Yalnızlık	Erkek	181	18.61	5.06	2.07	.04*	
		Kadın	235	17.60	4.79			
	Duygusal Yalnızlık (Aile)	Erkek	181	18.25	4.40	-.72	.46	
		Kadın	235	18.56	4.18			
	Duygusal Yalnızlık (Romantik İlişkiler)	Erkek	181	21.18	8.96	1.50	.13	
		Kadın	235	19.87	8.58			
Genel Aidiyet Ölçeği	Dışlanma	Erkek	181	20.09	9.09	2.74	.01*	
		Kadın	235	17.83	7.75			
	Kabul Edilme	Erkek	181	31.62	7.14	-.54	.58	
		Kadın	235	31.99	6.36			

Tablo 3'te, depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin cinsiyet bakımından, sosyal ve duygusal yalnızlık ile aidiyet puanlarının karşılaştırılması için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre SDYÖ sosyal yalnızlık boyutu ( $t(414)=2.07$ ;  $p<.05$ ) ve genel aidiyet dışlanma alt boyutu ( $t(414)=2.74$ ;  $p<.05$ ) erkek katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 4.** Depresyon Belirtileri Gösteren Katılımcılarda Depresyon, Toplumsal Aidiyet ile Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Puanlarının İlişkisinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyonu Bulguları

Değişkenler (n=416)	1	2	3	4	5	6
1. Depresyon	1					
2. Dışlanma	.50**	1				
3. Kabul Edilme	-.38**	-.58**	1			
4. Sosyal Yalnızlık	.29**	.49**	-.47**	1		
5. Duygusal Yalnızlık (Aile)	.36**	.42**	-.35**	.27**	1	
6. Duygusal Yalnızlık (Romantik İlişkiler)	.13**	.20**	-.25**	.20**	.22**	1

\*\* $p < .01$ \* $p < .05$ 

Tablo 4'te yer alan korelasyon bulgularına göre, depresyon belirtileri olduğu saptanan katılımcıların depresyon ile genel aidiyet dışlanma alt boyutu ( $r=.50$ ;  $p<.01$ ), SDYÖ sosyal yalnızlık alt boyutu ( $r=.29$ ;  $p<.01$ ), SDYÖ duygusal yalnızlık aile alt boyutu ( $r=.36$ ;  $p<.01$ ) ve SDYÖ duygusal yalnızlık romantik ilişkiler alt boyutu ( $r=.20$ ;  $p<.01$ ) pozitif yönlü; Genel aidiyet kabul edilme alt boyutu ( $r=-.38$ ;  $p<.01$ ) negatif yönlü ve anlamlı ilişkilidir. Genel aidiyet dışlanma alt boyutu ile SDYÖ sosyal yalnızlık alt boyutu ( $r=.49$ ;  $p>.01$ ), SDYÖ duygusal yalnızlık aile alt boyutu ( $r=.42$ ;  $p<.01$ ) ve SDYÖ duygusal yalnızlık romantik ilişkiler alt boyutu ( $r=.20$ ;  $p<.01$ ) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir. Genel aidiyet kabul edilme alt boyutu ile SDYÖ sosyal yalnızlık alt boyutu ( $r=-.47$ ;  $p>.01$ ), SDYÖ duygusal yalnızlık aile alt boyutu ( $r=-.35$ ;  $p<.01$ ) ve SDYÖ duygusal yalnızlık romantik ilişkiler alt boyutu ( $r=-.25$ ;  $p<.01$ ) negatif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur.

**Tablo 5.** Depresyon Belirtileri Gösteren Katılımcıların Depresyon Puanlarının Toplumsal Aidiyet ile Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Puanları Tarafından Yordanmasına Yönelik Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

	Model	B	SH	$\beta$	T	p	R <sup>2</sup>	F
	(Sabit)	17.37	2.67		6.48	.000		
1	Dışlanma	.40	.05	.41	8.06	<.01***	.26	72.65**
	Kabul Edilme	-.16	.06	-.13	-2.69	.01**		
	(Sabit)	11.14	3.60		3.09	.002		
2	Dışlanma	.34	.05	.35	6.41	<.01***	.28	32.39**
	Kabul Edilme	-.13	.06	-.11	-2.04	.04*		
	Sosyal Yalnızlık	.02	.08	.01	.27	.78		
	Duygusal Yalnızlık (Aile)	.32	.09	.16	3.57	<.01***		
	Duygusal Yalnızlık (Romantik İlişkiler)	-.01	.04	-.01	-.15	.87		

Bağımlı değişken: Beck Depresyon Ölçeği Toplam; \*\* $p < .01$  \* $p < .05$

Tablo 5'te yer alan hiyerarşik regresyon analizi bulgularına göre, birinci modele eklenen aidiyet alt boyutlarının depresyon üzerindeki yordayıcılığı anlamlıdır ( $F(2,413)=72.65$ ;  $p < .01$ ). Sonuçlara göre, dışlanma alt boyutu ( $\beta=.41$ ;  $p < .01$ ) pozitif yönlü; kabul edilme alt boyutu ( $\beta=-.16$ ;  $p < .01$ ) negatif yönlü olarak depresyon puanlarını yordamaktadır. Sonuçlara göre, depresyon belirtileri gösteren katılımcıların yükselen dışlanma ve düşen kabul edilme puanları, yükselen depresyon puanlarını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Birinci modelin yordayıcılık oranı %26 olarak bulunmuştur ( $R^2=.26$ ). İkinci modele eklenen sosyal ve duygusal yalnızlık alt boyutlarının depresyon puanlarını yordayıcılığı anlamlı bulunmuştur ( $F(4, 411)=32.39$ ;  $p < .01$ ). İkinci modelde yer alan, dışlanma alt boyutu ( $\beta=.35$ ;  $p < .01$ ) ile sosyal ve duygusal yalnızlık ( $\beta=.16$ ;  $p < .01$ ) pozitif yönlü ve anlamlı düzeyde yordamaktadır. Sonuçlara göre, dışlanma ile sosyal ve duygusal yalnızlık alt boyutu puanlarının yükselişi depresyon belirtileri gösteren

katılımcıların depresyon puanlarının yükselişini anlamlı düzeyde yordamaktadır. İkinci modelin açıklayıcılık oranı %28 olarak bulunmuştur ( $R^2=.28$ ).

**Tablo 6.** Depresyon Belirtileri Gösteren Katılımcıların Sosyal Yalnızlık Puanlarının Toplumsal Aidiyet Duygusu Tarafından Yordanmasına Yönelik Çoklu Regresyon Analizi Bulguları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Sosyal Yalnızlık	Sabit	20,839	1,582		13,172	,000
	Dışlanma	,196	,030	,336	6,649	,000
	Kabul Edilme	-,204	,037	-,277	-5,497	,000
$R = .545$ $R^2 = .297$ $R^2_{adj} = .293$ , $F(2,413) = 87,121$ , $p < .05$						

Toplumsal aidiyet alt boyut puanlarıyla oluşturulan modelde; sosyal yalnızlık puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2,413) = 87,121$ ,  $p < .05$ ). Sosyal yalnızlık puanlarındaki varyansın yaklaşık %29'u açıklanmaktadır ( $R^2 = .297$ ). Regresyon katsayılarına bakıldığında dışlanma ( $\beta = ,336$ ,  $p < .05$ ) pozitif yönde, kabul edilme ( $\beta = -,277$ ,  $p < .05$ ) negatif yönde sosyal yalnızlık puanlarını yordamaktadır.

**Tablo 7.** Depresyon Belirtileri Gösteren Katılımcıların Duygusal Yalnızlık (Aile) Puanlarının Toplumsal Aidiyet Duygusu Tarafından Yordanmasına Yönelik Çoklu Regresyon Analizi Bulguları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Duygusal Yalnızlık (Aile)	Sabit	18,510	1,469		12,605	,000
	Dışlanma	,168	,027	,331	6,128	,000
	Kabul Edilme	-,102	,034	-,160	-2,957	,003
$R = .442$ $R^2 = .196$ $R^2_{adj} = .192$ , $F(2,413) = 50,223$ , $p < .05$						

Toplumsal aidiyet alt boyut puanlarıyla oluşturulan modelde; duygusal yalnızlık (aile) puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2,413) = 50,223$ ,  $p < .05$ ). Duygusal yalnızlık (aile) puanlarındaki varyansın yaklaşık

%19'u açıklanmaktadır ( $R^2=.196$ ). Regresyon katsayılarına bakıldığında dışlanma ( $\beta= ,331$ ,  $p< .05$ ) pozitif yönde, kabul edilme ( $\beta= -,160$ ,  $p< .05$ ) negatif yönde duygusal yalnızlık (aile) puanlarını yordamaktadır.

**Tablo 8.** Depresyon Belirtileri Gösteren Katılımcıların Duygusal Yalnızlık (Romantik İlişkiler) Puanlarının Toplumsal Aidiyet Duygusu Tarafından Yordanmasına Yönelik Çoklu Regresyon Analizi Bulguları

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	p
Duygusal Yalnızlık (Romantik İlişkiler)	Sabit	27,657	3,233		8,555	,000
	Dışlanma	,082	,060	,079	1,355	,17
	Kabul Edilme	-,275	,076	-,210	-3,626	,000
$R= .264$ $R^2= .070$ $R^2_{adj}= .065$ , $F(2,413)= 15,430$ , $p<.05$						

Toplumsal aidiyet puanlarıyla oluşturulan modelde; duygusal yalnızlık (romantik ilişkiler) puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir ( $F(2,413) = 15,430$ ,  $p<.05$ ). Duygusal yalnızlık (romantik) puanlarındaki varyansın yaklaşık %7'si açıklanmaktadır ( $R^2=.070$ ). Regresyon katsayılarına bakıldığında kabul edilme ( $\beta= -,210$ ,  $p< .05$ ) negatif yönde duygusal yalnızlık (romantik ilişkiler) puanlarını yordamaktadır.

#### 4. Tartışma ve Sonuç

Çalışmanın bu bölümünde bulguların sonuçlarına ve literatüre dayanarak araştırma soruları yorumlanmış ve sonuçlar belirtilerek önerilerde bulunulmuştur. Araştırmanın amacı doğrultusunda ilk olarak depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyinin cinsiyete göre farklılaşması incelendiğinde, erkeklerin sosyal yalnızlık düzeyinin kadınlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Duygusal yalnızlığın aile ve romantik ilişkiler boyutunun ise cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Literatüre bakıldığında yalnızlıkla ilgili yapılan çalışmalarda üzerinde durulan değişkenlerden birinin cinsiyet olduğu görülmektedir. Salimi (2011), çalışmasında, erkeklerin yalnızlık düzeyinin kadınlardan daha yüksek olduğunu bulmuştur. Karaoğlu vd., (2009) yaptıkları

çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla yalnız hissettiklerini bulmuşlardır. Gürsoy (2021) çalışmasında, yalnızlığın cinsiyete göre farklılık gösterdiğini ve erkeklerin yalnızlık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğunu saptamıştır. Oruç (2013), çalışmasında, yalnızlığın cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur. Galioğlu (2014) tarafından yapılan çalışmada, cinsiyete göre yalnızlık düzeyinin farklılaşmadığı saptanmıştır. Özdemir ve Tatar (2019) tarafından yapılan çalışmada, yalnızlığın cinsiyete göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Turan'ın (2021) çalışmasında, kadınların yalnızlık puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğunu bulunmuştur. Kutlu (2005), çalışmasında, kız öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Kurtuluş (2019) tarafından yapılan çalışmada ise kadınların yalnızlık puan ortalamalarının erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatürdeki farklı çalışmalar incelendiğinde; cinsiyet değişkeni bakımından bazı araştırmalarda erkeklerin yalnızlık düzeyinin yüksek olduğu, bazı araştırmalarda kadınların yalnızlık düzeyinin yüksek olduğu, bazı araştırmalarda ise cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum yapılan çalışmalarda seçilen katılımcıların kişisel özellikleri, kültürleri ve yaşadıkları çevre gibi pek çok etkene bağlı olarak farklı sonuçlar ortaya koyduğu için cinsiyet değişkeninin yalnızlık düzeyi üzerindeki etkisinin belirsiz olduğunu düşündürmektedir.

Araştırmanın diğer bir amacı doğrultusunda, depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerde toplumsal aidiyet alt boyutları olan dışlanma ve kabul edilme düzeyinin cinsiyete göre farklılaşması incelendiğinde, erkeklerin dışlanma düzeyinin kadınlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kabul edilme düzeyinin ise cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Literatür incelendiğinde bu çalışmanın sonucuna benzeyen bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Ancak, bu çalışmanın sonucundan farklı sonuçlar bulan araştırmalar dikkat çekmektedir. Örneğin, Karzaoğlu Şimşek (2021), çalışmasında, aidiyet düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulmuştur. Hallers-Haalboom vd., (2014) tarafından yapılan çalışmada da aidiyetin cinsiyete göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde, Özdağ'ın (2017) çalışmasında da ait olma ihtiyacının cinsiyete göre farklılaşmadığının altı çizilmiştir. Kılıç ve Öksüz (2020) tarafından yapılan çalışmada ise genel aidiyet puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Yapılan çalışmalara bakıldığında, cinsiyet ile aidiyet arasındaki ilişkide, cinsiyetin aidiyet üzerinde bir etkisinin olmadığı bulgular elde edilmiştir. Aidiyet, bir insan



ihtiyacı olmakla birlikte karmaşık ve her birey tarafından farklı şekilde deneyimlenen bir duygudur. Aidiyet duygusu, bireyin içinde doğduğu sosyal çevrede doğrudan gelişebileceği gibi bireyin yaşamı içinde verdiği bilinçli tercihler doğrultusunda da şekillenebilmektedir (Alptekin 2011). Bu çalışmanın sonucunun yapılan diğer araştırmalardan farklı olması araştırmaya katılan katılımcıların kişisel özellikleri, yetiştirilme tarzları ve yaşadıkları toplumun kültürel özellikleri gibi pek çok alana göre değişiklik göstermesinden kaynaklı olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Araştırmanın başka bir sonucunda dışlanma düzeyinin pozitif yönlü, kabul edilme düzeyinin ise negatif yönlü olarak depresyon düzeyini yordadığı saptanmıştır. Dışlanma düzeyi ile sosyal ve duygusal yalnızlığın ise depresyonu pozitif yönlü yordadığı saptanmıştır. Literatür incelendiğinde, bu çalışmanın sonucuyla paralel şekilde, aidiyet ve depresyon düzeyi arasında anlamlı ilişki olduğunu bulan araştırmalar görülmektedir. Fisher vd., (2015), çalışmalarında, aidiyet duygusunun depresyon ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Başka bir ifadeyle, düşük aidiyet duygusunun yüksek düzeyde depresyonla ilişki olduğu ifade edilmiştir. Cockshaw, Shochet ve Obst (2013) çalışmalarında aidiyet ile depresyon belirtileri arasında güçlü bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Choearom vd., (2005) tarafından yapılan çalışmada düşük aidiyet duygusunun, depresyonun şiddeti üzerinde doğrudan etkisinin olduğu bulunmuştur. Bailey ve McLaren (2005) tarafından yapılan çalışmada ise yüksek düzey ait olma duygusunun düşük düzey depresif belirtilerle ilişkisinin olduğu bulunmuştur. Bu araştırmanın sonuçlarıyla benzer şekilde depresyon ve yalnızlığın anlamlı bir ilişki içerisinde olduğunu ifade eden çalışmalara da rastlanmaktadır (Flett ve Davis, 2003). Cacioppo vd., (2010) tarafından yapılan çalışmada, yalnızlık ve depresyon arasında yüksek bir ilişki olduğu ifade edilmektedir. Benzer şekilde, Demir ve Kutlu (2016) tarafından yapılan çalışmada da yalnızlık ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Benzer başka bir çalışmada Sayın (2018), yalnızlık ve depresyon arasında çift yönlü pozitif bir ilişki olduğunu ve yalnızlık düzeyi arttıkça depresyon düzeyinin de arttığını, yalnızlık düzeyi azaldıkça depresyon düzeyinin azaldığını bulmuştur. Oehler (2017) yapmış olduğu çalışmada yalnızlık ve depresyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptamıştır. Achterbergh vd., (2020), yalnızlık hissini bireylerin ruh hallerini daha da kötüleştirerek, yaşanan depresyonun süresinin uzamasına neden

olabileceğini belirtmişlerdir. Tüfekçi ve Karaca (2021) tarafından yapılan çalışmada depresyon ve yalnızlık arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Swami vd., (2007) tarafından yapılan başka benzer bir çalışmada yalnızlık ve depresyon arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Pervin ve Ferdowshi (2016) tarafından yapılan çalışmada depresyon ve yalnızlık arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Rahman vd., (2012) tarafından yapılan çalışmada yalnızlığın depresyon ile pozitif korelasyon gösterdiği ve orta derecede anlamlı bir ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir. Luanaigh ve Lawlor (2008) ise yalnızlığın depresyonla ilişkili olduğunu ve yalnızlığın tek başına depresyon için risk faktörü oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Psikolojik faktörlerden biri olarak görülen aidiyet duygusunun ruhsal sağlığın önemli bir belirleyicisi olduğu düşünülmektedir (Hill 2006). Bu nedenle, toplum tarafından bireylerin aidiyet duygusunun karşılanmaması ve bireylerin kendilerini yaşadıkları topluma ait hissetmemesinin depresyon düzeyini arttıran bir etken olduğu düşünülebilir. Aynı zamanda, bireylerin yakın bağlanma ilişkilerinin veya sosyal ilişki ağının olmaması diğer bir ifadeyle, duygusal ve sosyal yalnızlığın düşük olması toplumsal aidiyet hissiyle birlikte depresyon düzeyinin artmasında etkili faktörlerden biri olarak yorumlanmıştır.

Araştırmanın bir diğer önemli sonucunda, depresyon belirtileri gösteren yetişkinlerde toplumsal aidiyet alt boyutu olan dışlanmanın pozitif yönde, kabul edilmenin negatif yönde sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık (aile) puanlarını yordadığı saptanmıştır. Toplumsal aidiyet alt boyutu olan kabul edilme düzeyi ise negatif yönde duygusal yalnızlık (romantik ilişkiler) puanlarını yordamaktadır. Literatür incelendiğinde bu çalışmanın sonucuna benzeyen bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Ancak, farklı aidiyet türleri ile yalnızlık arasındaki ilişkiye bakıldığı ve yalnızlık ile aidiyet arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Korkut ve Gençtürk (2020) tarafından yapılan çalışmada aile aidiyeti ve yalnızlık arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Cicognani, Klimstra ve Goossens (2014) yaptıkları çalışmada aidiyet ile yalnızlığın ilişkili olduğunu ve aidiyet azaldıkça yalnızlığın arttığını bulmuşlardır. Duru (2015) çalışmasında yüksek aidiyet düzeyinin düşük yalnızlıkla ilişkili olduğunu saptamıştır. Kurtuluş (2019) tarafından yapılan çalışmada ise yalnızlık ile aidiyet alt boyutu olan reddetme pozitif yönlü, kabullenme alt boyutu ise negatif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Yapılan araştırmalar incelendiğinde aidiyet gereksiniminin yeterli

şekilde karşılanmamasının bireylerin yaşadığı çevreye karşı yabancılaşmasına ve yalnızlık hissetmesine neden olduğu ve aidiyetin yalnızlık üzerinde koruyucu bir görev üstlendiği düşünülmektedir (Mellor vd., 2008). Bu açıdan dışlanma arttıkça sosyal yalnızlık ve aile ilişkilerinde duygusal yalnızlık düzeyinin artması ve kabul edilme arttıkça sosyal yalnızlık, aile ve romantik ilişkilerde duygusal yalnızlık düzeyinin azalması, aidiyetin yalnızlığa yönelik koruyucu rolünden kaynaklı olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Çalışmanın bulgularına dayanarak bu alandaki literatürün gelişmesi için şu öneriler ortaya konabilir. Bu çalışmada, depresyonun önlenmesi ve tedavisi için toplumsal aidiyet ve yalnızlık üzerine çalışılmasının önemli olduğu saptanmıştır. Depresyon belirtileri gösteren katılımcıların depresyon düzeyleri üzerinde etkili olan toplumsal aidiyet duygusunu arttırmaya yönelik müdahale programlarının oluşturulması ve bu sayede bireylerin toplumsal aidiyet duygusunun arttırılarak depresyon düzeyinin azaltılması planlanabilir. Benzer şekilde, yalnızlık duygusunun da depresyon düzeyini arttırdığı dikkat çekmektedir. Bu sebeple, bireylerin yalnızlık duygusunu azaltmaya yönelik çeşitli müdahale programları geliştirilebilir. Aynı zamanda, depresyon belirtileri gösteren bireylere depresyon, aidiyet ve yalnızlık konularında farkındalık geliştirebilmeleri adına seminerler düzenlenebilir.

Depresyon ile sosyal ve duygusal yalnızlıkla ilgili literatürde daha fazla araştırmaya ulaşılabilirken, toplumsal aidiyet ile ilgili çalışmaların çok daha kısıtlı olduğu göze çarpmaktadır. Bu nedenle gelecekte daha fazla bu değişkenlerle ilgili çalışmalar yapılabilir. Ayrıca araştırmanın genellenebilirliği açısından daha fazla katılımcı ve sağlıklı popülasyon dahil edilerek çalışma tekrarlanabilir.

## 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 metasynthesis of the literature. *BMC Psychiatry*, 20(415), 2-23.

Alptekin, D. (2011). *Toplumsal aidiyet ve gençlik: Üniversite gençliğinin aidiyeti üzerine sosyolojik bir araştırma*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Selçuk Üniversitesi.

Bailey, M., & McLaren, S. (2005). Physical activity alone and with others as predictors of sense of belonging and mental health in retirees, *Aging and Mental Health*, 9, 82-90.

Baumeister R. F., & Leary M. R. (1995). The need to belong: Desire for - interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.

Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., & Thisted, R. A. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago health, aging, and social relations study. *Psychology and Aging*, 25(2), 453-463.

Choenarom, C., Williams, R. A., & Hagerty, B. M. (2005). The role of sense of belonging and social support on stress and depression in individuals with depression. *Archives of Psychiatric Nursing*, 19(1), 18-29.

Cicognani, E., Klimstra, T. & Goossens, L. (2014). Sense of community, identity statuses, and loneliness in adolescence: A cross-national study on Italian and Belgian youth. *Journal of Community Psychology*, 42(4), 414-432.

Cockshaw, W. D., Shochet, I. M., & Obst, P. L. (2013). General belongingness, workplace belongingness, and depressive symptoms. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 23(3), 240-251.

Çeçen, A. R. (2007). The Turkish version of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA-S): Initial development and validation. *Social Behaviour and Personality*, 35(6), 717-734.

Demir, Y., & Kutlu, M. (2016). The Relationship between loneliness and Depression; Mediation Role of Internet Addiction, *Educational Process: International Journal*, 5(2), 97-105.

DiTommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119.

Duru, E. (2015). Genel aidiyet ölçeğinin psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 37-47.

Fisher, L. B., Overholser, J. C., Ridley, J., Braden, A., & Rosoff, C. (2015). From the outside looking in: Sense of belonging, depression, and suicide risk. *Psychiatry Interpersonal & Biological Processes*, 78(1), 29-41.

Flett, G. L., & Davis, R. A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: a test of a mediational model. *Personality and Individual Differences*, 35(8), 1735-1752.

Galanaki, E. P. (2008). Children's perceptions of loneliness. *Hellenic Journal of Psychology*, 5, 258-280.

Galioğlu, C. (2014). *Beliren yetişkinlerin yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleri ile aile işlevleri arasındaki ilişki*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Mersin Üniversitesi.

Gürsoy, E. Y. (2021). *Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemaların yalnızlık, umutsuzluk ve depresif belirtiler ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Kent Üniversitesi.

Hallers-Haalboom, E. T., Mesman, J., Groeneveld, M. G., Endendijk, J. J., Berkel, S. R., Pol, L. D., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2014). Mothers, fathers, sons, and daughters: Parental sensitivity in families with two children. *Journal of Family Psychology*, 28, 138-147.

Hill, D. L. (2006). Sense of belonging as connectedness, American Indian Worldview and Mental Health, *Archives of Psychiatric Nursing*, 20 (5), 210-216.

Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The Clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 695-718.

Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenilirliği, *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.

Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S., & Deniz, M. E. (2009). Yalnız mısınız? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26.

Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Karzaoğlu Şimşek, Z. (2021). *15-18 yaş aralığındaki ergenlerde topluma aidiyet ve sosyal kaygının karşılaştırılması*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Kılınc, H., & Sevim, S. A. (2005). Ergenlerde yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 67-89.

Kılıç, S. & Öksüz, Y. (2020). Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu ile genel aidiyet düzeyleri arasındaki ilişki. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(2), 216-225.

Korkut, G., & Gençtürk, Z. (2020). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile aile aidiyeti arasındaki ilişkinin incelenmesi. *AVRASYA Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 8(24), 209-231.

Kurtuluş, E. (2019). *Yeme tutumlarının yalnızlık ve aidiyet ile ilişkisinde algılanan baba kabul ve reddinin aracı rolünün incelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Kutlu, M. (2005). Yetiştirme yurdu yaşantısı geçiren lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışma Dergisi*, 3(24), 89-109.

Levett-Jones, T., Lathlean, J., Maguire, J., & McMillan, M. (2007). Belongingness: A critique of the concept and implications for nursing education. *Nurse Education Today*, 27, 210–218.

Luanaigh, C., & Lawlor, B. A. (2008). Loneliness and the health of older people, *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 23, 1213-1221.

Malone, G. P., Pillow, D. R., & Osman, A. (2012). The general belongingness scale (GBS): Assessing achieved belongingness. *Personality and Individual Differences*, 52(3), 311-316.

Manaf, A. (2017). *Yalnızlık nedir ve nasıl aşıılır*. Avrupa Yakası Yayınları.

Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y., & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction, *Personality and Individual Differences*, 45, 213-218.

Mushtaq, R., Shoib, S., Shah, T., & Mushtaq, S. (2014). Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health? A review on the psychological aspects of loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(9), 1-4.

Neto, F., & Barros, J. (2000). Psychosocial concomitants of loneliness among students of Cape Verde and Portugal. *Journal of Psychology, 134*(5), 245-255.

Oehler A. B. (2017). *Loneliness, meaning in life and depressive symptomology in college students*. Oxford, May.

Oruç, T. (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.

Özdağ, İ. (2017). *Yetişkinlerde ait olma ihtiyacı, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Beykent Üniversitesi.

Özdemir H. & Tatar, A., (2019). Genç yetişkinlerde yalnızlığın yordayıcıları: depresyon, kaygı, sosyal destek, duygusal zeka. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi, 1*(2), 93-101.

Özodaşık, M. (2005). *Yalnızlık*. Tablet Basım Yayın.

Pervin, M. M., & Ferdowshi, N. (2016). Suicidal ideation in relation to depression, loneliness and hopelessness among university students. *Dhaka University Journal of Biological Sciences, 25*(1), 57-64.

Rahman, A., Bairagi, A., Dey, B. K. & Nahar, L. (2012). Loneliness and depression of university students. *The Chittagong University Journal of Biological Science, 7*(1-2), 175-189.

Salimi, A. (2011). Social-Emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 29*, 292-295.



Sayın, C. (2018). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile Yalnızlık ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Üsküdar Üniversitesi.

Singh, A., & Misra, N. (2009). Loneliness, depression and sociability in old age. *Indian Journal of Psychiatry*, 18(1), 51-55.

Swami, V., Chamorro-Premuzic, T., Sinniah, D., Maniam, T., Kannan, K., Stanistreet, D., & Furnham, A. (2007). General health mediates the relationship between loneliness, life satisfaction and depression. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42(2), 161-166.

Tabachnick, B., & Fidell L.S. (2011). *Using multivariate statistics*, Fourth Edition. Allyn & Bacon.

Tiwari, S. C. (2013). Loneliness: A disease?. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(4).

Turan, E. (2021). *İnternet kullanımının psikolojik iyi oluş ve yalnızlık durumu açısından incelenmesi*. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi], Beykent Üniversitesi.

Tüfekçi, B., & Karaca, S. (2021), Fabrika çalışanlarında yalnızlık, depresyon ve tükenmişliğin incelenmesi. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(4), 514-520.

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. The MIT Press.