



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE YALNIZLIK: AKDENİZ ÜNİVERSİTESİNDE YAPILAN AMPİRİK BİR ARAŞTIRMA

LONELINESS ON UNIVERSITY STUDENTS: AN EMPIRICAL RESEARCH AT
AKDENİZ UNIVERSITY

Özlem YALAZ SEÇİM¹
Özer ALPAR²
Seden ALGÜR³

Öz

Yalnızlık tanımlanması güç ve karmaşık bir durumdur. Bireyin çevresine olan güvensizliğini arttırarak uyumunu ve yaşamını zorlaştırmaktadır. Yalnızlık yaş, cinsiyet gibi değişkenlerle yakından ilişkili olup büyük ölçüde sosyo-ekonomik yapı tarafından belirlenir. Bu araştırma Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu'nun 3 farklı bölümünde okuyan öğrencilerin yalnızlık seviyeleri belirlemek ve bazı demografik değişkenlerin etkisinin ortaya koyabilmek amacıyla gerçekleştirilmiştir. 348 öğrenciye UCLA Yalnızlık Ölçeği içeren anket uygulanmış ve örneklemin %54'ünün ortalamanın üzerinde yalnızlık puanı aldığı tespit edilmiştir. Yapılan tek yönlü varyans analizlerine göre öğrencinin okuduğu bölüm, aylık olarak eline geçen gelir, kendine ait bilgisayar olup olmaması ve yaşadığı yerde internet bağlantısı olup olmaması ile alınan yüksek yalnızlık puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık, Gençlerde Yalnızlık

Abstract

Loneliness is a complicated situation and it is difficult to define it. It increases lack of confidence of the person and make his life difficult. Loneliness has a strong relationship with some variables such as age and gender. It is determined by social-economic structure. This research was done to determine loneliness level of students at 3 different programs of Akdeniz University Vocational School of Social Sciences and to find out whether some demographical variables are effective on loneliness. A survey which contains UCLA Loneliness Scale was used on 348 students and %54 of them took loneliness point over average. According to one way anova results the program that students study at, monthly revenue, owning personal computer and having internet connection at living place have significant effect on loneliness points.

Key Words: Loneliness, Loneliness on University Students.

¹ Yrd.Doç.Dr., Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Bankacılık ve Sigortacılık Programı, ozlemsecim@akdeniz.edu.tr

² Dr., Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Sivil Hava Ulaştırma İşletmeciliği Programı, alpar@akdeniz.edu.tr

³ Doktora Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Anabilim Dalı, sedenalgur@akdeniz.edu.tr

Giriş

Yalnızlık konusuna açıklık getirebilmek, kavram karmaşıklığı sebebiyle bir hayli güçlükler doğurmaktadır. Öncelikle iki tür yalnızlığı birbirinden ayırmak gerekir. Bunlardan birincisi fiziki bir durum olup, insanın çevresinde başka insanların bulunmaması halidir. Robinson Crusoe'nun yalnızlığı temelde böyle bir yalnızlıktır. İkincisi ise psikolojik bir yalnızlık hissidir. Bu anlamıyla yalnız kişi, büyük kalabalıklar içerisinde bile kendini yalnız hissedebilir. Bu araştırmada ele alınan yalnızlık ikinci türden, yani psikolojik yalnızlık hissidir. Ekonomik güce bağlı olarak bilgisayar ve internet bağlantı sahipliği oranının yükselmesiyle birlikte özellikle gençlerde sosyalleşme olgusunun sanal ortama taşındığı görülmektedir. Saatlerce internete bağlı kalarak, sosyal paylaşım sitelerinde vakit geçirerek sosyalleşme çabasına giren ve çevresinden uzaklaşan gençler ilk etapta bir sorun yaşamazlar biler ilerleyen dönemlerde bir anda yalnız kalabilmektedir. Bu da ruhsal ve fiziksel olumsuzluklara sebebiyet verebilmektedir.

Araştırma 3 bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde yalnızlık olgusu üzerinde durulmakta ve konuyla ilgili yapılan çalışmalardan örnekler sunulmaktadır. İkinci bölümde alan araştırmasıyla ilgili detaylı bilgi verilmektedir. Son bölümde ise elde edilen veriler değerlendirilerek önerilerde bulunulmuştur. İnternet gençliği olarak tanımlanabilen günümüz gençliğinin yalnızlık düzeylerini ve bu yalnızlığı etkileyen değişkenleri belirleyerek bir takım önerilerde bulunabilmek amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmanın örneklemini Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü öğrencilerinden seçilmiştir. Araştırmanın yapıldığı tarihlerde 3 farklı programda kayıtlı 689 öğrencinin 348'inden geçerli anket elde edilmiş ve analize tabi tutulmuştur. Elde edilen sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerin yarısından fazlasının en yalın ifadeyle yalnız olduğu görülmüştür.

Literatür Taraması

Üzerinde çok sayıda çalışma yapılan yalnızlıkla ilgili birçok farklı tanım yapılmıştır. Bu tanımlardaki ortak noktalardan birincisi yalnızlığın niceliksel değil, daha çok niteliksel bir sorun olduğudur. İkincisi ise tanımlarda yalnızlık öznel bir yaşantı olarak belirtilmiştir. Üçüncü olarak ise, yalnızlık istenmeyen, kaçınılmaya çalışılan, kaygı, öfke, üzüntü, stres gibi olumsuz duygularla ilişkili bir yaşantı olarak tanımlanmış ve ilgili çalışmalarda depresyon, anksiyete bozuklukları gibi ruhsal belirtilerle pozitif ilişkisi vurgulanmıştır (Doğan, Çetin ve Sungur, 2009:272). Gierveld (1987)'e göre yalnızlık kişinin bir takım sosyal ilişkilerde eksikliğini yaşadığı ve bu yüzden rahatsız olduğu bir durumdur. Peplau ve Perlman (1982)

yalnızlığı bireyin varolan sosyal ilişkisinin arzulanan, beklenen sosyal ilişkileri arasındaki farklılık sonucu yaşanan hoş olmayan bir duygu olarak tanımlamışlardır.

Yalnızlığın kişiye acı verdiği, olumsuz bir his olduğu bilinmektedir. Yalnızlık duygusu umutsuzluk ve mutsuzluk içerip bireye acı veren bir durum olmasıyla yalnız olmayı isteme durumundan ayrılır. Çünkü insan doğası gereği sosyal bir varlıktır (Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009:20). Yalnızlık, hemen her zaman kaçınılan ve kaygı, öfke, üzüntü ve diğerlerinden kendini farklı hissetme duygularının eşlik ettiği istenmeyen ve hoş olmayan bir deneyim olarak açıklanmakta ve bilinenin aksine ileriki yaşlardan çok ergenler ve genç yetişkinler arasında sık bir biçimde ortaya çıkmaktadır (Çeçen, 2008:416). Genel kabul gören yalnızlık tanımı şöyledir: Yalnızlık bireyin varolan sosyal ilişkileri ile arzuladığı sosyal ilişkileri arasındaki farklılık sonucu yaşanan hoş olmayan bir duygu durumudur. Bu nedenle yalnızlık fiziksel yakın olmayla ilgili bir duygu durumu değildir. Bir insan birçok arkadaşı olsa da toplum içinde kendini yalnız hissedebilir. Kısacası yalnızlık bireyin tek başına olmasıyla açıklanamaz. Yalnızlıkta kişinin hangi insanla ya da kaç kişiyle ilişkili olduğu değil bu ilişkilerini nasıl yaşadığı önemlidir (Bilgi, 2005:45).

Yalnızlıkla İlgili Yapılmış Bazı Araştırmalar

Cutrona (1982) genç yetişkinlerde yalnızlığı tahmin eden en önemli yordayıcının flört etme ve aileden çok sosyal ilişkilerde ve arkadaşlıklarla ilişkili memnuniyetsizlik olduğunu rapor etmektedir. Yaparel (1984) kendilerini yalnız hisseden öğrencilerin dışsal nedenlere kendilerini yalnız hissetmeyenlerin ise başarı-başarısızlık nedenlerini içsel nedenlere yüklemeye bulduklarını bulmuştur. Bilgen (1989) öğrencilerin yalnızlık düzeyinin yükselmesiyle birlikte sosyal, kişisel ve genel uyum düzeyinin düştüğünü, yalnızlık düzeyiyle uyum düzeyi arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu bulmuştur. Buluş (1996) yaptığı çalışmada içten denetimli öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin dıştan denetimli öğrencilere göre daha düşük olduğunu, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu araştırma sonucuyla ortaya koymuştur.

Cinsiyetlerine göre lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerine göre kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarının farklılığını belirlemek amacıyla Kılınç (2005) tarafından gerçekleştirilen çalışmada öğrencilerin yakınlıktan kaçınma çarpıtmalarının yalnızlık düzeylerine ve cinsiyetlerine göre farklılaştığı belirlenmiştir. Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi boyutunda ise yalnızlık düzeyleri ve cinsiyete göre farklılık bulunamamıştır. Son

olarak kız öğrencilerin ve beklentilerin tersine yalnız olmayan bireylerin daha çok zihin okuma çarpıtmasına sahip oldukları belirlenmiştir.

Literatür incelendiğinde, cinsiyete göre yalnızlık düzeylerinin farklılaşp farklılaşmadığı konusunda birbiriyle çelişkili araştırma sonuçlarının olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalarda cinsiyete göre yalnızlık düzeyleri açısından anlamlı bir fark görülmediği rapor edilirken, bazı araştırmalarda ise cinsiyete göre yalnızlık düzeylerinin farklılaştığı rapor edilmektedir (Çeçen, 2007:186). Yıldırım (2007) Adana ili Büyükşehir Belediyesi sınırlarında yer alan ve Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı ortaöğretim kurumlarına devam eden 13-18 yaş arasında ergenlere yönelik yaptığı araştırma sonucunda kızların yalnızlık düzeylerinin erkeklerin yalnızlık düzeylerine göre anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu belirlemiştir. Elde ettiği bulgu Türkiye'de yapılan Demir (1990), Buluş (1996), Saraçoğlu (2000), Kılınç ve Sevim (2005), tarafından yapılan araştırmalar sonucunda elde edilen sonuçları destekler niteliktedir. Yalnızlık ve cinsiyet değişkeninin ele alındığı araştırma sonuçlarında genç yetişkinlik yıllarında erkeklerin kızlara göre daha fazla yalnızlık yaşadıkları rapor edilmektedir (Çeçen, 2008:416).

Schumaker (1993)'in yapmış olduğu bir çalışmada Japon lise öğrencilerinin Avusturalya'lı öğrencilerden daha yalnız olduğu; erkeklerin kızlardan, sosyo-ekonomik düzeyi düşük olanların yüksek olanlardan daha yalnız olduğu ortaya çıkmıştır. Medora, Woodward ve Larson'ın (1987)'nin yapmış olduğu araştırmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yalnız olduğu ortaya çıkmıştır. Taylor, Peplau ve Sears'ın (1994) çalışmasında da kızların daha iyi sosyal ilişkiler kurduğu ve duygularını daha rahat ifade ettikleri bulunmuştur. Le Roux ve Connors (2001)'in 292 üniversite öğrencisinin yalnızlık düzeylerini cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey açısından inceledikleri araştırmada ise erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha yalnız olduğu; yaş ve sosyo-ekonomik düzey açısından anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya çıkmıştır. Sinclair ve Nelson (1998) boşanmış ailelerin erkek çocuklarının kızlara oranla, daha az yakınlık yaşadıklarını ve ilişki inançlarını daha fazla kullandıklarını bulmuşlardır. Bu durumun nedeni ise, erkeklerin duygusallıklarını ifade edecek şekilde toplumsallaşmamaları olarak açıklanmıştır.

Ülkemizde yalnızlık ile ilgili en detaylı araştırma Demir (1990) tarafından yapılmıştır. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu araştırmanın sonuçları; erkek öğrencilerin kızlardan, akademik yönden başarısız olanların başarılılarından, serbest zamanını tek başına geçirenlerin başkalarıyla geçirenlerden, aylık gelirini sosyal etkinlikler için yeterli görmeyenlerin görenlerden, çevresinden sosyal destek almayanların alanlardan, yakın arkadaş

sayısı az olanların fazla olanlardan, yeni sosyal ilişkiler kurmaya isteksiz olanların isteklilerden, sosyal becerilerin yetersiz görenlerin yeterli görenlerden, sorunlarını kimseye açmayanların açanlardan, anneye, babayla, karşı cinsle, aynı cinsle, kardeşlerle olan ilişkilerinden memnun olmayanların bu ilişkilerinden memnun olanlardan, anne ve babası arasındaki ilişkiden memnun olmayanların memnun olanlardan daha fazla yalnızlık duygusu yaşadıklarını göstermiştir.

Kozaklı (2006) üniversite öğrencilerinin çeşitli kaynaklardan algıladıkları sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın amacı; yurtda ve ailelerinin yanında barınan üniversite öğrencilerinin, algıladıkları sosyal desteğin, yalnızlık düzeyi ile arasındaki ilişkiyi tanımlamaktır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin, yaşa göre, ailelerinin ikamet ettiği merkeze göre, annelerinin eğitim düzeyine ve eğitim giderlerini karşılama yollarına göre farklılaştığı bulunmuştur. Örnekleme yer alan öğrencilerin, yalnızlık düzeylerinin yaşın büyümesi, ailenin daha az nüfus yoğunluğu olan merkezlerde ikamet etmesi, annenin eğitim düzeyinin artması, eğitim giderlerini çalışarak kendisinin karşılaması veya aileden temin etmesine bağlı olarak azaldığı bulunmuştur.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu'nun farklı programlarında öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık düzeylerini ve demografik değişkenlerin etkisini belirlemeye çalışmaktır. Adı geçen üniversite kapsamında gerçekleştirilen ilk çalışma olması bakımından önemlidir.

Araştırmanın Yöntemi, Evren ve Örneklem

Araştırma yöntemi olarak öncelikle literatür taramasına yer verilmiştir. Literatürden elde edilen kuramsal bilgilerin ışığında ikincil verilerin analizine geçilmiştir. Elde edilen bilgilere dayanarak, alan araştırması kapsamında anket tekniği kullanılmıştır. Anket formunda 2 bölüm bulunmaktadır. Birinci bölümde UCLA (University of California Los Angeles Loneliness Scale) Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilmiştir. 4'lü likert tipinde hazırlanan ölçek, yalnız insanların yaşantılarını nasıl tanımladıkları yansıtan 20 ifadeden oluşmaktadır. Ölçek daha sonra Russell, Peplau, ve Cutrona (1980) tarafından ve son olarak da Russell (1996) tarafından revize edilmiştir. Russell tarafından yapılan üçüncü revizyon çalışmasının sonuçları versiyonunun oldukça güvenilir ($\alpha = 0.89$ ile 0.94 arasında, test-tekrar test korelasyonu 0.73) olduğu göstermektedir.

Ölçeğin son halinde ifadelerin yarısı olumlu, yarısı da olumsuz olacak şekilde düzenlenmiştir. UCLA Yalnızlık Ölçeği ilk defa 1984 yılında Yaparel tarafından Türkçeye çevrilmiş ve kullanılmıştır. Daha sonra Demir tarafından ele alınmış ve çeviri çalışması son şeklini almıştır (Buluş, 1997:85). Demir'in yaptığı çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı ile ilgili analizler toplam 72 kişi üzerinde hesaplanmış ve Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0.96 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin beş hafta ara ile yapılan test tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.94 olarak bulunmuştur. Dünyada ve ülkemizde yalnızlıkla ilgili yapılmış pek çok çalışmada UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin kullanıldığı görülmektedir (Demir, 1989:16). İkinci bölümde ise demografik özelliklerin belirlenmesine yönelik sorular bulunmaktadır. Demografik özelliklere yönelik verilerin yorumlanmasında frekans ve yüzde dağılımları kullanılmıştır. Yalnızlık puanları ile demografik özellikler arasında bir ilişki olup olmadığının belirlenmesi için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır.

Araştırmanın evrenini Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem olarak Seyahat İşletmeciliği Bölümü, Ağırlama İşletmeciliği Bölümü ile Bankacılık ve Sigortacılık Bölümü öğrencileri belirlenmiştir. Bunun en büyük sebebi araştırmanın gerçekleştirildiği sınav döneminde bu bölümlerin öğrencilerine anketlerin yaptırılmasının daha kolay olmasıdır. Araştırmanın yapıldığı 2010 bahar yarıyılı döneminde Seyahat İşletmeciliği Bölümü'nde toplam 257, Ağırlama İşletmeciliği Bölümü'nde toplam 280, Bankacılık ve Sigortacılık Bölümü'nde toplam 152 öğrenci kayıtlıdır. Anket uygulamasının gerçekleştirildiği sınav haftasında öğrencilere anketler sınav öncesi dağıtılmış ve sınav sonunda yanıtlamaları istenmiştir. Sınava gelmeyen, araştırmaya katılmak istemeyen ve anket formunu doğru şekilde doldurmayan öğrencilerin araştırma kapsamı dışında kalması akabinde toplam 348 kullanılabilir anket elde edilmiştir. Buna göre geri dönüş oranı %51'dir.

Tablo 1: Örneklem Dağılımı

Program	N	n	%
Ağırlama İşletmeciliği	280	161	57.5
Seyahat İşletmeciliği	257	76	30.0
Bankacılık ve Sigortacılık	152	111	72.5
Toplam	689	348	50.5

Demografik Bulgular

Tablo 2'de görüldüğü üzere araştırma katılanların cinsiyet oranı yarı yarıyadır. Oldukça büyük bir kısmı 18-23 yaş arasındadır. 41 cevaplayıcı yaşamının en az 8 senesini

köyde, 160 cevaplayıcı büyük şehirde ve 11 cevaplayıcı başkentte geçirmiştir. Yine büyük bir kısmının anne ve babası sağ ve birliktedir. Sadece 5 cevaplayıcının her iki ebeveyni de vefat etmiştir. Sadece 27 cevaplayıcı tek çocuk olup 321 cevaplayıcının en az bir kardeşi vardır. Öğrencilerin sadece 26'sı devlet yurdunda ikamet etmekte olup büyük bir kısmı tek başına, ailesiyle, akrabalarıyla veya arkadaşlarıyla evde kalmaktadır. 229 cevaplayıcının kendine ait bilgisayarı, 263 cevaplayıcının yaşadığı yerde internet bağlantısı vardır. 15 cevaplayıcı en az 9 saatini internette geçirdiğini belirtmiştir.

Tablo 2: Araştırmaya Katılanların Demografik Bulguları

Cinsiyet	n	%
Kadın	170	48.9
Erkek	178	51.1
Yaş		
17 ve altı	2	0.6
18-20	218	62.6
21-23	106	30.5
24 ve üzeri	22	6.3
Yaşamın en az 8 senesinin geçtiği yer		
Köy	41	11.8
Kasaba	27	7.8
Küçük Şehir	106	30.4
Büyük Şehir	160	45.9
Başkent	11	3.2
Diğer (yurtdışı v.b.)	3	0.9
Aile Durumu		
Anne-Baba sağ ve birlikte	303	87.1
Anne-Baba sağ ve ayrı	28	8.0
Anne vefat etti, baba sağ	3	0.9
Anne sağ, baba vefat etti	9	2.6
Anne-Baba vefat etti	5	1.4
Kardeş Durumu		
Tek çocuk	27	7.7
Abla var	51	14.7
Ağabey var	45	12.9
Hem abla hem ağabey var	28	8.0
Kız kardeş var	54	15.5
Erkek kardeş var	52	15.0
Hem kız hem erkek kardeş var	52	15.0
Diğer (ikiden fazla kardeş)	39	11.2

Yaşanan Yer	n	%
Devlet yurdu	26	7.5
Özel yurt	6	1.7
Pansiyon / otel	6	1.7
Arkadaşlarla evde	104	29.9
Aileyle evde	177	50.8
Akrabalarla evde	11	3.2
Diğer (tek başına evde)	18	5.2
Aylık Gelir		
300 TL.-'den az	85	24.4
300-399 TL.-	53	15.2
400-499 TL.-	48	13.8
500-599 TL.-	32	9.2
600-699 TL.-	26	7.5
700-799 TL.-	18	5.2
800-899 TL.-	9	2.6
900-999 TL.-	8	2.3
1000 TL.- ve üzeri	69	19.8
Kendine ait bilgisayarı olma		
Evet	229	65.8
Hayır	119	34.2
Yaşanan yerde internet bağlantısı olma		
Evet	263	75.6
Hayır	85	24.4
İnternette bağlı kalma süresi (günlük)		
1 saatten az	98	28.2
1-2 saat	120	34.5
3-4 saat	60	17.2
5-6 saat	42	12.1
7-8 saat	13	3.7
9-10 saat	9	2.6
11 saat ve üzeri	6	1.7

UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Puanların Bazı Demografik Bulgulara Göre Dağılımı

UCLA Yalnızlık Ölçeği 10'u düz 10'u ters olmak üzere toplam 20 maddeden oluşmuştur. Her madde 1 ile 4 arasında puanlanmıştır. Yalnızlık puanı hesaplanırken ters kullanılan maddelere verilen puanların tersi alınarak hesaplama yapılmaktadır (Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009:21). Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Alınan yüksek puanlar bireylerin daha fazla yalnızlık yaşadığına işaret etmektedir (Çeçen, 2008:418).

Araştırmaya katılan öğrenci grubunun ortalama yalnızlık puanı 66.224 +/- 9.663 (en az 33 en fazla 80) olarak tespit edilmiştir.

Tablo 3'e bakıldığında ağırlama işletmeciliği ve seyahat işletmeciliğinde okuyan cevaplayıcıların yarısı, bankacılık ve sigortacılık öğrencilerinin ise %64'ünün ortalama değerinde yalnızlık puanına sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 3: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Bölümlere Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Ağırlama İşletmeciliği	88	54.6	73	45.4	161
Seyahat İşletmeciliği	34	44.7	42	55.3	76
Bankacılık ve Sigortacılık	40	36.0	71	64.0	111

Tablo 4'e bakıldığında kadın cevaplayıcıların %54'ünün, erkek cevaplayıcıların %53'ünün ortalama değerinde yalnızlık puanına sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 4: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Cinsiyete Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Kadın	78	45.8	92	54.2	170
Erkek	84	47.2	94	52.8	178

Tablo 5'e bakıldığında 18-20 yaş aralığındaki öğrencilerin %55'inin, 21-23 yaş aralığındaki öğrencilerin yarısı ile 24 ve üzeri yaşındaki öğrencilerinse %59'unun ortalama değerinde yalnızlık puanı aldıkları görülmektedir.

Tablo 5: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Yaşa Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
17 ve altı	2	100.0	0	0.0	2
18-20	99	45.0	119	55.0	218
21-23	52	50.0	54	50.0	106
24 ve üzeri	9	40.9	13	59.1	22

Tablo 6'ya bakıldığında küçük şehir ve başkentte büyüyen öğrencilerin %46'sının, büyük şehirde büyüyen öğrencilerinse %60'ının ortalama değerinde yalnızlık puanı aldıkları görülmektedir.

Tablo 6: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Yetiştirme Yeri Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Köy	25	60.9	16	39.1	41
Kasaba	8	29.6	19	70.4	27
Küçük şehir	57	53.8	49	46.2	106
Büyük şehir	65	40.6	95	59.4	160
Başkent	6	54.5	5	45.5	11
Diğer (yurtdışı v.b.)	1	33.4	2	66.6	3

Tablo 7'de görüldüğü gibi ebeveyn durumuna göre bir değerlendirme yapıldığında ortalama değerinde yalnızlık puanı alan ve almayanların yarı yarıya oranladığı görülmektedir.

Tablo 7: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Aile Durumuna Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Anne-baba sağ ve birlikte	138	45.5	165	54.5	303
Anne-baba sağ ve ayrı	15	53.6	13	46.4	28
Anne vefat etti, baba sağ	1	33.3	2	66.7	3
Anne sağ, baba vefat etti	6	66.7	3	33.3	9
Anne ve baba vefat etti	2	40.0	3	60.5	5

Tablo 8'de görüldüğü üzere ortalama değer üzerinde yalnızlık puanı alan tek çocuk öğrencilerin oranı, kendisinden başka bir adet kardeşi olanların oranından yüksektir. Ancak bunun yanında hem ablası hem ağabeyi olan öğrencilerin %64'ünün aldıkları yalnızlık puanı ortalama değer üzerindedir.

Tablo 8: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Kardeş Durumuna Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Tek çocuğum	11	40.7	16	59.3	27
Ablam var	25	49.0	26	51.0	51
Ağabeyim var	25	55.5	20	44.5	45
Hem ablam hem ağabeyim var	10	35.7	18	64.3	28
Kız kardeşim var	24	44.5	30	55.5	54
Erkek kardeşim var	22	42.3	30	57.7	52
Hem kız hem erkek kardeşim var	25	48.0	27	52.0	52
Diğer (ikiden fazla kardeş v.b.)	20	51.3	19	48.7	39

Tablo 9'da görüldüğü üzere özel yurtda yaşadığını söyleyen 6 öğrenciden 5'inin ortalama değer üzerinde yalnızlık puanı aldığı görülmektedir. Bununla birlikte pansiyon veya otelde kalan ve yalnız yaşayan öğrencilerin %60'a yakınının da yalnızlık puanı ortalama değer üzerindedir.

Tablo 9: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Yaşanan Yere Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Devlet yurdu	14	53.8	12	46.2	26
Özel yurt	1	16.7	5	83.3	6
Pansiyon / Otel	3	50.0	3	50.5	6
Arkadaşlarla evde	53	50.9	51	49.1	104
Aileyle evde	79	44.6	98	55.4	177
Akrabalarla evde	5	45.5	6	54.5	11
Diğer (yalnız v.b.)	7	38.9	11	61.1	18

Tablo 10'a bakıldığında kendine ait bilgisayarları olan öğrencilerin %60'ının yalnızlık puanlarının ortalama değer üzerinde olduğu görülmektedir. Bunun yanında kendine ait bilgisayarları olmayan öğrencilerinse %42'sinin yalnızlık puanı ortalama değer üzerinde tespit edilmiştir.

Tablo 10: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Bilgisayar Sahibi Olma Durumuna Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Evet	93	40.6	136	59.4	229
Hayır	69	57.9	50	42.1	119

Tablo 11'e bakıldığında yaşadığı yerde internet bağlantısı olan öğrencilerin de %60'ının yalnızlık puanlarının ortalama değer üzerinde olduğu görülmektedir. Bunun yanında yaşadığı yerde internet bağlantısı olmayan öğrencilerinse %37'sinin yalnızlık puanı ortalama değer üzerinde tespit edilmiştir.

Tablo 11: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların Yaşanan Yerde İnternet Bağlantısı Olma Durumuna Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
Evet	109	41.3	154	58.7	263
Hayır	53	63.1	32	36.9	85

Tablo 12'ye bakıldığında 1 saatten az süre internete bağlı kalan öğrenciler içinde yalnızlık puanı ortalama değer üzerinde olanların oranı %44 iken, 1 ila 4 saat internete bağlı kalan öğrenciler içinde yalnızlık puanı ortalama değer üzerinde olanları oranının %58 olduğu görülmektedir.

Tablo 12: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanların İnternete Bağlı Kalma Süresine Göre Dağılımı

	20-66	%	67-80	%	N
1 saatten az	55	56.1	43	43.9	98
1-2 saat	50	41.7	70	58.3	120
3-4 saat	25	41.7	35	58.3	60
5-6 saat	21	50.0	21	50.5	42
7-8 saat	6	46.1	7	53.9	13
9-10 saat	4	44.5	5	55.5	9
11 saat ve üzeri	1	16.7	5	83.3	6

Öğrencilerin Yüksek Yalnızlık Puanları ile Bazı Demografik Bulgular Arasındaki İlişki

Ortalama değerden yüksek olarak tespit edilen yalnızlık puanı üzerinde demografik değişkenlerin bir etkisi olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) sonucunda bölüm, bilgisayar sahibi olup olmama ve yaşanan yerde internet bağlantısı olup olmamasının önemli olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 13'te görüldüğü üzere ortalama değer üzerinde yalnızlık puanı alan öğrencilerin okudukları bölüm, bu puan üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmaktadır.

Tablo 13: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanlar ile Okunan Bölüm Arasındaki İlişki

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F Değeri	Önem Düzeyi
Gruplar arası	36.554	36.554	10.398	0.001
Grup İçi	1216.306	3.515		
Toplam	1252.859			

Tablo 14'te görüldüğü üzere ortalama değer üzerinde yalnızlık puanı alan öğrencilerin aylık gelir düzeyi bu puan üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmaktadır.

Tablo 14: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanlar ile Aylık Gelir Arasındaki İlişki

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F Değeri	Önem Düzeyi
Gruplar arası	101040	101040	11864	1
Grup İçi	2946623	8516		
Toplam	3047664			

Tablo 15'te görüldüğü üzere ortalama değer üzerinde yalnızlık puanı alan öğrencilerin kendilerine ait bilgisayarı olup olmaması, bu puan üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmaktadır.

Tablo 15: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanlar ile Bilgisayar Sahibi Olma Durumu Arasındaki İlişki

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F Değeri	Önem Düzeyi
Gruplar arası	1.993	1.993	8.772	0.003
Grup İçi	78.627	0.227		
Toplam	80.621			

Tablo 16'da görüldüğü üzere ortalama değer üzerinde yalnızlık puanı alan öğrencilerin yaşadıkları yerde internet bağlantısı olup olmaması, bu puan üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmaktadır.

Tablo 16: UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Yüksek Puanlar ile Yaşanan Yerde İnternet Bağlantısı Olma Durumu Arasındaki İlişki

Varyans Kaynağı	Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F Değeri	Önem Düzeyi
Gruplar arası	1.941	1.941	10.366	0.001
Grup İçi	64.806	0.187		
Toplam	66.747			

Sonuç

Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu'nun 3 farklı bölümünde okuyan öğrencilerin yalnızlık düzeylerini ve demografik değişkenlerle ilişkisini belirlemeye yönelik olarak yapılan çalışmada 348 cevaplayıcının 170'i kadın 178'i erkektir. Büyük çoğunluğu 18-23 yaş aralığındadır. 160'ı yaşamının en az 8 senelik kısmını büyük şehirde, 174'ü ise küçük şehir, kasaba veya köyde geçirdiğini belirtmiştir. %87'sinin ebeveynleri sağ ve birliktedir. Sadece 5 öğrencinin her iki ebeveyni de vefat etmiştir. 27'si tek çocuk olduğunu ifade etmiştir. 292 cevaplayıcı ailesiyle, arkadaşlarıyla veya akrabalarıyla evde yaşadığını belirtirken 18 cevaplayıcı yalnız yaşadığını söylemiştir. 85 öğrencinin aylık geliri 300 TL'nin altındadır. Bunun yanında 69 öğrencinin 1000 TL'nin üzerindedir. Bu sonuca göre söz konusu öğrencilerin çalışıyor olduğu düşünülebilir. 229 cevaplayıcının kendine ait bilgisayarı, 263 cevaplayıcının da yaşadığı yerde internet bağlantısı vardır. 130 cevaplayıcı günde en az 3 saat internete bağlandığını ifade etmiştir.

Araştırma sonucuna göre örneklem grubunun ortalama yalnızlık puanı 66.224+/-9.663 olarak tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan 348 öğrencinin 186'sının yani %54'ünün ortalamanın üzerinde yalnızlık puanı aldığı tespit edilmiştir. Yani her 2 öğrenciden 1'i kendini yalnız hissetmektedir. Ağırlama işletmeciliği programındakilerin %45'inin, seyahat işletmeciliği programındakilerin %55'inin ve bankacılık-sigortacılık programındakilerin de %64'ünün ortalamanın üzerinde yalnızlık puanı aldıkları tespit edilmiştir. Bu sonuç daha evvel yapılan çalışmalarda elde edilen verileri desteklemektedir. Cinsiyet açısından bakıldığında kız öğrencilerin %54'ünün, erkek öğrencilerin ise %53'ünün yüksek puan aldığı görülmüştür. Yaş durumuna göre bakıldığında 18-20 yaş aralığındaki 218 öğrenciden 119'unun, 21-23 yaş aralığındaki 106 öğrenciden 54'ünün ve 24 yaş üzerindeki 22 öğrenciden 13'ünün ortalamanın üzerinde yüksek yalnızlık puanı aldığı görülmektedir. Yaşamının en az 8 senesi küçük şehirde geçenlerin %46'sı ve büyük şehirde geçenlerin %60'ı ortalamanın üzerinde yalnızlık puanı almışlardır. Ebeveynleri sağ ve birlikte olan 303 öğrenciden 165'inin yani %55'inin, hem ablası hem ağabeyi olan 28 öğrenciden 18'inin yani %64'ünün ve özel yurttan kalan 6 öğrenciden 5'inin yani %83'ünün ortalamanın üzerinde yalnızlık puanı aldıkları tespit edilmiştir. Kendine ait bilgisayarı olan öğrencilerin %59'u, aynı şekilde yaşadığı yerde internet bağlantısı olan öğrencilerin %59'u ve günde en az 1 saat internete bağlanan öğrencilerin %55'i ortalamanın üzerinde yalnızlık puanı almıştır. Aynı şekilde günde 11 saat ve üzeri süre internete bağlandığını söyleyen 6 öğrenciden 5'inin de yalnızlık puanı ortalamanın üzerindedir.

Ortalamanın üzerinde alınan yalnızlık puanları üzerinde demografik değişkenlerin bir etkisi olup olmadığını belirlemeye yönelik olarak yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda ise okunan bölümün, aylık gelirin, bilgisayar sahibi olmanın ve yaşanan yerde internet bağlantısı olmasının anlamlı farklılık yarattığı görülmüştür. Ağırlama ve seyahat işletmeciliği programları turizm işletmeciliğinin alt bölümleridir. Turizm de hizmet odaklı bir sektör olduğu için kişiler arası ilişkiler büyük önem taşımaktadır. Bu programlarda eğitim gören öğrencilerin sıcakkanlı, girişken ve insanlarla kolay ilişki kurabilen yapıda oldukları ve daha az oranda yüksek yalnızlık puanı aldıkları düşünülebilir. Bunun yanında öğrencinin eline geçen aylık gelir ne kadar düşükse okul saatleri dışında sosyal faaliyetlere ayracağı süre o derece az olacaktır. Bu da onu yalnız kalmaya ve tek başına vakit geçirmeye sevkedecektir. Bu noktada da devreye bilgisayar ve internet girmektedir. Yapılan araştırmalar teknolojiye daha çabuk uyum sağlayan gençlerin uzun süreler boyunca internete bağlı kaldıkları ve sosyalleşme düzeylerinin azaldığını göstermektedir. Vaktini bilgisayar başında, internette gezerek geçiren öğrencinin zamanla arkadaşlarıyla ilişkilerinin zayıflayacağı ve dolayısıyla yalnızlığa düşeceği söylenebilir.

Günümüzde gençler için sosyalleşme chat odaları, sosyal paylaşım siteleri yani internet anlamına gelmektedir. Araştırma sonucunda da görülmüştür ki, 384 cevaplayıcınının 130'u günde 3 saat ve üzeri süre internette vakit geçirmektedir. İnternet cafe, kütüphane veya evde tek başına bir bilgisayar karşısında saatlerini harcayan gençlerin bireysel iletişim becerilerinin gelişmesi, gerçek arkadaşlıklar kurabilmeleri ve var olan ilişkilerini sürdürülebilmeleri günden güne güçleşmektedir. Bu noktada öncelikle ebeveynlere, sonra da eğitmenlere büyük görev düşmektedir. Derslerde ekip çalışmalarına, ders dışında sosyal aktivitelere yönlendirme yaparak gençlerin sosyalleşmelerine destek vermeli, arkadaşlıklarını sanal ortamda değil gerçek yaşamda kurmaları için olanaklar yaratılmalıdır. Böylece şu an için bir zararı olmadığı düşünülen yalnızlık duygularının ileride olumsuz sonuçlara sebebiyet vermesinin önüne geçilebilir.

Kaynakça

- Bilgen, S. (1989). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Bazı Değişkenlerin Uyum Düzeylerine Etkisi?*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Bilgi, A. (2005). *Bilgisayar Oyunu Oynayan ve Oynamayan İlköğretim Öğrencilerinin Saldırganlık, Depresyon ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Buluş, M. (1996). *Ergen Öğrencilerde Denetim Odağı ve Yalnızlık Düzeyi İlişkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

- Buluş, M. (1997). "Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık", *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 3, ss. 82-90.
- Cutrona, C.E. (1982). *Transition to change: Loneliness and the Process of Social Adjustment*, In Ed. L.A. Peplau and D. Perlman, *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory Research and Therapy*, ss. 291-309, New York: Wiley.
- Çeçen, A.R. (2007). "Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Yaşam Doyumu Düzeylerine Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi", *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), ss.180-190.
- Çeçen, A.R. (2008). "Öğrencilerin Cinsiyetlerine ve Anababa Tutum Algılarına Göre Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi", *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), ss. 415-431.
- Demir, A. (1989). "UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirliği", *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(23), ss. 14-18.
- Demir, A. (1990). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler*, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Doğan, T., Çetin, B. ve Sungur, M.Z. (2009). "İş Yaşamında Yalnızlık Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, ss. 271-277.
- Gierveld, J. (1987). "Developing and Testing a Model of Loneliness", *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, ss. 119-128.
- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S. ve Deniz, M.E. (2009). "Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi Öğrencilerinde Yalnızlık Düzeyi ile İlgili Bir Çalışma", *Marmara Medical Journal*, 22(1), ss. 19-26.
- Kılınç, H. (2005). *Ergenlerin Yalnızlık Düzeyleri ve Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kılınç, H. ve Sevim, S.A. (2005). "Ergenlerde Yalnızlık ve Bilişsel Çarpıtmalar", *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), ss.67-89.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Le Roux, A. ve Connors, J. (2001). "A Cross-Cultural Study Into Loneliness Amongst University Students", *South African Journal of Psychology*, 31, ss. 46-57.
- Medore, N. Woodward, J.C. Ve Larson, J. (1987). "Adolescent Loneliness: A Cross-Cultural Comparison of American and Asian Indians", *International Journal of Comparative Sociology*, 21, ss. 391-402.
- Peplau, L.A. Ve Perlman, D. (1982). *Perspectives on Loneliness*, In Ed. L.A. Peplau and D. Perlman, *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory Research and Therapy*, ss. 206-223, New York: Wiley.
- Russell, D. (1996). "The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity and Factor Structure", *Journal of Personality Assessment*, 66, ss.20-40.
- 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, ss. 472-480.
- Russell, D., Peplau, L.A. ve Ferguson, M.L. (1978). "Developing a Measure of Loneliness", *Journal of Personality Assessment*, 42, ss. 290-294.

- Saraçoğlu, Y. (2000). *Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Schumaker, J.F. (1993). *Adolescence an Introduction*. Brown and Benmarck Pub. Wisconsin.
- Sinclair, S.L., ve Nelson, E.S. (1998). "The impact of parental divorce on college students' intimate relationships and relationship beliefs", *Journal of Divorce and Remarriage*, 29 (1/2), ss. 103-129.
- Taylor, S.E., Peplau, L.A. Ve Sears, D.O. (1994). *Social Psychology* (8th ed.), Eglewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Yaparel, R. (1984). *Sosyal İlişkilerde Başarı ve Başarısızlık Nedenlerinin Algılanması ile Yalnızlık Arasındaki Bağlantı*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yıldırım, M. (2007). *Şiddete Başvuran ve Başvurmayan Ergenlerin Yalnızlık Düzeyleri ve Akran Baskısı Düzeyleri Açısından İncelenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana.