



**AKSARAY ÜNİVERSİTESİ**

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**BELİREN YETİŞKİNLERİN PSİKOLOJİK BELİRTİLERİ  
İLE YABANCILAŞMA ALGILARI ARASINDAKİ  
YORDAYICI İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**MEHMET EMİN ÖZKARA**

**DANIŞMAN**

**PROF. DR. REZZAN GÜNDOĞDU**

**AKSARAY- 2024**



**AKSARAY ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**BELİREN YETİŞKİNLERİN PSİKOLOJİK BELİRTİLERİ  
İLE YABANCILAŞMA ALGILARI ARASINDAKİ  
YORDAYICI İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**MEHMET EMİN ÖZKARA**

**DANIŞMAN : Prof. Dr. REZZAN GÜNDOĞDU**

**JÜRİ ÜYESİ : Prof. Dr. ÜMİT MORSÜNBÜL**

**JÜRİ ÜYESİ : Prof. Dr. ZEYNEP KARATAŞ**

**AKSARAY- 2024**

## TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren 6 (altı) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

### YAZARIN

Adı : Mehmet Emin

Soyadı : ÖZKARA

Bölümü : Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

İmza :

Teslim tarihi :

### TEZİN

Türkçe Adı : Beliren Yetişkinlerin Psikolojik Belirtileri ile Yabancılaşma Algıları Arasındaki Yordayıcı İlişkilerin İncelenmesi

İngilizce Adı : Examining the Predictive Relationships Between Emerging Adults' Psychological Symptoms and Perceptions of Alienation

## ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı: Mehmet Emin ÖZKARA

İmza: .....

**T.C.**  
**AKSARAY ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**JÜRİ ONAY SAYFASI**

Mehmet Emin ÖZKARA tarafından hazırlanan “Beliren Yetişkinlerin Psikolojik Belirtileri ile Yabancılaşma Algıları Arasındaki Yordayıcı İlişkilerin İncelenmesi” başlıklı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Aksaray Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans / Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

**Danışman:** Prof. Dr. Rezzan GÜNDOĞ DU

İmza

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Aksaray Üniversitesi

.....

**Üye:** Prof. Dr. Ümit MORSÜNBÜL

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Aksaray Üniversitesi

.....

**Üye:** Prof. Dr. Zeynep KARATAŞ

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi

.....

Tez Savunma Tarihi: 06/09/2024

Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun .....tarih ve  
..... sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Prof. Dr. Aybala ÇAYIR

İmza

## TEŞEKKÜR

Heyecanla, istekle, coşkuyla başladığım yüksek lisans sürecime öğrenerek, büyüyerek, anlayarak ve daha farkında olarak sonuna gelmiş bulunuyorum. Tezimi yazarken kendi içinde bulunduğum gelişim dönemi özelliklerini merak ederek başladığım bu yolculukta yine kendi deneyimlediğim ve sıradan zannettiğim olaylara akademik çerçeveden bakma imkanım oldu. Gerek tez konusu seçiminde gerek tüm tez süreci boyunca vaktini, emeğini, bilgi ve tecrübesini bana ayıran saygıdeğer hocam Prof. Dr. Rezzan GÜNDOĞDU'ya,

Yüksek lisans süreci boyunca bana psikolojik danışman olma cesaretini yeniden hatırlatan, her düşüğümde bilgisiyle, sevgisiyle beni tekrardan sürecin içinde tutan kıymetli hocam Dr. Öğr. Üyesi Ekrem Sedat ŞAHİN'e,

Tez savunmam esnasında yaptıkları yapıcı eleştiriler ve sundukları bakış açılarıyla tezimi daha iyi hale getirmeme vesile olan Prof. Dr. Ümit MORSÜNBÜL ve Prof. Dr. Zeynep KARATAŞ'a

Tüm eğitim öğretim sürecimde şefkatini, güvenini, desteğini hep yanımda hissettiğim canım annem ve babam başta olmak üzere Sena ve Ömer'e,

Hayatımın bu zorlu döneminde yaşamıma girip beni yeniden sevmeye, güvenmeye inandıran yanında huzur bulduğum ve ömrümün sonuna kadar yanımda olmasını istediğim eşim Keziban'a,

Bu süreçte desteklerini hep hissettiğim İsmail ve Osman başta olmak üzere diğer tüm arkadaşlarıma,

Teşekkürü bir borç bilirim.

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı beliren yetişkinlerde yabancılaşma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın çalışma grubu Aksaray Üniversitesinde öğrenim gören 18-26 yaş arasında 502 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile yapılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Kısa Semptomlar Envanteri ve Yabancılaşma Algısı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın istatistiki analizi SPSS programı ile yapılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde T Testi, Anova, Pearson Korelasyon ve Basit Doğrusal Regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, anne baba birliktelik durumu ve anne eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde fark göstermezken algılanan gelir düzeyi ve baba eğitim düzeyi açısından anlamlı fark gösterdiği görülmüştür. Korelasyon sonuçlarına göre; psikolojik belirtilerin güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre; psikolojik belirtilerin güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgiyi yordadığı saptanmıştır. Son olarak araştırmanın bulguları ışığında mevcut literatürle tartışılarak araştırmacılara ve uygulayıcılara önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Beliren yetişkinlik, yabancılaşma, psikolojik belirtiler

**Bilim Kodu:** 10906

**Sayfa Adedi:** 95

**Yazar:** Mehmet Emin ÖZKARA

**Danışman:** Prof. Dr. Rezzan GÜNDOĞDU

## **ABSTRACT**

The purpose of this study is to examine the relationship between alienation and psychological symptoms in emerging adults. The study group of the research consists of 502 students between the ages of 18-26 studying at Aksaray University. The research was conducted with the relational scanning model. Personal Information Form, Brief Symptoms Inventory and Alienation Perception Scale were used as data collection tools in the study. Statistical analysis of the research was done with the SPSS program. T Test, Anova, Pearson Correlation and Simple Linear Regression analysis were used to analyze the data. According to the findings obtained from the research, while the perception of alienation in emerging adults does not differ significantly according to gender, age, grade level, parental union status and mother's education level, it is seen that it differs significantly in terms of perceived income level and father's education level. According to the correlation results; a positive significant relationship was determined between psychological symptoms of powerlessness, normlessness, meaninglessness, low self-awareness and low social interest. According to the regression analysis results; it was determined that psychological symptoms predicted powerlessness, normlessness, meaninglessness, awareness and social interest. Finally, in the light of the findings of the study, suggestions were made to researchers and practitioners by discussing them with the existing literature.

**Key Words:** Emerging adulthood, alienation, psychological symptoms

**Science Code:** 10906

**Page Number:** 95

**Author:** Mehmet Emin ÖZKARA

**Supervisor:** Prof. Dr. Rezzan GÜNDOĞDU

## İÇİNDEKİLER

|                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------|-----|
| TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU .....                 | i   |
| ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....                           | ii  |
| JÜRİ ONAY SAYFASI .....                                      | iii |
| TEŞEKKÜR .....                                               | iv  |
| ÖZET .....                                                   | v   |
| ABSTRACT.....                                                | vi  |
| İÇİNDEKİLER .....                                            | vii |
| TABLolar LİSTESİ.....                                        | x   |
| SİMGELER VE KISALTMALAR .....                                | xii |
| BİRİNCİ BÖLÜM .....                                          | 1   |
| GİRİŞ .....                                                  | 1   |
| 1.1. Problem Durumu .....                                    | 1   |
| 1.2. Araştırmanın Amacı .....                                | 3   |
| 1.2.1. Araştırmanın Alt Problemleri .....                    | 3   |
| 1.3. Araştırmanın Önemi .....                                | 4   |
| 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları .....                       | 5   |
| İKİNCİ BÖLÜM.....                                            | 7   |
| KURAMSAL ÇERÇEVE.....                                        | 7   |
| 2.1. Beliren Yetişkinliğe Genel Bakış .....                  | 7   |
| 2.2. Beliren Yetişkinlik Dönemi Gelişimsel Özellikleri ..... | 10  |
| 2.2.1 Kimlik Arayışı Dönemi .....                            | 10  |
| 2.2.2 Değişkenlik Dönemi .....                               | 11  |
| 2.2.3. Kendine Odaklanma Dönemi .....                        | 12  |
| 2.2.4. Arada Hissetme Dönemi.....                            | 13  |
| 2.2.5. Olasılıklar ve Fırsat Dönemi.....                     | 13  |
| 2.3. Yabancılaşma .....                                      | 14  |
| 2.4. Psikolojik Belirtiler .....                             | 19  |

|                                                                                                        |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.4.1. Depresyon.....                                                                                  | 19        |
| 2.4.2. Anksiyete.....                                                                                  | 22        |
| 2.4.3. Olumsuz Benlik.....                                                                             | 24        |
| 2.4.4. Düşmanlık (Hostilite).....                                                                      | 25        |
| 2.4.5. Somatizasyon.....                                                                               | 26        |
| 2.5. Konuyla İlgili Araştırmalar.....                                                                  | 26        |
| 2.5.1. Konuyla İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar.....                                           | 26        |
| 2.5.2. Konuyla İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar.....                                          | 28        |
| <b>ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....</b>                                                                               | <b>30</b> |
| <b>YÖNTEM.....</b>                                                                                     | <b>30</b> |
| 3.1. Araştırma Modeli.....                                                                             | 30        |
| 3.2. Araştırma Grubu.....                                                                              | 30        |
| 3.3. Veri Toplama Araçları.....                                                                        | 32        |
| 3.3.1 Kişisel Bilgi Formu (KBF).....                                                                   | 32        |
| 3.3.2. Kısa Semptomlar Envanteri (KSE).....                                                            | 32        |
| 3.3.3. Yabancılaşma Algısı Ölçeği (YAÖ).....                                                           | 33        |
| 3.4. Veri Toplam Süreci.....                                                                           | 34        |
| 3.5. Verilerin Analizi.....                                                                            | 34        |
| <b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....</b>                                                                             | <b>36</b> |
| <b>BULGULAR.....</b>                                                                                   | <b>36</b> |
| 4.1. Beliren Yetişkinlerde Yabancılaşma Algısı ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki..... | 36        |
| 4.2. Beliren Yetişkinlerde Yabancılaşma Algısı ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki.....        | 40        |
| <b>BEŞİNCİ BÖLÜM.....</b>                                                                              | <b>47</b> |
| <b>TARTIŞMA.....</b>                                                                                   | <b>47</b> |
| 5.1. Yabancılaşmanın Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi.....                                 | 47        |
| 5.2. Yabancılaşmanın Psikolojik Belirtiler Açısından İncelenmesi.....                                  | 50        |
| <b>ALTINCI BÖLÜM.....</b>                                                                              | <b>56</b> |
| <b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>                                                                          | <b>56</b> |
| 6.1. Sonuç.....                                                                                        | 56        |
| 6.2. Öneriler.....                                                                                     | 57        |
| <b>KAYNAKÇA.....</b>                                                                                   | <b>59</b> |
| <b>EKLER.....</b>                                                                                      | <b>74</b> |

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| EK 1. Kişisel Bilgi Formu.....         | 74 |
| EK 2. Kısa Semtomlar Envanteri .....   | 75 |
| EK 3. Yabancılaşma Algısı Ölçeği ..... | 77 |
| EK 4. Etik Kurul Kararı .....          | 78 |
| EK 5. Tez Değerlendirme Formu .....    | 79 |



## TABLÖLAR LİSTESİ

|                                                                                                                                                            |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tablo 1.</b> Katılımcılara İlişkin Demografik Değişkenler.....                                                                                          | 31 |
| <b>Tablo 2.</b> Yabancılaşma Algısı Ölçeği ve Kısa Semptomlar Envanteri Puanlarına Ait<br>Betimsel Değerler .....                                          | 35 |
| <b>Tablo 3.</b> Yabancılaşma Algısının Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonuçları.....                                                                    | 36 |
| <b>Tablo 4.</b> Yabancılaşma Algısının Yaş Değişkenine Göre ANOVA Testi Sonuçları .....                                                                    | 37 |
| <b>Tablo 5.</b> Yabancılaşma Algısının Sınıf Düzeylerine Göre ANOVA Testi Sonuçları.....                                                                   | 37 |
| <b>Tablo 6.</b> Yabancılaşma Algısının Algılanan Gelir Düzeylerine Göre ANOVA Testi<br>Sonuçları .....                                                     | 37 |
| <b>Tablo 7.</b> Yabancılaşma Algısının Algılanan Gelir Düzeylerine Göre POST HOC Testi<br>Sonuçları .....                                                  | 38 |
| <b>Tablo 8.</b> Yabancılaşma Algısının Anne Baba Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları<br>.....                                                      | 38 |
| <b>Tablo 9.</b> Yabancılaşma Algısının Anne Eğitim Düzeylerine Göre ANOVA Testi Sonuçları<br>.....                                                         | 39 |
| <b>Tablo 10.</b> Yabancılaşma Algısının Baba Eğitim Düzeylerine Göre ANOVA Testi<br>Sonuçları .....                                                        | 39 |
| <b>Tablo 11.</b> Yabancılaşma Algısının Baba Eğitim Düzeylerine Göre POST HOC Testi<br>Sonuçları .....                                                     | 40 |
| <b>Tablo 12.</b> Beliren Yetişkinlerin Yabancılaşma Algıları ile Psikolojik Belirti Puanları<br>Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Katsayısı..... | 41 |
| <b>Tablo 13.</b> Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyi ile Güçsüzlük Puanları<br>Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları .....       | 42 |
| <b>Tablo 14.</b> Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyi ile Normsuzluk Puanları<br>Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları .....      | 43 |

|                                                                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tablo 15.</b> Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyleri ile Anlamsızlık Puanları<br>Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları .....               | 44 |
| <b>Tablo 16.</b> Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyleri ile Düşük Kişisel Farkındalık<br>Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları ..... | 45 |
| <b>Tablo 17.</b> Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyleri ile Düşük Sosyal İlgililik<br>Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları .....    | 46 |



## SİMGELER VE KISALTMALAR

|              |                                             |
|--------------|---------------------------------------------|
| <b>AFA:</b>  | Açımlayıcı Faktör Analizi                   |
| <b>Akt:</b>  | Aktaran                                     |
| <b>APA:</b>  | American Psychological Association          |
| <b>YAÖ:</b>  | Yabancılaşma Algısı Ölçeği                  |
| <b>Çev:</b>  | Çeviren                                     |
| <b>DFA:</b>  | Doğrulayıcı Faktör Analizi                  |
| <b>Ed:</b>   | Editör                                      |
| <b>KBF:</b>  | Kişisel Bilgi Formu                         |
| <b>KSE:</b>  | Kısa Semptomlar Envanteri                   |
| <b>SPSS:</b> | Statistical Package for the Social Sciences |
| <b>TÜİK:</b> | Türkiye İstatistik Kurumu                   |

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde; problem durumu, araştırmanın amacı ve önemi anlatılmaktadır. Ayrıca varsayımlar, sınırlılıklar ve tanımlar alt başlıklar şeklinde yer alacaktır.

### 1.1. Problem Durumu

İnsan yaşamının gelişim evrelerine bakıldığında doğduğu andan itibaren ölümüne kadar olan süreçte birçok gelişim döneminden geçmektedir. Birey bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık gibi birçok evreden geçerken her gelişim döneminin kendine has özellikleri, yerine getirilmesi gereken gelişim görevleri bulunmaktadır. Bu dönemlere bakıldığında bazı gelişim dönemlerinin özellikleri, sınırları ve ödevleri çok net şekilde belliyken özellikle ergenlik ve yetişkinlik arasında gelişim görevlerinin zaman zaman birbirine karıştığı, sınırların net bir şekilde bazı konularda çizilemediği görülmektedir. Ergenlikten yetişkinliğe geçiş süreci birçok kuram tarafından da açıklanmaya çalışılmıştır. Erikson Psikososyal Gelişim Kuramıyla bu geçiş sürecini açıklarken Levinson Yaşam Yapısı Kuramı, Bühler Yaşamın Akışı Kuramı, Arnett Beliren Yetişkinlik Kuramı ile açıklamıştır (Atak vd., 2016). Jeffer Arnett tarafından ortaya koyulan beliren yetişkinlik için yaş aralığı 18-25 arasını kapsarken son yıllarda yaptığı araştırmalarda bu yaş aralığının otuzlu yaşlara kadar uzadığını söylemektedir (Arnett, 2014). Bu dönem içerisinde bireyler kimlik arayışının yoğunlaştığı, değişkenliklerin olduğu, diğer gelişim dönemlerine nazaran kendine daha fazla odaklandıkları ve birçok konuda kendilerini arada hissettikleri bir dönemdir. Bu dönemde birey kendine ne tam olarak ergen gibi ne de yetişkin bir birey gibi hissetmektedir. Bu dönemde birey iş, aşk ve dünya görüşü ekseninde birçok seçeneği değerlendirdiği ama çok az konuda bir şeyleri netleştirdiği değişkenlik dönemidir (Arnett, 2000). Beliren yetişkin bu dönem içerisinde özellikle iş konusunda önünde birçok fırsat ve olanağın olduğu bir dönemdir. Hem yurtdışında hem de Türkiye’de öğrenimine devam eden beliren yetişkinler arasında bu kişilerin yaşadıkları sorunlar mezuniyet sonrasında yaşanan

kaygı, gelecek kaygısı ve kariyerleriyle ilgili yaşadıkları kararsızlıklar olarak gösterilmektedir (Lucas & Berkel, 2005; Şahin vd., 2009; Dursun ve Aytaç, 2012). Yaşamda verilecek önemli kararlardan biri olan iş durumuyla ilgili yaşanan birçok belirsizlik, çok fazla seçeneğin olması ve kontrolün tamamen kişinin elinde olmamasından dolayı bireyin geleceğine ilişkin düşük kontrol duygusuna sahip olup güçsüzlüğünü hissetmesi kişinin kendisine yabancılaşmasına sebep olabilir. Aynı zamanda beliren yetişkinlik dönemi fırsatlarla dolu bir dönem olmasının yanı sıra bu dönem içerisinde ekonomik problemler, yeni bir çevreye uyum sağlama, yakın ilişkileri başlatmak ve devam ettirmek, umutsuzluk ve yalnızlık gibi problemlerle de uğraşırlar (Parmaksız, 2008). Özellikle bu problemlerle uğraşan beliren yetişkinlerin sosyal anlamda yabancılaşması beklenebilir.

Yabancılaşma ise sosyoloji, psikoloji, felsefe, iktisat ve hukuk başta olmak üzere birçok farklı disiplin tarafından incelenen bir kavramdır. Hegel felsefi anlamda yabancılaşmayı incelerken, Marx kültürel ve toplumsal anlamda, Durkheim, Simmel ve Seeman sosyolojik anlamda, Freud, Horney, Fromm ve Frankl psikolojik anlamda yabancılaşma üzerinde araştırmalar yapmışlardır.

Seeman (1959) birçok alanda kullanılan yabancılaşma kavramını boyutlara ayırarak incelemiştir. Güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık duygusu, kendine yabancılaşma ve yalıtılmışlık olmak üzere beş ayrı boyutta yabancılaşmayı incelemiştir. Güçsüzlük, bireyin hayatında olup biten şeyler üzerinde etkin bir şekilde rol alamamasıdır. Geleceğe yönelik olarak düşük kontrol duygusu ve iç denetim odağının düşük olması güçsüzlükle açıklanır. Normsuzluk, toplumsal yaşamı düzenleyen kuralların etkililiğine inanmayan, değer, örf ve adetlerin bireyin yaşamında herhangi bir öneminin olmaması olarak açıklanır. Anlamsızlık, bireyin neye inanacağı konusunda kararsızlık yaşaması, yaşadığı toplum içerisinde insanlar tarafından yapılan eylemleri anlamlandıramamasıdır. Kendine yabancılaşma, bireyin yaşamında yaptığı eylemlerin haz almaktan çok sadece eylemin sonucuna göre hareket etmesi ve bunun rutin haline gelmesi olarak açıklanır. Son olarak yalıtılmışlık ise toplum tarafından önemli görülen şeylerin birey nezdinde bir karşılığının olmaması ve bunun neticesinde bireyin toplumdan yalıtılmış bir hale gelmesi olarak açıklanır.

Beliren yetişkinlik döneminde birey iş, aşk ve dünya görüşü başta olmak üzere hayatının geri kalanını önemli derecede etkileyecek birçok konuda karar alması gereken belirsizliklerle dolu bir dönemi yaşar. Bu dönemde geleceğini inşa ederken yabancılaşan beliren yetişkin umutsuzluk ve bitkinlik yaşadığı depresyon ve belirsizlikler içerisinde hissettiği kaygı gibi psikolojik belirtileri yaşayabilir. Freedman & Wilson (1964) ve Halleck

(1967) yabancılaşan bireylerin şiddetli derecede depresyona varan sonuçları olduğunu ileri sürerken, Tolor & Leblanc (1971) ve Sexton (1983) yabancılaşmış kişilerin kaygılı olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Bu bilgilerden hareketle beliren yetişkinlik döneminde yaşanan birçok problem yabancılaşmayı getirebileceği bununla beraber psikolojik belirtilerin artabileceği düşünülebilir. Bu düşüncenin bilimsel manada bir geçerliliğinin olup olmadığı bilinmemektedir. Bu hipotezi sınamak hem araştırmacılara hem de alan yazınına katkı sağlayabilir. Yabancılaşma ile ilgili çalışmaların çok büyük bir çoğunluğunu ergenlik dönemi oluştururken (Freedman & Wilson, 1964; Halleck, 1967; Lee & Lee, 2002; La Course vd., 2003; Lee, 2007; Rayce vd., 2009; Coşkun ve Altay, 2009; Cho & Lee, 2010; Savaya vd., 2023) beliren yetişkinlik ve yetişkinlik dönemi ile ilgili çalışmalar oldukça nadirdir. Beliren yetişkinlik dönemi ile araştırmanın değişkenleri ayrı ayrı ele alınmış olsa da psikolojik belirtiler ve yabancılaşmanın birlikte incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Beliren yetişkinlik döneminde psikolojik belirtilerin yabancılaşma algısı üzerindeki etkisini araştırmak alan yazınına katkı sağlayabilir. Yurt içinde yapılan bilimsel araştırmalarda bakıldığında bu ilişkiyi araştıran çalışmalar ortaya koyulmamıştır. Bu bağlamda bu araştırmada beliren yetişkinlerin yabancılaşma algısı ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı belirlenmesi amaçlanmaktadır.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmada beliren yetişkinleri demografik özellikler açısından yabancılaşma düzeylerinin incelenmesi ve ayrıca beliren yetişkinlerin yabancılaşma algıları ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı belirlenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki alt problemler şu şekildedir:

### **1.2.1. Araştırmanın Alt Problemleri**

1. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı sosyodemografik değişkenler (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi, anne baba birliktelik durumu, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi) açısından anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
2. Beliren yetişkinlerde psikolojik belirtiler normsuzluk düzeyini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

3. Beliren yetişkinlerde psikolojik belirtiler anlamsızlık düzeyini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
4. Beliren yetişkinlerde psikolojik belirtiler düşük kişisel farkındalık düzeyini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
5. Beliren yetişkinlerde psikolojik belirtiler düşük sosyal ilgi düzeyini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Türkiye’de gençlerin sayısı toplam nüfus içerisinde %15.2’lere tekabül etmektedir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2022). Bunlar arasından beliren yetişkin grubun oranı ise yaklaşık %12 civarındadır. Türkiye Gençlik Araştırması sonucuna göre 18-25 yaş arasında bulunan gençlerin %66,9’u düzenli bir gelirler sahibi değilken ekonomik açıdan ailelerine bağlı bir şekilde yaşamaktadır. Çalışmaya katılan gençlerin de %58,4’ü aileleriyle yaşamaya devam etmektedir (Çağlar ve Çağlar, 2021). Yine Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre kadınlarda evlenme yaşı 2001 yılında 22,2 iken 2021 yılında bu yaş 25,4, erkeklerde 2001 yılında evlenme yaşı 25,5 iken 2021 yılında 28,1’e yükselmiştir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2022). Türkiye’de ne eğitime ne de istihdama devam eden gençlerin oranı %33,6 ile diğer Avrupa ülkeleri ile kıyaslandığında birinci sırada yer alır (Eurostat, 2021). Bu bilgiler ışığında yetişkin olmanın gereklilikleri olan iş, eş ve ebeveyn olma gibi rollerin ertelendiği görülmektedir. Dolayısıyla yetişkinliğe adım atma sürecinin geçmişe oranla daha karmaşık ve zor bir hale geldiği görülmektedir. Tüm bu sebeplerden dolayı 18-26 yaş aralığında yetişkinliğe geçme sürecindeki bireylerin anlaşılması ve bu yönde destek sağlanması önemli olabilir.

Hayatının geri kalan kısmını önemli ölçüde etkileyecek olan kararların alındığı bu dönemde bireyin kendisine, çevresine ve yaşadığı topluma yabancılaştığında bunun sonucunda doğacak olan psikolojik belirtilerin araştırılması önemli olabilir.

Türkiye’de yabancılaşmayla ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında büyük bir çoğunluğunun belirli bir yön belirterek yabancılaşmayı incelemiştir. Ebevenyne yabancılaşma (Torun, 2011; Güler, 2017; Toker ve Şakiroğlu, 2019), işe yabancılaşma (Ufuk ve Serçeoğlu, 2013; Tokmak, 2014; Turgut ve Kalafatoğlu, 2016), öğretmenliğe yabancılaşma (Şimşek vd., 2012; Atmaca, 2020) gibi daha çok spesifik alanlarda yabancılaşmaya bakılmıştır. Bu konu farklı alanlar tarafından ele alınsa da toplumsal yönü

ağır basan çalışmalar yapılırken birey boyutunda yabancılaşma çok az ele alınmıştır ve bu yüzden birey boyutundan yabancılaşmaya bakmak önemli olabilir.

#### 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmanın sonuçları “Yabancılaşma Algısı Ölçeği” ve “Kısa Semptomlar Envanteri” ile elde edilmiş bilgilerle sınırlıdır.
2. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgular Aksaray Üniversitesi’nin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerle sınırlıdır.

#### 1.5. Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırma sonucunda ulaşılan örneklemin araştırma evrenini temsil ettiği varsayılmaktadır.
2. Araştırmanın uygulandığı gruptaki her bir kişinin ölçek maddelerini dürüst, samimi ve içten bir şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.

#### 1.6. Tanımlar

**Beliren Yetişkinlik:** Bireyin ergenlik dönemi ile yetişkinlik dönemi arasında yaşamış olduğu, kendisini ne yetişkin gibi ne de yetişkin gibi hissettiği bireyin arada kaldığı dönem olarak ifade edilebilir. Arnett (2000) tarafından ortaya koyulan kavram 18-29 yaş arasında bireyleri ifade etmektedir. Evrensel bir gelişimsel dönem olmayan beliren yetişkinlik kültürden kültüre farklı yaş aralığında ve farklı bölgelerde görülmektedir. Türkiye’de yapılan araştırmalarda da 19-26 yaş aralığında bireylerin beliren yetişkinlik özellikleri gösterdiği belirtilmiştir (Atak, 2005).

**Yabancılaşma:** Birçok farklı disiplin tarafından ele alınan yabancılaşma hakkında tek bir tanım bulmak oldukça zordur. Yabancılaşmayı belirli boyutlara ayırarak en geniş şekilde Seeman ele almıştır. Hayatın doğal akışı üzerinde yaşamın getirmiş olduğu zorluklara aşamayacağına yönelik inancı olan, toplumsal yaşamı düzenleyen kuralların etkililiğine inanmayan, yaşamı içerisinde yaptığı davranışları anlamlandıramayan, kendinden uzaklaşarak yaptığı eylemleri sadece yapmış olmak için yapan ve bu eylemlerden herhangi bir haz duymayan kimseyi yabancılaşmış birey olarak tanımlayabiliriz.

**Psikolojik Belirtiler:** Ruh sağlığı probleminin işareti veya bireylerin ruh sağlığı durumunu olumsuz yönde etkileyen durumların bütününe psikolojik belirtiler denir (Özer, 2020).

Psikolojik belirtileri Amerikan Psikiyatri Birliği; bireyin davranışlarında, bilişinde, duygularını düzenleme de bozulmalar gözlenmesini, kişinin toplumsal, mesleki ve kişisel yaşamındaki işlevinin bozulmasına sebep olduğunu söylemektedir (Diagnostic and statistical manual of mental disorders [DSM], 2013).



## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. Beliren Yetişkinliğe Genel Bakış

İnsan hayatının gelişim evrelerine baktığımız zaman bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemi olarak ayrılırken son yıllarda Jeffer Arnett'in yapmış olduğu çalışmalarla yeni bir gelişim evresinin varlığından bahsedilmiştir. Bu evre beliren yetişkinlik (*emerging adulthood*) dönemi olarak adlandırılmış olup ergenlik ve genç yetişkinlik arasında konumlanan kendine has gelişim görevleri olan 19-25 yaş arasını kapsayan bir gelişim evresi olarak ele alınmaktadır (Arnett, 2000). Arnett'in yapmış olduğu son çalışmalarda ise beliren yetişkinlik yaş süresi 18-29 yaş arasına uzadığından bahsetmektedir (Arnett, 2014). Beliren yetişkinlik her kültürde ve her toplumda değişmez ve evrensel olarak görülen bir yaşam evresi değildir. Bireye kendi başına davranmanın müsaade edildiği, bağımsızlığına önem veren kültürlerin içerisinde bu dönemi görmekteyiz (Arnett 2000; 2003). Türkiye'de ise beliren yetişkinlik üzerine yapılan çalışmalar sonucunda da bu dönemdeki yaş süresi 19-26 arasında olduğu ortaya koyulmuştur (Atak, 2005).

21. yüzyıla kadar olan süre zarfında birçok araştırmaya göre yetişkinliğe geçişin ölçütleri olarak; anne baba olma, okulu bitirme, devamlı bir işte çalışma, evden ayrılmak ve evlenmek olduğunu görmekteyiz. Ancak günümüze geldiğimizde gençlerin bu yaşam rollerini o kadar da önemsemediği onlar için yetişkin olmanın koşulları; kendi başına kararlar almak, ekonomik olarak bağımsız olabilmek ve kendi yaşamının sorumluluğunu almak olarak karşımıza çıkmaktadır (Shanahan vd., 2005).

Dönem olarak beliren yetişkinliğin ortaya çıkmasında birçok faktör bulunmaktadır. Bunlardan en önemlisi ise çocuk sahibi olma ve evlilik yaşındaki yükseliştir (Arnett, 2000). Amerika'da doğum kontrol haplarının ortaya çıkışı ve yaygınlaşması ile beraber 1960 ve 1970'lerde ortaya çıkan cinsel devrimle beraber cinsin anlamda özgürleşen gençlerin cinsel ilişki için evliliğin şart olmadığını düşünmeye başlamışlardır. Dolayısıyla evlenme yaşı 1950'lerde erkeklerde 22, kadınlarda 20 iken 2000'lere gelindiğinde erkekler için evlenme yaşı 27 olurken kadınlar için 25 olmuştur (Arnett, 2000). Türkiye'de ise (Türkiye İstatistik

Kurumu, 2022)'e göre 2001 yılında erkekler için ilk evlenme yaşı 25,5 kadınlar için ise 22,2 iken 2021 yılı verilerine baktığımız zaman da erkekler için ilk evlenme yaşı 28,1 kadınlar için ise 25,4 olmuştur.

Ortalama evlilik yaşındaki yükselmeye sebep olan durumlardan bir tanesi de eğitim süresindeki uzamadan kaynaklanmaktadır. Amerika'da lise bitiminden sonra üniversiteye geçen kişi sayısı yükselmekte bunun sonucunda da çocuk sahibi olmak ve evlenmek gibi yükümlülüklerin okul sonuna kadar ertelenmektedir (Arnett, 2014). Türkiye'de oranlara bakıldığında ise (Türkiye İstatistik Kurumu, 2022)'e göre en az üniversite mezunu 25 ve üzeri yaştaki nüfusun toplam nüfus içerisinde 2008 yılında oranı %9,8 iken 2022 yılında bu oranın %23,9'a çıktığı görülmektedir. Türkiye'de beliren yetişkinliğin bir dönem olarak yaşanmasının en önemli sebeplerinden birisi olarak eğitime devam eden nüfus oranındaki artış gösterilebilir. Bunun sonucunda da Türkiye'de beliren yetişkinler eğitime devam ettikçe yetişkin sorumluluklarını almakta gecikmektedirler.

Beliren yetişkinlik dönemini içinde bulunduğu kültürel bağlamdan ayırıştırıp bakamayız. Bu dönem evrensel bir insan gelişim dönemi değildir. Sadece bazı kültürler içerisinde yer alan ve belirli şartlarda ortaya çıkan bir yaşam dönemidir. Kültürel açıdan değerlendirildiğinde beliren yetişkinlik için gerekli olan ilk şey; çocuk sahibi olmanın ve evlenme yaşının yirmili yaşların sonu veya daha ileri yaşlara doğru ilerlemesidir (Arnett, 2000; 2014). Bu özelliği içinde barındıran kültürlerde büyük bir ihtimalle bu dönemin varlığından söz edilebilir. İkinci olarak da bu dönemin dünyadaki tüm beliren yetişkin yaş aralığında olan herkeste görülmediği sadece yetişkin rollerinin ötelenmesine müsaade eden kültürlerde ortaya çıkan bir yaşam dönemidir (Arnett, 2000; Nelson, 2003). Dolayısıyla beliren yetişkinlik çoğunlukla sanayileşmiş batı toplumlarıyla birlikte Güney Kore, Japonya gibi belirli bazı Asya ülkelerinde ortaya çıkmaktadır (Arnett & Galambos, 2003). Yapılan çalışmalar incelendiğinde Amerika'da beliren yetişkinlik yaşının 18-25 arasında olduğu ortaya koyulmuştur (Arnett, 2014). Çin'de ekonomin hızla büyümesinin sonucunda yeni bir orta sınıf ortaya çıkardığı ve beliren yetişkinliğin Çin'de de meydana geldiği görülmüştür (Nelson & Chen, 2007). Arjantin'de de beliren yetişkinliğin yaş aralığının 25-27 olduğu bulunmuştur (Facio vd., 2007). Amerika'da da Mormon topluluğunun içerisinde ise bu dönemin yaş sınırının 18-20 olduğu bulunmuştur (Nelson, 2003). Türkiye'de ise Atak (2005)'in yaptığı bir çalışmada 15-34 yaş arasını aldığı grup içerisinde 19-26 yaş arasındaki bireylerin % 62'sinin kendilerini belirli açılardan yetişkin gibi belirli açılardan ise yetişkin değilmiş gibi hissettiklerini ortaya koymuştur. Bunlar arasında evli insanların evli

olmayanlara göre kendilerini daha çok yetişkin gibi hissettiği, sürekli olarak bir işte çalışan insanları işte çalışmayan insanlara göre daha çok yetişkin gibi hissettiği ortaya koyulmuştur. Bir başka çalışmada ise Parmaksız (2008) üniversitede okuyan öğrencilerin %58'nin ne yetişkin ne ergen gibi olduklarını arada kalmış gibi hissettiklerini ortaya koymuştur.

Arnett (2000; 2003)'e göre beliren yetişkinliğin ülkelerin özelliğinden daha çok kültürlerin özelliği olduğunu söyler. Atak (2020)'ın belirttiği üzere herhangi bir ülkede belirli bir 'beliren yetişkinlik yaş aralığına' sahip alt kültürler olabildiği gibi, belirli bir 'beliren yetişkinlik yaş aralığına' sahip olmayan alt kültürler de olabilir; ya da bir ülkede içerisinde beliren yetişkinliğin süresi değişebilir. Örneğin, Amerika'da Mormonlara bakıldığı zaman diğer Amerikalılara göre beliren yetişkinlik döneminin kısa sürdüğü görülmektedir (Nelson, 2003). Kentte yaşayan beliren yetişkinlerin sahip olduğu fırsatlar ile aynı kentin kenar mahallesinde yaşamını idame ettiren beliren yetişkinlerin fırsatları bir değildir (Arnett, 2000). Örneğin, herhangi bir kenar mahalle kültürü içerisinde büyümüş olup onlu yaşlarının sonunu ve yirmili yaşların başında bir işte çalışan evli bir bireyi düşündüğümüz zaman beliren yetişkinliğin özelliklerini göstermeleri kentte yaşayan eğitime devam eden bireylere göre çok daha azdır. Morsünbül (2013)'ün öğrenci olmayan bireylerde beliren yetişkinlik özelliklerini gösterip göstermediğini araştırdığı bir çalışmada; lise bitiminden sonra üniversite eğitime devam etmeyen bireylerin beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini barındırmadığını bulmuştur. Aynı çalışmada öğrenci olmayan bireylerin kendilerini yetişkin olarak tanımladıkları bunun sebebinin de belirli bir işte çalışıp kendi sorumluluklarını almış olmaları gösterilebilir.

Ekonomik olarak gelişmekte olan ülkelere baktığımız zaman kırsal alanlar ve kentsel alanlar arasında kültürel olarak farklılıklar vardır. Hindistan ve Çin gibi bazı Asya ülkelerinde kırsal alanda yaşayan insanların kentte yaşayan insanlara göre beliren yetişkinlik döneminin özelliklerini göstermesi daha az olasıdır (Arnett, 2014). Gelişmekte olan ülkelere kentte yaşayan gençler kırsal alanda yaşayan gençlere göre daha geç yaşta evlenir, eğitimi ile daha çok zaman harcar, çocuk sahibi olma yaşları daha geçtir, eğlenmek, meslek seçimi gibi konularda daha çok alternatifleri vardır. Diğer yandan gelişmekte olan ülkelere kırsal kesimde yaşayan insanlar erken yaşta evlenir, eğitimi daha erken yaşta tamamlarlar (Atak, 2020). Bundan dolayı da bu tip ülkelere kırsal alanlarda beliren yetişkinliğin yaşanma olasılığı kentte yaşanma olasılığından daha azdır. Kırsal alanda yaşayanların beliren yetişkinlik süresi kentte yaşayanlara göre daha az olması beklenir (Arnett, 2000).

Bu dönem içerisinde bireylerin hayatında birçok değişkenliklerin olduğu, hayatın hiçbir döneminde olmadığı kadar kendilerine odaklandıkları, kimliklerini keşfettikleri ve kendilerini ‘arada’ hissettikleri bir dönemdir. Bireyler bu dönemde ne kendilerini yetişkin gibi ne de ergen gibi hissederler. Bu dönemde iş, aşk ve dünya görüşü konusunda çok daha fazla seçenekleri değerlendirdiği ama çok az konuda netleştirmeyi başarabildiği değişkenlikler dönemidir (Atak, 2011). Bu dönemde istekler, planlar ve hayallerin oldukça az bir kısmı denenmiş olduğundan dolayı bu döneme beklentiler ve umutlarla dolu bir dönem diyebiliriz (Atak, 2020). Bunların yanı sıra bu dönemde (Parmaksız, 2008)’e göre insanların yaşamış olduğu gelecekle ilgili endişe duyma, ekonomik sıkıntılar, yakın ilişkileri inşa etmekte ve devam ettirmekte yaşanan problemler, yeni girdikleri çevreye adapte olmakta çekilen zorluklar ve yalnızlık gibi problemlerin de bu dönemde meydana geldiği ortaya konulmuştur. Yalnızlık ise insanların sosyal çevreleri içerisinde hem kurduğu ilişkilerin niteliği bakımından hem de niceliği bakımından nahoş bir deneyimdir. Yalnızlık aynı zamanda sosyal yetkinliğin azalması, kaygı ve intihar riski ile ilişkilendirilebilirken yalnız insanlar mutsuz olduklarında sosyal adaptasyonda da güçlük yaşarlar (Cacioppo vd., 2002). Bu durum en nihayetinde insanların toplumdan yabancılaşmasına sebep olur (Atak, 2009).

## **2.2. Beliren Yetişkinlik Dönemi Gelişimsel Özellikleri**

İnsanın her gelişim döneminin bazı özellikleri olduğu gibi bu dönemde kendisine has gelişimsel özellikler bulunmaktadır. Bu dönem ergenlikten ve genç yetişkinlik döneminden farklı olarak bazı ayırt edici özellikleri bulunmaktadır. Arnett (2014) bu dönemi beş temel özellik ile açıklamıştır. Bunlar;

### **2.2.1 Kimlik Arayışı Dönemi**

Beliren yetişkinlik döneminde birey hayatının birçok noktasında bilhassa iş ve aşk konusunda fırsatlar kovaladığı bir dönemdir. Bu arayış sürecinde beliren yetişkinler iş ve aşktaki fırsatları ararken aynı zamanda kimliklerini de sorgulamaya başlamışlardır. Bu dönemle beraber daha çok nasıl bir hayat istedikleri ve kim oldukları üzerinde daha fazla şey öğrenirler. Bu dönem içerisinde beliren yetişkinler ergenlere kıyasla birçoğu evinden ayrılmış ve aile ile olan ilişkiler konusunda daha özgürdürler (Arnett, 2000). Bu farklılığa rağmen henüz beliren yetişkinler iş, aşk ve çocuk sahibi olma hususunda yetişkinlik döneminin uzun vadeli sorumluluklarını elde etmemişlerdir.

Kimlik konusu gündeme geldiğinde akıllara ilk olarak gelen dönem ergenlik dönemidir. Erikson (1950) psikososyal gelişim kuramında ergenlik dönemini kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası olarak ele almıştır ve bu nedenden ötürü de kimlik ile ilgili yapılan çalışmalar da ergenlik dönemine odaklanılmıştır. Fakat ilerleyen yıllarda Erikson (1968) gelişmiş toplumlarda “uzatılmış ergenlik” kavramından söz ederken bu genç yetişkinlerin toplumun genelinden farklı olarak bağımsız rollere giren ve toplumun bireyler üzerinde oluşturduğu baskıları çok hissetmeyen tüm bunlarından neticesinde de yaşadıkları toplumda kendilerine müsait bir yer oldukları bir zaman aralığı olarak ifade etmiştir. Arnett (2000) Erikson’dan farklı olarak kimlikle ilgili yapılan çalışmaların ergenlik döneminde yoğunlaştığını ifade etmesine rağmen yapılan pek çok çalışmanın kimlik kazanma sürecinin nadir olarak lise döneminde kazanıldığını genel olarak kimlik oluşturma sürecinin yirmili yaşlar boyunca devam ettiğini ifade etmiştir.

İş ve aşk konusunda kimlik edinme süreci ergenlik döneminde başlamış olsa da beliren yetişkinlik döneminde daha fazla yoğunlaşmıştır (Arnett, 2014). Ergenler aşk ile ilgili deneyimlerini daha çok “şimdi ve burada kiminle beraber olmaktan hoşlanırım” şeklinde bir yaklaşımla ele alırlarken bu durum beliren yetişkinlerde “ Ben nasıl biriyim ve hayatım boyunca nasıl bir kişiyle birlikte olabilirim” gibi bir yaklaşımla aşk konusunu ele alırlar (Arnett, 2014). Benzer şekilde iş konusu da ergenlik döneminde daha fazla para kazanmak ve vakit geçirmek için yapılan bir eylemken beliren yetişkinlik döneminde daha fazla kimlik odaklı bir bakış açısı mevcuttur. Bu dönemde beliren yetişkin hangi işte mutlu olacağını, hangi işte iyi olduğuna dair daha çok kimlik odaklı bir yaklaşımla bu konuyu ele alırlar (Atak, 2020).

Özetle beliren yetişkinler iş ve aşk konusunda ergenlik dönemine kıyasla daha ciddi ve yoğunlaşmış olsalar da değişim zamanla olur. Beliren yetişkinler otuzlu yaşlar ve sonrasında şimdiye kıyasla özgür olamayacaklarını idrak etmeye başlarlar ve bu yüzden dolayı hem iş konusunda hem de aşk konusunda daha çok şeyi deneyimlemek isterler. Tüm bu süreçler kimlik arayış sürecinin bir parçası olduğu için hayatlarında daha kalıcı seçimler yapmadan evvel deneyimlerini artırma yoluna giderler (Atak, 2020).

### **2.2.2 Değişkenlik Dönemi**

Beliren yetişkinler aşk ve iş konusunda birçok seçeneği denemeleri aynı zamanda kimlik konusunda farklı denemelerde bulunmaları bu dönemin değişkenlik dönemi olarak tanımlamamıza yardımcı olabilir. Birey ergenlikten yetişkinliğe geçi aşamasında pek çok

yolu seçer ve bu seçtiği yollar kendisinin seçtiği yollardır. Aynı zamanda beliren yetişkinler bu yolları bu süre zarfında sık sık gözden geçirirler (Arnett, 2000). Bu dönemde beliren yetişkinler üniversiteye başlarlar ve bir bölüme yerleşirler. İlerleyen zamanda seçtikleri bölümün düşündükleri kadar ilginç olmadığını görürler ve bu yüzden kararlarını gözden geçirirler. Yine okul bitiminden sonra işe girdikleri zaman yeterli olmadıklarını ve tekrardan eğitim almaları gerektiğini düşünmeye başlarlar. Yine romantik ilişki kurduğu partneriyle birlikte yaşamaya başlayabilir sonrasında ortak bir gelecek kurmayacağını düşünüp kararını yeniden gözden geçirebilir ve bunun sonucunda bir ilişkisi bitip yeni bir ilişkiye adım atarlar ve bu döngü devam eder. İşte tüm bunların toplamı bu dönemi değişkenlik dönemi olarak tanımlamamıza yardımcı olur (Atak, 2020)

Tüm bu değişkenlikler içerisinde beliren yetişkinler aldıkları her karar sonrasında gelecekte nasıl bir hayat istedikleri konusunda ve kendileri hakkında çok daha fazla şey öğrenmiş olmaya başlarlar. Bu dönemde keşfetme, araştırma ve değişkenlik paralel zamanlarda gerçekleşir (Atak, 2020).

### **2.2.3. Kendine Odaklanma Dönemi**

Beliren yetişkinler hayatlarının hiçbir döneminde bu dönemde olduğu kadar kendilerine odaklanmazlar (Arnett, 2014). Bu odaklanma olumsuz bir durum değildir birey bu dönemde büyük, küçük birçok kararı kendine başına almaktadır. Çocukluk ve ergenlik dönemine baktığımız zaman kişi yine kendisine odaklanır fakat sürekli soru sorabilecekleri ebeveynleri, kardeşleri ve öğretmenleri vardır. Çocukların uymaları gereken kuralları varken ebeveynleri tarafından belli sınırlar çerçevesinde kontrol altındadırlar. Ergenlik döneminde birey çocukluk dönemi kadar olmasa da yine belli sınırlar çerçevesinde yaşamını sürdürür ve bir aile parçası içerisinde sorumlulukları devam etmektedir. Yine çocukluk dönemi kadar olmasa da belli bir okul kuralları ve öğretmen kuralları içerisinde yaşamını sürdürürler. Tüm bunların toplamında hala birey bu seneler içerisinde belirli kurallar silsilesi içinde kendisini bulur (Arnett, 2014).

Beliren yetişkinlik döneminde birey yine belli sınırlamalar içerisinde olsa da artık birçoğu evden ayrılmış ve kendi özgürlük alanını kurmaya başlamıştır fakat bu özgürlük alanı günlük hayattaki en basit işten hayattaki birçok önemli noktaya kadar kendilerinin karar verme durumunda itmektedir ve bu durumun sonucunda kişi kendisine odaklanır (Atak, 2020) .

#### **2.2.4. Arada Hissetme Dönemi**

Beliren yetişkinlerin bu dönem içerisinde birçok deneme yanılma yaptığı, kimliklerini keşfettiği ve birçok değişkenliği hayatında yapmaya başlaması bu döneme aynı zamanda geçiş dönemi olmasını da sağlar (Atak, 2020). Bu dönem ergenlik ile genç yetişkinlik arasında bir dönemdir. Bu dönemde birey ne kendini tam bir ergen olarak görür ne de tam bir yetişkin olarak görür. Kendilerini tam bir yetişkin gibi hissedemediklerini ama oraya ulaşmaya çabaladıkları bir dönemdir. Bu dönemdeki kişilere ‘yetişkin gibi hissediyor musunuz?’ sorusu sorulduğunda hem evet hem de hayır cevapları alınmaktadır (Atak, 2020).

Arnett (2003) yetişkinlik ölçütü olarak bireyin ekonomik yönden bağımsız olması, yaptığı davranışların sorumluluğun alıyor olması ve bağımsız kararlar alıyor olmasını yetişkinlik ölçütleri olarak tanımlar. Bu ölçütleri sağladığı zaman birey yetişkin gibi hissederek fakat tam bir yetişkin gibi hissetmekte zaman alır. En erken şekilde bu durum yirmili yaşların ortası ile sonları arasında bir zaman diliminde gerçekleşir. Bu dönem içerisinde yaşanan durumlar ergenlik ile tam olarak yetişkinlik arasında geçiş döneminde hissetmelerine sebep olur (Atak, 2020).

#### **2.2.5. Olasılıklar ve Fırsat Dönemi**

Beliren yetişkinlik döneminde birey hayatıyla ilgili çok az duruma karar vermiş olması gelecekle ilgili pek çok durumu hala olanaklı kılar bu yüzden bu döneme olasılıklar dönemi demek yanlış olmayacaktır (Atak, 2020). Bu dönem içerisinde birey hayata yeni atıldığı için pek çok şeyi denememiş, hayaller ve planlar kurduğu bir dönem olduğu içinde aynı zamanda beklentiler ve umutlar dönemidir. Beliren yetişkinlerin gelecekle ilgili üzerinde durdukları şey; iyi bir maaşla çalışılan bir işle birlikte mutlu olmak ve hayat boyu süren bir evliliktir (Arnett, 2014).

Bu dönemi fırsatlar dönemi yapan özelliğe baktığımız zamanda beliren yetişkinlerin tipik olarak evden ayrılmış olmaları ve yeni ilişkiler ağına dahil olmamışlardır (Arnett, 2000). Bu dönemi fırsat dönemi olarak adlandırmakta özellikle zor şartlarda büyümüş bireylerin hayatlarında birçok noktayı değiştirebilme şanslarının olması etkilidir. Böyle bir durumdan gelen beliren yetişkin ailesinden uzaklaşması ile beraber kendi ayakları üzerinde durmak ve kendi hayatlarını değiştirebilme olanakları ortaya çıkar. Özellikle sorunlu aileden gelen

bireyler için bu dönem sorunları halletmek için bir şans dönemidir. Sadece bu fırsatlar dönemi zor şartlarda yetişmiş bireyler için geçerli olan bir durum değildir. Sağlıklı bir ailede yetişmiş bireyler de ne şekilde yaşamak istedikleri, nasıl bir birey olacakları hususunda yalnızca ebeveynlerinin düşüncesi ile değil kendi başlarına özgürce kararlar alıp kendilerini dönüştürme fırsatları vardır (Atak, 2020). Aile yapısının temelleri her ne olursa olsun evden ayrılan beliren yetişkinin ergenlik döneminde sahip oldukları kimliği değiştirmek konusunda sınırları olmayacaktır (Arnett, 2014).

### 2.3. Yabancılaşma

Yabancılaşma, farklı disiplinlerde on yıllardır çeşitli şekillerde üzerinde çalışılmış ve birçok tanımı yapılmıştır. Psikoloji, felsefe, iktisat ve sosyoloji başta olmak üzere birçok bilimde çeşitli şekillerde ele alınmıştır. Yabancılaşma kelimesi etimolojik açıdan ele alındığında, Yunanca “alloiosis” ve Latince “alienatio” kelimesinden gelmektedir (Stack & Rotenstreich, 1991). Yabancılaşma alan yazınında oldukça eski bir kavram ve üzerine çokça düşünüldüğünden dolayı tek bir tanım üzerinden gitmek hata olacaktır. Horowitz (1966)’e göre yabancılaşma kişinin insanlardan, nesnelerden ve diğer insanların dünyevi görüşlerinden sert bir şekilde ayrışması olarak tanımlanmaktadır. Simmel ise yabancılaşmayı şehir yaşamı içine sıkışmış kalmış ve böylece benliğin sıradanlaşmasına bunlar sonucunda da bireyin diğerlerini ve kendini tanıyamamasına neden olduğunu belirtmiştir (Yiğit, 2010). Fromm (1996)’a göre yabancılaşma ise insanın sadece diğerlerinden ayrışması değil kendisinden de koptuğu ve hem dış çevreyle hem de kendisiyle üretici şekilde ilişki kuramaması olarak ifade eder.

Yabancılaşmayı günümüzdeki şekliyle yorumlayarak felsefi bir anlam katan düşünür Hegel’dir (Yapıcı, 2004). Hegel (2010) yabancılaşmayı “ruhun, dünyanın kendisinin dışında olmadığını kavraması sürecinde meydana gelen aksaklığın sonucunda ortaya çıkar” şeklinde ifade etmiştir. Yabancılaşma, ruhun kendi içinde oluşturmuş olduğu evrenden duygusal açıdan uzaklaşması neticesinde ortaya çıkmaktadır (Tekin, 2012). Hegel’in felsefi anlamda yabancılaşması zorunludur ve bundan kaçmakta mümkün değildir. Hegel’e göre mümkün olan salt ve üstün olan insanın kendi içerisinde gerçekleştirmesi ve sonunda ona ulaşmasıdır. Bu da kendi bilincine erişmiş ve akıllı insanoğludur. Bu özelliklerde olan bir insan ‘yetkin ve aşkın’ olandır. Böylesi bir akıl yürütme becerisi insana yakıştırılan üstün nitelikler insana tanrı fonksiyonunu öngörmektedir. Tüm bunlardan ötürü de insan bu noktaya ulaşmadıkça yabancılaşması kaçınılmazdır (Silah, 2005).

Hegel'den sonra yabancılaşmayı Ludwig Feuerbach dini açıdan ele almıştır (Yılmaz ve Sarpkaya, 2009). Feuerbach'a göre din, kültürel ilerleme sürecinde insanların ortaya çıkardığı değerler ve düşüncelerden ibarettir ancak insanlar hatalı bir şekilde bunu ilahi güçlere mal etmektedir. Ona göre yabancılaşma, kendi özünü nesneleştiren insan tanrıyı yaratır ve sonrasında kendi yaratmış olduğu tanrının kölesi haline gelir. Hristiyanlığı Özü kitabında Feuerbach insanın tüm iyi olan şeyleri tanrıya atfederken tüm kötülükleri kendisine atfetmektedir. Tüm bunlar neticesinde de insan kendine yabancılaşır (Feuerbach, 2004).

Yabancılaşmayı Hegel'in öğrencilerinden olan Marx daha çok iktisadi yönden değerlendirmiş ve sosyolojik olgu olarak ele almıştır. Ona göre yabancılaşma, emekçinin isteklerinin çok da önemsenmediği kapitalist üretim dahilinde, emekçiye sertçe dayatılan işbölümünden doğmaktadır. Çünkü bu sistemde üretim aşaması en küçük ayrıntısına değin titizlikle her şeyin hesaplandığı bir süreçtir. Böylesi sert koşulların olduğu işbölümü sürecinde zorla görevlendirilmiş olurlar (Demir, 2018). "Marx'a göre, modern sanayi yeni bir işbölümü oluşturmaktadır. Artık işçi makinenin canlı bir parçası haline dönüşmektedir. Çağdaş üretim sürecinde emeğin yabancılaşması, üretimin ağırlıkla elle gerçekleştirildiği geleneksel imalathanelere oranla çok daha yüksek orandadır" (Bayhan, 1995, s. 31). Böylece işçiler üretim sürecindeki çalışma durumu, kendi yeteneklerini ve güçlerini özgür bir biçimde ortaya koymaktan ziyade sadece temel ihtiyaçlarını karşılamak için dayanmak durumunda olduğu bir külfet durumuna gelir.

Marx'ın bakış açısına göre, kapitalist sistemde üretimin ortaya çıkması tamamen emeğin varlığı sonucunda ortaya çıkar bir süreçtir. Fakat kapitalist düzenin getirmiş olduğu işbölümünün neticesinde insan ortaya çıkarılan üründen dışlanmakta ve bunun sonucunda da kendi ürettiği emeğine yabancılaşmasına sebep olmaktadır (Demir, 2018).

Yabancılaşma zincirleme bir süreçtir, kişinin kendi emeğine yabancılaşması ister istemez, kendi türüyle, doğayla ve toplumla olan ilişkisini de etkiler. Kendi emeğine yabancılaşan insan, Marx'a göre kendi türsel özelliğinden yani insanı insan yapan evrensel üretim yapabilme yetisinden yoksun bırakıldığı için, kendi türsel özelliğine ve dolayısıyla kendi türüne de yabancılaşmaktadır (Örs, 2014, s. 181)

Marx'ın yabancılaşmayı sosyoloji ve iktisadi açıdan ele alırken; Erich Fromm, Emile Durkheim, Max Weber gibi düşünürlerde daha farklı açılardan yabancılaşmayı değerlendirmişlerdir. Yabancılaşma, 1950'lerden sonraki dönemde ise yönetim ve organizasyon kapmasında da ele alınmaya başlanmıştır (Gillespie & Milet, 1977). Gerth ve Mills (1946) yabancılaşmanın sadece zor fiziki şartlar altında çalışan işçi sınıfı ile sınırlı

kalmaması gerektiğini ifade etmişlerdir. Weber'in bakış açısından hareketle modern çağda bilim insanı araştırmanın, asker şiddetin, kamu personeli kamu idaresinin temelinden kopmaktadır. Hal böyle iken işçinin yabancılaşması üretim araçlarına olurken; bürokrasi sayesinde bilim insanı araştırmanın araçlarına, asker şiddetin araçlarına, kamu personeli de idaresinin araçlarına yabancılaşır. Bu bakış açısından hareketle yabancılaşmayı sadece işçiler özelinde olan bir durum değil daha geniş bir alanda birçok farklı kademe ve örgütlerde değerlendirilmeye başlanmıştı (Kanungo, 1982).

Seeman yabancılaşmayı belli kategorilere bölerek detaylı bir şekilde ele almıştır. Seeman (1959) göre yabancılaşan insan, yaşamın ona getirmiş olduğu durumlar üzerinde çaresiz kalıp etkin rol oynamayan, toplumsal değerleri, gelenek ve görenekleri önemli görmeyen, nelere inanması gerektiği konusunda kafası karışık olan, insanların davranışlarını düzenleyen sosyal normların bozulduğunu ve belli davranış kurallarını olarak artık etkili olmadığına inanan, kendisinden koparak yapmış olduğu eylemlerden hoşnut olmayan kimsedir. Seeman yabancılaşmayı; izolasyon, kendine yabancılaşma, güçsüzlük, normsuzluk ve anlamsızlık olarak beş boyutta kategorilere ayırmıştır. İzolasyon yani diğer bir deyişle yalıtılmışlık, toplumun önemli olarak gördüklerinin bireyde herhangi bir karşılığı olmaması ve toplumun hedeflerinden uzaklaşarak bireyin gittikçe yalnızlaşmasıdır. Kendine yabancılaşma, bireyin yapmış olduğu eylemlerin onu hoşnut etmekten çıkıp sadece yaptığı eylemlerin sonucuna konsantre olmasıdır. Örneğin bireyin yaptığı işi çok sevmediği halde sadece para için işte çalışmasıdır. Güçsüzlük, bireyin toplumsal düzen içerisinde yaşamını etkileyen durumlarda etkisinin olmaması, geleceğine dönük kontrol duygusunun az olmasıdır. Normsuzluk, bireyin hayatında toplumsal değerlerin, gelenek ve göreneklerin öneminin olmaması ve bunun neticesinde hedeflerine ulaşırken sergilediği davranışların uygun olup olmamasının birey için çok da bir öneminin olmamasıdır. Son olarak anlamsızlık ise bireyin neye inanması gerektiği konusunda net olmadığı, kendi yaptığı eylemlerin nedenini anlayamamasıdır.

Psikoloji literatürü açısından yabancılaşmaya baktığımız zaman karşımıza ilk çıkan isimlerden biri Sigmund Freud'dur. Ona göre yabancılaşma, uygarlığın bir sonucudur ve uygar kişi kendisine yabancılaşmış kişidir (Adorno, 2011). Freud'a göre birey bastırdığı bilinçaltını bilinç aşamasına çıkararak bir taraftan yabancılaşmadan kurtulurken bir taraftan da uygarlıkların varoluşlarını sürdürebilmeleri için bazı güdülerine (saldırganlık ve cinsellik) set çekmeleri gerektiğini belirtir. Freud her ne kadar direkt olarak yabancılaşma kavramından bahsetmemiş olsa da Fromm, Adorno ve Weisskopf tarafından yabancılaşmış

bireyi örneklemiştir. İnsan güdülerini ve yeteneklerini toplumun getirmiş olduğu gerçeklik durumunda bastırmak zorunda kalmıştır ve bunun neticesinde de insan kendisine yabancılaşmıştır (Özyurt, 1998).

Erich Fromm'da yabancılaşmayı farklı taraflardan ele almıştır. Bunlardan biri işin dini boyutudur. Yabancılaşmayı put terimi ile ilişkilendirerek “tek tanrılı dinlerle çok tanrılı dinler arasındaki arasında ki temel ayrım, yalnızca tanrıların sayısına değil, kendine yabancılaşma gerçeğinde yatar” diye ifade etmektedir (Fromm, 1990, s. 135). İnsan mücadelesini ve sanatsal kabiliyetlerini bir eser yapmak için uğraşması sonrasında da kendi yapmış olduğu esere kendince gerçekçi olmayan anlamlar yükleyip ona değer atfetmesi yabancılaşmanın ilk emsali olarak değerlendirilebilir. Bu putlaştırma sürecinden insanın kendi oluşturduğu nesne artık onun bir ürünü olmaktan çıkıp o nesnenin karşısında diz çöküp nesneyi kendinden üstün tutup boyun eğdiği güç haline getirir. Bunlar sonucunda yabancılaşan insan da başka insanlardan uzaklaşmasının yanında kendisine karşıda yabancılaşmış olur (Fromm, 1990).

Fromm bir başka boyut olarak ise yabancılaşmayı insan doğasından şekillendirmektedir. Ona göre insan sevgi, aidiyet, yaratıcılık öğelerden meydana gelmektedir ve bunlardan yoksun olan insan yabancılaşır. Yabancılaşan kişi benlik duygusunu kaybetmiş olup yaşamı anlamsız olarak algılamaya başlar. Birey makine haline gelerek hayatı ‘kar odaklı iş’ olarak görüp hayatının değeri hususunda şüpheye düşmektedir. Aynı zamanda özgürlük kavramı üzerinden de giden Fromm insanların seçimlerini farkında olarak yapmadığını sadece seçimini kendisinin yaptığını düşündüğünü ve sahte bir özgürlüğü elinde bulundurduğunu ifade etmektedir. Bunların sonucunda da insanın yabancılaşmayı sevgi yoluyla bertaraf edeceğini söylemiştir (Osmanoğlu, 2016).

Karen Horney ise yabancılaşmayı otantiklikten uzaklaşmak ve gerçek benden kopmak olarak görür. Seeman'ın yapmış olduğu yabancılaşma boyutundaki güçsüzlük Horney tarafından kullanılan aktif olma duygusunun kaybına denk gelmektedir. Ona göre yabancılaşmayı iki farklı şekilde meydana gelir ki geleceğe şekil verecek olan güçlerden kopmak ve nevrotik süreçlerin nihayetinde olan bozulmadır. Bireyin kendisine yabancılaşması ise birey kendisinden koparak bireyi zayıflatan bir süreci anlatır (Duru, 1995).

Yabancılaşma konusuna varoluşçular ise varoluşsal bunalım üzerinden yabancılaşmayı ifade ederler. İnsan sadece dış dünyanın ve çevresinin değil kendi varlığının da farkında, idrakinde olan tek canlıdır. Varoluşsal yabancılaşma ise bireyin var olmayı anlamlı

görmemesi, kendi varlığına yabancılaşması, kendi varlığını yadırgaması ve var olmaktan dolayı sıkıntı duymasıdır (Kiraz, 2015).

Varoluşçu düşünörlere göre insan doğumundan itibaren zaten bu dünyanın yabancıdır. Kierkegaard, insanı bu dünyaya bağılı kalmasını gerektirecek hiçbir sebebin olmadığını ifade eder. Ona göre insanın yeryüzünde ve yaşamda nasıl bir şekilde alan kapladığını kimse bilemez (Öztokat, 2005). Sartre özgürlüğün insana sorumluluk getirdiğini ancak bu durumun sonucunun üstesinden gelemeyen insanın bunalıma girerek yabancılaştığı ve kendi dünyasından koptuğunu ifade eder. Varoluşsal yabancılaşmayı varoluşçu filozofların ve yazarların eserlerinde de rahatlıkla görölmektedir. Örneğın Jean-Paul Satre'nın "Bulantı" isimli kitabından roman kahramanı varoluşundan duyduğu huzursuzluğu şu şekilde tanımlamaktadır: "İnsanın içine kapanması için bundan elverişli gün olmaz. Güneşin acımasız bir yargı gibi yaratıkların üzerine saçtığı bu soğuk aydınlıklar; gözlerimden içime akıyor; yoksullaştırıcı bir ışıkla aydınlanıyorum. Kendi kendimden tiksınmemin doruğuna erişmem için on beş dakika yeter, eminim" (Sartre, 2010, s. 27).

Albert Camus'nun "Yabancı" adlı kitabında da roman kahramanı dünyaya ve kendi varlığına önemli derecede yabancılaştığı görölür (Camus, 2006) Roman kahramanı Meursault toplumun yapı taşı olan aileyi önemsemez. Kendisi ile yuva kurmak isteyen sevgilisine "O zaman, Marie, 'evlilik ciddi bir şeydir' dedi. Ben de 'değildir' diye karşılık verdim. Bir an sustu, bana sessiz sessiz baktı" (Camus, 2008, s. 17). Yine sevgilisinin beni seviyor musun sorusuna karşılık Meursault "Bu anlamsız bir şey, ama sanırım sevmiyorum" (Camus, 2008, s. 17) diye karşılık verdi. Roman kahramanı kendi seçimi olan kaderine boyun eğer ve "Sanki bütün yaşamımda, kendimi haklı çıkarmak için bu dakikayı şu şafak vaktini beklemiştim. Hiç, hiçbir şeyin önemi yoktu ve bunun niçin böyle olduğunu biliyordum" (Camus, 2008, s. 102) diye ifade eder. Aynı zamanda Meursault toplumun gelenekleri ve din algılayışı ile de çatışma yaşar. "Temel kurallarını hiçe saydığım bir toplumla artık ilişığimin olamayacağını ve basit tepkilerden habersiz bulunduğum insan kalbinden de bir şeyler ummayacağını belirtti" (Camus, 2008, s. 98).

Viktor Frankl ise yabancılaşmayı varoluşçular gibi anlamsızlık üzerinden tanımlamaktadır. Ona göre şu anda yaşadığımız can sıkıntısının geçmişin bize getirmiş olduğu bunalımdan ziyade özdevinin sonucunda insanların zamanının çokça artması ve neler yapacaklarını bilememesi sonucunda oluşan yabancılaşmadan bahseder (Duru, 1995).

## **2.4. Psikolojik Belirtiler**

Sağlık insanın sadece fiziki olarak zinde ve kuvvetli olma hali değil aynı zamanda ruhsal ve sosyal yönden de iyilik hali içerisinde bulunmasıdır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2020) tanımına göre sağlık; yalnızca hastalık ve sakatlık halinin olmaması değil aynı zamanda bireyin ruhsal, sosyal ve fiziksel yönden tam bir iyilik hali içinde olması olarak tanımlanabilir. Sağlıklı bireyler ailevi sorunlar, eğitim, travmalar, ekonomik problemler, kazalar gibi çeşitli sebeplerden dolayı sağlık olarak iyilik halini kaybedebilir ve ruhsal sorunlar yaşayabilirler. (WHO, 2020) ruh sağlığı tanımlamasına göre; bireyin ruh, beden ve sosyal açıdan tam bir iyilik hali içerisinde olmasıdır. Ruh sağlığı; kişinin kendisini yapacağı işlerde yeterli hissetmesi, öznel olarak iyi hissetmesinin yanı sıra günlük hayat içerisinde karşılaştığı problemleri uyumlu bir şekilde çözmeye çalışan ve içinde yaşadığı topluma üreterek değer kattığı bir iyilik hali olarak da tanımlayabiliriz. Bu sebepten dolayı kişinin insanlarla sağlıklı şekilde iletişim kurması, yaşamdan keyif alması gibi durumlarda ruh sağlığının temelini oluşturur. Dolayısıyla sağlıklı bir birey olmanın ön koşulu olarak kişinin yaşamını sürdürmesinde ruh sağlığı önemlidir. Bireylerin ruh sağlığını olumsuz olarak etkileyen veya ruh sağlığı sorunları olarak değerlendirilecek durumlar psikolojik belirtiler olarak ifade edilmektedir (Özer, 2020).

### **2.4.1. Depresyon**

Depresyon kelime olarak kökenini Latince “depressus” sözcüğünden alırken kederli olma, durgunluk hali, cesaretin kırılması ve bitkinleşme gibi anlamlara karşılık gelmektedir (Köknel, 2005). Depresyon bir duygu durum bozukluğudur ve psikiyatrik hastalıklar arasında bulunmaktadır (American Psychological Association [APA], 2013). İnsanların normal yaşamlarından kederli, yalnız, çökkün ruh halinde hissettikleri zaman depresyonda olduklarını söylerler fakat depresyon durumu insanların günlük hayat içerisinde sadece kendilerini kötü hissetmesinden ibaret bir durum değildir. Normal yaşanabilecek üzüntüler depresyon ile açıklanamaz. Depresyon kavramını tıbbi açıdan açıklayabilmek için bu durumun belli bir süre en az iki hafta ve daha fazla sürmesi beklenir ve günlük yaşamda insanların yaşamlarını kötü etkilemektedir. Depresyonun bir duygu durum bozukluğu olarak ele alındığı zaman depresyondaki bir bireyin duygularını kontrol edemediği düşünülürken aynı zamanda başka psikolojik problemlerin de ortaya çıkmasına sebep olur (Köroğlu, 2006).

Depresyona ilişkin belirtilere alan yazınında göz attığımız zaman sadece duygu durumunda yaşanan bozukluklar değil aynı zamanda somatik belirtiler, bilişsel yapıda ortaya çıkan belirtiler ve motor becerilerde değişimler görülmektedir (Gönül, 2012). Depresyonun belirtilerini Köknel (2005) sekiz adet başlık altında toplamıştır bunlar sırasıyla; güdülenmede azalma, kuşku ve karasızlık, düşünce bozuklukları ve hezeyanlar, yanılsamalar, neşesizlik ve kötümserlik, dikkatsizlik ve unutkanlık son olarak da ilgisizlik ve isteksizlik olarak ele almıştır. Depresyonda bulunan bireylerin motivasyon düzeylerinde genel anlamıyla düşüktür. Günlük rutin işleri yapmakta güçlük çekme, daha önceden zevk alarak yaptığı aktivitelerden zevk almamaya başlanması, karamsarlık hali ve mutsuz, umutsuz ifadelerin arttığı görülmektedir.

Depresyon durumunu tek bir sebeple açıklamak yanlış olacaktır. Bireyin olumsuz yaşantıları, kişilik özellikleri ve kalıtsal faktörlerde depresyona neden olmaktadır. Bu gibi etkenlerin yanı sıra bireyin olumsuz düşünce yapısı, aşırı alkol tüketimi ve çeşitli hastalıkları tedavi etmek için kullanılan ilaçların da kişiyi depresyona sürüklediği söylenebilir (Türkçapar, 2009). Depresyon her yaş grubunda gözükmeyle beraber daha çok 40 yaşından önce yaşadığı gözlemlenmektedir (Koroğlu, 2006). Cinsiyet açısından depresyon durumu ele alındığı zaman da kadınların erkeklerden depresyona girme düzeylerinin daha fazla olduğu görülmektedir (Savrun, 1999).

Depresyon durumunu açıklayan kuramlara bakmadan önce depresyon olgusunun insanlık tarihi boyunca var olan durumlardan biri olduğu ve tanımının Hipokrat dönemine kadar uzandığı görülmektedir (Öztürk, 2002). Psikanalitik kuram açısından depresyon olgusunu ele aldığımız zaman insanın bir kayıpla karşı karşıya kaldığı duruma verdiği bir tepki olarak ifade edilirken kökenlerinin çocukluk çağı yaşantılarına dayandığını ifade etmektedirler. Çocukluk döneminde yaşanan kayıptan dolayı tüm korkular geri gelir. Bu kurama göre kişinin çocukluk döneminde ilgi ve sevgi ihtiyacı karşılanmadığı zaman ilerleyen yıllarda yaşanan bir kayıp durumunda daha önceden yaşadığı çaresizlik duygularına geri dönecektir (Brenner, 1977'den aktaran, Cengil, 2003, s.131). Depresyon olgusuna psikanalitik yaklaşımın bir diğer bakış açısı ise öz saygı kavramı üzerinden yapılır. Kişi çocukluk döneminde öz saygısı için ebeveynlerin sevgi ve onayına ihtiyaç duyarlar. Kişi yaş alıp büyüdükçe kendi değerini kendi eylemlerinden ve başarı duygularından kaynaklanması beklenmektedir. Depresyona giren kişilerde de öz saygısını oluşturan temel unsur kendi duyguları değil dışsal desteğe yani diğer kişilerin desteğine ve onayına ihtiyacı vardır. Bu

destek yeterince olmadığı takdirde kişinin depresyonda olması için uygun zemin hazırlanmış olur (Brenner, 1977'den aktaran Cengil, 2003, s. 131).

Depresyonu açıklayan bir diğer kuramda davranışçı yaklaşımdır. Davranışçılık kuramında kişilerin bazı durumlara karşı göstermiş oldukları hareket ve tepkiler davranış olgusu olarak açıklamaktadır. Bu sebepten dolayı davranış için dışardan gözlemlenebilen hareketlere odaklanılmıştır. Bu kuramın temelinde ise uyaranlar ile yapılan davranışlar arasındaki ilişkiye yoğunlaşılır (Babacanlı, 2012). Bu kurama göre kişide depresyonun ortaya çıkmasını pekiştirme durumunun eksikliği olarak ifade eder. Olumlu pekiştirmenin az olması veya istenmeyen yaşantıların fazla olmasından dolayı depresif kişi üzüntü duygularını yaşamasına ve pasifleşmesine sebep olur (Cengil, 2003). Davranışçılık ekolünün önde gelen isimlerinden biri olan Seligman ise “öğrenilmiş çaresizlik” kavramı üzerinden giderek kişinin geçmişte deneyimlediği zor yaşantılarla baş edemeyip durumu kabullendiği ve dayanıksız olmayı öğrendikten sonra bugün de benzer durumlarda başarısız olacağını kanıksamasıdır. En nihayetinde kişi zor yaşantılara gösterdiği davranış ile bunlar sonucunda ortaya çıkan durumlar arasında bağlantı kuramadığı zaman depresyon belirtileri ortaya çıkabilmektedir (Aşkın, 1999).

Depresyonu açıklayan bir diğer kuram ise Bilişsel yaklaşımdır. Bilişsel kuramın kurucularından olan Aaron Beck depresyonu açıklarken bilişsel süreçler üzerine odaklanmıştır. Depresyonun sebebini çevresel koşullardan bağımsız olarak kişinin duygu dünyası ile değil bilişsel süreçlerle alakalı olduğunu ileri sürer (Beck, 2001). Beck depresyonu açıklarken bilişsel çarpıtmalara, otomatik olumsuz düşüncelere ve bilişsel üçlü kavramına odaklanmıştır.

Beck (2001) depresyonda bulunan bireylerin çoğunlukla fikirlerinde düzenli olarak hata yaptığını ileri sürmüştür. Bunlar aşırı genelleme, kişiselleştirme, seçici soyutlama gibi bilişsel çarpıtmalar örnek gösterilebilir. Aynı şekilde olumsuz otomatik düşünceler de depresyonlu kişilerde çokça meydana gelir. Beck'in depresyonu açıklarken kullandığı kavramlardan biri olan bilişsel üçlüde de kişinin olumsuz düşüncelerini üç parçaya ayırarak açıklamaktadır. Birincisi kişinin kendi hayatına göz gezdirdiği zaman kendisini devamlı yetersiz, kusurlu ve yoksun olarak değerlendirmesidir. İkincisi kişinin çevresi ile kurduğu ilişkileri olumsuz olarak değerlendirmesidir. İnsanlar zaman zaman toplumun onlardan beklediği istekleri yapma konusunda yetersiz hissedebilmektedirler. Bundan dolayı da zorlukları aşma konusunda kendilerini güçsüz hissedebilirler. Aynı şekilde gelecekle alakalı olarak düşünceleri de olumsuz olunca birey içinde bulunduğu durumda güçsüz kalıp yetersiz

olacağını ve zorlukların sürekli süreceğini düşünür. Bu durum Seeman yabancılaşma kavramını açıklarken kullandığı güçsüzlük tanımlamasıyla da ilişkilendirilebilir. Seeman (1959) güçsüzlüğü toplumsal sistem içersin de kişinin hayatını etkileyen olaylarda kendi kontrolünün olmayacağını ve geleceğe yönelik olarak kontrol duygusunun düşük olması olarak tanımlar. Yabancılaşan bir kişi yaşamındaki olayları kontrol edemeyeceğini düşüneceğinden dolayı güçsüz hisseder aynı zamanda depresyona da girebilir.

#### **2.4.2. Anksiyete**

Kaygı olarak da bilinen anksiyete, kişinin bilinmeyen bir durumla karşılaştığında veya beklenmedik bir tehdit ile yüz yüze gelmesi halinde bu durumla baş edemeyeceğini ve gelen tehdit üzerinde kontrol kuramayacağını düşüncelerinden oluşan bir çaresizlik hali olarak açıklanabilir (Barlow, 2000). Anksiyete yaşayan bireyler hem çevreden gelen hem de kendi içinde deneyimlediği tehdit durumlarında yaşantılardan kaçınan, korku ve endişe hisseden bireyler olarak tanımlanır (Campbell vd., 2016). Anksiyete yaşayan bireylerde görülen en bariz özellik kaçınma deneyimidir. Kişi tehdit edici durumla karşılaşacakları ortamlara özellikle girmez. Bu şekilde birey kaçınarak tehdit algısıyla yüzleşemez bu durumda sağlıklı bir baş etme yöntemi değildir (Barlow, 2000).

Anksiyete durumuna tamamen olumsuz bir durum olarak da bakmamak gerekir. Anksiyete kişiyi herhangi bir tehdit anında harekete geçiren bir özelliğe sahiptir. Gündelik hayatımız içerisinde karşılaştığımız birçok durumda (yeni birileriyle tanışmak, topluluk önünde konuşmak, sınava girmek vb.) kaygının olağan ve anlaşılır bir hissiyat olduğu ifade edilebilir. Dahası normal şekilde yaşanan kaygı durumunun koruyucu ve aynı zamanda yaşamsal olduğu da ifade edilebilir (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2021).

Anksiyete durumu her bireyde aynı oranda ve özelliklerde kendisini göstermeyebilir. Normal anksiyete ve normal olmayan anksiyete arasındaki ayrımı yapmak için süre, sıklık ve şiddet gibi bazı faktörleri göz önünde bulundurmak gerekir. Bir kişide anksiyete bozukluğundan bahsedebilmek en az 6 aydır devam eden, aşağı yukarı her gün meydana gelen, hayat içerisinde yaşanan birçok etkinlikte ya da olayda yoğun şekilde yaşanan kaygı ve üzüntü durumlarının kişinin yaşamındaki işlevselliğini önemli ölçüde etkilemesi beklenmektedir (APA, 2013).

Orta şiddette yaşanan bir anksiyete durumunun öncelikle psikolojik danışmanlıkla veya psikoterapi ile iyileştirilebilir. Bu durumdan muzdarip olan kişilere düzenli şekilde yapılan

spor ve aktiviteler, kafein ve nikotini azaltmaları veya tamamen bırakmaları tavsiye edilebilir. Daha ileri durumlarda ise anksiyete hastalarının ilaç kullanması istenir (Ersoy, vd., 2003).

Barlow (2000) anksiyete bozukluklarının nedenlerini erken dönem çocukluk yaşantıları ve genetik etmenlerin sebep olduğu ifade ederken aynı zamanda kontrol edilemeyen ve belirsiz durumların kontrol edilebilir ve belirli olan durumlara göre daha fazla stresi ortaya çıkardığını ifade eder. Bu nedenden dolayı da bu tip belirsiz durumlarda anksiyete yaşanma olasılığının daha fazla olduğunu belirtir.

Anksiyete bozukluklarında belirtiler açısından ele alındığında ise Türkçapar (2004)'e göre panik ataklar, ajitasyon, uyku bozukluğu, intihar düşünceleri, konsantrasyon bozukluğu, korku, kolay yorulma gibi belirtiler olduğu ifade eder. Allahyarova (2020)'e göre seslere karşı aşırı duyarlı olma, irritabilite ve kişi bulunduğu yerde uzun süreler hareketsiz kalamaması olduğunu söyler.

Kuramsal açıdan anksiyete kavramı üzerine bakılacak olduğunda da karşımıza ilk çıkan kuramlardan biri Psikanalitik kuramdır. Psikanalitik kuramın kurucusu Sigmund Freud anksiyete kavramının açıklanmasında önemli katkılar sunmuştur. Freud anksiyeteyi tanımlarken bu durumun dürtülerin ve içgüdülerin neden olduğu zorlukların baskılanmasıyla ortaya çıkan bir durum olduğunu ileri sürer. Freud anksiyeteyi üç ayrı başlık altında incelemiştir. Bunlar; nevrotik anksiyete, gerçek anksiyete ve suçluluk anksiyetesidir. Bu anksiyeteleri ise id, ego ve süperegö ile beraber inceler. Nevrotik anksiyetenin sebebinin bilinmemesine rağmen egonun bilinçdışı bölümünde ortaya çıktığı ileri sürülmektedir. Kişinin içgüdülerinin arzu ve isteklerinin doyurulması neticesinde bunların cezalandırılması sonucunda korku ve endişe durumu olduğu belirtilir. Gerçeklik anksiyetesinin gayet normal bir durum olduğu ve egoyla ilişkili olarak dışardan gelen risklere ve tehlikelere göre oluşan korku ve anksiyete olduğu belirtilir. Son olarak suçluluk anksiyetesinde süper ego ile ilişkili olup kişinin kendi vicdanından korkması olarak açıklanabilir (Freud, 1997'den aktaran Geçtan, 1997, s. 60).

Anksiyeteyi açıklayan bir başka kuramda bilişsel kuramdır. Bilişselcilere göre anksiyete direkt olayların kendisinden kaynaklı olmayıp kişilerin bu olaylara yüklediği anlamlardan kaynakladığını ileri sürerler. Tehdit ve tehlike durumlarında anksiyetenin belirli bir işlevi vardır. Gerçek olan bir tehdit durumunda kişiyi savaşmak ya da bu durumdan kaçmak için hazır tutar. Bu durum faydalıdır ve kişinin hayatta kalmasını kolaylaştırır. Tehlike durumlarının hakiki olduğu zamanlarda tehlikenin ya da olayların yanlış yorumlandığı

durumlarda anksiyete işlevselliğini yitirerek zararlı bir kimliğe bürünebilir. Bu sebepten dolayı da anksiyete peyder pey artarak devam eder ve bir bozukluk ortaya çıkar (Beck, 1979).

#### **2.4.3. Olumsuz Benlik**

Benlik ve benlik algısı kavramları zaman zaman birbirlerinin yerine kullanılsa da Kuzgun (1983)'e göre benlik kişinin kendisinde bulunan özellikleri hakkındaki değerlendirmesini içeren yani bireyin kendisini algılama şekli olarak tanımlanmaktadır. Eisenberg ve Delenay (1998)' a göre ise benlik algısı ise bireyin kendisine yönelik olarak bildiği ve inandığı şeylerin tümü olarak tanımlanır. Aynı zamanda bireyin kendisine yönelik görüşleri, sınırları, arzuları, yetenekleri ve duygularına yönelik eleştirel tutum sonucunda ortaya koyduğu kendisine yönelik yargılar/yargılamalardır. (Eisenberg & Delenay, 1998). Olumsuz benlik ise kişinin kendisine yaptığı bu yargıların olumsuz yönde olması olarak belirtilir.

Benlik kişinin ergenlik döneminde ve ilk yetişkinlik döneminde ağırlıklı olarak ortaya çıkmasına rağmen hayat boyu gelişimine devam eder. Bu durum kişinin diğer insanlarla kurduğu ilişkilerden ya da bireyin kendisine yönelik duygu ve düşüncelerine yönelik iç diyalogundan meydana çıkar. Kişinin anne ve babasıyla kurmuş olduğu ilişkiden, akranlarıyla kurduğu ilişkiden, okul yaşamından ve diğer birçok olaydan da etkilenir. Bu sayılan etkenler birbiriyle uyumlu şekilde ilerlerse olumlu bir benlik ortaya çıkarken uyumsuz bir şekilde ilerlemesi sonucunda da olumsuz bir benlik ortaya çıkar (Gander & Gardinier, 2004).

Olumsuz benlik özelliği taşıyan bireyler kişilerarası ilişkilerinde spontane şekilde davranamadıkları, kurduğu sosyal ilişkilerde kendilerini kabul etmedikleri, kendilerine yönelik olarak olumsuz beklentiler içerisinde olmaları çevresiyle kurduğu etkileşimde sıkıntılar yaratmaktadır. Bu kapsamda diğer insanlarla kendilerini sürekli karşılaştırdıkları ve bu kıyaslama neticesinde de kendilerini yetersiz hissetmelerine sebep olmaktadır (Dağ, 2000).

Düşük benlik saygısı olan kişiler hayatlarını kendilerinin kontrol ettiklerinden ziyade dış etkenlerle bu süreçleri açıklarlar bu sebepten ötürü de kendilerine olan güvenleri azdır (Yavuzer, 2003). Bireyin benlik saygısı düşük olduğu zaman kişi iç dünyasında boşluk duygusu meydana gelir, içinde yaşadığı toplumda da farklı uyum sorunlarına sebep olarak bireyin psikolojik sağlığını bozmaktadır (Karahan ve Sardoğan, 2004).

#### 2.4.4. Düşmanlık (Hostilite)

Düşmanlık kavramını sadece öfke ile tanımlamak doğru bir yaklaşım olmayacaktır. Öfke, kızgınlık ve sinirlilik hali bir duygunun farklı düzeylerde hissedilmesidir. Düşmanlık ise bireyin daha çok herhangi bir kişiye veya nesneye karşı saldırgan davranışlara sevk eden bir durum olarak kavramsallaştırılabilir. Bu durum mevzu bahis olduğunda diğerlerine yönelik düşmanca duygular beslenmesi olarak açıklanabilir.

İlk defa düşmanlık kavramı Buss (1961) tarafından, diğer kişilere yönelik devamlı negatif bir tavır içinde olma ve diğer kişilerden hoşlanmama eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Düşmanlığın bir başka tanımında da Chaplin (1982) diğer kişilere yönelik öfke duygusu ve diğer kişilere zarar verme isteği olarak tanımlamıştır. Diğer insanların kendisine karşı kötü niyetli olup kötü davranışlarda bulunacağına, hayal kırıklığı yaratacaklarına, diğer kişilerin güvenilirmez ve değere layık olmadıklarına dair inanç, olumsuz tutum ve değerlendirmeleri de düşmanlığın içerisinde yer alan bazı özelliklerdir (Smith, 1992).

Düşmanlık durumunun belirtilerine göz atacak olduğumuzda birçok belirtisi vardır. Bu durumun en önemli duygusal göstergelerinden birisi öfkedir. Bu durum sadece çevreye yönelik bir durum değil kişinin kendisine yönelik bir öfkesi de söz konusu olabilir. Bilişsel açıdan düşmanlık durumunda ise diğer kişilere karşı düşmanca bir tutum söz konusu olabilir. Düşmanlık durumu yüksek olan kişiler diğer insanlarla kurulan ilişkilerinde onların güvenilirmez olacaklarını ve onlardan bir kötülük geleceklerine yönelik inanışları vardır. Bu sebeplerden dolayı diğer insanlarla kurdukları ilişkide problemler yaşayabilirler (Özer, 2020).

Düşmanlık durumunun ortaya çıkmasında çevresel ve ailesel etmenler önemli rol oynamaktadır. Bebeklik döneminde ebeveynler tarafından veya bebeğe bakım veren kişilerin daha çok reddedici bir tutum içerisinde olduklarında, daha az ilgi gösterdiklerinde bebeğin sakinleşmesinin zor ve öfkeli olduğu görülmüştür. Ebeveynleri tarafından sevgi ile büyütülen ve daha çok ilgilenilen çocuklara nazaran ebeveynlerinin olumsuz tutum sergileyen ve yeterince ilgilenilmeyen çocukların daha öfkeli durumlar sergilediği görülmüştür. Tüm bunların sonucunda çevresel etkilerin düşmanlık durumunun artışına sebep olduğu söylenebilir (Smith, 1992).

#### **2.4.5. Somatizasyon**

Psikolojik rahatsızlıkların somatoform bozuklukları içerisinde bulunan somatizasyon, bireyde hiçbir şekilde fizyolojik olarak bir temeli ya da nedeni olmaksızın fiziksel olarak şikayetlerin bulunması durumu olarak açıklanmaktadır (Durant & Barlow, 2009). DSM'5'te somatizasyonun belirtileri; günlük hayat içerisindeki yaşamımı aksatacak derecede yoğun olarak yaşanan ve çokça zaman kaybı oluşturan bir hale gelmesi ile belirtilerin kişiyi fazlaca endişeye sevk etmesi ve bu nispette duygu, düşünce ve davranışlara yansiyarak ortaya çıktığı ifade edilmiştir (APA, 2013).

Somatizasyon belirtileri; baş dönmesi, sırt ağrısı, nefes darlığı, karın ağrısı ve bayılmak nöbetleri örnek olarak gösterilirken bu belirtiler sosyal olarak kişilerin uyumlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Şahin vd., 2001). Literatürde başka bir yaklaşıma göre de somatizasyon psikosozal olarak yaşanan problemlerin fiziksel olarak ifade edilişi olarak da açıklanmaktadır (Rosen vd., 1982). Somatizasyonun ortaya çıkışına bakıldığı zaman sosyal, kültürel, psikolojik ve biyolojik temellerin ortam hazırladığı söylenebilir. Kalıtsal faktörler, kişilik özellikleri, stresli olaylar, eğitim düzeyinin düşük olması, çocuklukta yaşanan travmalar örnek verilebilir (Richardson & Engel, 2004; Brown, 2004).

Duyguların ifade edilmesinin hoş karşılanmadığı geleneksel toplumlar da aile içi iletişimin zayıf olduğu, ebeveynlerin müdahaleci, sinirli ve duysal destek konularında bilinçli olmadığı ortamlarda yetişen bireylerde somatizasyona eğilimli oldukları ortaya konmuştur (Kesebir, 2004; Eray vd., 2015). Çeşitli kültürlerde insanların yaşadıkları duyguları ifade etmek için tanımlayıcı kelimeler üretilmemiş olması bu duyguların ifadesi için beden aracılığıyla ifade bulduğu gözlenmiştir (Şahin vd., 2001). Somatizasyonu destekleyen bir diğer durum ise kişinin çocukluk döneminde yaşamış olduğu aile içerisinde bedensel rahatsızlıkların ortaya çıkışında çevreden daha çok ilgi ve şefkat görülmesine dair tecrübelerdir (Kesebir, 2004).

#### **2.5. Konuyla İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde yabancılaşıma kavramıyla ilgili olarak yurt içinde ve yurt dışında yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

##### **2.5.1. Konuyla İlgili Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar**

Yabancılaşımayla ilgili olarak birçok araştırmanın yapıldığı söylenebilir. Ancak yapılan bu çalışmaları tek bir bilimsel alan içerisinde ele alıp değerlendirmenin zor olduğu

görülmektedir. Sosyoloji, edebiyat, felsefe, eğitim ve psikoloji gibi alanlarda çalışmalar yapılırken yine bu bağlamda ölçek geliştirme çalışmaları yapılmıştır.

Türkiye’de yabancılaşma ile ilgili çalışmaların sosyoloji alanında daha yoğunluk kazandığı görülürken eğitim ve iş yaşamında örgütsel anlamda yabancılaşma konusu ele alınmaktadır. Ortaya koyulan çalışmalar neticesinde eğitim alanında okula yabancılaşma ele alınırken daha özelinde öğrenci, öğretmen ve idarecilerin yabancılaşmasına yönelik çalışmalar yapılmıştır. Okul açısından ele alınırken de işe, mesleğe eğitime yabancılaşma konularında çalışmalar yapılmıştır (Yiğit, 2010; Çalışır, 2006; Elma, 2003; Celep, 2008; Gülgören, 2011).

Yabancılaşmayı demografik değişkenler açısından ele alındığında yaş grupları açısından ilerleyen yaşlardaki bireylerin, cinsiyet açısından erkeklerin (Atan, 2011), sosyoekonomik seviyesinin düşük olanların ve eğitim seviyesinin düşük olanların yabancılaşma düzeylerinin de fazla olduğu görülmektedir (Yalçın, 2009). Sosyoekonomik açıdan yabancılaşmayı ele alan bir başka çalışmada da Sanberk (2003) sosyoekonomik açıdan alt ve orta düzeyde olan kesimin yabancılaşma düzeylerinin yüksek olduğunu görmüştür.

Okul temelli çalışmalar ele alındığında Erjem (2005) lise kademesinde öğretmenlerle yaptığı çalışmada öğretmenlerin eğitime yabancılaşıp yabancılaşmadığı sorusuna yanıt aramıştır. Bunun sonucunda ise yabancılaşmanın birçok boyutunu öğretmenlerin yaşadığını görmüştür. En çok dikkat çeken boyutlardan biri güçsüzlük boyutudur. Öğretmenlerin elinde bulunan müfredatın, okulun yönetsel olarak işlemlerinin kendi hareket alanlarını sınırlandığı, yetkilerini azalttığını düşünmektedirler.

Bir diğer okul temelli çalışmada da Uzun (2006) okula yabancılaşma düzeyini ölçmeye yönelik bir ölçeğe aracı geliştirmiş aynı zamanda 5. Sınıftaki öğrencilerin okula yabancılaşma düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla yabancılaşma düzeyi gösterdikleri görülürken sosyoekonomik açıdan herhangi bir anlamlılık bulunamamıştır.

Duru (1995) çalışmasında ise üniversite öğrencileri üzerinden yabancılaşma ve yalnızlık düzeyleri arasında ilişkiyi bulmaya çalıştığı çalışmasında yabancılaşma düzeyi yüksek olan öğrencilerin sosyal ve duysal izolasyon olmak üzere iki farklı türde yalnızlık duygusunu yaşadıklarını ortaya koymuştur. Bu öğrencilerin yabancılaşma ve yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Özçınar (2011) çalışmasında yabancılaşıma ve tükenmişliği birlikte incelemiştir. Araştırma sonucunda iki değişken arasında pozitif ve çift yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Yani tükenmişliğin artması yabancılaşımaya sebep olurken aynı zamanda yabancılaşımanın artması tükenmişliğe sebep olduğunu görülmüştür.

Kırman (2020) çalışmasında yabancılaşımanın çocukluk dönemi ruhsal travmaların ve eylemlilik arasında ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda eylemliliğin yabancılaşıma üzerinde negatif etkisi olduğunu bulunmuştur. Yani eylemliliği fazla olan bireyin yabancılaşıma düzeyinin azaldığını görülmüştür. Çocukluk çağı travmalarının da yabancılaşıma üzerinde bir etkisinin olmadığı görülmüştür.

Yabancılaşıma il ilgili yurt içinde birçok ölçek geliştirme çalışması yapılmıştır. Bu çalışmaların büyük çoğunluğunun eğitim alanında geliştirilen yabancılaşıma ölçekleri olduğunu görmekteyiz. Şimşek vd., (2015) lise öğrencilerinin yabancılaşıma düzeylerini ölçmek için okula yabancılaşıma ölçeği, Kurtulmuş vd., (2016) üniversite öğrencileri yabancılaşıma ölçeği, Kıhrı (2013) okul öncesinde çalışan öğretmenler için okul öncesi öğretmenlerinin mesleğe yabancılaşıma ölçeği, Çağlar (2015), Sanberk (2003) öğrenci yabancılaşıma ölçeklerini geliştirmişlerdir. Uyarlama çalışması olarak da Güğercin ve Aksay (2017) Dean'ın yabancılaşıma ölçeğini ve Akkuş (2016) sosyal yabancılaşıma ölçeğinin uyarlamasını yapmıştır.

### **2.5.2. Konuyla İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar**

Lee & Lee (2002) lise düzeyinde öğrenim gören 226 ergenle yapılmıştır. Yabancılaşıma, depresyon, intihar düşüncesi ve suçluluk duygusu değişkenleri arasındaki ilişkiye bakılan araştırmada yabancılaşıma düzeyi yüksek olan öğrencilerin depresyon, intihar düşüncesi ve suçluluk duyguları arasında pozitif korelasyon görülmüştür.

Lee (2007) yaptığı çalışmada yine lise düzeyinde öğrenim gören 412 ergenle beraber yapılmıştır. Yabancılaşıma, depresyon ve intihar düşünceleri değişkenleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmada da depresyonun yabancılaşımadan önemli ölçüde etkilendiği bulunmuştur.

Cho & Lee (2010) yaptığı çalışmada 517 ergenle yaptığı çalışmada yabancılaşıma ile depresyon arasında pozitif korelasyon bulunmuştur.

Sun vd., (2021) yaptığı çalışma ise 1388 kişiyi 12 ay boyunca takip ettiği boylamsal bir araştırmadır. Çin'de çocukların ebeveynlerinden ayrı kaldığı durumlarda ebeveynlerine

yabancılaştığı ve çocukların ruh sağlığı üzerinde boylamsal bir araştırma yapılmak istenmiş araştırma sonucunda 12 ay sonunda ebeveynlerine yabancılaşan çocuklarda depresyon yaşandığı görülmüştür.

Heaven & Boster (1986) yaptığı çalışmada ise yabancılaşma ile belirli bazı psikolojik değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Yabancılaşan kişilerin kaygılı olduğunu, düşük özgüvene sahip olduğu ve otoriteye saygılı olmadıkları görülmüştür.

Baker & Verocchio (2016) İtalya’da 590 yetişkinle yapılan çalışmada ebeveyn yabancılaşma davranışına maruz kalan bireylerde kaygı ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda ebeveyn yabancılaşmasına maruz kalan bireylerde daha yüksek kaygı ve depresyon oranlarıyla ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Tarquin & Cook-Cottone (2008) yaptığı çalışmada öğrenci yabancılaşma deneyimleri ile benlik kavramının çeşitli yönleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda öğrenci yabancılaşma toplam puanı bile benlik kavramı puanı arasında negatif korelasyon görülmüştür. Yani yabancılaşan öğrencinin daha düşük benlik kavramı bildirme eğiliminde oldukları görülmüştür.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizine yer verilmiştir.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada tek seferde farklı yaş gruplarından veriler elde edildiği için kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Kesitsel araştırma deseneninde betimlenecek değişkenler bir seferde ölçülür (Büyüköztürk vd., 2021).

Araştırmada beliren yetişkin bireylerin psikolojik belirtilerin yabancılaşıma algısı üzerindeki etkisini incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu modelde değişkenler ayrı ayrı betimlenir. İlişkisel tarama modeli de iki veya daha fazla değişken arasında ilişkinin derecesini ya da varlığını ortaya koymak amaçlanır (Büyüköztürk vd., 2021).

Araştırmanın bağımlı değişkeni yabancılaşıma algısıyken bağımsız değişkeni psikolojik belirtilerdir.

#### 3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evreni Türkiye’ de 18-26 yaş aralığında olan beliren yetişkinler olurken örnekleme ise Aksaray Üniversitesinde öğrenim gören 18-26 yaş aralığında bulunan beliren yetişkinlerden oluşmaktadır. Ölçme araçlarının uygulanacağı bireyler “18-26 yaş aralığında beliren yetişkinler” olacağı için amaçlı (purposive) örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Bu örnekleme yöntemi araştırmanın problemini çözüme ulaştıracığı düşünülen bireylerden oluşur ve evrenin bir veya birden fazla alt kesimi amaçlı olarak seçilir (Büyüköztürk vd., 2021). Katılımcı grubu da bu bağlamda değerlendirilecek olup 18-26 yaş aralığında 535 beliren yetişkin gruptan verilerin toplanmıştır.

Araştırmaya katılacak olan katılımcılar pratik sebeplerden ötürü (aynı anda birçok kişiden veri toplama, örnekleme uygun kitle gibi) lisans üniversitede öğrenim öğren bireylerden seçilmiştir. Veriler toplanırken katılımcıların gönüllülük ilkesi göz önünden bulundurulmuştur.

**Tablo 1.** Katılımcılara İlişkin Demografik Değişkenler

| Değişken                     | Kategori        | N   | %      |
|------------------------------|-----------------|-----|--------|
| Cinsiyet                     | Kadın           | 327 | % 65.1 |
|                              | Erkek           | 175 | % 34.9 |
|                              | Toplam          | 502 | % 100  |
| Yaş                          | 18-19 Yaş       | 141 | % 28.1 |
|                              | 20-24 Yaş       | 316 | % 62.9 |
|                              | 25-26 Yaş       | 45  | % 9.0  |
| Sınıf Düzeyi                 | 1 Sınıf         | 137 | % 27.3 |
|                              | 2 Sınıf         | 107 | % 21.3 |
|                              | 3 Sınıf         | 119 | % 23.7 |
|                              | 4 Sınıf         | 139 | % 27.7 |
| Algılanan Gelir Düzeyi       | Zayıf           | 50  | % 10   |
|                              | Orta            | 295 | % 58.8 |
|                              | İyi             | 157 | % 31.3 |
| Anne Baba Birliktelik Durumu | Beraber         | 450 | % 89.6 |
|                              | Ayrı            | 52  | % 10.4 |
| Anne Eğitim Düzeyi           | İlkokul         | 37  | % 7.4  |
|                              | Ortaokul        | 283 | % 56.4 |
|                              | Lise            | 131 | % 26.1 |
|                              | Lisans ve Üzeri | 51  | % 10.2 |
| Baba Eğitim Düzeyi           | İlkokul         | 15  | % 3.0  |
|                              | Ortaokul        | 215 | % 42.8 |
|                              | Lise            | 177 | % 35.3 |
|                              | Lisans ve Üzeri | 95  | % 18.9 |

Tabloya bakıldığında toplamda 502 katılımcının 327'si (%65,1) kadın, 175'i (%34,9) erkektir. Araştırmaya katılan kişilerin yaş aralığı 18-26 arasında değişiklik gösterirken 18-19 yaş arasında 141 (%28,1), 20-24 yaş arasında 316 (%62,9), 25-26 yaş arasında 45 (%9) kişi araştırmaya katılmıştır. Lisans düzeyi sınıflardan toplanan verilerde tüm sınıf düzeyleri hemen hemen benzer dağılımlardan gelmektedir. Araştırmaya katılan kişilerin algılamış oldukları gelir düzeyinde ise katılımcıların 50'si (%10) zayıf, 295'i (%58,8) orta, 157'si iyi (%31,3) olarak belirtmişlerdir. Katılımcıların büyük bir çoğunluğu 450'si (%89,6) anne babalarının ayrı olmadığını beraber olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların yarısından fazlasının 283'ü (%56,4) anne eğitim düzeylerini ortaokul mezunu olarak belirtmişlerdir. Katılımcıların baba eğitim düzeylerine bakıldığında da ortaokul ve lise mezunu sayılarının diğer eğitim düzeylerinden daha fazla olduğu görülmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırmada verilerin toplanabilmesi için Kişisel Bilgi Formu, Kısa Semptomlar Envanteri (Şahin ve Durak, 1994) ve Yabancılaşma Algısı Ölçeği (Özkara, 2022) kullanılmıştır. Kısa Semptomlar Envanteri için gerekli izin alınmıştır.

#### **3.3.1 Kişisel Bilgi Formu (KBF)**

Katılımcıların yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan gelir düzeyi, anne baba birliktelik durumu, anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyi gibi bilgilerin toplanması için kişisel bilgi formu hazırlanmıştır.

#### **3.3.2. Kısa Semptomlar Envanteri (KSE)**

Derogatis (1992) tarafında geliştirilen Psikolojik Belirti Tarama (SCL-90-R) testindeki 90 maddenin kısaltılmasıyla 53 maddeden oluşan kısa semptomlar envanteri geliştirilmiştir. Şahin ve Durak (1994) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan ölçeğin güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları yapılmıştır. Ölçekte bulunan 53 madde 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar depresyon, anksiyete, düşmanlık, kaygı ve olumsuz benlikten oluşmaktadır. Bu ölçek kişinin kendisini değerlendirmesine olanak sağlayan öz bildirimine dayalı psikiyatrik tarama aracı olup aynı zamanda ruhsal belirtiler yönünden zorlanma düzeyi ve psikopatoloji düzeyini ölçen bir testtir. Ölçek 5'li likert tipte hazırlanmış olup 0-4 arasında (0=Hiç yok, 1=Biraz, 2=Orta derecede, 3=Fazla, 4=Çok fazla) puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye

uyarlanma sürecinde yapılan güvenirlik analizleri sonucunda ölçeğin tamamı için elde edilen Cronbach Alfa değeri .96 olarak bulunurken alt boyutlar için elde edilen iç tutarlılık değeri .75 ile .87 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten elde edilen puan ne kadar yüksekse psikolojik belirtilerin de o ölçüde arttığını göstermektedir (Şahin ve Durak, 1994). Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alfa değeri .95 olarak bulunmuştur.

### 3.3.3. Yabancılaşma Algısı Ölçeği (YAÖ)

Özkara (2022) tarafından geliştirilen Yabancılaşma Algısı Ölçeği toplam 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçek güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgi olmak üzere beş boyuttan oluşmaktadır. 5’li likert tipte geliştirilen ölçekte 1-5 arasında (1= Bana hiç uygun değil, 2= Bana uygun değil, 3= Bana bazen uygun bazen uygun değil, 4= Bana uygun, 5= Bana çok uygun) arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan en az puan 25 iken en fazla alınan puan ise 125’tir.

Ölçeğin geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin geçerlilik çalışması neticesinde yapılan Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) sonucuna göre güçsüzlük boyutu altında 4 madde, normsuzluk boyutu altında 5 madde, anlamsızlık boyutu altında 9 madde, düşük kişisel farkındalık boyutu altında 3 madde, düşük sosyal ilgi boyutu altında 4 madde bulunmaktadır. Maddeler .51 ile .80 arasında faktör yük değerleri bulunmaktadır. Ölçekteki 5 boyutun açıkladığı toplam varyans değeri ise % 61 seviyesindedir. Ölçeğin güvenirlik analizi için yapılan Cronbach Alfa değeri ise .91 ile yüksek seviyede bulunmuştur. Alt boyutlar için yapılan güvenirlik analizi sonucunda da Cronbach Alfa değeri .70 ile .90 arasında değişmektedir. Ayrıca ölçeğin test tekrar test yöntemi ile de güvenirliği incelenmiştir. 90 öğrenciye iki hafta ara ile uygulanan YAÖ’nin Pearson Momentler Çarpımı .90 olduğu görülmüştür.

Ölçeğin Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapıldığında ise beş boyutlu yapının iyilik uyum endeksi değerleri ise  $\chi^2/sd$  oranı 1.53, CFI değeri .94, RMSEA değeri .05 IFI değeri .94 TLI değeri .93 GFI değeri .87 ve NFI değeri .85 olarak bulunmuştur. Bu değerler sonucunda beş boyutlu modelin uyumlu olduğu söylenebilir (Özkara, 2022). Bu bilgilerden hareketle Yabancılaşma Algısı Ölçeği yabancılaşma algısını güvenilir ve geçerli bir biçimde ölçtüğü söylenebilir. Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alfa değeri .92 olarak bulunmuştur. Ayrıca bu çalışmada tekrardan Doğrulamalı Faktör Analizi yapılmış olup beş boyutlu yapının iyilik uyum endeksi değerleri ise  $\chi^2/sd$  oranı 2.27, CFI değeri .94, RMSEA değeri .05 IFI değeri .94 TLI değeri .93 GFI değeri .91 ve NFI değeri .90 olarak bulunmuştur.

### 3.4. Veri Toplama Süreci

Araştırmaya başlamadan önce Kısa Semptomlar Envanterini araştırmada kullanmak için ölçeğin Türkçe uyarlamasını yapan araştırmacıdan e-posta aracılığıyla izin alınmıştır. Araştırmada örnekleme ulaşmak için de Aksaray Üniversitesi rektörlüğünden gerekli etik kurul izinleri alınmıştır. Ayrıca ölçekleri yüz yüze sınıf ortamında uygulamak içinde veri toplanacak fakültelerden gerekli izinler alınmıştır. Veriler sınıf ortamında bireysel olarak yüz yüze toplanırken katılımcılara araştırmaya katılımın gönüllülük esasına göre olduğu belirtilmiştir. Veri toplamaya başlamadan önce de ölçekteki maddeleri samimi ve içten şekilde doldurmalarının araştırmayı pozitif yönde etkileyeceği konusunda bilgilendirme yapılmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Çalışma kapsamında demografik bilgiler formu, yabancılaşma algısı ölçeği ve kısa semptomlar envanteri kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan kısa semptomlar envanteri için ölçeği uyarlayan akademisyenden e-mail yoluyla izin alınmıştır. Araştırmaya 535 beliren yetişkin katılmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS 26 istatistik programı ile analiz edilmiştir. Uç değer oluşturan 33 kişi analize dahil edilmemiştir. Analiz toplamda 502 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Analizde kullanılan ölçme araçlarının öncelikle Cranboch Alfa değerlerine bakılmış olup her iki ölçeğinde değerinin .70'ten fazla olduğu görülmüştür. Verilerin analizinde, T Testi, Anova, Pearson Korelasyon ve Basit Doğrusal Regresyon Analizleri uygulanmıştır. Verilerin normallik dağılımından gelip gelmediğine bakmak için de çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Verilerin normallik dağılımına bakıldığında yabancılaşma algısı ölçeği ve kısa semptomlar envanterinin çarpıklık ve basıklık değerleri  $\pm 1$  aralığında olduğu ve normal dağılımdan geldiğini göstermektedir (Hair vd., 2013). Hesaplama sonuçları Tablo 2'de gösterilmektedir.

**Tablo 2.** Yabancılaşma Algısı Ölçeği ve Kısa Semptomlar Envanteri Puanlarına Ait Betimsel Değerler

|                           | N   | $\bar{X}$ | SS    | Çarpıklık | Basıklık | Std. Hata |
|---------------------------|-----|-----------|-------|-----------|----------|-----------|
| Yabancılaşma Toplam       | 502 | 61.07     | 6.39  | .38       | -.57     | .73       |
| Güçsüzlük                 | 502 | 9.17      | 2.94  | .54       | .18      | .13       |
| Normsuzluk                | 502 | 13.76     | 3.59  | .14       | -.38     | .17       |
| Anlamsızlık               | 502 | 22.26     | 8.03  | .49       | -.41     | .35       |
| Düşük Kişisel Farkındalık | 502 | 8.11      | 2.83  | .24       | -.52     | .12       |
| Düşük Sosyal İlgisi       | 502 | 7.75      | 3.37  | 1.06      | .77      | .15       |
| Psikolojik Belirti Toplam | 502 | 119.39    | 35.58 | .62       | -.34     | 1.58      |

Yabancılaşma Algısı Ölçeği ile Kısa Semptomlar Envanterinin örneklem sayısı, aritmetik ortalaması, standart sapması, basıklık, çarpıklık değerleri ve standart hatası yukarıdaki tabloda verilmiştir. Normallik analizi sonucunda basıklık ve çarpıklık değerleri  $\pm 1$  değeri arasında olduğu görülmüştür. Hem YAÖ hem de KSE için analizlerde parametrik test kullanabilmek için aranan normallik ön koşulunu karşılamıştır.

Uygulama sonucundaki analizlerin normal dağılımdan geldiği ve parametrik testler için diğer koşulların sağladığı şartlar için iki ilişkisiz örneklemde ortalamaların arasında bulunan farkın anlamlı olup olmadığı durumlarda t testi yapılmıştır. İki den daha fazla grubun örneklemine bakıp aralarında bulunan farkın anlamlı olup olmadığı durumlarda da Tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Araştırma da bağımsız değişken olarak kullanılan psikolojik belirtiler ve bağımlı değişken olan yabancılaşma arasındaki ilişki için regresyon koşullarının sağladığı görülerek basit doğrusal regresyon yapılmıştır. Bu ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiye bakmak için de Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı hesaplanmıştır (Büyüköztürk, 2021). Araştırmada hata payı .05 olarak alınmıştır.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde beliren yetişkinlerin demografik bilgilerine göre yabancılaşma algılarına ilişkin bulgular sunulurken beliren yetişkinlerin psikolojik belirtileri ile yabancılaşma algıları arasındaki yordayıcı ilişkilere ait bulgulara yer verilmiştir.

#### 4.1. Beliren Yetişkinlerde Yabancılaşma Algısı ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki Farklılık Analizine İlişkin Bulgular

Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı ile sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiyi incelerken varyans homojenliğinin sağladığı ve iki kategoriye sahip değişkenin olduğu durumda Bağımsız Örneklem T Testi uygulanmıştır. Homojenliğin sağladığı ve ikiden fazla kategoriye sahip değişkenin olduğu durumda Tek Yönlü Anova testi uygulanmıştır. Varyans homojenliğin sağlandığı ikiden fazla kategoriye sahip değişkenlerin post-hac analizi için Tukey ve Scheffe testi uygulanmıştır.

**Tablo 3.** Yabancılaşma Algısının Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Sonuçları

|              | Cinsiyet | n   | $\bar{X}$ | s     | T     | p    |
|--------------|----------|-----|-----------|-------|-------|------|
| Yabancılaşma | Kadın    | 327 | 61.79     | 16.27 | -.518 | .605 |
|              | Erkek    | 175 | 61.59     | 16.65 |       |      |

Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı ile cinsiyet arasındaki ilişki incelendiğinde beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısının cinsiyet açısından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $t=-.518$ ,  $p=.60$ ,  $p>.05$ ).

**Tablo 4.** Yabancılaşma Algısının Yaş Değişkenine Göre ANOVA Testi Sonuçları

|              | Yaş       | n   | $\bar{X}$ | s     | F    | P    |
|--------------|-----------|-----|-----------|-------|------|------|
| Yabancılaşma | 18-19 Yaş | 141 | 62.57     | 16.19 | .993 | .371 |
|              | 20-24 Yaş | 316 | 60.77     | 15.80 |      |      |
|              | 25-26 Yaş | 45  | 58.82     | 20.62 |      |      |

Yabancılaşma toplam puanı katılımcıların yaş düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonucu Tablo 4’de gösterilmiştir. Tablo incelendiğinde yabancılaşma toplam puanı ile katılımcıların yaş düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ( $F=.993$ ,  $p>.05$ ).

**Tablo 5.** Yabancılaşma Algısının Sınıf Düzeylerine Göre ANOVA Testi Sonuçları

|              | Sınıf Düzeyi | n   | $\bar{X}$ | s     | F    | P    |
|--------------|--------------|-----|-----------|-------|------|------|
| Yabancılaşma | 1            | 137 | 60.67     | 15.49 | 1.16 | .322 |
|              | 2            | 107 | 63.51     | 16.85 |      |      |
|              | 3            | 119 | 61.00     | 15.31 |      |      |
|              | 4            | 139 | 59.65     | 17.71 |      |      |

Yabancılaşma toplam puanı katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonucu Tablo 5’de gösterilmiştir. Tablo incelendiğinde yabancılaşma toplam puanı ile katılımcıların sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ( $F=1.16$ ,  $p>.05$ ).

**Tablo 6.** Yabancılaşma Algısının Algılanan Gelir Düzeylerine Göre ANOVA Testi Sonuçları

|              | Algılanan Gelir Düzeyi | n   | $\bar{X}$ | S     | F     | P    |
|--------------|------------------------|-----|-----------|-------|-------|------|
| Yabancılaşma | Zayıf                  | 50  | 66.48     | 17.07 | 4.282 | .014 |
|              | Orta                   | 295 | 61.35     | 16.26 |       |      |
|              | İyi                    | 157 | 58.83     | 16.06 |       |      |

Yabancılaşma toplam puanı katılımcıların algılanan gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonucu Tablo 6’da gösterilmiştir. Tablo incelendiğinde yabancılaşma toplam puanı ile katılımcıların algılanan gelir düzeylerine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ( $F=4.282$ ,  $p<.05$ ). Analiz sonucunda farklılaşma

düzeylerinin hangi yönde bulmak için Post Hoc testi uygulanmıştır. Post Hoc sonucu aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

**Tablo 7.** Yabancılaşma Algısının Algılanan Gelir Düzeylerine Göre POST HOC Testi Sonuçları

|                        |       |       | Ortalama Fark | Standart Hata | p    |
|------------------------|-------|-------|---------------|---------------|------|
| Algılanan Gelir Düzeyi | Zayıf | Orta  | 5.12          | 2.49          | .121 |
|                        |       | İyi   | 7.64*         | 2.64          | .016 |
|                        | Orta  | Zayıf | -5.12         | 2.49          | .121 |
|                        |       | İyi   | 2.51          | 1.60          | .295 |
|                        | İyi   | Zayıf | -7.64*        | 2.64          | .016 |
|                        |       | Orta  | -2.51         | 1.60          | .295 |

Tablo 7’de post hoc sonuçlarına bakıldığında yabancılaşma algısı katılımcıların algılanan gelir düzeylerine göre anlamlı bir farklılık görülmektedir ( $p<.05$ ). Algılanan gelir düzeyleri arasındaki anlamlı farklılığın hangi gelir düzeyleri arasında olduğunu tespit etmek için scheffe testi sonuçlarına bakıldığında; algılanan gelir düzeyi zayıf olan katılımcıların ( $\bar{X}=66.48$ ), algılanan gelir düzeyi iyi ( $\bar{X}=58.83$ ) olan katılımcılara göre yabancılaşma algısı puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

**Tablo 8.** Yabancılaşma Algısının Anne Baba Birliktelik Durumuna Göre T Testi Sonuçları

|              | Anne Baba Birliktelik Durumu | n   | $\bar{X}$ | s     | T    | p    |
|--------------|------------------------------|-----|-----------|-------|------|------|
| Yabancılaşma | Beraber                      | 450 | 61.16     | 16.11 | .365 | .715 |
|              | Ayrı                         | 52  | 60.28     | 18.78 |      |      |

Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı ile anne baba birliktelik durumu arasındaki ilişki incelendiğinde beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısının anne baba birliktelik durumu bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ( $t=-.365$ ,  $p=.70$ ,  $p>.05$ ).

**Tablo 9.** Yabancılaşma Algısının Anne Eğitim Düzeylerine Göre ANOVA Testi Sonuçları

|              | <b>Anne<br/>Eğitim<br/>Düzeyi</b> | <b>n</b> | <b><math>\bar{X}</math></b> | <b>s</b> | <b>F</b> | <b>P</b> |
|--------------|-----------------------------------|----------|-----------------------------|----------|----------|----------|
| Yabancılaşma | Okur yazar                        | 37       | 60.10                       | 15.66    | .245     | .865     |
|              | İlköğretim                        | 283      | 61.41                       | 16.75    |          |          |
|              | Lise                              | 131      | 61.23                       | 16.49    |          |          |
|              | Lisans ve<br>Üzeri                | 51       | 59.49                       | 14.90    |          |          |

Yabancılaşma toplam puanı katılımcıların anne eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonucu Tablo 9'da gösterilmiştir. Tablo incelendiğinde yabancılaşma toplam puanı ile katılımcıların anne eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ( $F=.245$ ,  $p>.05$ ).

**Tablo 10.** Yabancılaşma Algısının Baba Eğitim Düzeylerine Göre ANOVA Testi Sonuçları

|              | <b>Baba<br/>Eğitim<br/>Düzeyi</b> | <b>n</b> | <b><math>\bar{X}</math></b> | <b>s</b> | <b>F</b> | <b>P</b> |
|--------------|-----------------------------------|----------|-----------------------------|----------|----------|----------|
| Yabancılaşma | Okur yazar                        | 15       | 71.26                       | 15.43    | 2.886    | .035     |
|              | İlköğretim                        | 215      | 59.71                       | 16.72    |          |          |
|              | Lise                              | 177      | 60.85                       | 15.99    |          |          |
|              | Lisans ve<br>Üzeri                | 95       | 62.95                       | 16.02    |          |          |

Yabancılaşma toplam puanı katılımcıların baba eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin Anova sonucu Tablo 10'da gösterilmiştir. Tablo incelendiğinde yabancılaşma toplam puanı ile katılımcıların baba eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür ( $F=2.886$ ,  $p<.05$ ). Analiz sonucunda farklılaşma düzeylerinin hangi yönde bulmak için Post Hoc testi uygulanmıştır. Post Hoc sonucu aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

**Tablo 11.** Yabancılaşma Algısının Baba Eğitim Düzeylerine Göre POST HOC Testi Sonuçları

|                    |              | Ortalama Fark | Standart Hata | p    |      |
|--------------------|--------------|---------------|---------------|------|------|
| Baba Eğitim Düzeyi | Okuryazar    | İlköğretim    | 11.55*        | 4.35 | .041 |
|                    |              | Lise          | 10.41         | 4.38 | 0.83 |
|                    |              | Lisans/Üzeri  | 8.30          | 4.52 | .258 |
|                    | İlköğretim   | Okuryazar     | -11.55*       | 4.35 | .041 |
|                    |              | Lise          | -1.13         | 1.65 | .902 |
|                    |              | Lisans/Üzeri  | -3.24         | 2.00 | .372 |
|                    | Lise         | Okuryazar     | -10.41        | 4.38 | .083 |
|                    |              | İlköğretim    | 1.13          | 1.65 | .902 |
|                    |              | Lisans/Üzeri  | -2.10         | 2.07 | 3.23 |
|                    | Lisans/Üzeri | Okuryazar     | -8.30         | 4.52 | .258 |
|                    |              | İlköğretim    | 3.24          | 2.00 | .372 |
|                    |              | Lise          | 2.10          | 2.07 | .741 |

Tablo’da post hoc sonuçlarına bakıldığında yabancılaşma algısı katılımcıların baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık görülmektedir ( $p<.05$ ). Baba eğitim düzeyleri arasındaki anlamlı farklılığın hangi gelir düzeyleri arasında olduğunu tespit etmek için tukey testi sonuçlarına bakıldığında; baba eğitim düzeyi okuryazar olan katılımcıların ( $\bar{X}=71.26$ ), baba eğitim düzeyi ilköğretim ( $\bar{X}=59.71$ ) olan katılımcılara göre yabancılaşma algısı puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

#### 4.2. Beliren Yetişkinlerde Yabancılaşma Alt Boyutları ile Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişki Analizine Ait Bulgular

Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi tespit etmek için Pearson Korelasyon Katsayısı uygulanmıştır. Sonrasında psikolojik belirtilerin yabancılaşma algısı üzerindeki etkisine bakmak için de basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

**Tablo 12.** Beliren Yetişkinlerin Yabancılaşma Algıları ile Psikolojik Belirti Puanları Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Katsayısı

|                           | Güçsüzlük | Normsuzluk | Anlamsızlık | Düşük Kişisel Farkındalık | Düşük Sosyal İlgi | Psikolojik Belirti |
|---------------------------|-----------|------------|-------------|---------------------------|-------------------|--------------------|
| Güçsüzlük                 | 1         |            |             |                           |                   |                    |
| Normsuzluk                | ,312**    | 1          |             |                           |                   |                    |
| Anlamsızlık               | ,577**    | ,483**     | 1           |                           |                   |                    |
| Düşük Kişisel Farkındalık | ,444**    | ,404**     | ,634**      | 1                         |                   |                    |
| Düşük Sosyal İlgi         | ,333**    | ,307**     | ,492**      | ,392**                    | 1                 |                    |
| Psikolojik Belirti        | ,578**    | ,496**     | ,762**      | ,639**                    | ,569**            | 1                  |

\*\*p<0.01,\*p<0.05

Beliren yetişkinlerde yabancılaşmanın alt boyutları ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi tespit etmek için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda güçsüzlük ile psikolojik belirti arasında istatistiksel olarak anlamlı, orta düzeyde ve pozitif yönlü ( $p=.000$ ,  $r=.578$ ), normsuzluk ile psikolojik belirti arasında istatistiksel olarak anlamlı, orta düzeyde ve pozitif yönlü ( $p=.000$ ,  $r=.496$ ), anlamsızlık ile psikolojik belirti arasında istatistiksel olarak anlamlı, yüksek şiddetli ve pozitif yönlü ( $p=.000$ ,  $r=.762$ ), düşük kişisel farkındalık ile psikolojik belirti arasında istatistiksel olarak anlamlı, orta düzeyde ve pozitif yönlü ( $p=.000$ ,  $r=.639$ ), düşük sosyal ilgi ile psikolojik belirti arasında istatistiksel olarak anlamlı, orta düzeyde ve pozitif yönlü ( $p=.000$ ,  $r=.569$ ) bir ilişki tespit edilmiştir.

#### **4.3. Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirtiler ile Yabancılaşma Alt Boyutlarına Ait Regresyon Analizi Sonuçları**

Bu bölümde psikolojik belirtilerin yabancılaşmanın alt boyutları olan güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgiye etkisine bakmak için basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

**Tablo 13.** Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyi ile Güçsüzlük Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları

Model Analizi

| Model | R                 | R <sup>2</sup> | Düzeltilmiş R<br>Kare | Tahmini Std.<br>Hata |
|-------|-------------------|----------------|-----------------------|----------------------|
| 1     | .578 <sup>a</sup> | .334           | .333                  | 2.40735              |

a. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Anova

| Model |           | Kareler<br>Toplamı | Df  | Kareler<br>Ortalaması | F       | p                 |
|-------|-----------|--------------------|-----|-----------------------|---------|-------------------|
| 1     | Regresyon | 1453.612           | 1   | 1453.612              | 250.826 | .000 <sup>b</sup> |
|       | Artık     | 2897.655           | 500 | 5.795                 |         |                   |
|       | Toplam    | 4351.267           | 501 |                       |         |                   |

a. Bağımlı Değişken: Güçsüzlük Boyutu

b. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Yukarıdaki tabloya bakıldığı zaman R kare değerine göre, psikolojik belirtiler güçsüzlük düzeyinin %33.4'nü açıklar niteliktedir. Regresyon analizi sonucunda ortaya çıkan anova analizi neticesinde elde edilen p anlamlılık değerinin .000 olduğundan dolayı istatistiksel olarak kurulan modelin anlamlı olduğunu işaret eder.

Katsayılar<sup>a</sup>

| Model |              | Standardize<br>Olmayan Katsayılar |           | Standardize<br>Katsayılar |        | p    |
|-------|--------------|-----------------------------------|-----------|---------------------------|--------|------|
|       |              | B                                 | Std. Hata | Beta                      | t      |      |
| 1     | (Constant)   | 3.457                             | .376      |                           | 9.181  | .000 |
|       | Yabancılaşma | .048                              | .003      | .578                      | 15.837 | .000 |

a. Bağımlı Değişken: Güçsüzlük Alt Boyutu

Katsayılar tablosuna bakıldığı zaman psikolojik belirtiler ile güçsüzlük düzeyi arasındaki etkiye bağlı ilişki anlamlıdır. Tablo 13'deki sonuca göre psikolojik belirtiler düzeyindeki 1 birimlik artış güçsüzlük düzeyi üzerinde 0.48'lik bir artış sağlamaktadır.

**Tablo 14.** Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyi ile Normsuzluk Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları

Model Analizi

| Model | R                 | R <sup>2</sup> | Düzeltilmiş<br>Kare | R Tahmini<br>Hata | Std. |
|-------|-------------------|----------------|---------------------|-------------------|------|
| 1     | .496 <sup>a</sup> | .246           | .245                | 3.46967           |      |

a. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler  
Anova

| Model |           | Kareler<br>Toplamı | Df  | Kareler<br>Ortalaması | F       | p                 |
|-------|-----------|--------------------|-----|-----------------------|---------|-------------------|
| 1     | Regresyon | 1966.953           | 1   | 1966.953              | 163.387 | .000 <sup>b</sup> |
|       | Artık     | 6019.310           | 500 | 12.039                |         |                   |
|       | Toplam    | 7986.263           | 501 |                       |         |                   |

a. Bağımlı Değişken: Normsuzluk Alt Boyutu

b. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Yukarıdaki tabloya bakıldığı zaman R kare değerine göre, psikolojik belirtiler normsuzluk düzeyinin %24.6'nı açıklar niteliktedir. Regresyon analizi sonucunda ortaya çıkan anova analizi neticesinde elde edilen p anlamlılık değerinin .000 olduğundan dolayı istatistiksel olarak kurulan modelin anlamlı olduğunu işaret eder.

Katsayılar<sup>a</sup>

| Model |              | Standardize<br>Katsayılar | Olmayan<br>Std. Hata | Standardize<br>Katsayılar | t      | p    |
|-------|--------------|---------------------------|----------------------|---------------------------|--------|------|
| 1     | (Constant)   | 7.117                     | .543                 |                           | 13.116 | .000 |
|       | Yabancılaşma | .056                      | .004                 | .496                      | 12.782 | .000 |

a. Bağımlı Değişken: Normsuzluk Alt Boyutu

Katsayılar tablosuna bakıldığı zaman psikolojik belirtiler ile normsuzluk düzeyi arasındaki etkiye bağlı ilişki anlamlıdır. Tablo 14'deki sonuca göre psikolojik belirti düzeyindeki 1 birimlik artış normsuzluk düzeyi üzerinde 0.56'lık bir artış sağlamaktadır.

**Tablo 15.** Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyleri ile Anlamsızlık Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları

Model Analizi

| Model | R                 | R <sup>2</sup> | Düzeltilmiş<br>Kare | R Tahmini<br>Hata | Std. |
|-------|-------------------|----------------|---------------------|-------------------|------|
| 1     | .762 <sup>a</sup> | .581           | .580                | 5.20661           |      |

a. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Anova

| Model |           | Kareler<br>Toplamı | Df  | Kareler<br>Ortalaması | F       | p                 |
|-------|-----------|--------------------|-----|-----------------------|---------|-------------------|
| 1     | Regresyon | 18809.391          | 1   | 18809.391             | 693.850 | .000 <sup>b</sup> |
|       | Artık     | 13554.372          | 500 | 27.109                |         |                   |
|       | Toplam    | 32363.763          | 501 |                       |         |                   |

a. Bağımlı Değişken: Anlamsızlık Alt Boyutu

b. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Yukarıdaki tabloya bakıldığı zaman R kare değerine göre, psikolojik belirtiler anlamsızlık düzeyinin %58'ini açıklar niteliktedir. Regresyon analizi sonucunda ortaya çıkan anova analizi neticesinde elde edilen p anlamlılık değerinin .000 olduğundan dolayı istatistiksel olarak kurulan modelin anlamlı olduğunu işaret eder.

Katsayılar<sup>a</sup>

| Model |              | Standardize<br>Olmayan Katsayılar |           | Standardize<br>Katsayılar |        | p    |
|-------|--------------|-----------------------------------|-----------|---------------------------|--------|------|
|       |              | B                                 | Std. Hata | Beta                      | t      |      |
| 1     | (Constant)   | 1.708                             | .814      |                           | 2.098  | .036 |
|       | Yabancılaşma | .172                              | .007      | .762                      | 26.341 | .000 |

a. Bağımlı Değişken: Anlamsızlık Alt Boyutu

Katsayılar tablosuna bakıldığı zaman psikolojik belirtiler ile anlamsızlık düzeyi arasındaki etkiye bağlı ilişki anlamlıdır. Tablo 15'deki sonuca göre psikolojik belirti düzeyindeki 1 birimlik artış anlamsızlık düzeyi üzerinde 0.172'lik bir artış sağlamaktadır.

**Tablo 16.** Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyleri ile Düşük Kişisel Farkındalık Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları

Model Analizi

| Model | R                 | R <sup>2</sup> | Düzeltilmiş<br>Kare | R | Tahmini<br>Hata | Std. |
|-------|-------------------|----------------|---------------------|---|-----------------|------|
| 1     | .639 <sup>a</sup> | .409           | .408                |   | 2.17845         |      |

a. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Anova

| Model |           | Kareler<br>Toplamı | Df  | Kareler<br>Ortalaması | F       | p                 |
|-------|-----------|--------------------|-----|-----------------------|---------|-------------------|
| 1     | Regresyon | 1640.481           | 1   | 1640.481              | 345.682 | .000 <sup>b</sup> |
|       | Artık     | 2372.818           | 500 | 4.746                 |         |                   |
|       | Toplam    | 4013.299           | 501 |                       |         |                   |

a. Bağımlı Değişken: Düşük Kişisel Farkındalık Alt Boyutu

b. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Yukarıdaki tabloya bakıldığı zaman R kare değerine göre, psikolojik belirtiler düşük kişisel farkındalık düzeyinin %40'ını açıklar niteliktedir. Regresyon analizi sonucunda ortaya çıkan anova analizi neticesinde elde edilen p anlamlılık değerinin .000 olduğundan dolayı istatistiksel olarak kurulan modelin anlamlı olduğunu işaret eder.

Katsayılar<sup>a</sup>

| Model |              | Standardize Olmayan<br>Katsayılar |           | Standardize<br>Katsayılar |        | p    |
|-------|--------------|-----------------------------------|-----------|---------------------------|--------|------|
|       |              | B                                 | Std. Hata | Beta                      | t      |      |
| 1     | (Constant)   | 2.045                             | .341      |                           | 6.001  | .000 |
|       | Yabancılaşma | .051                              | .003      | .639                      | 18.593 | .000 |

a. Bağımlı Değişken: Düşük Kişisel Farkındalık Alt Boyutu

Katsayılar tablosuna bakıldığı zaman psikolojik belirtiler ile düşük kişisel farkındalık düzeyi arasındaki etkiye bağlı ilişki anlamlıdır. Tablodaki sonuca göre psikolojik belirti düzeyindeki 1 birimlik artış düşük kişisel farkındalık düzeyi üzerinde 0.051'lik bir artış sağlamaktadır.

**Tablo 17.** Beliren Yetişkinlerde Psikolojik Belirti Düzeyleri ile Düşük Sosyal İlgili Puanları Üzerindeki Etkisine Ait Regresyon Analizi Sonuçları

Model Analizi

| Model | R                 | R <sup>2</sup> | Düzeltilmiş<br>Kare | R Tahmini<br>Hata | Std. |
|-------|-------------------|----------------|---------------------|-------------------|------|
| 1     | .569 <sup>a</sup> | .324           | .322                | 2.77700           |      |

a. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Anova

| Model |           | Kareler<br>Toplamı | Df  | Kareler<br>Ortalaması | F       | p                 |
|-------|-----------|--------------------|-----|-----------------------|---------|-------------------|
| 1     | Regresyon | 1845.959           | 1   | 1845.959              | 239.370 | .000 <sup>b</sup> |
|       | Artık     | 3855.875           | 500 | 7.712                 |         |                   |
|       | Toplam    | 5701.835           | 501 |                       |         |                   |

a. Bağımlı Değişken: Düşük Sosyal İlgili Alt Boyutu

b. Tahmin Ediciler: (Sabit) Psikolojik Belirtiler

Yukarıdaki tabloya bakıldığı zaman R kare değerine göre, psikolojik belirtiler düşük sosyal ilgi düzeyinin %32'ini açıklar niteliktedir. Regresyon analizi sonucunda ortaya çıkan anova analizi neticesinde elde edilen p anlamlılık değerinin .000 olduğundan dolayı istatistiksel olarak kurulan modelin anlamlı olduğunu işaret eder.

Katsayılar<sup>a</sup>

| Model |              | Standardize<br>Olmayan Katsayılar | Std. Hata | Standardize<br>Katsayılar | t      | p    |
|-------|--------------|-----------------------------------|-----------|---------------------------|--------|------|
| 1     | (Constant)   | 1.319                             | .434      |                           | 3.037  | .003 |
|       | Yabancılaşma | .054                              | .003      | .569                      | 15.472 | .000 |

a. Bağımlı Değişken: Düşük Sosyal İlgili Alt Boyutu

Katsayılar tablosuna bakıldığı zaman psikolojik belirtiler ile düşük sosyal ilgi düzeyi arasındaki etkiye bağlı ilişki anlamlıdır. Tablodaki sonuca göre psikolojik belirti düzeyindeki 1 birimlik artış düşük sosyal ilgi düzeyi üzerinde 0.054'lik bir artış sağlamaktadır.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA

Araştırmanın amacı, beliren yetişkinlerin yabancılaşıma algısı ve psikolojik belirtiler arasındaki yordayıcı ilişkileri incelemektir. Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulguların araştırmanın problemleri doğrultusunda incelenmiş ve literatür kapsamında tartışılmıştır. Önce demografik değişkenler bakımından yabancılaşımayı incelerken daha sonra psikolojik belirtiler kapsamında yabancılaşıma incelenmiştir.

#### 5.1. Yabancılaşımanın Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

Beliren yetişkinlik döneminde cinsiyetin yabancılaşıma üzerinde bir etkisi olmadığı görülmüştür. Alan yazınına bakıldığında cinsiyetin yabancılaşıma üzerinde etkisiyle alakalı farklı sonuçlar ortaya koyulmuştur. Kırman (2020) yetişkinliğe geçiş döneminde 18-25 yaş arasında bireyleri incelediği çalışmasında bu çalışmaya paralel olarak bu dönemde cinsiyetin yabancılaşıma üzerinde etkisi olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Örneklem olarak 15-24 yaş grubunu inceleyen Bayhan (1995) göre yabancılaşıma düzeyinin kadınlarda daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer örneklem gruplarıyla yapılan çalışmalar da cinsiyet-yabancılaşıma açısından farklı sonuçlar elde edilmiştir. Alan yazınında yabancılaşıma ve cinsiyetin incelendiği diğer çalışmalarda da ortak bir sonuca ulaşmak oldukça zordur. Bazı çalışmalarda kadınların yabancılaşıma düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu (Bayhan, 1995; Çelik, 2005; Tomaszek, 2020), bazı çalışmalarda ise erkeklerin yabancılaşıma düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu (Lystad, 1972; Uzun, 2006; Yiğit, 2010; Ataş, 2012; Polat vd., 2015; Deryahanoğlu, 2019) sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bu çalışmada olduğu gibi cinsiyetin yabancılaşıma üzerinde etkisinin olmadığı çalışmalar da mevcuttur (Williamson & Cullingford, 1998; Trent, 2001; Sanberk, 2003; Coşkun ve Altay, 2009; Çelik ve Babaoğlu, 2017; Saikia & Padmavathy, 2022).

Beliren yetişkinlik döneminde yaştan yabancılaşıma üzerinde bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Bu çalışmada yaş kategorisi belirlenirken Atak (2011)'ın beliren yetişkinlik

dönemini üç ayrı evre olarak ele alması göz önünde bulundurulmuştur. Birinci dönem yalancı beliren yetişkinlik dönemi olarak ele alınan ortalama 19 yaş civarıyken ikinci dönem orta beliren yetişkinlik dönemi olan 20-24'lü yaşlardır. Üçüncü ve sonuncu dönem olan yetişkinimsi dönemi de 25-26'lı yaşları kapsamaktadır. Birinci dönemde beliren yetişkin daha çok ergenlere benzer özellikler gösterirken ikinci dönem daha çok beliren yetişkinlik döneminin özellikleri olan kimlik keşfi, kendine odaklanma, olanakları deneme gibi özellikleri daha yoğun şekilde yaşarlar. Son dönemde ise daha çok yetişkin özellikleri göstermeye başladıkları dönemdir. Yaş kategorileri açısından yabancılaşma algısında anlamlı bir fark bulunmasa da 18-19 yaşlarında bulunan bireylerin yabancılaşma puanlarının ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Bunun sebebi olarak da yeni bir eğitim kademesine başlamış bireylerin yeni bir çevreye adım atmalarının sosyal anlamda bu bireyleri etkilediği söylenebilir. Benzer şekilde üniversite öğrencilerinin örneklem alındığı Saikia & Padmavathy (2022) yaptığı çalışmada da yaşın yabancılaşma üzerinde etkisi olmadığına dair bir sonuca ulaşırken 18'li yaşlarda olan bireylerin yabancılaşma ortalamalarının diğer yaş gruplarından daha yüksek oldukları bulunmuştur. Benzer şekilde Çelik ve Babaoğlu (2017) ve Emir (2012) yaşın yabancılaşma üzerinde anlamlı bir şekilde farkı bulamazken Erjem (2005) ve Ataş (2012) yabancılaşma düzeyinin yaşa göre farklılaştığı sonucuna ulaşmışlardır.

Beliren yetişkinlik döneminde sınıf düzeyinin yabancılaşma üzerinde bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Alan yazınına bakıldığında sınıf düzeyinin yabancılaşma üzerindeki etkisinin araştırıldığı ender çalışmalar görülmektedir. Çelik ve Babaoğlu (2017) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada sınıf düzeyinin yabancılaşma üzerinde etkisine dair bir bulgu elde edememiştir. Yine benzer örneklem grubuyla çalışma yapan Çağlar (2013) dördüncü ve üçüncü sınıfların puan ortalamaları birinci ve ikinci sınıflardan daha yüksek şekilde bulmuştur.

Beliren yetişkinlik döneminde algılanan gelir düzeyinin yabancılaşma üzerinde etkisi olduğu görülmüştür. Algılanan gelir düzeyinin derinlikli analizi yapıldığında ekonomik olarak zayıf olanlar ile iyi olanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı şekilde fark olduğu ve algılanan gelir düzeyi zayıf olan bireylerin daha fazla yabancılaştığı tespit edilmiştir. Alan yazınına bakıldığında gelir düzeyinin yabancılaşmayı farklı şekillerde etkiledikleri görülmüştür. Bayhan (1995) sosyo-ekonomik düzeyi daha yüksek olan öğrencilerin daha fazla yabancılaşma düzeyine sahip olduğunu söylerken, gelir düzeyinin yabancılaşma üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığına dair çalışmalar da mevcuttur (Çoşkun ve Altay, 2009;

Ataş, 2012; Çelik ve Babaoğlu, 2017). Bu çalışmaların yanı sıra bu çalışmanın sonucuna paralel olarak düşük gelir düzeyinin yabancılaşma üzerinde etkili olduğu (Dean, 1960; Middleton, 1963; Olsen, 1965; Aiken & Ferman, 1966; Durant & Christian, 1990; Uzun, 2006; Brender, 2012; Kafalı ve Kazak, 2022) sonucuna ulaşmışlardır. Marx kapitalist toplumda yabancılaşmayı açıklarken bireyin bir bütün olarak insana yabancılaşmasından bahseder. Modern kapitalist toplumlarda bireyin üretim yapan bir makinanın dişlisi gibi yeri doldurulabilir bir meta olarak görülmesi insanı bütün insani niteliklerinden uzaklaştırdığını ifade eder. İnsani niteliklerinden uzaklaşan insanların bireysel ve toplumsal yaşamda duyarsız, araçsal ilişkilerin nesnesi haline gelir (Demir, 2018). Bu bağlamda algılanan gelir düzeyi düşük olan bireylerin daha fazla yabancılaşması içinde yaşadığımız kapitalist toplumda Marx'ın yabancılaşma kavramıyla da ilişkilendirilebilir.

Gelir düzeyinin yabancılaşma üzerindeki etkisine bakılacağı zaman yabancılaşmanın boyutlarından biri olan güçsüzlük üzerinden gitmekte fayda var. Güçsüzlüğü bireyin kendi yaşamı üzerindeki kontrol yoksunluğu olarak tanımlayabiliriz. Brender (2012) bireylerin finansal gerçekliği ve yabancılaşma üzerindeki ilişkiyi incelemek istediği çalışmasında gelir ve yabancılaşma üzerinde negatif bir ilişki tespit etmiştir. Gelir miktarı üzerinde daha yüksek kontrol sahibi olmayı düşük düzeyde yabancılaşma ile ilişkilendirmiştir. Fırsat ve olanakların çok çeşitli olduğu beliren yetişkinlik döneminde bireyler maddi anlamda yetersiz ve güçsüz hissetmesi bu dönemde ortaya çıkan fırsatları ve imkanları kullanamayacakları yönünde inanışları ortaya çıkabilir. Maddi anlamda düşük seviyede olan bireylerin yabancılaşma açısından ele alınacak bir diğer noktada sosyal yabancılaşma olabilir. Ailelerinden ayrılmış olup henüz yeni ilişkiler ağı kurmamış olan beliren yetişkinler özellikle zor koşullarda yetişmişler ise ekonomik anlamda yükselmeleri oldukça zordur. Yeni ilişkiler geliştirmek için her ne kadar başka özelliklere sahip olmak gerekirse de maddi anlamda bireyin kendini yetersiz ve güçsüz hissetmesi yeni ilişkiler geliştirmesine ortam hazırlayacak durumlardan geri kalmasına sebep olabilir. Bunun neticesinde de sosyal ortamlardan izole şekilde bir hayatına devam edebilir.

Beliren yetişkinlik döneminde anne baba birlikteliği ve anne eğitim düzeyinin yabancılaşma üzerinde etkisinin olmadığı görülürken baba eğitim düzeyinin yabancılaşma üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Alan yazınına bakıldığında boşanmış çiftler üzerinde yapılan çalışmalarda bireyin genel anlamda yabancılaşması ile ilgili çalışmalar bulunmazken yapılan çalışmalar ebeveyn yabancılaşması üzerinden gitmektedir. Anne eğitim düzeyi ve baba eğitim düzeyinin bireylerin yabancılaşması üzerinde etkinin olup olmadığıyla alakalı

alışmalar da oldukça sınırlıdır. Anne eğitim düzeyinin düşük olmasının yabancılaşmayı artırdığını gösteren alışmalar (Morris vd., 1966; Uzun, 2006) bulunurken ne baba ne de anne eğitim düzeyinin yabancılaşma üzerinde etkisini olmadığına dair Safipour vd., (2011) yaptığı çalışmada ortaya koymuştur.

## **5.2. Yabancılaşmanın Psikolojik Belirtiler Açısından İncelenmesi**

Araştırmada elde edilen bulgular neticesinde beliren yetişkinlerin psikolojik belirti düzeyleri ile yabancılaşmanın alt boyutlarından olan anlamsızlık ile arasında pozitif yönlü ve güçlü bir ilişki bulunurken yabancılaşmanın diğer alt boyutları olan güçsüzlük, normsuzluk, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgi ile arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgular belirten yetişkinlerde psikolojik belirti düzeyi arttıkça güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgi puanlarında da artış olduğu şeklinde yorumlanabilir. Aynı zamanda yapılan regresyon analizi sonucunda da psikolojik belirtilerin güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgiye etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazınına baktığımız zaman bu çalışmanın sonucuna paralel birçok çalışma olduğu görölmektedir. Rayce vd., (2009) Danimarka'da 5205 ergenle yaptığı çalışmada yabancılaşma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda yabancılaşma ile psikolojik belirtiler arasında yüksek ve anlamlı bir ilişkinin bulunduğu ortaya koyarken Savaya vd., (2023) İsraili ergenler üzerinde yaptığı çalışmada da aynı şekilde yabancılaşma ile psikolojik belirtiler arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Depresyon açısından alan yazınına bakıldığında bu çalışmanın sonucuna paralel olarak birçok çalışmanın olduğu görölmektedir. (Halleck, 1967'den aktaran Unwin, 1970, s. 83) kişinin toplumsal değerlerden, ailesinin değerlerinden ve hatta kendisinden kopma olarak tanımladığı yabancılaşmanın genç yetişkinlerde şiddetli derecede depresyona varana kadar sonuçları olduğunu söylemiştir. Benzer şekilde Freedman & Wilson (1964) gençler üzerinde yabancılaşmayı açıklarken bu gençlerin ciddi derecede depresyona eğilimli olduklarını ifade etmiştir. Özellikle son 15-20 senelik süre zarfında yabancılaşma ve depresyon arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalara bakıldığında uzak doğu ülkelerinde bu çalışmaların yapıldığını görmekteyiz. Ergenler ve gençler üzerinde yabancılaşma, intihar düşüncesi ve depresyon arasındaki ilişkilere bakılan çalışmalarda yabancılaşma düzeyi yüksek olan bireylerde depresyonda pozitif korelasyon bulunurken aynı zamanda depresyonun

yabancılaşmadan önemli ölçüde etkilendiği sonucuna da ulaşmışlardır (Lee & Lee, 2002; Lee, 2007; Cho & Lee, 2010).

Yabancılaşmanın boyutlarıyla beraber depresyona baktığımız zaman yabancılaşmanın depresyonu etkilemesi ve aralarında yüksek ve pozitif ilişkiyi açıklamak daha anlamlı olacaktır. *Güçsüzlük* boyutundan yabancılaşmaya baktığımız zaman özellikle beliren yetişkinlerin hayatında halletmesi gereken iş, aşk ve dünya görüşü noktasında çok fazla seçeneğinin olduğu ve çok az şeyin net olduğu bir dönem olduğundan bahsetmiştik. İnsan hayatının önemli dönüm noktalarından biri olan iş seçimi kişinin sonraki hayatında da kritik bir öneme sahiptir. Beliren yetişkinin iş noktasında birçok seçeneğinin olması neyi seçeceğine tam olarak karar verememesi sistem içerisinde ufacık kalıp birçok belirsizlik yaşamasına sebep olabilir. Bunun sonucunda da bu güçsüzlüğünü çokça hissetmeye başlaması kişiyi depresyona götürebilir. Çalışmamızın bulgularından algılanan gelir düzeyi düşük bireylerin daha fazla yabancılaştığı sonucuna ulaşmıştık. Bir insanın ekonomik anlamda kendisini rahat ve ferah hissetmesi geleceğe daha güvenle bakmasını sağlar. Bu noktadan yabancılaşmanın güçsüzlük boyutundan bakıldığında da ekonomik anlamda kendisini yetersiz hisseden bireyin gelecekte hayatındaki önüne gelecek zorlukları aşamayacağı bu konuda başarılı olamayacağını düşünmesi kişiyi depresyona sürükleyebilir.

*Anlamsızlık* boyutundan yabancılaşmayı ele aldığımızda da beliren yetişkinin özellikle bir dünya görüşü edinme sürecinde kimliğini şekillendirdiği bu dönemde nelere inanacağı konusunda belirsizlikler yaşaması, yaşadığı çevreye ve topluma ait hissedememesi, varoluşsal süreçlerini tamamlayamaması kişiyi topluma ve kendisine yabancılaştırırken aynı zamanda depresyona da götürebilir. Frankl (1998) birey yaşamının öznel anlamını bulamayıp anlamsızlık duygusunu hissetmesi aynı zamanda boşunalık duygularına kapılması kişiyi depresyona, intihar gibi olumsuz sonuçlara götüreceğini ileri sürer. (Chen vd., 2021) yaşamda anlam arayışı, depresyon ve kaygıyı incelediği çalışmasında anlamsızlığın depresyon ve kaygıyı artırdığı sonucuna ulaşmıştır.

Son olarak *düşük sosyal ilgi* boyutundan yabancılaşmayı ele aldığımızda da beliren yetişkinler özellikle aşk konusunda ilişki kuracağı insanları seçerken gündelik tarzda ilişki kurmaktan ziyade beraber olduğu kişilerle anlamlı bir ilişki kurup kurmayacağını, yaşamını o kişiyle geçirip geçiremeyeceğini sorgular (Arnett, 2004). Bu anlamda sevmek ve sevilmenin önemsiz olduğunu düşünen, aşk yaşayacağı insanla derin ve anlamlı bir ilişki kuramayan beliren yetişkinler depresyon yaşayabilir.

Bir diğ er psikolojik belirti olan olumsuz benlik yapısına sahip olan bireylere baktığımız da bu kişiler devamlı kendilerini olumsuz şekilde değ erlendirirler ve diğ er kişilerin kendileri hakkında yorumlarına çokça itibar ederler (İşcan, 2005). Bu  zellikleri taşıdıklarından dolayı kişilerarası ilişkilerde problemler yaşayabilirler. Mevcut sosyal ilişkilerinde spontane davranmakta zorlanan bu kişiler aynı zamanda kendilerine yönelik olumsuz beklentiler içerisinde olmaları çevreleriyle kurdukları ilişkide problemler yaratabilir. Sosyal anlamda yabancılaşmış olan bireyler kendilerini yaşadıkları toplum içerisinde yalıtılmış bir halde bulurken çevresiyle ilişki kuracağı zaman insanların kendilerini olumsuz şekilde değ erlendirmelerinden korkabilirler. Ziller (1969) yaptığı çalışmada yabancılaşmayı düşük benlik saygısı ve düşük düşük sosyal ilgi olarak tanımlamaktadır. Sosyal şekilde izole olup yabancılaşmaya sendromuna giden sürecin azalan sosyal pekiştirmenin de etkisiyle olumsuz benlik özelliğı taşıyan kişilerin çevresiyle etkili şekilde iletişim kuramamasına sebep olurken bunun kendini gerçekleştiren kehanet olabileceğini öne sürer.

Kassin (1998) düşük benlik saygısına sahip olan kişilerin başarılı olmak için çok fazla mücadele etmemeleri, sinirli olmaları ve başarısızlığı bekleme gibi özelliklere sahip olduğunu söyler. Aynı zamanda bu kişiler hayatlarında değ erli olan birçok noktayı görmezden gelir ve başarısızlık yaşadıklarında kendilerini daha önemsiz hisseder ve çevreyi suçlamaya yoluna giderler (Uyanık Balat ve Akman, 2004). Bu noktada yabancılaşmayla düşük benlik saygısına etkisine bakıldığında da güçsüzlük boyutundan gitmekte fayda var. Seeman (1959) yabancılaşmanın güçsüzlük boyutunu tanımlarken yaşamın kişiye getirmiş olduğu durumlar üzerinde çaresiz kalıp etkin rol oynayamayacağını ifade eder. Kendi yaşamının kontrolünü elinde bulunduramayacağını düşünüp sistem içerisinde küçük bir parça olduğunu hissedip kendini değ ersiz hissedebilir ve ne olursa olsun başarılı olamayacağını düşünebilir. Bu şekilde güçsüz hisseden birey başarılı olmak için daha az çaba sarf edip daha düşük benlik yapısına sahip olabilir.

Warner & Hansen (1970) yaptığı çalışmada yabancılaşmış kişilerin öz saygılarının düşük olma eğiliminde olduğunu ifade ederken bu kişilerin genellikle kendilerini istenmeyen insanlar olarak algılarken kendilerine çok az inanç ve güvenleri olduğunu söylemiştir. Bu yabancılaşmış kişilerin kendi kaderini kontrol etme noktasında da kendini güçsüz hissettiğini ifade etmiştir. Tarquin & Cook-Cottone (2008) yaptığı çalışmada  ğrenci yabancılaşma deneyimleri ile benlik kavramının çeşitli yönleri incelenmiştir. Araştırma sonucunda  ğrenci yabancılaşma toplam puanı bile benlik kavramı puanı arasında negatif korelasyon görülmüştür. Yani yabancılaşan öğrencinin daha düşük benlik kavramı bildirme

eğiliminde oldukları görülmüştür. Aynı şekilde La Course vd., (2003) Amerikalı ergenler üzerinde yaptığı çalışmada yabancılaşmayı daha düşük benlik saygısı ile ilişkili bulmuştur. Ülkemizde de Çoşkun ve Altay (2009) 352 lise öğrencisiyle yaptığı çalışmada yabancılaşma ve benlik algıları arasındaki ilişkiye bakmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin yabancılaşma düzeyi ile benlik algıları arasında orta düzeyde ve ters yönlü bir ilişki bulmuştur. Yani yabancılaşma düzeyi yüksek olan öğrencilerin daha düşük benlik saygısına sahip olduğunu ileri sürmüştür.

Yabancılaşmış beliren yetişkinleri kaygı açısından ele aldığımızda da beliren yetişkinlik döneminin en önemli gelişim görevlerinden biri olan iş seçiminden gitmekte fayda var. Birçok fırsatın ve olanağın olduğu bu dönemde birey geleceğini inşa etmek için ergenlik döneminde olduğu gibi geçici işlerin peşinde koşmaktan ziyade daha çok hangi işin kendisini mutlu edeceği, hangi işte yeteneklerini ve ilgilerini kullanması gerektiği ile alakalı kendileri hakkında çok fazla şey öğrenirler (Arnett, 2004). Bu dönemde yapacağı işler konusunda kendisinin başarılı olamayacağını düşünen, gelecekte başına gelebilecek durumları kontrol edemeyeceğini düşünüp güçsüz hisseden beliren yetişkinin özellikle geleceği konusunda kaygı yaşayabilir. Alan yazınına bakıldığında da bu çalışmanın sonuçlarına paralel olarak yabancılaşmış gençlerin kendi gelecekleri konusunda kaygılı ve karamsar oldukları sonucuna ulaşmışlardır (Davids, 1955; Simmons, 1966; Warner & Hansen, 1970).

Yine bu dönemin önemli gelişim görevlerinden biri olan aşk konusunda da beliren yetişkin ergenlik döneminde yaşanan daha kısa süreli ve deneme niteliğinde olmaktan ilişkilerden ziyade kendisinin nasıl bir insan olduğunu düşündüğü, hayatında nasıl bir insan istediği ve yaşamı boyunca o insanla uyumlu olup olmayacağı gibi sorular aşk ilişkileri için önemli bir kriterdir (Arnett, 2004). Bu dönemde sosyal anlamda yabancılaşmış bir beliren yetişkinin -ki sosyalliğin en fazla yaşandığı dönemlerden biridir- romantik ilişki kurmak isteyeceği zaman bu konuda kendisini yeterli hissetmediğinde sosyal anlamda kaygı hissedebilir. Beliren yetişkinlik döneminin birçok anlamda bir değişkenlik dönemi olduğundan da bahsetmiştik. Bu dönemde bireyin hayatındaki birçok konu –iş, aşk ve dünya görüşü- muğlak ve belirsizdir. Bu değişkenlik dönemi için kendinde yeteri kadar gücü bulamayan bir beliren yetişkinin belirsizlik silsilesi içinde kaygı yaşaması da beklenir. Alan yazınına bakıldığında da bu çalışmanın sonucuna paralel birçok çalışma görülmektedir. Heaven & Bester (1986) yaptığı çalışmada yabancılaşma ile belirli psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında yabancılaşmış kişilerin kaygılı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde

Tolor & Leblanc (1971) ve Sexton (1983) yaptığı çalışmada yabancılaşmış kişilerin kaygılı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Son dönemlerde ise Ibrahim (2019) ve Kumar (2020) yaptığı çalışmalarda yabancılaşma ve kaygı arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki bulmuşlardır. Yani yabancılaşma düzeyi ne kadar yüksekse kaygı düzeyi de o kadar yüksek bulunmuştur.

Yabancılaşma özelliği gösteren beliren yetişkinleri düşmanlık açısından ele aldığımızda yabancılaşmanın boyutlarından biri olan *normsuzluk* üzerinden gidilebilir. Seeman (1983) normsuzluğu, bireyin amaçlarına ulaşabilmesi için sadece toplum tarafından onaylanmayan davranışlar neticesinde hedeflerine ulaşacağına inanması olarak tanımlar. Bu dönemde beliren yetişkin gelecekle ilgili hedeflerinde ekonomik olarak kaygılı, yakın ilişkilerini kurmakta ve devam ettirmekte problemler yaşar (Parmaksız, 2008). Yabancılaşmış bir beliren yetişkinin değer yargılarının olmaması, toplumsal tarafından oluşturulmuş değerleri önemsememesi hedeflerine ulaşmak için başkalarına zarar vermeyi göze alabilir. Düşmanlığı sadece birilere zarar vermek ya da öfke duymak olarak ele almak eksik bir tanımlama olacaktır. (Berkowitz, 1993) Düşmanlığı, yaşanan olaylara karşı sürekli olumsuz değerlendirmelerde bulunma veya bir veya daha çok kişiye yönelik negatif tavır ve tutum içinde olmak olarak tanımlamaktadır. Özellikle sosyal anlamda yabancılaşmış bir bireyin diğer insanlarla ilişki kuracağı zaman onları değersiz görüp onlara karşı negatif tavır içerisinde olabilirler. Alan yazınına bakıldığında bu çalışmanın sonucuna paralel olarak Tolor & Leblanc (1971) ve Sexton (1983) yabancılaşma ile düşmanlık arasında anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

Yabancılaşma özelliği gösteren beliren yetişkinler somatizasyon açısından ele aldığımızda da yabancılaşmanın boyutlarından biri olan *anlamsızlık* üzerinden gitmekte fayda var. Frankl (1998) bireyin kendi yaşamının öznel anlamını bulamayıp boşunalık duygusu içerisinde sürüklendiğinde birçok psikolojik rahatsızlıklara yol açabileceğini söylemektedir. Öte yandan anlamsızlık duygusunun psikolojik ve bedensel rahatsızlıkları da beraberinde getirdiği ile ilgili çalışmalar mevcuttur (Wong, 1998; Steger vd., 2009; Glaw vd., 2017). Yabancılaşmanın bir diğer boyutu olan *düşük kişisel farkındalık* üzerinden somatizasyona bakıldığında da aleksitimi kavramı üzerinden gitmekte fayda var. Aleksitimi, somatizasyon probleminde üzerinde yoğunlaşılacak bir kişilik özelliğidir (Mattila vd., 2008). Aleksitimi özelliği taşıyan bireyler duygularını tanımlamakta ve ifade etmekte zorluk yaşarlar. Bu kişilik yapısına sahip olan bireylerde duygusal yakınlık kurmak, arkadaşlık ilişkileri kurmak ve toplumsal etkileşimde bulunmakta sorunlar yaşamaktadırlar (Grynberg vd., 2010; Feldmanhall vd., 2013). Yavuz vd., (2019) yılında 773 ergenle yaptığı çalışmada aleksitimik

kişilik özelliğinin somatizasyon üzerinde etkisini incelediği çalışmasında ergenlerde aleksitimi özelliği gösteren bireylerde somatizasyon problemi için risk etmeni olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yabancılaşan bireyin özelliklerinden olan duygularının tam olarak farkında olmamak ve bunları ifade edememek bedensel rahatsızlıklara sebep olabilir.



## ALTINCI BÖLÜM

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın sonuçlarına ve bu sonuçlar neticesinde sonraki araştırmacılara yol gösterici önerilere yer verilmiştir.

#### 6.1. Sonuç

Bu başlık altında araştırmadan elde edilen sonuçlara yer verilmiştir.

1. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı cinsiyet açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.
2. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı yaş düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır ama 18-19 yaş düzeyinde ortalama yabancılaşma puanı 20-24 ve 25-26 yaş düzeyine göre daha yüksek bulunmuştur.
3. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ama lisans 2. sınıfların ortalama yabancılaşma puanı lisans 1,3 ve 4. sınıflara göre daha yüksek bulunmuştur.
4. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algılanan gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Scheffe post hoc testi sonuçlarına göre algılanan gelir düzeyi zayıf olan katılımcıların algılanan gelir düzeyi iyi olan katılımcılara göre yabancılaşma algısı puanları anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur.
5. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı anne baba birliktelik durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.
6. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı anne eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır.
7. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma algısı baba eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Tukey testi sonuçlarına göre baba eğitim düzeyi okuryazar olan

katılımcıların baba eğitim düzeyi ilköğretim olan katılımcılara göre yabancılaşma algısı puanları anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur.

8. Araştırma sonucu incelendiğinde beliren yetişkinlerde psikolojik belirti düzeyi ile anlamsızlık arasında yüksek şiddetli pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Psikolojik belirtiler düzeyi ile güçsüzlük, normsuzluk, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgi arasında orta düzeyde pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Psikolojik belirti düzeyi güçsüzlüğün %33.4'ünü, normsuzluğun %24.6'sı, anlamsızlığın %58'ini, farkındalığın %40.6'sını ve düşük sosyal ilginin %32.4'ünü açıklamaktadır. Regresyon katsayıları ve katsayıların anlamlılığına ilişkin t testi sonuçlarına göre psikolojik belirti düzeyi güçsüzlük, normsuzluk, anlamsızlık, düşük kişisel farkındalık ve düşük sosyal ilgiyi pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordamaktadır.

## 6.2. Öneriler

Bu başlık altında araştırmanın sonucundan hareketle ilerleyen süreçte yapılacak olan çalışmalara ve günlük yaşam ekseninde birkaç öneri sunulabilir.

1. Bu çalışmada araştırma grubu lisans düzeyinden öğrencilerden oluşmaktadır. Yabancılaşma ile ilgili yeni yapılacak olan çalışmalarda özellikle lisans mezuniyeti sonrasında iş bulma sürecinde olan ve romantik ilişki anlamında anlamlı ilişki kuramamış olan bireylerle tekrardan çalışma yapılabilir. Beliren yetişkinlik döneminin en önemli iki gelişimsel görevi olan iş ve aşk konusunda zorlanan bireylerin yabancılaşma algısının daha yüksek olacağı düşünülebilir.
2. Yapılan bu çalışma nicel araştırma yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Beliren yetişkinlerde yabancılaşma sürecini daha detaylı anlamak için nitel araştırma yöntemi kullanılarak da çalışma yapılabilir.
3. Bu çalışma kesitsel araştırma deseni kullanılarak yapılmıştır fakat yabancılaşma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi daha iyi değerlendirmek için sonraki çalışmalarda boylamsal desen kullanılabilir.
4. Birey beliren yetişkinlik çağına gelmeden önce özellikle ergenlik döneminde içinde yaşadığı topluma, ailesine, çevresine ve kendisine yabancılaşmaya açık bir dönemi yaşar. Okullarda psikolojik danışmanlar liderliğinde hem velilerin hem

de öğrencilerin bilinçlendirilmesi için önleyici rehberlik kapsamında çalışmalar yürütülebilir.

5. Sadece yabancılaşmayı beliren yetişkinlik döneminde değil yaşamın her döneminde görülebilir ve birçok sorunun yaşanmasına neden olabilir. Beliren yetişkinlik dönemi dönemin özellikleri sebebiyle yabancılaşmaya oldukça açıktır. Bundan dolayı bu dönem içerisinde bulunan bireylere önleyici ruh sağlığı hizmeti sunulabilir. Beliren yetişkinlik döneminde üniversitede eğitim gören bireyler için de psikolojik yardım çalışmaları planlanabilir.



## KAYNAKÇA

- Adorno, T. W. (2011). *Toplum Üzerine Yazılar*. (Çev. M. Yılmaz Öner), İstanbul: Belge Yayınları
- Aiken, M. & Ferman, L. A. (1966). The social and political reactions of older negroes to unemployment. *Phylon*, 27(4), 333-346. <https://doi.org/10.2307/273614>
- Akkuş, Z. (2016). Sosyal yabancılaşma ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *7th International Congress on New Trends in Education*, 13- 15 May, Antalya. <https://toad.halileksi.net/olcek/sosyal-yabancilasma-olcegi/>
- Allahyarova, L. (2020). *Anksiyete bozukluğu olan çocuk ve ergenlerde travmanın kuşaklar arası etkisi* (Tez No. 639537) [Uzmanlık Tezi, Çukurova Üniversitesi] Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013) *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı Beşinci Baskı (DSM-5)* (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469. <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=0194af743cf01b2d97f59148eb599e5282086d80>
- Arnett, J. J. (2003). Conceptions of the transition to adulthood among emerging adults in American ethnic groups. *New directions for child and adolescent development*, 2003(100), 63-76. [https://jeffreymarnett.com/articles/Arnett\\_2003\\_NewDir.pdf](https://jeffreymarnett.com/articles/Arnett_2003_NewDir.pdf)
- Arnett, J. J. (2014). Presidential address: The emergence of emerging adulthood: A personal history. *Emerging Adulthood*, 2(3), 155-162. <https://doi.org/10.1177/2167696814541096>
- Arnett, J. J. & Galambos, N. L. (2003). Culture and conceptions of adulthood. *New directions for child and adolescent development*, 2003(100), 91-98. <https://doi.org/10.1002/cd.77>
- Aşkın, R. (1999). *Depresyon El Kitabı*. İstanbul: Roche Müstahzarları

Atak, H. (2005). *Beliren Yetişkinlik: Yeni Bir Yaşam Döneminin Türkiye'de İncelenmesi* (Tez No. 204867) [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi] Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Atak, H. (2009). Big five traits and loneliness among Turkish emerging adults. *International Scholarly and Scientific Research & Innovation*, 3(7): 771-775. [https://www.academia.edu/95866885/Big\\_Five\\_Traits\\_And\\_Loneliness\\_Among\\_Turkish\\_Emerging\\_Adults?uc-sb-sw=67213751](https://www.academia.edu/95866885/Big_Five_Traits_And_Loneliness_Among_Turkish_Emerging_Adults?uc-sb-sw=67213751)

Atak, H. (2011). Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: Kuramsal bir değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 163-213. <https://dergipark.org.tr/en/pub/pgy/issue/11159/133422>

Atak, H. (2011). Yetişkinliğe geçiş: Belirenlik tek bir ana yol mu? *İlköğretim Çevrimiçi*, 10 (1), 51-67. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ilkonline/issue/8593/106846>

Atak, H. (2020) *Yaşamda Yeni Bir Evre Beliren Yetişkinlik*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları

Atak, H., Tatlı, C. E., Çokamay, G., Büyükpabuşcu, H. ve Çok, F. (2016). Yetişkinliğe geçiş: Türkiye'de demografik ölçütler bağlamında kuramsal bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(3), 204-227. <https://doi.org/10.18863/pgy.238184>

Atan, A. (2011). *Sağlık sektöründe yabancılaşma*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.] Süleyman Demirel Üniversitesi.

Ataş, Ö. (2012). *Öğretmen adaylarının okula yabancılaşma düzeyleri ve kurumsal itibar algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No.319691) [Yüksek Lians Tezi, Atatürk Üniversitesi] Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Atmaca, T. (2020). Öğretmenlerin kişilik tipleri ile mesleğe yabancılaşma arasındaki ilişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 491-506. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2020.20.52925-613930>

Bacanlı, H. (2012). Davranışçı yaklaşım. Kaya, Z., Akdemir, A.S. (Ed). *Öğrenme ve öğretim içinde* (s. 4-18). Ankara: Çözüm Eğitim Yayıncılık

Baker, A. J. & Verrocchio, M. C. (2016). Exposure to parental alienation and subsequent anxiety and depression in Italian adults. *The American Journal of Family Therapy*, 44(5), 255-271. <https://doi.org/10.1080/01926187.2016.1230480>

- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American psychologist*, 55(11), 1247. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.11.1247>
- Bayhan, V. (1995). *Üniversite gençliğinde anomi ve yabancılaşma* (Tez No.51276) [Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Beck, A. T. (1979) *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Penguin
- Beck, J.S. (2001). *Bilişsel terapi ve temel ilkeler ötesi*. Hisli Şahin N (Ed). 1. Baskı. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its Causes, Consequences, and Control*. McGrawHill Education. <https://psycnet.apa.org/record/1993-97061-000>
- Brender-Ilan, Y. A. E. L. (2012). How do income and its components and perception relate to alienation?. *Journal of Applied Social Psychology*, 42(2), 440-470. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2011.00785.x>
- Brenner, C. (1977) *Psikanalizin Temelleri, (Çev. Işık Savaşır, Yusuf Savaşır)*. Ankara: Yankı matbaası
- Buss, A. H. (1961). *The psychology of aggression*. Wiley [https://journals.lww.com/jonmd/citation/1962/08000/The\\_Psychology\\_of\\_Aggression.15.aspx](https://journals.lww.com/jonmd/citation/1962/08000/The_Psychology_of_Aggression.15.aspx)
- Büyüköztürk Ş, Kılıç Çakmak E, Akgün Ö.E., Karadeniz Şirin, Demirel Funda. *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri (31.Baskı)*, Ankara: Pegem Akademi Yayınları, 2021
- Büyüköztürk, Ş. (2021) *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı (29. Baskı)*, Ankara: Pegem Akademi Yayınları
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Crawford, L. E., Ernst, J. M., Burleson, M. H., Kowalewski, R. B. & Berntson, G. G. (2002). Loneliness and health: Potential mechanisms. *Psychosomatic medicine*, 64(3), 407-417. [https://journals.lww.com/psychosomaticmedicine/abstract/2002/05000/loneliness\\_and\\_health\\_\\_potential\\_mechanisms.5.aspx](https://journals.lww.com/psychosomaticmedicine/abstract/2002/05000/loneliness_and_health__potential_mechanisms.5.aspx)
- Campbell-Sills, L., Roy-Byrne, P. P., Craske, M. G., Bystritsky, A., Sullivan, G. & Stein, M. B. (2016). Improving outcomes for patients with medication-resistant anxiety: Effects of

collaborative care with cognitive behavioral therapy. *Depression and anxiety*, 33(12), 1099-1106. <https://doi.org/10.1002/da.22574>

Camus, A. (2008) *Yabancı*. İstanbul: Can Yayınları

Celep, B. (2008). *İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin İşe Yabancılaşması*. (Tez No. 231056) [Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Cengil, M. (2003). Depresyonu önlemede dini inancın koruyucu rolü. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 3(3), 129-152. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/52625>

Chaplin, J. P. (1982). *Dictionary of Psychology*. New York: Dell Publishing

Chen, Q., Wang, X., He, X., Ji, L., Liu, M. & Ye, B. (2021). The relationship between search for meaning in life and symptoms of depression and anxiety: Key roles of the presence of meaning in life and life events among Chinese adolescents. *Journal of Affective Disorders* 282, 545–553. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.156>

Cho, Y. S. & Lee, K. N. (2010). Effects of adolescent's alienation, depression, family environment and school maladjustment on suicidal ideation. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 48(8), 27-37. <https://doi.org/10.6115/khea.2010.48.8.027>

Coşkun, Y. ve Altay, C. A. (2009). Lise öğrencilerinde yabancılaşma ve benlik algısı ilişkisi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 29, 41-56. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1823>

Çağlar, A. ve Çağlar, T. (2021). Türkiye gençlik araştırması. <https://www.kas.de/tr/web/tuerkei/einzelitel/-/content/tuerkiye-genclik-arastrmasi-2021>

Çağlar, Ç. (2012). Öğrenci yabancılaşma ölçeğinin geliştirilmesi. *Eğitim ve Bilim*, 37; 166: 195-205. <https://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/1447>

Çalışır, İ. (2006). *İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin İşe Yabancılaşması: Bolu İli Örneği*. (Tez No.190237) [Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi].Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi

Çelik, E. ve Babaoğlu, E. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Yabancılaşma Düzeyi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 405-427. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1481471>

- Çelik, F. (2005). *Orta öğretim öğrencilerinin okula yabancılaşma düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Tez No.205885) [Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi
- Dağ, G. (2000). Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R). Aydemir, Ö. & Köroğlu, E. (Ed.), *Psikiyatride kullanılan klinik ölçekler içinde* (s. 33-40). Ankara: Hekimler Yayın Birliği. <https://psycnet.apa.org/record/1997-86097-001>
- Davids, A. (1955). Alienation, social appreception, and ego structure. *Journal of Consulting Psychology*, 19(1), 21. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0041747>
- Dean, D. G. (1960). Alienation and political apathy. *Social Forces*, 38, 185-189. <https://doi.org/10.2307/2574080>
- Demir, Z. (2018). Karl Marx'ın bakış açısından kapitalist toplumda yabancılaşma ve sonuçları. *Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 3(5), 10 <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/467669>
- Deryahanoğlu, G. (2019). *Sporda yabancılaşma ve kişilik özellikleri ilişkisi üzerine bir alan araştırması*. (Tez No.548562) [Doktora Tezi. Hitit Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi
- Durant Jr, T. J. & Christian, O. (1990). Socio-economic predictors of alienation among the elderly. *The International Journal of Aging and Human Development*, 31(3), 205-217. <https://doi.org/10.2190/L0TV-DXXC-Y32W-H0HC>
- Dursun, S. ve Aytaç, S. (2012). Üniversite öğrencilerinin işgücü piyasasına yönelik beklentileri ve iş deneyimleri ile umutsuzluk ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 374-388 <https://www.ajindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423874554.pdf>
- Duru, E. (1995). *Üniversite öğrencilerinde yabancılaşma ve yalnızlık ilişkisi*. (Tez No. 41347) [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi
- Elma, C. (2003). *İlköğretim okulu öğretmenlerinin işe yabancılaşması (Ankara ili örneği)*. (Tez No. 205179) [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi

- Emir, S. (2012). *Ortaöğretim öğretmenlerinin yabancılaşma düzeyleri (Aydın İli Örneği)*. (Tez No. 312392) [Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi
- Eray, Ş., Vural, P. ve Çetinkaya, F. (2015). Ergenlerde algılanan duygu dışı vurumu ile psikosomatik belirtiler arasındaki ilişki. *Güncel Pediatri*, 13(2), 104-109. <https://doi.org/10.4274/jcp.77699>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton. <https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Erjem, Y. (2005). Yabancılaşma olgusu ve öğretmen: Lise öğretmenleri üzerine sosyolojik bir araştırma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(4), 395-417 <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/256379>
- Ersoy, F., Edirne, T. ve Oğuz, T. F. (2003). Birinci basamakta anksiyete bozuklukları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 12(10), 366-369. <https://www.ttb.org.tr/STED/sted1003/birinci.pdf>
- Eurostat. (2021). Young people neither in employment nor in education and training by sex, age and labour status (NEET rates). [https://ec.europa.eu/eurostat/statisticsexplained/index.php?title=Statistics\\_on\\_young\\_people\\_neither\\_in\\_employment\\_nor\\_in\\_education\\_or\\_training](https://ec.europa.eu/eurostat/statisticsexplained/index.php?title=Statistics_on_young_people_neither_in_employment_nor_in_education_or_training)
- Facio, A., Resett, S., Micocci, F. & Mistrorigo, C. (2007). Emerging adulthood in Argentina: An age of diversity and possibilities. *Child Development Perspectives*, 1(2), 115-118. <https://doi.org/10.1002/cd.72>
- FeldmanHall, O., Dalgleish, T. & Mobbs, D. (2013). Alexithymia decreases altruism in real social decisions. *Cortex*, 49(3), 899-904. <https://doi.org/10.1016/j.cortex.2012.10.015>
- Feuerbach, L. (2004). *The essence of Christianity*. Barnes & Noble Publishing.
- Frankl, V. (1998). *Duyulmayan anlam çığılığı* (Çev. S. Budak). İstanbul: Öteki Yayınevi.
- Freedman, A. M., & Wilson, E. A. (1964). Childhood and adolescent addictive disorders. *Pediatrics*, 34(2), 283-292. <https://doi.org/10.1542/peds.34.2.283>
- Fromm, E. (1990). *Sağlıklı toplum*. (Çev: Y. Salman ve Z. Tanrısever). İstanbul: Payel Yayınevi.

Gander, M. & Gardinier, D.J. (2004). *Çocuk ve Ergen Gelişimi. (5. Baskı)*. Ankara: İmge Kitabevi.

Geçtan E. (1997). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar (On Üçüncü basım)*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Geniş, M., Toker, B. ve Şakiroğlu, M. (2019). Boşanmanın çocuklara etkisi, çocuğa söylenmesi ve ebeveyn yabancılaşması derleme çalışması. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(3), 190-199. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/819921>

Gerth, H. H. & Mills, C. W. (1946). Politics as a Vocation. *From Max Weber: Essays in Sociology*, 77-128.

[https://perpus.wildan.fauzy.eu.org/Politik/Max%20Weber%20\(1919\)%20Politics%20as%20A%20Vocation.pdf](https://perpus.wildan.fauzy.eu.org/Politik/Max%20Weber%20(1919)%20Politics%20as%20A%20Vocation.pdf)

Gillespie, D. F. & Milet, D. S. (1977). Technology and the study of organizations: An overview and appraisal. *Academy of Management Review*, 2(1), 7-16. <https://doi.org/10.5465/amr.1977.4409149>

Glaw, X., Kable, A., Hazelton, M. & Inder, K. (2017). Meaning in life and meaning in life in mental health care: An integrative literature review. *Issues in Mental Health Nursing*, 38, 243–252. <https://doi.org/10.1080/01612840.2016.1253804>

Gönül, A. S. (2012). Depresyon tedavisinde yeni bakış açıları. *Journal of Mood Disorders*, 2(5). <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/109831>

Grynberg, D., Luminet, O., Corneille, O., Grèzes, J. & Berthoz, S. (2010). Alexithymia in the interpersonal domain: A general deficit of empathy?. *Personality and individual differences*, 49(8), 845-850. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.07.013>

Güğercin, U. ve Aksay, B. (2017). Dean'ın yabancılaşma ölçeğinin türkçe uyarlaması: geçerlilik ve güvenilirlik analizi. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 13; 1: 137-154. <https://doi.org/10.17130/ijmeb.20173126266>

Güler, G. (2017). Ebeveyn yabancılaştırma sendromu ve boşanma. *Türkiye Klinikleri J Child Psychiatry-Special Topics*, 3(3), 225-228. [https://www.researchgate.net/publication/323019124\\_Ebeveyn\\_Yabancilastirma\\_Sendromu\\_ve\\_Bosanma](https://www.researchgate.net/publication/323019124_Ebeveyn_Yabancilastirma_Sendromu_ve_Bosanma)

- Gülören, E. (2011). *Teknik Öğretmenlerde Mesleki Yabancılaşma: İzmir Örneği*. (Tez No. 283801) [Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. & Tatham, R. L. (2013) *Multivariate Data Analysis*. Pearson Education Limited.
- Heaven, P. C. & Bester, C. L. (1986). Alienation and its psychological correlates. *The Journal of social psychology*, 126(5), 593-597. <https://www.proquest.com/openview/914528acb040d14f9afbe8a23e8d8ee7/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1819178>
- Hegel, F. (2010). *Tinin Görüngübilimi (Almancadan Çev. Aziz Yardımlı)*. İstanbul: İdea Yayınevi.
- Horowitz, I. L. (1966). On alienation and the social order. *Philosophy and Phenomenological Research*, 27(2), 230-237. <https://doi.org/10.2307/2105361>
- Ibrahim, A. M. H. (2019). *Psychological Alienation and its Relation with Future Anxiety among Al-Quds Open University Students-Tulkarem Branch*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi], Al-Quds Open University
- Kafalı, H. ve Kazak, M. (2022). Yabancılaşma ve Dindarlık Üzerine Bir Araştırma. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9(2), 571-603. <https://doi.org/10.17859/pauifd.1104288>
- Kanungo, R. N. (1982). *Work alienation: An integrative approach*. ABC-CLIO. <https://www.jstor.org/stable/40396956>
- Karahan, T. F. ve Sardoğan, M. E. (2004). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapide Kuramlar*. Samsun: Deniz Kültür Yayınları.
- Kassin, S. (1988). *Psychology, Second Edition*, New Jersey: Prentice Hall.
- Kesebir, S. (2004). Depresyon ve somatizasyon. *Klinik Psikiyatri*, 1, 14-19. [https://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD\\_7\\_50\\_14\\_19.pdf](https://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_7_50_14_19.pdf)
- Kıhrı, G. (2013). *Okul öncesi öğretmenleri mesleğe yabancılaşma ölçeğinin geliştirilmesi ve bir örnek uygulama*. (Tez No. 348973). [Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

- Kırman, T. (2020). *Yetişkinliğe geçiş döneminde yabancılaşma: çocukluk çağı ruhsal travmaları ve eylemliliğin etkisi*. (Tez No. 627935) [Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi] Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Kiraz, S. (2015). Kitle, kültür, bunalım ve yabancılaşma. *Mavi Atlas*, (5), 126-147. <https://doi.org/10.18795/ma.70822>
- Köknel, Ö. (2005). *Kaygıdan mutluluğa kişilik (17. Baskı)*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Köroğlu, E. (2006). *Depresyon Nedir? Nasıl Başedilir?*. İstanbul: Hyb Yayınları.
- Kumar, S. (2020). Perceptual Defence as a Function of Alienation Anxiety and Stress. *Ideal Research Review*. 21(4), 39-43 <https://journalirr.com/wp-content/uploads/2020/11/9-Sudhansu-Kumar-.pdf>
- Kurtulmuş, M., Kaçire, İ., Karabıyık, H. ve Yiğit, B. (2016). Üniversite Yabancılaşma Ölçeği geçerlik güvenirlik çalışması. *Electronic Journal Of Education Sciences*, 4(7): 100-110. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/147668>
- Kuzgun, Y. (1983). Benlik ve İdeal Benlik Kavramlarının Tercih Edilen Meslek Kavramı ile İlişkisi. *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 16(1). 1-10. [https://doi.org/10.1501/Egifak\\_00000000918](https://doi.org/10.1501/Egifak_00000000918)
- La Course, E., Villeneuve, M. & Claes, M. (2003). Theoretical Structure Of Adolescent Alienation: A Multigroup Confirmatory Factor Analysis, *Adolescence*, 38(152), 639-650. <https://www.proquest.com/openview/fd5893e097215f8a37721c88febf58f2/1?pq-origsite=gscholar&cbl=41539>
- Lee, E. (2007). Construction of a structural model about male and female adolescents' alienation, depression, and suicidal thoughts. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 37(4), 576-585. <https://doi.org/10.4040/jkan.2007.37.4.576>
- Lee, E. J. & Lee, E. S. (2002). Correlation between alienation and depression, suicidal ideation and delinquency in high school students. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing*, 9(1), 56. <https://j.kafn.or.kr/upload/pdf/jkafn-9-1-56.pdf>
- Lucas, M. S. & Berkel, L. A. (2005). Counseling needs of students who seek help at a university counseling center: A closer look at gender and multicultural issues. *Journal of College Student Development*, 46(3) <https://doi.org/10.1353/csd.2005.0029>
- Lystad, M. H. (1972). Social alienation: A review of current literature. *The Sociological Quarterly*, 13;1: 90-113. <https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.1972.tb02107.x>

- Mattila, A. K., Kronholm, E., Jula, A., Salminen, J. K., Koivisto, A. M., Mielonen, R. L. & Joukamaa, M. (2008). Alexithymia and somatization in general population. *Psychosomatic medicine*, 70(6), 716-722. <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e31816ffc39>
- Middleton, R. (1963). Alienation, race, and education. *American Sociological Review*, 28(6), 973-977 <https://doi.org/10.2307/2090316>
- Morsünbül, Ü. (2013). Are They Emerging Adults or Emerging Adults Who Are University Students? An Investigation Through Risk Taking and Identity Development. *Ilkogretim Online*, 12(3).  
<https://acikerisim.aksaray.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12451/1252/morsunbul-umit-2013.pdf?sequence=1>
- Nelson, L. J. (2003). Rites of passage in emerging adulthood: Perspectives of young Mormons. *New directions for child and adolescent development*, 2003(100), 33-50. <https://doi.org/10.1002/cd.73>
- Nelson, L. J. & Chen, X. (2007). Emerging adulthood in China: The role of social and cultural factors. *Child Development Perspectives*, 1(2), 86-91. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00020.x>
- Olsen, M. E. (1965). Alienation and political opinions. *Public Opinion Quarterly*, 29, 200-212. <https://doi.org/10.1086/267317>
- Osmanoğlu, Ö. (2016). Hegel'den Marcuse'ye yabancılaşma olgusu. *Üsküdar üniversitesi sosyal bilimler dergisi*, (3), 65-92. <https://doi.org/10.32739/uskudarsbd.2.3.23>
- Örs, H. B. (2014). *Modern Siyasal İdeolojiler*. İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Özçınar, M. (2011). *Örgütlerde yabancılaşma ile tükenmişlik sendromu arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir araştırma*. (Tez No. 296781) [Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Özer, Ö. (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Danışma Sürecine İlişkin Tercihleri*. (Tez No. 624695) [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi
- Özkara M. E. (2022, 17-19 Kasım) *Çok boyutlu yabancılaşma ölçeğinin geliştirilmesi, geçerlilik ve güvenirlik*. [Bildiri Sunumu]. Uluslararası Eğitim Kongresi, Antalya, Türkiye

- Öztokat, N. (2005). Varoluşçuluk: Felsefeden Edebiyata Uzanan Bir Yol. *Kitap-lık Dergisi*, 86, 69-75. <https://www.cafrande.org/varolusculuk-felsefeden-edebiyata-uzanan-bir-yol-nedret-oztokat/>
- Öztürk, O. (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları (9. Basım)*. Ankara: Feryal Matbaası.
- Özyurt, C. (1998) *Erich Fromm'un İnsan ve Toplum Arayışı*. (Tez No.72252) [Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi
- Polat, M. Dilekmen, M. ve Yasul, F. (2015). Öğretmen adaylarında okula yabancılaşma ve akademik öz-yeterlik: Bir chaid analizi incelemesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(4), 214-232. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/562661>
- Richardson, R. D. & Engel Jr, C. C. (2004). Evaluation and management of medically unexplained physical symptoms. *The Neurologist*, 10(1), 18-30. [https://journals.lww.com/theneurologist/abstract/2004/01000/evaluation\\_and\\_management\\_of\\_medically\\_unexplained.3.aspx#:~:text=10.1097/01.nrl.0000106921.76055.24](https://journals.lww.com/theneurologist/abstract/2004/01000/evaluation_and_management_of_medically_unexplained.3.aspx#:~:text=10.1097/01.nrl.0000106921.76055.24)
- Rosen, G., Kleinman, A. & Katon, W. (1982). Somatization in family practice: a biopsychosocial approach. *The Journal of Family Practice*, 14(3), 493-502. [https://cdn.mdedge.com/files/s3fs-public/jfp-archived-issues/1982-volume\\_14-15/JFP\\_1982-03\\_v14\\_i3\\_somatization-in-family-practice-a-biopsy.pdf](https://cdn.mdedge.com/files/s3fs-public/jfp-archived-issues/1982-volume_14-15/JFP_1982-03_v14_i3_somatization-in-family-practice-a-biopsy.pdf)
- Saikia, J. & Padmavathy, R. D. (2022). Alienation among university graduates in relation to their selected demographic factors and parental behavior. *International Journal of Health Sciences*, 6(S1), 1517-1527. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS1.4912>
- Sanberk, İ. (2003). *Öğrenci yabancılaşma ölçeği bir geçerlik ve güvenirlik çalışması*. (Tez No.125658) [Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi
- Sartre, J. P. (2010). *Bulantı*, (Çev: Selahattin Hilav). İstanbul: Can Yayınları.
- Savrun, B. M. (1999). Depresyonun tanımı ve epidemiyolojisi. *Depresyon, somatizasyon ve psikiyatrik aciller sempozyumunda sunuldu, İstanbul*, 11-17.
- Seeman, M. (1959). On the meaning of alienation. *American sociological review*, 783-791. <https://doi.org/10.2307/2088565>
- Sexton, M. E. (1983). Alienation, dogmatism, and related personality characteristics. *Journal of Clinical Psychology*, 39(1), 80-86. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198301\)39:1<80::AID-JCLP2270390115>3.0.CO;2-S](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198301)39:1<80::AID-JCLP2270390115>3.0.CO;2-S)

- Shanahan, M. J., Porfeli, E. J., Mortimer, J. T. & Erickson, L. D. (2005). *Subjective age identity and the transition to adulthood: When do adolescents become adults?*. The University of Chicago Press. <https://doi.org/10.7208/chicago/9780226748924.003.0007>
- Silah, M. (2005). *Endüstride Çalışma Psikolojisi*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Simmons, J. L. (1966). Some intercorrelations among “Alienation” measures. *Social Forces*, 44(3), 370-372. <https://doi.org/10.1093/sf/44.3.370>
- Smith, T. W. (1992). Hostility and health: current status of a psychosomatic hypothesis. *Health psychology*, 11(3), 139. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.11.3.139>
- Stack, G. J. & Rotenstreich, N. (1991). *Alienation: The Concept and its reception*. Leiden: New York. <https://www.jstor.org/stable/20129082>
- Steger, M. F., Mann, J. R., Michels, P. & Cooper, T. C. (2009). Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 67, 353– 358. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.02.006>
- Sun, X., Qin, X., Zhang, M., Yang, A., Ren, X. & Dai, Q. (2021). Prediction of parental alienation on depression in left-behind children: A 12-month follow-up investigation. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 30, e44. <https://doi.org/10.1017/S2045796021000329>
- Şahin, E. M., Özer, C., Dağdeviren, N., Şahin, Ö. ve Aktürk, Z. (2001). Birinci basamakta somatizasyon bozukluğuna yaklaşım. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 10(1), 12-14. <https://www.ttb.org.tr/STED/sted0101/3.html?ref=klasshop.com>
- Şahin, İ., Şahin-Fırat, N., Zoraloğlu, Y. R. ve Açıkgöz, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin sorunları. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 4(4), 1435-1449. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/185896>
- Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). Kısa semptom envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56. <https://toad.halileksi.net/wp-content/uploads/2022/07/kisa-semptom-envanteri-kse-toad.pdf>
- Şimşek, H., Balay, R. ve Şimşek, A. S. (2012). İlköğretim sınıf öğretmenlerinde mesleki yabancılaşma. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 53-72. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/696425>

Şimşek, M. Ş., Çelik, A., Akgemci, T. ve Fettahlıoğlu, T. (2006 25-27 Mayıs). *Örgütlerde Yabancılaşmanın Yönetimi Araştırması* [Bildiri Sunumu] 14. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi, Erzurum.

T.C. Sağlık Bakanlığı (2021). Anksiyete bozuklukları klinik protokolü. Ankara. <https://ekutuphane.saglik.gov.tr/Yayin/601>

Tarquin, K. & Cook-Cottone, C. (2008). Relationships among aspects of student alienation and self concept. *School Psychology Quarterly*, 23(1), 16. <https://doi.org/10.1037/1045-3830.23.1.16>

Tekin, Ö. A, (2012), *Yabancılaşma ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkiler: Antalya Kemer'deki Beş Yıldızlı Otel İşletmeleri Çalışanları Üzerinde Bir Uygulama*. (Tez No. 312616) [Doktora Tezi, Akdeniz Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Tokmak, İ. (2014). Duygusal emek ile işe yabancılaşma ilişkisinde psikolojik sermayenin düzenleyici etkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 134-156. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=690607>

Tolor, A. & Leblanc, R. F. (1971). Personality correlates of alienation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 37(3), 444. <https://doi.org/10.1037/h0031952>

Tomaszek, K. (2020). The moderation effect of gender on the relationship between student alienation, engagement, and burnout. *Psychologia Wychowawcza*, 60 (18), 75-89. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0014.6225>

Torun, F. (2011). Ebeveyn yabancılaştırma sendromu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 466-482. <https://doi.org/10.5455/cap.20110321>

Trent, F. (2001). Aliens in the classroom? Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development, 10-15, Washington, ED 470 617. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED470617.pdf>

Turgut, T. ve Kalafatoğlu, A. G. Y. (2016). İşe yabancılaşma ve örgütsel adalet. *ISGUC The Journal of Industrial Relations and Human Resources*, 18(1), 23-46. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/235108>

Türkçapar, M. H. (2009). *Klinik uygulamada bilişsel-davranışçı terapi: depresyon*. İstanbul: HYB Basım Yayın.

- TÜİK. (2023, 17 Mayıs). Gençlik İstatistikleri. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Genclik-2022-49670>
- TÜİK. (2024, 22 Şubat). Evlenme ve Boşanma İstatistikleri. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Evlenme-ve-Bosanma-Istatistikleri-2023-53707>
- TÜİK. (2023, 26 Mayıs). Ulusal Eğitim İstatistikleri. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=National-Education-Statistics-2022-49756>
- Ufuk, K. ve Serçeoğlu, N. (2013). Duygu işçilerinde işe yabancılaşma: Hizmet sektöründe bir araştırma. *Çalışma ve Toplum*, 1(36), 311-346. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/2576184>
- Unwin, J. R. (1970). Depression in alienated youth. <https://doi.org/10.1177/07067437700150011>
- Uyanık Balat, G. ve Akman, B. (2004). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2), 175-183. <https://avesis.hacettepe.edu.tr/yayin/44a3965c-0938-465e-aeac-1c943fc4a118/farkli-sosyo-ekonomik-duzeydeki-lise-ogrencilerinin-benlik-saygisi-duzeylerinin-incelenmesi>
- Uzun, Ö. (2006). *İlköğretim 5. Sınıf öğrencilerinin okula yabancılaşma düzeylerine etki eden sosyo-demografik değişkenlerin belirlenmesi*. (Tez No. 206678) [Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Warner, R. W. & Hansen, J. C. (1970). The relationship between alienation and other demographic variables among high school students. *The High School Journal*, 54(3), 202-210. <https://www.jstor.org/stable/40365948>
- Williamson, I. & Cullingford, C. (1998). Adolescent alienation: Its correlates and consequences. *Educational Studies*, 24(3), 333-343. <https://doi.org/10.1080/0305569980240306>
- Wong, P. T. P. (1998). Meaning-centered counselling. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (pp. 395–435). Lawrence Erlbaum Associates. <https://psycnet.apa.org/record/1998-06124-019>

Yalçın, Ö. (2009). *Ekolojik ikilemlere ilişkin tutum, toplumsal sorumluluk ve yabancılaşmanın toplumsal değer yönelimi açısından incelenmesi*. (Tez No. 250232) [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Yapıcı, M. (2004). Eğitim ve yabancılaşma. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1(1). <https://www.j-humansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/view/98>

Yavuz, M., Erdur, B., Işık, M., Boğday, H., Ince, H. E., Kök, Ö. ve Sönmez, A. Ö. (2019). Ergenlerde somatizasyonun aleksitimi ve ruhsal sorunlarla ilişkisinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(3), 321-326. <https://www.alpha-psychiatry.com/Content/files/sayilar/60/321-326.pdf>

Yavuzer, H. (2003). *Okul Çağı Çocuğu*. (9. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yılmaz, S. ve Sarpkaya, P. (2009). Eğitim örgütlerinde yabancılaşma ve yönetimi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 314-333. <https://www.insanbilimleri.com/#gsc.tab=0&gsc.q=E%C4%9Fitim%20%C3%B6rgütlerinde%20yabancılaşma%20ve%20yönetimi.&gsc.sort=>

Yiğit, S. (2010). *İlköğretim 5., 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin okula yabancılaşma düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Tez No. 277392) [Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Ziller, R. C. (1969). The alienation syndrome: A triadic pattern of self-other orientation. *Sociometry*, 287-300. <https://doi.org/10.2307/2786491>

## EKLER

### EK 1. Kişisel Bilgi Formu

Sayın katılımcı, bu tez çalışması Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim dalında Prof. Dr. Rezzan GÜNDOĞDU danışmanlığında Mehmet Emin ÖZKARA tarafından yürütülmektedir. Çalışmanın amacı beliren yetişkinlerde yabancılaşma ve psikolojik belirtiler arasındaki yordayıcı ilişkileri incelemektir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalı olup sizden kimliğinizi belirleyici herhangi bir bilgi istenmemektedir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur, önemli olan sizin görüşlerinizdir. Cevaplarınız gizli tutulacak ve sadece araştırmacılar tarafından değerlendirilecektir. Bireysel hiçbir değerlendirme yapılmayacaktır. Araştırma bilgileri tamamen bilimsel amaçlar için kullanılacaktır.

1- Yaşınız: 2- Cinsiyet: 3-Sınıf Düzeyi:

4- Algılanan Gelir Düzeyi:

☐ Zayıf

☐ Orta

☐ İyi

☐ Çok İyi

5- Anne babanın birliktelik durumu:

☐ Beraber

☐ Ayrı

6- Anne eğitim düzeyi:

☐ Okur-yazar

☐ İlköğretim

☐ Lise

☐ Lisans ve Üstü

7- Baba eğitim düzeyi:

☐ Okur-yazar

☐ İlköğretim

☐ Lise

## EK 2. Kısa Semptomlar Envanteri

Aşağıda, insanların bazen yaşadıkları belirtilerin ve yakınmaların bir listesi verilmiştir. Listedeki her maddeyi lütfen dikkatle okuyunuz. Daha sonra, o belirtinin SİZDE BUGÜN DAHİL SON BİR HAFTADIR NE KADAR VAR OLDUĞUNU gösterecek şekilde uygun olan seçeneği işaretleyiniz. Her belirti için sadece bir yeri işaretlemeye ve hiçbir maddeyi atlamamaya özen gösteriniz.

|    |                                                                       | Hiç<br>Yo<br>k | Biraz<br>Var | Orta<br>Derece<br>de Var | Epe<br>y<br>Var | Çok<br>Fazl<br>a<br>Var |
|----|-----------------------------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------------------|-----------------|-------------------------|
| 1  | İçinizdeki sinirlilik ve titreme hali                                 | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 2  | Baygınlık, baş dönmesi                                                | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 3  | Bir başka kişinin sizin düşüncelerinizi kontrol edeceği fikri         | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 4  | Başınıza gelen sıkıntılardan dolayı başkalarının suçlu olduğu duygusu | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 5  | Olayları hatırlamada güçlük                                           | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 6  | Çok kolayca kızıp öfkelenme                                           | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 7  | Göğüs (kalp) bölgesinde ağrılar                                       | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 8  | Meydanlık( açık) yerlerden korkma duygusu                             | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 9  | Yaşamınıza son verme düşünceleri                                      | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 10 | İnsanların çoğuna güvenilmeyeceği hissi                               | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 11 | İştahta bozukluklar                                                   | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 12 | Hiçbir nedeni olmayan ani korkular                                    | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 13 | Kontrol edemediğiniz duygu patlamaları                                | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 14 | Başka insanlarla beraberken bile yalnız hissetmek                     | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 15 | İşleri bitirme konusunda kendini engellenmiş hissetmek                | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |
| 16 | Yalnızlık hissetmek                                                   | 1              | 2            | 3                        | 4               | 5                       |

|    |                                                                             |   |   |   |   |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 17 | Hüzünlü, kederli hissetmek                                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18 | Hiçbir şeye ilgi duymamak                                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19 | Ağlamaklı hissetmek                                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20 | Kolayca incinebilmek, kırılmak                                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21 | İnsanların sizi sevmediğine, kötü davrandığına inanmak                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22 | Kendini diğerlerinden daha aşağı görme                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23 | Mide bozukluğu, bulantı                                                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24 | Diğerlerinin sizi gözlediği ya da hakkınızda konuştuğu duygusu              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25 | Uykuya dalmada güçlük                                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26 | Yaptığınız şeyleri tekrar tekrar doğru mu diye kontrol etmek                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27 | Karar vermede güçlükler                                                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28 | Otobüs, tren, metro gibi umumi vasıtalarla seyahatlerden korkmak            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29 | Nefes darlığı, nefessiz kalmak                                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30 | Sıcak soğuk basmaları                                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31 | Sizi korkuttuğu için bazı eşya, yer ve etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32 | Kafanızın “bomboş” olması                                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33 | Bedeninizin bazı bölgelerinde uyuşmalar, karıncalanmalar                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34 | Günahlarınız için cezalandırılmanız gerektiği                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35 | Gelecekle ilgili umutsuzluk duyguları                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36 | Konsantrasyonda (dikkati bir şey üzerinde toplama) güçlük/zorlanmak         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37 | Bedenin bazı bölgelerinde zayıflık, güçsüzlük hissi                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38 | Kendini gergin ve tedirgin hissetmek                                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39 | Ölme ve ölüm üzerine düşünceler                                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40 | Birini dövme, ona zarar verme, yaralama isteği                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41 | Bir şeyleri kırma, dökme isteği                                             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42 | Diğerlerinin yanındayken yanlış bir şey yapmamaya çalışmak                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43 | Kalabalıklarda rahatsızlık duymak                                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44 | Bir başka insana hiç yakınlık duymamak                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45 | Dehşet ve panik nöbetleri                                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|    |                                                            |   |   |   |   |   |
|----|------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 46 | Sık sık tartışmaya girmek                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 47 | Yalnız bırakıldığında / kalındığında sinirlilik hissetmek  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48 | Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmemek | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49 | Yerinde duramayacak kadar tedirgin hissetmek               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 50 | Kendini değersiz görmek / değersizlik duygular             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 51 | Eğer izin vererseniz insanların sizi sömüreceği duygusu    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 52 | Suçluluk duyguları                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 53 | Aklınızda bir bozukluk olduğu fikri                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48 | Başarılarınız için diğerlerinden yeterince takdir görmemek | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

### EK 3. Yabancılaşma Algısı Ölçeği

**Açıklama:** Aşağıda sizin kendinizi tanımlamanıza ilişkin 25 ifade bulunmaktadır. Lütfen her bir ifadenin sizi ne kadar tanımladığını, ifadenin yanında verilen kutucuğu işaretleyerek belirtiniz. Her ifade için yalnızca bir kutucuğu işaretleyiniz..

|                                                                                          | <i>Bana hiç uygun değil</i> | <i>Bana uygun değil</i> | <i>Bana bazen uygun/<br/>bazen uygun değil</i> | <i>Bana uygun</i> | <i>Bana çok uygun</i> |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|------------------------------------------------|-------------------|-----------------------|
| <b>1. Ne kadar çabalarsam çabalayayım başarılı olamıyorum.</b>                           | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>2.</b>                                                                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>3.</b>                                                                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>4.</b>                                                                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>5.</b>                                                                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>6. Hayatta sınırları çizilmiş belli kurallar çerçevesinde yaşamaktan sıkılıyorum.</b> | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>7.</b>                                                                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>8.</b>                                                                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>9.</b>                                                                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>10.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>11.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>12.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>13. Bu hayatta neye inanacağıma karar veremiyorum.</b>                                | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>14.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>15.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>16.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>17.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>18.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>19.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>20. Kendimle ilgili tam olarak her şeyin farkında olmadığımı hissediyorum.</b>        | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>21.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>22. İnsanlarla sohbet etmek anlamsız geliyor.</b>                                     | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>23..</b>                                                                              | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>24.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |
| <b>25.</b>                                                                               | (1)                         | (2)                     | (3)                                            | (4)               | (5)                   |

## EK 4. Etik Kurul Kararı



T.C.  
AKSARAY ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Aksaray Üniversitesi - Aksaray Üniversitesi Elektronik  
İnsan Araştırmaları Etik Kurulu Tarih: 02/11/2021 13:36



E9000791848

Sayı : E-34183927-000-00000791848  
Konu : Başvurunuz Hk.

**Sayın: Mehmet Emin ÖZKARA**

**“Beliren Yetişkinlerde Yabancılaşma ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki Yordayıcı İlişkiler”**  
başlıklı 2022/08-53 protokol numaralı başvuru 27.12.2022 tarihli toplantıda kurulumuz tarafından  
incelenmiş, Üniversitemiz İnsan Araştırmaları Etik Kurulu Yönergesi’nde belirtilen etik ilkelere **uygun**  
**olduğuna** toplantıya katılan üyelerin oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Necmettin AYGÜN  
Aksaray Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurul  
Başkanı

Ek: İnsan Araştırmaları Etik Kurul Kararı

Evrakın elektronik imzalı suretine <https://e-belge.aksaray.edu.tr> adresinden 3216c1dd-2869-4f23-a963-cb0caa70db6e kodu ile erişebilirsiniz.  
Bu Belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu’nun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

**Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu: 3216C1DD-2869-4F23-A963-CB0CAA70DB6E Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/aksaray-universitesi-ebys>

Adres: tarih Bölümü

Telefon No: 2882194 Faks No: 2882125

e-Posta: [naygun@aksaray.edu.tr](mailto:naygun@aksaray.edu.tr) İnternet Adresi:

<https://www.aksaray.edu.tr/>

KEP Adresi:

Ayrıntılı bilgi için: Necmettin AYGÜN

Profesör

Telefon No: 2882194



## EK 5. Tez Değerlendirme Formu

| AKSARAY ÜNİVERSİTESİ TEZ DEĞERLENDİRME FORMU                                                                       |                                                                                                                                       |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Öğrencinin Adı Soyadı: Mehmet Emin ÖZKARA                                                                          |                                                                                                                                       | EVET |
| <b>Kapak</b>                                                                                                       |                                                                                                                                       |      |
| 1                                                                                                                  | Tez Başlığı tutanaktaki başlıkla aynı mı?                                                                                             | X    |
| 2                                                                                                                  | Kapaktaki ay ve yıl savunmaya girilen tarihle tutarlı mı?                                                                             | X    |
| 3                                                                                                                  | Kapak format kılavuzdaki kapak formatına uygun mu?                                                                                    | X    |
| 4                                                                                                                  | Kapakta yazılan tüm yazılar doğru olarak verilmiş mi?                                                                                 | X    |
| <b>İçindekiler</b>                                                                                                 |                                                                                                                                       |      |
| 5                                                                                                                  | Sayfa numaraları tam verilmiş mi?                                                                                                     | X    |
| 6                                                                                                                  | Şekil, Çizelge vb. listeleri verilmiş mi? Sıralaması doğru mu?                                                                        | X    |
| 7                                                                                                                  | Özet, Abstract, Giriş, Sonuçlar vb. bölümler var mı?                                                                                  | X    |
| 8                                                                                                                  | Yazım hataları kontrolü yapıldı mı?                                                                                                   | X    |
| <b>Giriş</b>                                                                                                       |                                                                                                                                       |      |
| 9                                                                                                                  | Hazırlanan tezin önemini anlatıyor mu?                                                                                                | X    |
| 10                                                                                                                 | İkinci ve Üçüncü dereceden başlık içermemeli kuralına uyuldu mu?                                                                      | X    |
| <b>Özet/Abstract</b>                                                                                               |                                                                                                                                       |      |
| 11                                                                                                                 | Kılavuza uygun mu?                                                                                                                    | X    |
| 12                                                                                                                 | Ay ve yıl savunmaya girilen tarihle tutarlı mı?                                                                                       | X    |
| 13                                                                                                                 | Özet; tek sayfa, tek aralık, tek paragraf kuralına uygun olarak yazıldı mı?                                                           | X    |
| 14                                                                                                                 | Bilim kodu, sayfa adedi, anahtar kelimeler ve tez danışmanı yazıldı mı?                                                               | X    |
| <b>Kaynakça</b>                                                                                                    |                                                                                                                                       |      |
| 15                                                                                                                 | Kaynakların tamamına metin içinde atıf yapıldı mı?                                                                                    | X    |
| 16                                                                                                                 | Kaynak formatı kılavuzdaki kaynak formatına uygun olarak hazırlanmış mı?                                                              | X    |
| 17                                                                                                                 | Atıf formatı kılavuzdaki atıf formatına uygun mu?                                                                                     | X    |
| Atıf Yöntemi APA 7 <input checked="" type="checkbox"/> CMS <input type="checkbox"/> İSNAD <input type="checkbox"/> |                                                                                                                                       |      |
| <b>Genel Değerlendirme</b>                                                                                         |                                                                                                                                       |      |
| 18                                                                                                                 | Etik Beyan açıklaması okundu, uyuldu ve imzalandı mı?                                                                                 | X    |
| 19                                                                                                                 | Kabul/Onay sayfası kılavuzdaki formata uygun olarak düzenlenmiş mi?                                                                   | X    |
| 20                                                                                                                 | Kabul /Onay sayfasında belirtilen oy birliği/oy çokluğu seçeneklerinden uygun olanı savunmayla tutarlı olacak şekilde belirlenmiş mi? | X    |
| 21                                                                                                                 | Sayfa kenar boşlukları ve sayfa numaraları kılavuzdaki formatına uygun mu?                                                            | X    |
| 22                                                                                                                 | Paragraf boşlukları ve metin satır aralığı kılavuza uygun olacak şekilde düzenlenmiş mi?                                              | X    |
| 23                                                                                                                 | Başlık yazımları kılavuzdaki başlık formatlarına uygun mu?                                                                            | X    |
| 24                                                                                                                 | Yazı tipi ve boyutu kılavuzdaki yazı tipi ve boyutu formatına uygun mu?                                                               | X    |
| 25                                                                                                                 | Şekil, Çizelge vb. açıklama ve numaralandırmaları kılavuzdaki formata uygun olarak yazılmış mı?                                       | X    |

Bu tezin tarafımdan “Tez yazım kuralları” okunarak dikkatlice hazırlanmış olduğunu ve doğabilecek her türlü olumsuzluktan sorumlu olacağımı kabul ederim.

Prof. Dr. Rezzan GÜNDOĞDU