

T.C.

DÜZCE ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ, MUTLULUK KORKUSU VE
YALNIZLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mustafa EKER

Düzce

Kasım, 2021

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ, MUTLULUK KORKUSU VE
YALNIZLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mustafa EKER

Danışman: Doç. Dr. Mustafa TEKKE

Düzce

Kasım, 2021

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI

T.C. DÜZCE ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ, MUTLULUK KORKUSU VE YALNIZLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Mustafa EKER tarafından hazırlanan tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından Düzce Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı'nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Mustafa TEKKE

Düzce Üniversitesi

Jüri Üyeleri

Prof. Dr. Ali Haydar ŞAR
Sakarya Üniversitesi

Doç. Dr. Mustafa TEKKE
Düzce Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Abdi GÜNGÖR
Düzce Üniversitesi

Tez Savunma Tarihi: 14/12/2021

ÖNSÖZ

Bu araştırma kişilik özellikleri, sosyal ve duygusal yalnızlık ile mutluluk korkusu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bu çalışmadan elde edilen bulgular ile uygulama ve teoride alanyazına katkı yapmak amaçlanmıştır. Araştırma içeriğini oluşturan konularla ilgili, elde edilen bulgular ışığında uygulayıcı ve araştırmacılara da öneriler sunulmuştur.

Öncelikle ilköğretim kademesinden yüksek lisans eğitimime kadar her zaman bana yol gösteren, emeğini ve sevgisini benden esirgemeyen tüm öğretmenlerime,

Yüksek lisans eğitimim boyunca sadece zihinleri ile değil kalpleriyle de benimle muhatap olan, her zaman samimiyetlerini hissettiğim kıymetli hocalarım Prof. Dr. Mustafa KOÇ ve danışman hocam Doç. Dr. Mustafa Tekke'ye,

Çocukluk günlerimden bu yana dostluğunu yakinen hissettiğim, yatılı lise yurtlarından bugünlere kadar el ele yürüdüğüm, iyi ve kötü her zaman yanımda olan tüm kardeşlerime,

Annemden sonra annem olan sevgili ablama, hayatımın her döneminde bana destek olan ve çocukluğumdan itibaren örnek aldığım abilerime, çok sevgili yengelerime, pek bir tatlı canım yeğenlerime, ömrü boyunca yüzlerce öğrencinin kalbine dokunan ve hiçbir zaman sevgisini benden esirgemeyen babama ve en kıymetlim anneme,

Yürekten teşekkür ediyorum.

Mustafa EKER

ÖZET

KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ, MUTLULUK KORKUSU VE YALNIZLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

EKER, Mustafa

Yüksek Lisans, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Mustafa TEKKE

Aralık 2021, xi+168 Sayfa

Araştırma iki temel amaçtan oluşmaktadır. İlk olarak, üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ve kişilik özellikleri puanlarının demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amaçlanmıştır. İkinci temel amaç ise üniversite öğrencilerinde sosyal ve duygusal yalnızlık ile mutluluk korkusunu yordamada kişilik özelliklerinin rolünü belirlemektir. Bu çalışma belirtilen amaçlar doğrultusunda, nicel araştırma yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Nicel araştırma yöntemi desenlerinden korelasyonel (ilişkisel) desen, araştırmanın yöntem boyutunu oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini, 2020-2021 eğitim öğretim yılında öğrenim görmekte olan 394 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın veri toplama araçlarını; Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Mutluluk Korkusu Ölçeği ve HEXACO Kişilik Envanteri Kısa Formu oluşturmaktadır. Araştırmanın analiz aşamasında; Bağımsız Gruplarda t Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre; sosyal yalnızlığın cinsiyete, mutluluk korkusunun aile gelir düzeyine, kişilik özelliklerinin ise çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre, kişilik özelliklerinin sosyal ve duygusal yalnızlık boyutlarını ve mutluluk korkusunu anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Bulgular, daha önce yapılmış olan araştırmalar bağlamında tartışılmış ve yorumlanmıştır. Uygulamaya ve gelecek araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Kişilik, Mutluluk, Mutluluk Korkusu, Yalnızlık.

ABSTRACT

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TRAITS, FEAR OF HAPPINESS AND LONELINESS

EKER, Mustafa

Master, Department of Educational Sciences

Guidance and Psychological Counseling Program

Thesis Supervisor: Assoc. Prof. Mustafa TEKKE

December 2021, xi+168 Pages

This study consisted of two main purposes. First, it was aimed to determine whether the social and emotional loneliness, fear of happiness and personality traits scores of university students differ according to demographic variables. The second main aim was to determine the role of personality traits in predicting social and emotional loneliness and fear of happiness. This study was carried out in line with the stated purposes, using the quantitative research method. The correlational design, one of the quantitative research method, constitutes the method section of the research. The sample of the research consists of 394 university students studying in the 2020-2021 academic year. The research data collection measures were; Personal Information Form, Social and Emotional Loneliness Scale, Fear of Happiness Scale and HEXACO Personality Inventory Short Form. Independent Groups t-Test, One-Way Analysis of Variance (ANOVA) and Multiple Regression Analysis were used in the result chapter of the research. According to the findings obtained from the research, there are significant differences between social loneliness and gender, fear of happiness and family income level and personality traits and child birth order. According to the results of the regression analysis, it was determined that personality traits significantly predicted the dimensions of social and emotional loneliness and fear of happiness. The findings were discussed and interpreted in the context of previous research. Suggestions for application and future studies were presented.

Key Words: Personality, Happiness, Fear of Happiness, Loneliness.

İÇİNDEKİLER

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI	i
ÖNSÖZ.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ	ix
EKLER LİSTESİ.....	xi
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Araştırmanın Sayıltıları	8
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	8
1.6. Tanımlar.....	8
1.6.1.Kısaltmalar	9
BÖLÜM 2	10
LİTERATÜR.....	10
2.1. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	10
2.1.1. Yalnızlık Nedir?	10
2.1.2. Yalnızlık Çeşitleri	14
2.1.3. Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	16
2.1.4. Sosyal ve Duygusal Yalnızlıkla İlgili Araştırmalar	22

2.2. Mutluluk Korkusu	29
2.2.1. Mutluluk Nedir?	29
2.2.2. Mutluluk Korkusu Nedir?	34
2.2.3. Mutluluk Korkusu ve Kültür	37
2.2.4. Mutluluk Korkusu ile İlgili Araştırmalar	41
2.3. Kişilik	48
2.3.1. Kişilik Nedir?	48
2.3.2. Kişiliği Etkileyen Faktörler	51
2.3.3. Kişilik Kuramları.....	55
2.3.4. HEXACO Kişilik �zellikleri	64
2.3.5. HEXACO ile İlgili Araştırmalar	69
BÖLÜM 3	74
YÖNTEM.....	74
3.1. Araştırmanın Modeli	74
3.2. Evren ve �rneklem.....	74
3.3. Veri Toplama Araçları.....	75
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	76
3.3.2. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık �leği.....	76
3.3.3. Mutluluk Korkusu �leği.....	77
3.3.4. HEXACO Kişilik Envanteri.....	78
3.4. Verilerin Toplanması.....	80
3.5. Verilerin Analizi.....	80
BÖLÜM 4	83
BULGULAR VE YORUM.....	83
4.1. Veri Toplama Araçlarından Elde Edilen Puanlarla İlgili Betimsel İstatistikler.....	83

4.2. Alt Problemlere İlişkin Bulgular	86
4.2.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular	86
4.2.2. Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Bulgular	88
4.2.3. Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular	88
4.2.4. Araştırmanın Dördüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular	91
4.2.5. Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular	92
4.2.6. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Bulgular	93
4.2.7. Araştırmanın Yedinci Alt Problemine İlişkin Bulgular	97
4.2.8. Araştırmanın Sekizinci Alt Problemine İlişkin Bulgular	99
4.2.9. Araştırmanın Dokuzuncu Alt Problemine İlişkin Bulgular	100
4.2.10. Araştırmanın Onuncu Alt Problemine İlişkin Bulgular	104
4.2.11. Araştırmanın On Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular ...	110
BÖLÜM 5	112
SONUÇLAR VE ÖNERİLER	112
5.1. Sonuçlar	112
5.1.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	112
5.1.2. Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	114
5.1.3. Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	114
5.1.4. Araştırmanın Dördüncü Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	116
5.1.5. Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	117
5.1.6. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	118
5.1.7. Araştırmanın Yedinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	119
5.1.8. Araştırmanın Sekizinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	120
5.1.9. Araştırmanın Dokuzuncu Alt Problemine İlişkin Sonuçlar ...	121
5.1.10. Araştırmanın Onuncu Alt Problemine İlişkin Sonuçlar	123
5.1.11. Araştırmanın On Birinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar ...	128

5.2. Öneriler.....	130
5.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler	130
5.2.2. Gelecekte Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler.....	131
BÖLÜM 6	132
KAYNAKÇA	132
BÖLÜM 7	161
EKLER	161



TABLÖLER LİSTESİ

Tablo 1. HEXACO Kişilik Envanteri'nin Faktör ve Alt Boyut İsimleri.....	68
Tablo 2. HEXACO Kişilik Faktörlerinin İki Ucunda Yer Alan Değerler.....	69
Tablo 3. Araştırmaya Katılan Bireylere Dair Betimsel Veriler.....	75
Tablo 4. Veri Toplama Araçlarından Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler (N=394).....	84
Tablo 5. Cinsiyete Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutlarına Ait Puanların t-Testi Sonuçları	87
Tablo 6. Cinsiyete Göre Mutluluk Korkusu Puanlarının t-Testi Sonuçları.....	88
Tablo 7. Cinsiyete Göre Kişilik Özellikleri Boyutlarına Ait Puanların t-Testi Sonuçları	89
Tablo 8. Aile Gelir Düzeyine Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutlarına Ait Puanların Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	91
Tablo 9. Aile Gelir Düzeyine Göre Mutluluk Korkusu Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	92
Tablo 10. Aile Gelir Düzeyine Göre Dürüstlük-Alçak Gönüllülük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	93
Tablo 11. Aile Gelir Düzeyine Göre Duygusallık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	94
Tablo 12. Aile Gelir Düzeyine Göre Dışa Dönüklük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	95
Tablo 13. Aile Gelir Düzeyine Göre Uyumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	95
Tablo 14. Aile Gelir Düzeyine Göre Sorumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	96
Tablo 15. Aile Gelir Düzeyine Göre Deneyime Açıklık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	97
Tablo 16. Çocuk Doğum Sırasına Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutlarına Ait Puanların Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	98
Tablo 17. Çocuk Doğum Sırasına Göre Mutluluk Korkusu Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	99

Tablo 18. Çocuk Doğum Sırasına Göre Dürüstlük-Alçak Gönüllülük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	100
Tablo 19. Çocuk Doğum Sırasına Göre Duygusallık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	101
Tablo 20. Çocuk Doğum Sırasına Göre Dışa Dönüklük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	101
Tablo 21. Çocuk Doğum Sırasına Göre Uyumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	102
Tablo 22. Çocuk Doğum Sırasına Göre Sorumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları	103
Tablo 23. Çocuk Doğum Sırasına Göre Deneyime Açıklık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları.....	104
Tablo 24. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutları, Mutluluk Korkusu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları Matrisi	105
Tablo 25. Sosyal Yalnızlığın Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	107
Tablo 26. Ailesel Yalnızlığın Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	108
Tablo 27. Romantik Yalnızlığın Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	109
Tablo 28. Mutluluk Korkusunun Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	110

EKLER LİSTESİ

EK-1: Etik Kurul İzni

EK- 2: Kişisel Bilgi Formu

EK- 3: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği

EK- 4: Mutluluk Korkusu Ölçeği

EK- 5: HEXACO Kişilik Envanteri



BÖLÜM 1

GİRİŞ

Araştırmanın giriş bölümünde; araştırmanın problem durumuna, amacına, önemine, sayıltılarına, sınırlılıklarına ve araştırmanın temelini oluşturan kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

1.1.Problem

Yalnızlık, alanyazında sık rastlanan, hakkında birçok araştırma yapılmış, yaşantıya dair önemli problemlerden biridir. Yalnızlık hakkında bu zamana kadar birçok çalışma yapılmıştır. Yalnızlık, bireyler tarafından istenmeyen ve yaşamı tehdit edebilecek seviyede büyük bir sorun olarak görülmüştür. Bu durumun sonucu olarak yalnızlık insanlığın yaşadığı en büyük zorluklar arasında gösterilmektedir (Eminoğlu, 2018). Yalnızlık kavramı, kişinin yaşamış olduğu sosyal ilişkileri ile asıl yaşamak istediği sosyal ilişki arasındaki farklılıklar sonucunda yaşanan ve hoş gitmeyen öznel psikolojik durum şeklinde tanımlanabilir (Peplau ve Perlman, 1982).

Kişinin sosyal çevresiyle ilişkili yoksunluğun bir belirtisi olarak meydana çıkan yalnızlık, önemsenmediği durumlarda geçici durumdan kalıcı hale dönüşebilmekte ve kişinin ruh sağlığını tehdit eden bir boyuta yükselmektedir. Gelişen teknoloji ile modern dünyanın en yaygın problemlerinden biri haline gelen yalnızlık, pek çok kişinin karşılaştığı ve yardım almadan baş etmeye çalıştığı bir durumdur. Diğer taraftan kalıcı yalnızlık durumu ise bireyin dünyasında psikolojik rahatsızlıklara neden olabilecek, ağır bir yaşantı olarak değerlendirilir. Yalnızlığa dair yapılan araştırmalarda; doyumsuzluk, anksiyete, yorgunluk hali gibi durumların

ortaya çıkabileceği ve alkol bağımlılığı, intihara meyilli olma, depresyon gibi önemli rahatsızlıkları meydana getirebileceği bulunmuştur (Baran ve Bulut, 2002).

Yalnızlık kavramının alanyazında iki boyutu vardır; sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık. Sosyal yalnızlık boyutu, bireyin arkadaşları ve akranlarına dair sahip olduğu zayıf ilişki ağını temsil ederken; duygusal yalnızlık boyutu ise kişinin ailesi ve diğer kişilerle yetersiz duygusal bağlılığının söz konusu olmasıdır (Krause-Parello, 2008). DiTommaso ve Spinner (1993, 1997), duygusal yalnızlık üzerine yaptıkları araştırmalar sonucunda, bu boyutun iki alt boyutu olduğunu bulmuşlardır ve bu bağlamda duygusal yalnızlık, ailesel ve romantik yalnızlık şeklinde iki alt boyut ile incelenmeye başlanmıştır. Ailesel yalnızlık, kişinin aile ilişkilerinde yaşamış olduğu duygusal yoksunluğu ifade ederken; romantik yalnızlık ise, bireyin romantik ilişkilerinde yaşadığı duygusal yoksunluğu ifade etmektedir.

Mutluluk kavramı TDK sözlüğünde; “Bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, mut, ongunluk, kut, saadet, bahtiyarlık, saadetlilik (Türk Dil Kurumu, 2021).” şeklinde tanımlanmaktadır. Mutluluk kavramı, insanlık tarihi boyunca araştırılan ve merak edilen bir olgu olagelmıştır. Psikoloji disiplinde 1980’li yıllardan sonra mutluluk hakkında yapılan araştırmalar artmıştır. Bu artışta pozitif psikoloji akımının ön plana çıkması rol oynamaktadır. Bu süreçte bilim insanları, mutluluğun tanımlanması, erişilebilir olup olmaması, sürekliliği gibi yönlerini irdemiştir (Doğan, 2013). Pozitif psikoloji ise, bireyin olumsuz ve problemli olarak tanımlanan yönlerinden daha çok olumlu özelliklerinin edinilmesi ve korunması üzerine araştırma yapılmasını öneren ve bu doğrultuda hareket eden yaklaşım olarak tanımlanabilir (Schultz ve Schultz, 2007).

İlerleyen pozitif psikoloji araştırmaları ile öznel iyi oluş hakkında yapılan çalışmalar genel olarak pozitif duygulara, pozitif duyguların gelişimine odaklanmakta ve bu süreçte mutluluk kavramsallaştırılırken olumsuz yönleri görülmemektedir (Joshnloo 2014). Halbuki yapılan araştırmalar sonucunda görülmüştür ki mutluluk, iyi oluş, sevgi gibi kavramlar her zaman insanlar için istenen ve arzulanan bir durum olmayıp bazen korkulan duygular olarak da değerlendirilebilmektedir (Gilbert vd. 2014).

Mutluluk kavramının her birey ve her kültür için olumlu anlam taşımadığı anlaşıldıktan sonra bu konuda araştırmalar yapılmaya başlandı. Bu bağlamda mutluluk korkusu kavramı literatüre girmiştir. Mutluluk korkusu; bir veya daha fazla sebepten dolayı kişilerin saadet verebilecek birtakım bireysel ilişkilerden kaçınması, bireyin kendini alıkoyması şeklinde tanımlanmaktadır (Joshnloo, 2013). Mutluluk korkusuyla alakalı geliştirilen ölçekle toplumların mutluluk korkusuna bakış açısı değerlendirildi. Bu bağlamda kolektivist toplumların bireyci toplumlara göre daha yüksek düzeyde mutluluk korkusuna sahip olduğu bulunmuştur. Sahip olunan mutluluk korkusunun ise her birey ve toplum için aynı sebepten ortaya çıktığını söylemek mümkün değildir. Bu yüzden mutluluk korkusu değerlendirilirken her bireyin ve ait olduğu toplumun kendi fenomeninden durumu değerlendirmek gerekmektedir (Muhtar, 2016).

Mutluluk korkusu ile Türkiye coğrafyası ilişkisi incelendiğinde, mutluluk korkusunun bu kültürde var olduğunu gösteren birtakım göstergeler görülmüştür. Mutluluk korkusu kavramı ile ilgili bulunan atasözlerine; “Ağlayanın bir derdi var, gülenin beş.” ve “Çok gülen çok ağlar.” cümleleri örnek gösterilebilir (Türktaş, 2018, s. 15). Halk arasında yaygın olarak bilinen nazar değmesi kaygısı ile mutluluk korkusu ile ilişkilendirilebilir. Kişinin sahip olduğu kıymetli bir şey veyahut güzel bir haber, nazar değmemesi için gizlenmek istenebilir ve bu yolla o mutluluk kaynağının kaybolmaması hedeflenir (Çıblak, 2004).

Her bireyin özgün oluşu, genel olarak kabul gören bir durumdur. İnsanlar aynı çevresel etkiye maruz kalsalar bile farklı tepkiler gösterebilirler. Bu durumdaki farklılığın sebebi ve sonuçları incelendiğinde kişilik kavramının ortaya çıktığı görülmüştür (Hogan, 1996). Kişilik kavramı, “bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler olarak” tanımlanmaktadır (Burger, 2016, s. 698). Araştırmacılar, kişilik konusunu ele alırken bireysel farklılıklar bağlamında analiz yaparlar. Bireysel farklılıklar incelenirken bireylerin kalıtım yoluyla taşıdıkları özelliklerin yanı sıra kişinin doğumundan itibaren muhatap olduğu çevrenin etkisi de söz konusudur. Kişiliğe dair çevre kaynaklı dışsal faktörler de incelemeye tabi tutulmaktadır (Yurtsever, 2009). Kişilik; insanların birbirinden farklı olmasını sağlayan, kalıtsal olarak getirilen özellikler ile dışsal faktörlerin etkileşimi

sonucu meydana gelen davranış ve duyguların toplamıdır. Kişiliğe dair inceleme yapılırken bireylerin duygusal ve davranışsal bütün özelliklerinin kararlı olanları ele alınır ve birey çevresiyle etkileşimi sırasında kişiliğini sergiler (Özdemir vd., 2012).

Bahsedilen kavramlara dair bu zamana kadar birtakım araştırmalar yapılmış ve ilişkileri araştırılmıştır. Bu bağlamda bireyin genç yetişkinlik döneminde yaşadığı yalnızlık kavramı önemli bir yere sahiptir. Bu araştırmalar sonucunda yalnızlık ile uyuşturucu madde kullanımı (Cacioppo vd., 2002), depresyon (Heinrich ve Gullone, 2006), alkol kullanım alışkanlığı, düşük benlik saygısı ve fizyolojik belirtiler (Johnson, 2007) arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Genç yetişkin bireylerin gelişim görevlerinden olan yakın ilişki kurma konusunda zorluk yaşayan bireyler, olumsuz yaşantılar edinmeye daha müsait hale gelmektedirler. Öte yandan Gilbert vd. (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, kişinin sahip olduğu mutluluk korkusunun; depresyon, kaygı, aleksitimi ve stres ile anlamlı düzeyde yüksek oranlı ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmalar sonucunda yalnızlık ve mutluluk korkusu kavramlarının depresyon, stres gibi kavramlar ile korelasyonu ortaya konulmuştur.

Öte yandan Pishva vd. (2011), Saghir vd. (2019) ile Doğan (2013), yapmış oldukları çalışmalarda mutluluk ile nevrotik kişilik özelliği arasında anlamlı ilişki tespit etmişlerdir. Literatürde yer alan bu bulgu doğrultusunda, mutluluk korkusunun HEXACO'nun duygusallık kişilik özelliği tarafından yordanması beklenmektedir. Morgan (2011), yapılan araştırmalarda kişiliğin yalnızlığı etkileyen önemli unsurlardan biri olduğuna değinmektedir. Kişilik kavramı, bireyin sosyal becerilerinin ve diğer insanlarla ilişkilerinde sergilediği tutum ve davranışların toplamı olarak ifade edilirken, sergilediği davranışlar sonucunda aldığı geri bildirimler ile de şekillenebildiği ve bu durumlardan etkilendiği söylenebilmektedir. Bu bağlamda bireyin yalnızlık düzeyini belirleyen ve ona etki eden durumlardan biri olarak kişiliğin ön plana çıkması söz konusudur. Bu çalışma sonucunda ise kişilik özelliklerinin yalnızlığı belirli düzeyde yordaması beklenmektedir.

Literatürde yer alan çalışmalarda mutluluğun bir kişilik özelliği olarak değerlendirildiğini söylemek mümkündür (Costa ve McCrae, 1980; Diener vd., 1992; Emmons ve Diener, 1986). Kişilik ve mutluluğa dair yapılan araştırmalar sonucunda;

mutluluk düzeyi yüksek bireylerin yaygın biçimde karakteristik özellikler sergilediği söylenemese bile bu bireylerin güçlü ilişkilere sahip olduğunu, iletişim becerilerinin yüksek olduğunu ve daha dışa dönük olduklarını ifade etmek mümkündür (Özkan, 2020). Bu bağlamda da kişiliğin belirli düzeyde mutluluk korkusunu yordaması beklenmekte ve bu sayede mutluluk korkusunu artıran veya azaltan kişilik özelliklerinin tespit edilmesi amaçlanmaktadır.

Literatür incelendiğinde; kişilik, mutluluk korkusu ve yalnızlık hakkında ayrı ayrı birçok araştırmanın var olduğu görülmektedir. Fakat Türkiye literatüründe daha önce gerçekleştirilmiş, kişiliğin yalnızlığı ve mutluluk korkusunu ne düzeyde yordadığının açıklanmaya çalışıldığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Öte yandan kişiliğin yalnızlık ve mutluluk korkusu üzerinde olabilecek muhtemel etkisine dair alanyazında yer alan belirteçler incelendiğinde, bu doğrultuda bir araştırma yapma gerekliliği ön plana çıkmaktadır. Bu araştırma sonuçları ile; kişiliğin yalnızlık ve mutluluk korkusu üzerindeki etkisinin ortaya konulması, bu sayede yalnızlık ve mutluluk korkusunu yordayan kişilik özellikleri ile ilgili geliştirilebilecek önleyici ve gelişimsel rehberlik çalışmalarına bir kaynak oluşturulması hedeflenmiştir. Bu bağlamda araştırmanın problemi olarak “Üniversite öğrencilerinde sosyal ve duygusal yalnızlık ile mutluluk korkusunu yordamada kişilik özelliklerinin rolü var mıdır?” sorusu belirlenmiştir.

1.2.Araştırmanın Amacı

Araştırmanın iki temel amacı vardır. Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ve kişilik özellikleri puanlarının demografik değişkenlere göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek ve üniversite öğrencilerinde sosyal ve duygusal yalnızlık ile mutluluk korkusunu yordamada kişilik özelliklerinin rolünü belirlemektir. Bu bağlamda aşağıdaki alt problemler oluşturulmuştur.

1. Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

2. Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?
6. Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?
7. Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
8. Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
9. Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
10. Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, sosyal ve duygusal yalnızlığın boyutlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
11. Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, mutluluk korkusunu anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Modern dünyada yaşanan gelişmeler ve teknolojik ilerlemeler ile bireyin kendisiyle ve toplumla olan ilişkisinde farklılaşmalar meydana gelmeye başlamıştır. Kişi, artık kendisine ve sosyal çevresine daha az zaman ayırmakta iken netice olarak kendisine ve topluma karşı yalnızlaştığı söylenebilir (Ekinci vd., 2015). Öte yandan yalnızlık olgusunun üniversite öğrencileri dünyasında yaygın olarak görüldüğü literatürde yer alan bulgulardandır (Ponzetti, 1990). Bu çalışmanın bir boyutunu oluşturan yalnızlık kavramı ve çalışmanın üniversite öğrencilerine yönelik olması bahsedilen bilimsel gerçekler ışığında önem arz etmektedir.

Çalışmanın bir diğer boyutunu oluşturan mutluluk korkusu kavramı ise kültürümüz açısından incelenmesi gereken bir diğer olgudur. Bunun sebebi olarak; kültürümüzün inanç değerlerimiz ile bütünleşmiş yapısı, çok gülmenin olumsuz nitelendirilmesi, olumlu durumlardan sonra olumsuz yaşantıların gelebileceği düşüncesi gösterilebilir (Türk vd., 2017). Türkiye coğrafyasının hem Doğu hem de Batı kültüründen çok etkilenmiş olması, kültürümüzde yer alan “Çok gülen çok ağlar.” atasözü gibi mutluluk korkusuna işaret eden belirteçlerin bulunması yine mutluluk korkusu kavramının incelenmesi gerekliliğini meydana çıkarmaktadır (Özkan, 2020).

Çalışmanın diğer bir boyutunu ise kişilik kavramı oluşturmaktadır. Kişilik, insana dair en çok önem arz eden, üzerine birçok araştırma yapılmış, bu konuya dair birçok farklı kuram geliştirilmiş ve psikoloji disiplinde özel bir konuma sahip olan bir kavramdır. Kişiliğin; yalnızlığı etkileyen önemli unsurlardan biri olması (Morgan, 2011), mutluluk düzeylerine dair kişisel farklılıklardaki varyansı yüksek düzeyde açıklaması (Diener vd., 1999) ve bu üç kavramın literatürde bir arada daha önce incelenmemiş olması, bu çalışmanın gerekliliğini ve önemini ön plana çıkarmaktadır. Alanyazın incelendiğinde kişiliğin mutluluk korkusu ve yalnızlığa olan etkisinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada kullanılan HEXACO Kişilik Envanteri'nin güncelliği sebebiyle, kişilik ölçümlerinde Türkiye literatüründe çok kullanılan bir ölçüm aracı olmadığı görülmektedir. Yine mutluluk korkusu kavramı literatürde son derece güncel olan kavramlardan biridir. Bu bağlamlar doğrultusunda, icra edilen bu araştırmanın özgün ve orijinal olduğu söylenebilmektedir.

Ortaya konulan bu çalışmadan elde edilen bulgular, üniversitelerde yer alan psikolojik danışma merkezleri ve üniversite öğrencilerine danışmanlık yapan psikolojik danışmanlar için kişilik, yalnızlık ve mutluluk korkusu bağlamında gelişimsel ve önleyici, eğitim ve danışmanlık süreçlerinde farklı bir bakış açısı kazandıracağı düşünülmektedir. Öte yandan, yalnızlık ve mutluluk korkusu durumlarına karşı hangi kişilik özelliğine sahip bireylerin daha dezavantajlı olduğu bilimsel biçimde ifade edilmiş olacaktır. Bu bulgular ışığında, kişilik oluşum süreçlerinde bireyler ile muhatap olan ebeveyn ve eğitimcilerin desteklemesi gereken

kişilik yönlerinin de ortaya çıkacağı düşünülmekte, bu sayede temel eğitimden üniversite yaşantısına kadar katkı yapması beklenmektedir.

1.4.Araştırmanın Sayıtları

Araştırmada aile gelir düzeyi ölçümleri için yapılan sınıflandırmanın, gelir düzeyleri arasındaki farklılıkları ifade edebildiği varsayılmaktadır.

1.5.Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencileriyle sınırlıdır.

Araştırmadan elde edilen veriler, 2020-2021 eğitim ve öğretim dönemi ile sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Yalnızlık: Bireyi yaşamış olduğu sosyal ilişkileri ile asıl yaşamak istediği sosyal ilişki arasındaki farklılıklar neticesinde yaşanan ve hoş gitmeyen kişisel psikolojik durum (Peplau ve Perlman, 1982).

Sosyal Yalnızlık: Sosyal yalnızlık, bireyin sosyal ilişkilerini kapsayan sosyal ağın yoksunluğu sonucu ortaya çıkan yalnızlık türüdür (Weiss, 1973).

Duygusal Yalnızlık: Duygusal yalnızlık, başka bir bireye yakın bir bağlılığın olmamasından kaynaklanan, kaygı ve boşluk duygularının yaşandığı durumdur (Weiss, 1973).

Mutluluk: Geçmişe dair iyi-oluş, hoşnutluk ve tatmin olma, geleceğe dair umut ve iyimserlik ve şimdiki zamana dair ise saadetlilik ve akış olarak tanımlanmaktadır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2014).

Mutluluk Korkusu: Mutluluk korkusu; bir veya daha fazla sebepten dolayı kişilerin saadet verebilecek birtakım bireysel ilişkilerden kaçınması, bireyin kendini alıkoyması şeklinde tanımlanmaktadır (Joshnloo, 2013).

Kişilik: Kişilik, “bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler” şeklinde tanımlanmaktadır (Burger, 2016, s. 698).

1.6.1.Kısaltmalar

TDK: Türk Dil Kurumu

SDYÖ: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği

HEXACO: Altı Faktörlü Kişilik Modeli

HKE-60: HEXACO Kişilik Envanteri Kısa Formu

SELSA: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği Orijinal Versiyonu

SELSA-S: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği Orijinal Versiyonu Kısa Formu

SY: Sosyal Yalnızlık

DAY: Duygusal Ailesel Yalnızlık

DRY: Duygusal Romantik Yalnızlık

BÖLÜM 2

LİTERATÜR

2.1. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık

2.1.1. Yalnızlık Nedir?

Yalnızlık, alanyazında sık rastlanan, hakkında birçok araştırma yapılmış, yaşantıya dair önemli bir problem olarak görülen kavramlardan biridir. Yalnızlık hakkında bu zamana kadar birçok çalışma yapılmasına rağmen, ne olduğu konusunda farklı fikirler olduğu görülmektedir. Bu kavram tarih boyunca insanoğlunun bir problemi olarak algılanmış, bireyler tarafından istenmeyen ve yaşamı tehdit edebilecek seviyede büyük bir sorun olarak görülmüştür. Bu durumun sonucu olarak, yalnızlık insanlığın yaşadığı en büyük zorluklar arasında yer almıştır (Eminoğlu, 2018).

Yalnızlık kelimesinin İngilizce karşılığı olarak kullanılan bazı sözcükler şu şekildedir: “Loneliness”, “solitariness”, “solitude” ve “isolation”. Bunlar arasından en çok tercih edilen “loneliness” kelimesidir (Bezmez ve Brown, 2005). Yalnız kelimesi etimolojik açıdan incelenirse, kökeni yalın kelimesinden gelmektedir. Yalın kelimesi ise ilk defa Orhun yazıtlarında çıplak anlamında kullanılmıştır (Tekin, 1995). TDK sözlüğünde ise yalnızlık kelimesinin karşılığı olarak; “Yalnız olma durumu, kimsesizlik, kimsenin bulunmama durumu, ıssızlık ve tenhalık.” ifadesi yer almaktadır (Türk Dil Kurumu, 2021).

Yalnızlık kavramına dair alanyazında yer alan pek çok tanım vardır. Araştırmacılardan bazıları yalnızlığı nesnel bir durum olarak tanımlarken, bir kısmı ise bu durumu öznel ve varoluşsal açıdan değerlendirmektedir. Yapılan tanılamaların en büyük ortak özelliği ise yalnızlığın acı verici negatif bir durum olarak ifade edilmesidir (Eskin, 2001).

Yalnızlık öznel ve nesnel olarak iki farklı biçimde ele alınabilir. Fakat, yalnızlığın tanımlanmasının zor olması gibi ifade edilmesi ve anlaşılması da kişisel ve problemlili bir olgudur. Yalnızlık, her bireyin rahatlıkla ifade edemeyeceği felaket bir yaşıntıdır. Yalnızlığı bu boyutta korkunç yapan durum, belki de ifade edilmesinin bu kadar zor olmasıyla alakalıdır. Öte yandan kolay ifade edilebilir, paylaşılabilir ve anlaşılabilir bir durum olsaydı yalnızlık olmazdı (Yaşar,2007).

Yalnızlığa dair alanyazında bulunan pek çok tanımdan özellikle Peplau ve Perlman (1982)'ın yapmış olduğu tanım ön plana çıkmaktadır. Yalnızlık kavramını, bireyin yaşamış olduğu sosyal ilişkileri ile asıl yaşamak istediği sosyal ilişki arasındaki farklılıklar sonucunda yaşanan ve hoşla gitmeyen öznel psikolojik durum olarak tanımlamışlardır. Weiss (1973) ise yalnızlığı, bireyin ihtiyacını hissettiği ve istediği sosyal ilişkilerin eksikliğine veya toplum içerisinde farklı yapılarda sosyal ilişkileri bulunmasına rağmen bu ilişkilerde aradığı samimiyet, yakınlık ve duygusallığı bulamamasına karşı vermiş olduğu tepki, şeklinde ifade etmiştir. Yalnızlık, bireyin ilişki yoksunluğuna verdiği bir cevaptır ve ilişki arzusu içermektedir.

De Jong Gierveld (1988) yalnızlığı, bireyin çevresiyle samimiyet içeren ilişkilere sahip olma ihtimalinin olmaması şeklinde tanımlamış ve yalnızlığın çok yönlülüğüne dikkat çekmiştir. Araştırmacıya göre yalnızlık, bireyin yakın sosyal ve ikili ilişkiler edinmemesinden doğmaktadır. Rogers (1994) ise, bireyin başka insanlarla hiç gerçek ilişkisinin bulunmadığını fark ettiği zaman ortaya çıkan durum olarak yalnızlığı tanımlamıştır. Sullivan (2013) yalnızlığı, kişinin farklı insanlarla ihtiyaç duyduğu yakın ilişkiyi kuramaması sonucu oluşan hoşnutsuzluk hissiyatı olarak tanımlamaktadır. Kişinin nicel ve nitel açıdan gerekli olan iletişiminin bozulması, hissizlik hali ve kendine dair vazgeçiş gibi psikososyal problemlerin yaşandığı durum olarak yalnızlıktan söz edilebilir (Öz, 2004).

Geçtan (2007) ise yalnızlık hakkında şunları söylemektedir: Yalnızlık hissi birey için o kadar büyük bir sorundur ki, kişi bu his ile baş başa kalmamak için elinden geleni yapar. Hatta psikiyatristlerin bile yalnızlık hakkında gerekli araştırmayı yaptığı söylenemez. Ayrıca pek çok farklı durum yalnızlık başlığı altında toplanmaktadır. Bireyin somut bir biçimde yalnız yaşama durumu, kişinin içinde

yaşadığı topluma yabancılaşması, sosyal çevresi tarafından istenmeyen kişi ilan edilmek, çevresiyle ilişki bağlamında bireyin kendini çekmesi sonucu oluşan yalnızlık ve bireyin kimse tarafından anlaşılmadığını, hislerini paylaşacağı birinin olmamasını hissettiği durum gibi örnekler yalnızlık kelimesinin altında ne kadar farklı yaşantıların toplandığını göstermektedir.

Yalnızlıkla ilgili yapılan tanımlamalarda toplam dört adet ortak nokta tespit edilmiştir. Birinci ortak nokta, yapılan tüm tanımlarda bireyin sosyal ilişkilerinde eksiklik olduğu vurgusudur. İkinci ortak nokta, yalnızlığın bireyin sosyal ilişkilerden beklentisiyle ve öznel yargılarıyla alakalı oluşuna dairdir. Üçüncü ortak nokta ise, yalnızlığın kişiler tarafından istenmeyen ve haz duyulmayan bir deneyim olmasıdır. Dördüncü ve son ortak nokta ise, yalnızlık durumuyla karşılaşan bireylerin, bu yaşantıdan kurtulmak ve sosyal döngüye katılabilmek için gayret sarf edip kendilerini geliştirmek adına enerji harcamasıdır (Jones ve Hebb, 2003).

Gündelik hayatta yalnızlık, bireyin kendini sahipsiz hissetmesi, evine gittiği zaman kapıyı açan birinin olmaması, yemeğini ve çayını yalnız içmesi veya tek başına gezmesidir. Yalnız, tek başına yaşayan ve bir yıldan uzun süredir arkadaşları ve akrabalarıyla ayda bir defadan fazla konuşmayan birey olarak tanımlanır. Yalnızlık, bazısı için kimsesiz hissetmek bazısı için ise tek başına olmaktır. Öte yandan bireyler bazen tek başına değilken de kendilerini yalnız hissedebilirler. Bu açıdan bakıldığı zaman kişi, ailesi ile birlikteyken de kalabalıklar içinde yürürken de okulda birçok arkadaşıyla birlikte dersteyken de yalnız olabilir. Burada bireyin gerçek sosyal ilişki sahibi olduğunu hissetmemesi, kendini anlayabilen bir ferdin yokluğu durumu söz konusudur. Yalnızlık bazı durumlarda fertler için olumlu gibi görünse de burada kastedilen bireyin kendini tek hissetmesi ve bunu olumsuz bir deneyim olarak algılamasıdır (Yaşar, 2007).

Yalnızlık ve insan kavramı ele alınırken bireyin akıl sahibi oluşu ve bununla beraber dünyaya dair elde ettiği farkındalıklar göze çarpmaktadır. Kişi, bu dünyaya istemi dışında geldiğinin ve öyle de gideceğinin farkındadır. Sevdiklerinin kendisinden önce öleceğinin veya kendisinin onlardan önce ölebileceğinin, yaşadığı tabiat ve toplum karşısında iradesinin ne kadar sınırlı olduğunun farkına varması mutlaka akıl ile olmuştur. Bütün bu farkındalıklar bireyi inanılmaz bir yalnızlığın

ortasına sürükler. Öyleyse bireyin en büyük amacı bu yalnızlık korkusundan kurtulmaktır. Bu amacın hüsrarla sonuçlanması bireyi zihinsel travmalara kadar götürebilecek, bireyin düşünmek bile istemeyeceği kaçınılmaz bir durumdur. İnsanların bu konuda geliştirdikleri en büyük savunma ise toplumla bütünleşmek, hayatın akışı içerisinde kendisi için bir yer bulabilmektir. Bu açıdan yalnızlık ve sosyallik ilişkisinin önemi ortaya çıkmış olur (Fromm, 1999).

İnsanlar için sahip oldukları sosyal ilişkilerin niteliği hayatlarını farklı derecelerde etkileyebilmektedir. İlişkilerin doyurucu olmaması veya yapay olması böyle bir durumdur ve kişinin kendisini çevresinden ve toplumdan tamamen soyutlamasına, yalnızlaşmasına sebep olabilir (Buluş, 1997). Dünyanın son yüzyılda olan gelişmeler ile hızla değişmesi, sanal yaşantıların artması, insanların önem verdiği olguların farklılaşması ile değişen bir toplum yapısı söz konusudur. Bu süreçte bireyin topluma ayak uydurma serüveni gerçek ilişkilerden yoksunluk ile son bulabilme riskiyle karşı karşıyadır. Bu değişimin bedelini insanoğlu yalnızlık ile ödemektedir (Körler, 2011).

Özellikle genç yetişkinlik döneminde bireyin duygusal ve sosyal yakın ilişkiler geliştirme gereksinimi, bu dönemde yaşanacak yoksunluk ve yalnızlık ile karşılaşarsa, bireyde psikolojik ve devamında fizyolojik birtakım problemlere sebep olabilir. Böylesi bir durum ile karşılaşan gençler, yalnızlık ile baş etme yolları ararlar. Son yüzyılda yaşanan teknolojik gelişmelerle birlikte en sık başvuru alan baş etme yolu ise sanal ortamlardır. Bireyler gerçek hayatta elde edemedikleri yakın ilişki ve iletişim gereksinimlerini, sanal ortamlarda gidermeye çalışırlar (Erdoğan, 2009; Lemieux vd., 2013; Taydaş, 2009). Sosyal ilişki yoksunluğuyla birlikte sanal ağlara bireyin kendini hapsedmesi, olumsuz ve problemli durumlara sebep olmaktadır (Sarıçalı ve Eraslan Çapan, 2016).

Genç yetişkinlik döneminde yaşanan yalnızlığın sonuçlarına dair pek çok araştırma yapılmıştır. Bu araştırmalar sonucunda yalnızlık ile uyandırıcı madde kullanımı (Cacioppo vd., 2002), depresyon (Heinrich ve Gullone, 2006), alkol kullanım alışkanlığı, düşük benlik saygısı ve fizyolojik belirtiler (Johnson, 2007) arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Genç yetişkin

bireylerin gelişim görevlerinden olan yakın ilişki kurma konusunda zorluk yaşayan bireyler, olumsuz yaşantılar edinmeye daha müsait hale gelmektedirler.

Yalnızlık kavramının alanyazında iki boyutu vardır; sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık. Sosyal yalnızlık boyutu, bireyin arkadaşları ve akranlarına dair sahip olduğu zayıf ilişki ağını temsil ederken; duygusal yalnızlık boyutu ise kişinin ailesi ve diğer kişilerle yetersiz duygusal bağlılığının söz konusu olmasıdır (Krause-Parello, 2008).

2.1.2. Yalnızlık Çeşitleri

Yalnızlık kavramının sebepleri ve içeriğine dair ortak bir görüş sağlanmasına rağmen, bilim insanları yalnızlığın kategorize edilmesinde ve boyutlandırılmasında ortak bir görüşte buluşamamışlardır (Çıbık, 2019). Weiss (1973), bireylerin farklı gereksinimlerini karşılayan çeşitli sosyal bağlantılara sahip olmasından yola çıkarak, yalnızlığın iki başlık altında incelenebileceğini ortaya koymuştur. Weiss, yalnızlığı sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık şeklinde ilk defa kategorize eden araştırmacıdır. Bu bağlamda Weiss, yalnızlık konusunda yapılan modern çalışmaların babası olarak kabul edilmektedir (Perlman, 1988).

Sosyal yalnızlık. Sosyal yalnızlık, bireyin kendisini ait hissettiği arkadaşlık ortamının yoksunluğu halinde görülen bir durumdur (Kırel vd., 2004). Yalnızlık kavramının sosyal ilişkiler alt faktörü, bireyin onu destekleyen ve bütünleyen sosyal bağlantılarından kopması ile ilgilidir. Bir grupta kaynaşma ve entegrasyon eksikliği söz konusudur ve sebepleri olarak bireyin yaşadığı yeri sıklıkla değiştirmesi, arkadaşlarıyla ve yakın çevresiyle seyrek temas durumu, farklı toplumsal gruplara katılım eksikliği ve sağlıkta düşüş gibi faktörler gösterilebilir (Dugan ve Kivett 1994). Kişinin destekleyici sosyal çevresini kaybettiğini gösteren sosyal yalnızlık durumu, yaşlı bireylerde hassaslık, marjinalite, gerginlik ve huzursuzluk gibi belirtilere yol açabilir (Weiss, 1989). Sosyal yalnızlık durumunu azaltacak etken ise bireyin yeni sosyal ilişkiler edinmesi olarak gösterilebilir. Fakat bazı bireyler sosyal ortamlarını kaybetmemiş olmalarına rağmen yalnızlık duygusunu yaşadığı için bu çözüm onlar adına etkili olmayabilir (Drennan vd., 2008).

Weiss (1974), yalnızlığa dair yapmış olduğu sınıflandırmaya dayanarak altı bileşenli sosyal hükümler modelini tasarladı. Bu altı bileşen şu şekildedir: Bağlanma, sosyal uyum, değer güvencesi, güvenilir ittifak, rehberlik ve risk alma fırsatı. Bu bileşenlerden birincisi olan bağlanma, kişinin güven ihtiyacını karşıladığı bir sosyal ilişkiyi ifade eder. Sosyal uyum, bireyin kendisi ile benzer görüş ve tutumlara sahip olan bir grupla bütünleşmesidir. Değer güvencesi, bir grup ya da farklı bireyler tarafından kişinin kıymetinin ve özel oluşunun ona hissettirilmesidir. Güvenilir ittifak, kişinin ihtiyacı olduğu anda gereksinim duyduğu desteği alabileceği kişilerin varlığına dair inancıdır. Rehberlik, bireyin ihtiyacı olan bilgi ve tecrübeyi bulabileceğine dair inancının olmasıdır. Son bileşen olan risk alma fırsatı ise, başkalarının iyi oluşundan bir kişinin sorumlu olduğu duygusudur (Weiss 1974; Wang, 2018). Yalnızlık duygu durumundan kaçınmanın yolu olarak, bileşenlerden bağlanma ve sosyal bütünleşmenin gerekliliği önem arz etmektedir (Weiss, 1974) ve bağlanma bileşeninin eksikliği duygusal, sosyal bütünleşme bileşeninin eksikliği ise sosyal yalnızlık boyutuyla ilgili bir durumdur (Russell vd., 1984).

Duygusal yalnızlık. Duygusal yalnızlık; çocuklarda ebeveyn, yetişkin bireylerde ise arkadaş, eş gibi yakın ilişki kurulabilecek bağlantı noktasının yokluğunda ortaya çıkan durum şeklinde tanımlanmaktadır (Kırel vd., 2004).

Duygusal yalnızlığı Weiss (1973), bireyin çocukluk döneminde yaşadığı terk edilme duygusunun yansıması olarak ifade etmektedir. Duygusal yalnızlığın birtakım önemli belirleyici faktörleri ise şu şekildedir: Genç yetişkinlik döneminde yakın duygusal ilişki ve cinsel tatmin (Neto, 2015), kişinin partnerinin bulunmaması durumu (Dykstra ve Fokkema, 2007) ve partnerinin olmaması sonucu gereksinim duyduğu ilgiyi bulamaması (Dahlberg ve McKee, 2014). Duygusal yalnızlık boyutu, bireyin yaşadığı gerçek ilişki yoksunluğudur ve fiziksel değil duygusal bir durum olarak nitelenir (Qualter ve Munn, 2002).

Duygusal yalnızlık yaşayan bireyler, yakınlığın yoksunluğu ile karşı karşıyadır. İlk aşamada cinsel yakınlığın yokluğu söz konusu iken en önemlisi olan psikolojik yakınlık yoksunluğu ortaya çıkar. Kişinin önem verdiği bir ilişkinin, arkadaşlıktan ileri gitmeme durumu, özel ve derin bireysel umutların, zihinsel karmaşanın hem anlatıldığı hem de anlaşıldığı bir ortamın yoksunluğu; psikolojik

yoksunluk olarak ifade edilebilir (Clinton ve Anderson, 1999). Yaşanılan duygusal yalnızlığın çözümü için bazen bir yakın ilişki durumu bireyi yalnızlıktan kurtarabilirken; bazen de bu riskle karşı karşıya olan bireyler için tek bir partner, yakın bir arkadaş ya da romantik bir ilişki, duygusal yalnızlığa karşı önlem görevinde rol alabilir (Ernst ve Cacioppo 1999; Victor vd. 2005).

Duygusal yalnızlık üzerine yapılan araştırmalar sonucunda, bu boyutun iki alt boyutu olduğunu keşfedilmiş ve bu bağlamda duygusal yalnızlık kavramı, ailesel ve romantik yalnızlık şeklinde iki alt boyut ile incelenmeye başlanmıştır (DiTommaso ve Spinner, 1993; DiTommaso ve Spinner, 1997). Bu bağlamda geliştirilen Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nde de duygusal yalnızlık boyutu iki alt başlık halinde incelenmektedir. Ailesel yalnızlık, kişinin aile ilişkilerinde yaşamış olduğu duygusal yoksunluğu ifade ederken; romantik yalnızlık ise, bireyin romantik ilişkilerinde yaşadığı duygusal yoksunluğu ifade etmektedir. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nde ise duygusal yalnızlık puanı, ailesel ve romantik yalnızlık puanlarının toplamı ile elde edilmektedir (Akgül, 2020).

2.1.3. Yalnızlıkla İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Yalnızlık kavramının anlaşılması aşamasında bilim insanları farklı yollar izlemiş, farklı kuramlar geliştirmişlerdir (Eminoğlu, 2018). Yalnızlığı kuramsal olarak değerlendirebilmek için bu bölümde Etkileşim Kuramı, Psikodinamik Kuram, Bilişsel Yaklaşım, Bilişsel Davranışçı Yaklaşım, Rogers'ın Fenomenolojik Yaklaşımı ve Varoluşsal Yaklaşım ele alınacaktır.

Etkileşim kuramı. Weiss (1973), yalnızlığa dair yapmış olduğu çalışmaları ve yayınladığı kitabın bu alanda temel oluşturması sebebiyle, etkileşim kuramının en önemli temsilcisi olarak kabul edilmektedir. Weiss yalnızlığa dair iki yaklaşım ortaya atmıştır; durumsal ve karakterolojik yalnızlık. Durumsal yalnızlık bakış açısına göre birey yalnızlığı bir durum olarak kabul etmekteyken, karakterolojik bakış açısına göre ise yalnızlığın kaynağı olarak kişilik özellikleri gösterilmektedir. Öte yandan yalnızlığın sebebi olarak sadece kişisel faktörler gösterilemeyeceği gibi, çevresel faktörler de yalnızlığın tek başına sebebi olarak ifade edilemez. Weiss'in ifadesine göre yalnızlık, bahsedilen bu iki faktörün etkileşimi sonucu meydana gelmektedir.

Yalnızlığın iyileştirilmesine dair ortaya atılan yaklaşımlardan durumsal yaklaşım bu noktada, karakterolojik yaklaşımdan daha işlevsel görülmektedir. Bunun sebebi olarak ise, bireyin kişisel özelliklerinin tespiti ve değiştirilmesi konusundaki zorluk, yalnızlık durumuna durumsal çerçeveden yaklaşılmasının kullanışlılığını ortaya çıkarmaktadır. Oysa durumsal yaklaşım bakış açısı ile bireyin sosyal ortamı değiştirilebilir ya da iyileştirilebilir. Yalnızlığın bir diğer nedeni olarak ise, bireyin kültürel beklentileri karşılaması için gerekli olan etkileşime sahip olmaması gösterilebilir (Weiss, 1973).

Weiss (1973), yalnızlık yaklaşımı çerçevesinde sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık tiplerinden bahsetmektedir. Sosyal yalnızlık, bireyin sosyal çevresinde ihtiyacı olan arkadaşlık ortamının, ait olduğunu hissettiği grubun bulunmaması durumu olarak ifade edilirken; duygusal yalnızlık ise, kişinin çevresiyle -aile, iş, arkadaşlık gibi- samimi ve gerçek ilişki bağının kurulamadığı durumlar olarak ifade edilebilir.

Weiss'in kuramsallaştırdığı yalnızlık kavramı ve oluşturduğu tipoloji, birtakım araştırmalar ile de desteklenmiştir. Yapılan araştırma sonucu kişilerin yalnızlığı sosyal ve duygusal olarak ayırdığı ortaya çıkmıştır (Di Tommaso ve Spinner, 1997).

Psikodinamik kuram. Psikodinamik yaklaşımın öncüsü Freud (1938), kişilik yapısına dair yaptığı araştırmalarında bireyin gelişim evrelerine dikkat çekmekte ve bebeklik, çocukluk yıllarının önemini vurgulamaktadır. Kişinin bebeklik yıllarında anne ile kurduğu ilişkinin ilk basamağı fizyolojik ihtiyaçların karşılanması iken, bir diğer önemli etkileşim ise anne ile bebek arasında kurulan güven bağıdır. Oral dönemini sağlıklı geçiren bireyler, ileri dönem yaşantısında da bunun neticesi olarak ikili ilişkilerde almakta ve vermekte problem yaşamamaktadır. Ayrıca bebeklik döneminde güven duygusu edinen birey, yetişkinlikte başka insanlara karşı güven problemi yaşamamakta ve sağlıklı ilişkiler geliştirebilmektedir. Birey, sosyal ortamlarda aktif olabilir ve toplumdan izolasyon gibi problemleri daha az sıklıkla yaşamaktadır (Akt. Öztürk, 1997).

Psikodinamik yaklaşımcılardan Erikson ise yalnızlık ve genç yetişkinlik arasındaki bağa dikkat çekmektedir. Erikson'un kuramına göre gelişim evrelerden oluşur ve bu evrelerde kritik dönemler vardır. Her dönemin kendine ait krizi ve çatışması mevcuttur. Bireyin sağlıklı kişilik geliştirebilmesi için bu kriz durumlarını sorunsuz atlatabilmiş olması gerekir. Ergenlik dönemine tekabül eden evre ise kimlik geliştirme çabasını içermektedir. Bu dönemde birey, kişilik gelişimine karşı kimlik karmaşası yaşama durumu ile karşı karşıyadır. Bu dönemi sağlıklı geçiren bireyler, sosyal ilişkilerinde ve biriyle yakınlık kurmakta daha az zorlanır. Bu dönemi sorunlu geçiren kişi ise daha içe dönük bir yol izler ve ikili ilişkiler kurmakta zorlanır (Senemoğlu, 2007). Bu durumun sonucunda ise kişi, yalnızlık ve toplumdan izole olma durumuyla karşılaşır (Körler, 2011).

Psikodinamik kuramın bir başka temsilcisi olan Fromm ve Reichmann ise, bireylerin korkulan ve istenmeyen bir durum olarak kabul edilen yalnızlık ile karşılaşmamak için ellerinden gelen bütün gayreti gösterebileceklerini vurgular. Fromm ve Reichmann, önceki bahsedilen kuramcılar gibi yalnızlığın erken çocukluk ve sonrası dönemler ile alakalı olduğunu ifade eder. Araştırmacılara göre, yalnızlık ile karşılaşma ihtimali olan birey, kendi öznel yaşantısı ile çevresinde gözlemlediği yaşantı biçimi arasındaki farkı görememe potansiyeli vardır. Böylesi bir durumda olan birey, yalnızlıkla karşılaştığında kendisini bir çıkmazda hisseder. Ayrıca araştırmacılar, yaşanan yalnızlık ile çocukluk döneminde tecrübe edilen aile içi problemlerin ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir (Karaduman, 2013). Fromm, sevgi bağı kuramamış kişilerin, yalnızlık ve benlik saygısı düşüklüğü gibi duyguları yaşayacağını, bu durumla baş etmek için ise farklı mekanizmalara başvuracağını söylemektedir (Sarıçam, 2011).

Bilişsel yaklaşım. Yalnızlıkla ilgili kuramlar arasından bilişsel yaklaşımın savunucuları olarak Peplau vd. (1982) görülmektedir. Peplau, normal ve sağlıklı bireylerde görülen yalnızlık konusuna dair araştırmalar yapmıştır. Bilişsel yaklaşımın en dikkat çeken noktası; bilişin, bireylerin sosyal ilişkilerde yaşadığı yetersizlik ile yalnızlık olgusu arasında arabulucu bir faktör olarak değerlendirilmesidir. Bu konuyla alakalı olarak, bilişsel uyumsuzluk kuramı ile bilişsel süreçlerin yalnızlığa etkisi ele alınmıştır. Bu modelde, yalnızlık faktörünün bireylerin yalnızlığa bakış

açısına göre değerlendirilmesi gerektiği vurgulanır. Kişinin, kendisine dair farkındalığı ve çevresini algılama biçimi önem arz etmektedir. Bu bağlamda, bireyin sosyal ilişkilerinde yaşadığı yoksunluğa dair algısı yalnızlık sürecine etki etmektedir (Flanders, 1976; Sadler ve Jhonson, 1980; akt., Peplau ve Perlman, 1982).

Birey, sosyal ilişkilerinde yoksunluk ve yapaylık hissettiği durumlarda yalnızlık hissi yaşar. Bu aşamada yalnızlıktan kurtulmanın ve uzaklaşmanın yolu, bireyin akıl dışı inançlarının farkına varmasını sağlamak ve bu inançların yerini akılcı inançlar ile doldurmaktan geçer. Akılcı olmayan inançların, kişinin sosyal hayatında bu kadar etkili olmasının sebebi; bireyin çevresinden beklediği ilişki ile gerçekte olan ilişkileri arasındaki farkları göremiyor oluşu, bu iki durumun çelişmesidir (İmamoğlu, 2008).

Bilişsel yaklaşımda yalnızlığa dair önemli noktalardan bir diğeri ise, bireyin yalnızlığı nasıl anlamlandırdığıdır. Bunun sebebi olarak, bireyin yalnızlığı anlamlandırma sürecinin devamında bu durumla baş edebilme kabiliyetini, davranışlarını ve sonrası için ilişkilerle ilgili beklentilerini etkilemesi gösterilebilir (Duy, 2003).

Bilişsel-davranışçı yaklaşım. Bilişsel-davranışçı kuramın içinde yalnızlık kavramı ayrı bir başlıkta değerlendirilmemiştir. Fakat bilişsel-davranışçı kuramcılardan Young (1982), yalnızlık üzerine önemli çalışmalar gerçekleştirmiştir. Yalnızlığın insan hayatında farklı bağlamlarda yer alabileceğini vurgulayan Young, yalnızlık ile baş etme aşamasında akıl dışı inançların irdelenmesi gerekliliğini ifade etmiştir. Araştırmacı, bu akıl dışı inançların anlaşılabilmesi ve fark edilebilmesi adına toplam 12 tane otomatik düşünce sıralamıştır. Bu düşünceler; tek başlıktan hoşnut olmama, düşük benlik saygısı, sosyal kaygı, sosyal uyumsuzluk, insanlara karşı güvensizlik, sınırlama, partner seçiminde problemler, ilişkilerde yakınlıktan kaçınma, cinsel kaygı, duygusal bağlanma ile ilgili kaygı, pasiflik ve son olarak gerçekçi olmayan beklentiler şeklinde sıralanmaktadır (Akt. Koçak, 2008).

Bu sınıflandırma sisteminin boyutları birbirinden bağımsız olmamakla birlikte, yalnızlık duygusunu tecrübe eden bireylerde bu faktörlerden birkaçını görebilmek mümkündür. Ayrıca, bu sınıflandırma sisteminde yer alan duygu,

davranış ve bilişler arasında anlamlı düzeyde etkileşimler mevcuttur. Sınıflandırma boyutlarının çoğu yalnızlık yaşantısıyla baş etme sürecinde var olan basamakların pek çoğunda olsa da belirli boyutların belirli basamaklar ile ilişkili olduğu tezi savunulmaktadır (Young, 1982; akt. Duy, 2003).

Sonuç olarak Young (1982)'ın ileri sürdüğü bu yaklaşımda, yalnızlık durumunun düzeltilmesi için bireyin akıl dışı inançlarına vurgu yapılmakta ve yapılan araştırmalarda bahsedilen inanç sistemlerine sahip bireylerin, her birinin kendi özelinde değerlendirilmesi gerekliliği ve kişilerin inançlarını yeniden ele almalarını sağlamak hedeflenmiştir (Akt. Özatça, 2009).

Rogers'ın fenomenolojik yaklaşımı. Birey merkezli terapinin kurucusu olan C. Rogers (1994), kişinin çevresiyle ve diğer insanlarla hiçbir samimi, gerçek ilişkisinin olmadığını fark ettiği an, yalnızlık durumunun ortaya çıktığını ifade etmiştir.

Rogers, danışanlarıyla yaptığı çalışmalar ile yalnızlık araştırmalarına yön vermiştir. Yaptığı araştırmaları, danışanlarla gerçekleştirdiği terapilerin bir yansıması olarak görülebilmektedir. Rogers, yalnızlığın temelleri sağlam olmayan bir uyum sonucunda ortaya çıktığını savunur. Araştırmacıya göre yalnızlığın en büyük sebebi olarak, bireyin gizli taraflarının ortaya çıkmasına dair duyduğu korku gösterilmektedir. Kişi, gizli tarafının açığa çıkmasından korkmaktadır ve bu korkunun sonucu olarak saydamlığını sürdürememekte ve dahası bireylere mesafeli yaklaşmaktadır. İnsanlar benim gizli tarafımı gördüğünde bana karşı özenli olmayacaklar ve beni anlamayacaklar, inancı bu süreçte aktiftir. Bunun sonucunda kendisine ait gerçekliği saklama eğilimi olan birey, yakın ilişkiden uzak duracak ve yalnızlığın oluşmasına sebep olacaktır (Peplau ve Perlman, 1982).

Birey, sahip olduğu korkuların tetiklemesi ile çevrenin onaylayacağı davranışları sergilemek için uğraşır. Bu süreçte gerçek kişiliğini veya tutumlarını saklama eğilimi gösterir. Bu başkaları tarafından görülmesi istenmeyen tarafın ortaya çıkması ise bireyin yaşayacağı en büyük yalnızlık hissine yol açacaktır. Kişinin bu yalnızlık duygusundan kurtulabilmesinin ve sosyalleşebilmesinin en önemli yolu, gizli tarafını açık etmeye dair korkularının farklılaştırılması ve bireyin kendi olması

için gerekli cesareti toplamasına destek olmak gösterilebilir. Bu bağlamda Rogers, etkileşim gruplarındaki kabul edici, yargılamayan, korkuların evrenselleştirilebildiği ortamın, yalnızlığı gidermede önemli bir araç olabileceğini vurgulamaktadır (Rogers, 1994).

Varoluşsal yaklaşım. Varoluşçu yaklaşımın yalnızlığa bakış açısına göre birey her zaman yalnızdır ve varoluşçu yaklaşım savunucuları, yalnızlığı olumlu bir yaşantı olarak değerlendirmektedir. Varoluşçu yaklaşıma göre insanın varlığının altında yatan, yüzleşilmesi gereken birtakım gerçekler vardır. Bunlar arasında bireyin ölümlü oluşu, sorumlu olduğu davranışlar, özgürlüğü gibi durumlar varken öte yandan bunlardan bir diğeri ise yalnız olduğu gerçeğidir. İnsan, insanlığı gereği yalnızdır ve bu her daim öyle kalacaktır (Murdock, 2019).

Varoluşçu yaklaşımda bireylerin sahip olabileceği hiçbir ilişki türünün, bireyin yalnızlığını yok edebileceği düşünülmemektedir. Her birey varoluşunda yalnızdır ve kimse bireyin duygu ve düşüncelerini yaşayamaz. Fakat, yalıtım ile gelen acı ve istenmeyen duygu durumu, sevgi bağı kurulabilen bir ilişki ile hafifletilebilir, sevgi o acıyı telafi eder. İlişkiler bu açıdan temel ve evrensel olan yalnızlığı azaltır. Bireyin bu durumda yapması gereken, varoluşundan getirdiği yalıtım durumunu kabul etmek ve kararlı bir tavır ile yüzleşmektir. Eğer durum bu şekilde gelişirse, kişi başkalarına karşı sevgi ile yönelebilir. Durum tam tersi doğrultuda ilerleyecek olursa, birey yalnızlığa karşı korkusu ile baş başa kalır ve başkalarına yönelemez. Böyle bir durumda bireyin sahip olduğu ilişkiler gerçeklikten uzak olacak ve çarpık bir yapıya sahip olacaktır (Yalom, 2001).

Varoluşsal yaklaşımın öncülerinden Moustakas (1961), yalnızlık konusu ele alınırken yalnızlığa dair kaygı ile gerçek yalnızlığın ayrımının önemine vurgu yapar. Yalnızlık kaygısı; kişinin ilgilendiği, odaklandığı önem arz eden yaşam problemlerinden dikkatini başka yöne kaydırmasına sebep olan, sürekli olarak sosyal ilişkiler aramasına ve o yönde motive olmasına yarayan savunma mekanizması şeklinde ifade edilebilir. Gerçek yalnızlık ise bireyin hayatı boyunca karşısına çıkacak, varoluşu gereği olan gerçek problemleri ifade eder; doğum, ölüm, farklılaşma ve trajik olaylar gibi. Yalnızlık hakkında yapılan pek çok tanımın ve kuramcının aksine Moustakas, yalnızlığın olumlu yönlerine dikkat çeker ve farklı bir

bakış açısı sunar. Yalnızlık durumu ne kadar zorlayıcı ve acı bir durum olduğu inkâr edilemez olsa da bireyin üretkenliğine ve özgünlüğüne katkı sağlayacağı savı dikkat çekmektedir (Akt. Perlman ve Peplau, 1982).

2.1.4. Sosyal ve Duygusal Yalnızlıkla İlgili Araştırmalar

Altıparmak (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, İstanbul ilinde bulunan bir üniversitede öğrenim görmekte olan 213 erkek, 237 kadın toplam 450 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Yaşamda Anlam Ölçeği, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve Öz-Anlayış Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: yapılan analizler sonucunda yalnızlık değişkeninin alt boyutları olan sosyal yalnızlık, aile ilişkileri ve romantik ilişkiler boyutları ile yaşamda anlamın varlığı değişkeni arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilirken, yine yalnızlık 3 alt boyutu ile yaşamda anlam arayışı arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Lisans öğrencilerinde sosyal yalnızlık ve öz-anlayış faktörlerinin yaşamda anlamın varlığını; öz-anlayış ile romantik yalnızlık faktörlerinin de yaşamda anlam arayışı faktörünü anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna varılmıştır.

Saruhan (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, öğrenim görmekte olan 354 kadın, 198 erkek toplamda 552 üniversite öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Duygu düzenleme güçlüğü ve duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutları ile sosyal ve duygusal yalnızlık arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Duygu düzenleme güçlüğü değişkeninin alt boyutlarından olan stratejiler, farkındalık ve açıklığın, sosyal ve duygusal yalnızlığı anlamlı düzeyde yordadığı bulgusuna erişilmiştir.

Özkan (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, öğrenim görmekte olan 426 kadın, 278 erkek toplamda 704 üniversite öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi

Formu, Schwartz Değerler Listesi ve Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nden oluşmaktadır. Verilerin analizi aşamasında Korelasyon ve Regresyon analizi tekniklerine başvurulmuştur. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analiz sonucunda cinsiyet değişkeni ile sosyal yalnızlık arasında anlamlı düzeyde fark tespit edilmemiştir. Sosyal yalnızlık düzeyi ile değerler ilişkisinin incelenmesi aşamasında regresyon yapılmış ve sonuç olarak anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin sosyal yalnızlık düzeyleri arttıkça geleneksellik değerleri düşmektedir.

Kılıç (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, Osmaniye ilinde eğitim gören lise öğrencilerinden okul sporlarına katılan 135 erkek, 128 kadın toplam 263 kişiden oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yaş ve cinsiyet değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı, sosyal ve duygusal yalnızlık toplam puanı ve alt boyutları olan sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmemiştir. Öte yandan yalnızlığın alt boyutlarından romantik ilişkiler ile anne-baba eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar bulunmuştur. Sosyal ve duygusal yalnızlık genel puanı, alt boyutlardan romantik ilişkiler ile dijital oyun bağımlılığı puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuçlar ışığında, lise düzeyi bireylerin sosyal ve duygusal yalnızlık durumunu düzeltebilmek için dijital oyunlar ile geçirilen sürenin azaltılması gerekliliği ve bireyleri sosyal aktivitelere yönlendirmenin faydalı olacağı yorumu yapılmıştır.

Anlı (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, İstanbul ilinde bir lisenin öğrencileri olan 148 erkek, 163 kız toplam 311 kişiden oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analizler sonucu internet bağımlılığı puanları ile sosyal ve duygusal yalnızlığın alt boyutları olan sosyal, aile ve romantik ilişkilerde yalnızlık arasında anlamlı düzeyde

pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Bahsedilen 3 alt boyutun toplam varyansın %11'ini açıkladığı görülürken, sosyal ilişkiler ve duygusal ilişkiler boyutlarının internet bağımlılığının yordayıcı olduğu tespit edilmiştir. Bu iki boyut arasında ise en güçlü yordayıcı değişken olarak duygusal ilişkilerde yalnızlık ön plana çıkmaktadır.

Polat (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada evren, Erzincan ilinde bulunan 18 yaş üstü bedensel engellilik durumuna sahip toplam 316 bireyden oluşurken, evrenin tamamına erişmeyi hedefleyen araştırmacı örneklem oluşturmamıştır. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Bedensel Engelliler Yaşam Kalitesi Ölçüm Aracı (WHOQOL-DIS) ve Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Evreni oluşturan bireylerin sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği alt boyutlarından en yüksek puanı duygusal ilişkilerde aldığı görülürken, en düşük puanı ise aile ilişkileri alt boyutunda aldığı bulunmuştur. Çalışmanın değişkenlerini oluşturan yaş, cinsiyet, medeni durum, öğrenim düzeyi, aile gelir düzeyi, meslek, çalışma durumu, aile yapısı ve engel oranı ile sosyal ve duygusal yalnızlık değişkeninin alt boyutları arasında anlamlı düzeyde farklılaşmalar tespit edilmiştir. Sonuç olarak, bedensel engellilik durumu olan bireylerin yaşam kalitesinin düşük, yalnızlık düzeylerinin ise yüksek olduğu bulgulanmıştır. Son olarak ise yalnızlık, yaşam kalitesini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Özatça (2009) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, Adıyaman ilinde bulunan dört liseden toplam 504 lise öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Aile Değerlendirme Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Ergen bireylerde duygusal yalnızlık boyutunu en yüksek düzeyde yordayan aile ilişkileri alt boyutlarının; genel işlevler, problem çözme ve duygusal tepki verebilme olduğu bulunmuştur. Aile ilişkilerinin genel işlevler alt boyutunun romantik ilişkilerde yalnızlık ve sosyal ilişkilerde yalnızlık boyutlarını anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilirken; gereken ilgiyi gösterme alt boyutu ise yine sosyal ilişkilerde yalnızlığı yordadığı görülmektedir.

Eminoğlu (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, Bayburt şehrinde bulunan liselerde öğrenim gören 489 kız, 408 erkek toplamda 897 öğrenci ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Akran Zorbalarını Belirleme Ölçeği ile Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analizler sonucunda akran zorbalığı ile sosyal ve duygusal yalnızlık arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişkili olduğu görülürken; akran mağduriyetinin ise duygusal yalnızlık boyutu ile anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan psikolojik dayanıklılık değişkeni ile sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişki olduğu bulunmuştur. Sosyal yalnızlık boyutu ile akran zorbalığı değişkeni arasında psikolojik dayanıklılığın kısmi aracı değişken olduğu; duygusal yalnızlık boyutu ile akran zorbalığı ilişkisinde ise psikolojik dayanıklılığın tam aracı değişken olduğu raporlanmıştır.

Çapan ve Sarıçalı (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, öğrenim görmekte olan 140 kadın, 119 erkek toplam 259 üniversite öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Bergen Facebook Bağımlılığı Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analizler sonucunda sosyal ve duygusal yalnızlık değişkeninin alt boyutlarını oluşturan sosyal ilişkilerde yalnızlık, aile ilişkilerinde yalnızlık ve romantik ilişkilerde yalnızlık ile problemli facebook kullanımı arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca yalnızlık boyutlarının Facebook kullanımı yordadığı bulgusuna erişilmiştir. Bu bağlamda edinilen bulgularla alanyazında yer alan diğer çalışmalar karşılaştırılmış ve öneriler sunulmuştur.

Çıbık (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, İstanbul'da ikamet eden eş kaybı yaşayıp sonrasında evlenmemeyi tercih eden 171 kadın katılımcı ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Çok

Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analizlere göre eş kaybı yaşayan kadınlarda benlik saygısı düzeyi ile aileden, arkadaşlardan ve diğer çevresel faktörlerden alınan sosyal destekler, aile ilişkileri kapsamında duygusal yalnızlık, romantik ilişkiler kapsamında duygusal yalnızlık ve sosyal yalnızlık algısını anlamlı düzeyde azaltmaktadır. Son olarak, aile ilişkileri yönünden yapılan analiz sonucunda duygusal yalnızlık faktörünün birlikte yaşanan bireye göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Kıvılcım (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, 316 yetişkin birey ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analizler sonucunda eğitim düzeyi arttıkça sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyinin anlamlı düzeyde azaldığı yani negatif yönlü bir ilişkiye sahip oldukları bulunmuştur. Ayrıca, çocuk sahibi olan bireylerin çocuk sahibi olmayan bireylere göre sosyal ve duygusal yalnızlık puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgusuna erişilmiştir. Sosyal görünüş kaygısı değişkeni ile sosyal ve duygusal yalnızlık puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki varken, bu iki değişken arasındaki ilişkide genel aidiyet değişkeninin biçimlendirici rolü olmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, sosyal görünüş kaygısını birey ne kadar çok yaşarsa o kadar çok yalnızlığa maruz kalmaktadır.

Çeçen (2007) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, eğitim görmekte olan 347 üniversite öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyumu Ölçeği ile Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yalnızlık ve cinsiyet değişkenleri arasında yapılan analiz sonucunda, erkek öğrencilerin kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksek duygusal yalnızlık puanlarına sahip olduğu belirtilmiştir. Öte yandan yaşam doyumu ve yalnızlık ilişkisi bağlamında yapılan analizin sonucunda ise, yaşam doyumu ile duygusal yalnızlık arasında anlamlı

düzeyde negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Yani bireylerin yaşam doyumları düşükçe duygusal yalnızlık düzeyleri artmaktadır.

Drennan vd. (2008) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örnekleme, İrlanda'da ikamet eden 65 yaş üstü 683 erişkin birey ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; araştırmacı tarafından geliştirilen Demografik Bilgi Formu ile Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Örnekleme oluşturan bireylerde sosyal ve aile ilişkileri yalnızlık boyutlarının düşük olduğu, romantik ilişkiler boyutunun ise nispeten daha yüksek olduğu görülmüştür. Sosyal ilişkilerde yalnızlık boyutunun yordayıcıları olarak; daha büyük yaş, daha kötü sağlık, kırsal alanda yaşamak ve arkadaşlarla iletişim eksikliği ön plana çıkmaktadır. Aile ilişkileri boyutunun yordayıcıları olarak ise; kırsal alanda yaşamak, cinsiyet (erkek), daha düşük gelire sahip olmak, dul olmak, ulaşım erişimin olmaması, çocuklar ve akrabalarla seyrek temas ve evde bir eş veya akrabaya bakmak faktörleri dikkat çekmektedir. Yalnızlık değişkeninin üçüncü boyutu olan romantik ilişkilerde yalnızlığın ise yordayıcıları; bireyin hiç evlenmemiş olması, boşanmış veya ayrılmış olmasıdır. Bulgular ışığında araştırmacı, yaşlı bireylerin yalnızlık düzeylerini yaşantılarının etkilediğini, eşiyile olan ilişki durumu gibi faktörlerin önem arz ettiğini ifade etmektedir.

Green vd. (2001) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örnekleme, iki gruptan oluşturulmuştur. Bu gruplardan birincisi 91 adet üniversite öğrencisi iken, ikinci grubu ise 110 yaşlı yetişkin birey oluşturmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analiz sonucunda yaşlı yetişkinlerin sahip olduğu sosyal ağ yapısındaki yakınlık düzeyi ile bireyin sosyal yalnızlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunurken, genç yetişkin bireylerde ise sahip olduğu sosyal ağın büyüklüğü faktörü ile bireyin sosyal yalnızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Karşılaştırmaya tabi olan iki grupta da romantik ilişkiye sahip bireyler daha az duygusal yalnızlık düzeyine sahiptir. Bu analizin bir başka yönü ise, yaşlı bireylerde genç yetişkinlere göre partner durumunun duygusal yalnızlığı daha yüksek düzeyde yordadığı bulgusudur.

Clinton ve Anderson (1999) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, Afrikalı Amerikan olan 50 kadın, 50 erkek toplam 100 katılımcıyla oluşturulmuştur. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analiz sonuçlarına göre, sosyal yalnızlık boyutunun benlik sunumunu değiştirme yeteneği değişkeni ile anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Duygusal yalnızlık boyutu ise erkek katılımcılarda yakın arkadaşına sahip olma durumu ile negatif ilişkili olduğu tespit edilirken, kadınlarda ise duygusal yalnızlık algılanan kontrol değişkeni ile anlamlı düzeyde negatif ilişkiye sahiptir.

DiTommaso vd. (2004) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, toplumun farklı kesimlerinden 1526 katılımcı ile oluşturulmuştur. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analiz sonucunda, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğinden elde edilen verilerin geçerlik ve güvenirlik puanı testleri gerçekleştirilmiş ve ölçeğin uygulanabilir olduğu kanısı elde edilmiştir. Daha öncesinde geliştirilen diğer yalnızlık ölçeklerinden elde edilen sonuçlar ile SDYÖ puanları karşılaştırılmış ve tutarlılık sonucuna erişilmiştir. Ayrıca SDYÖ'nün üç alt boyutu olan sosyal, aile ve romantik ilişkilerde yalnızlık faktörleri ile, sosyal beceri, öz-saygı, baş etme stilleri, güven, sağlık, yaşam doyumu ve iyi oluş faktörleri arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir.

Ireland ve Qualter (2008) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, hapisanede bulunan 241 katılımcı mahkûm ile oluşturulmuştur. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Araştırmanın ilk aşamasında zorbalığa karışan gruplar (yani saf zorbalar, saf kurbanlar, zorba/kurbanlar ve karışmayanlar) arasındaki farklılıklara dikkat edilirken, kurban grupları (saf kurbanlar ve zorba/kurbanlar) diğer gruplara göre anlamlı düzeyde yüksek sosyal yalnızlık belirtisi gösterdiği bulunmuştur.

Salimi (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, 224 kadın, 174 erkek toplamda 396 üniversite öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ile Yaşamdan Memnuniyet Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan

analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Cinsiyet ve yalnızlık değişkenleri arasındaki ilişki için bağımsız örneklem t-testi uygulanmış, sonucunda ise erkeklerde kadınlara göre daha yüksek düzeyde duygusal yalnızlığa sahip oldukları bulunmuştur. Sosyal ve duygusal yalnızlık ile yaşam memnuniyeti değişkeni arasındaki ilişkinin tespiti için aşamalı regresyon analizi tekniğinden faydalanılmış ve sosyal ve duygusal yalnızlık faktörlerinin yaşam memnuniyetini anlamlı düzeyde yordadığı fark edilmiştir. Bu aşamadaki bir diğer bulgu ise, duygusal yalnızlığın sosyal yalnızlığa göre yaşam memnuniyetini daha yüksek düzeyde yordadığıdır.

Literatürde yalnızlık kavramına dair yapılan araştırmalar incelendiğinde bu konuda birçok çalışma yapıldığı görülmektedir. Yalnızlığın bazı demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmamasının incelenmesinin yanı sıra, birçok farklı değişkenle olan ilişkisi de incelenmiştir. Yalnızlıkla olan ilişkisi incelenen değişkenlere örnek olarak; yaşam kalitesi, yaşamda anlam, yaşamdan memnuniyet, oyun bağımlılığı, psikolojik dayanıklılık ve sosyal görünüş kaygısı gösterilebilir. Yapılan bu çalışmalar sonucunda yalnızlık pek çok farklı perspektiften ele alınmış ve değerlendirilmiştir.

2.2. Mutluluk Korkusu

2.2.1. Mutluluk Nedir?

Mutluluk kelimesinin dilimizdeki eş anlamlısı saadet kelimesidir ve kökeni Arapça “saide” kelimesinden gelmektedir. TDK sözlüğünde yer alan mutluluk kelimesinin açıklaması şu şekildedir: “Bütün özlemlere eksiksiz ve sürekli olarak ulaşılmaktan duyulan kıvanç durumu, mut, ongunluk, kut, saadet, bahtiyarlık, saadetlilik (Türk Dil Kurumu, 2021).”

Mutluluk konusu, yazılı kayıtların başlangıç tarihinden itibaren her zaman alanyazında kendisine yer bulmuş, merak edilmiş ve hakkında söz söylenmiştir. Psikoloji biliminde ise özellikle 1980’li yıllar itibariyle popüler hale gelen pozitif psikoloji akımı çerçevesinde, mutlulukla ilgili birçok araştırma yapılmıştır.

Mutluluğun nasıl tanımlanabileceği, ne olduğu, nasıl ölçüleceği ve erişilebilir olup olmadığı gibi sorulara cevaplar aranmıştır (Doğan vd., 2013).

Geçmişten günümüze mutluluk olgusu, insanların ulaşmaya çalıştığı ve onun için çaba sarf edilen bir değer olagelmıştır (Yıldız, 1997). Bireylerin kişisel olarak erişmek istedikleri bir hedef olan mutluluk, daha geniş kapsamda toplum halinde edinilmek istenen bir kıymet haline de gelmiştir (Acaboğa, 2007).

21. yüzyılda ise mutluluk kavramı; memnuniyet olgusu, hoşnut olma hali, beklenti ve hayallerin tatmini, fiziksel ve mental olarak iyi olma durumu gibi daha elle tutulabilen göstergelerle ölçülmek istenen ve yorumlanan pozitiflik hali şeklinde görülmektedir. Mutluluğun belirleyicileri olarak; kişinin kendisine karşı saygısı ve toplum içindeki uyumluluk durumu, maddi ve manevi değerleri ile alakalı dengeyi kurabilmiş olması gibi durumlar gösterilebilir. Daha geniş bir perspektiften duruma yaklaşılabilecek olursa mutluluk; kişinin yaşantısı sürecinde sosyolojik, psikolojik, ekonomik ve siyasi yapıyla alakalı olan tüm durumları içeren ve bu durumlardan etkilenen bir kavramdır (Aluş ve Selçukkaya, 2016).

Psikoloji alanındaki bilim insanları mutluluğu; psikolojik ve öznel iyi olma hali şeklinde ve olumlu ruh durumu olarak ifade etmektedirler. Öznel iyi olma durumunu, yaşam doyumu da içinde kabul edilerek, geniş bir bakış açısı ile mutluluk kavramıyla aynı anlamda kabul etmişlerdir (Balcı Arvas, 2017).

Mutluluk için bireyin kendisine dair farkındalık düzeyinin etkisi söz konusudur. Kişinin, kendini tanımak için çabalaması mutluluk ile yakından ilişkilidir. Kendini tanıyan birey, ait olduğu ve döngüsünde devinim içinde yer alan evrenin varoluş amacını bilir. Yine kendine dair farkındalığı yüksek birey, ilişkili olduğu durum ve kişilere dair daha sağlıklı çizgilere sahip olur. Sonuç olarak farkındalığı yüksek birey daha öz güven sahibi ve toplumla kavgası olmayan biri haline gelir. Bu bağlamda mutluluğun ilk şartı olarak kendini tanıma gösterilebilir (Tarhan, 2013).

Mutluluk, ödemoni (yaşam doyumu) ile hedonianın (duygusal iyilik hali) bir bileşkesi olarak ifade edilebilir. Duygusal iyilik hali, bireyin olumlu duyguları

olumsuz duygulardan daha çok yaşamasıdır. Mutluluğa dair bir diğer önemli etken sorumluluk kavramıdır. Birey, hayatı boyunca olumlu ve olumsuz birçok yaşantıya sahiptir. Bu yaşantılara karşı verilen tepkilerden ise bireyin kendisi sorumludur. Mutluluğu dışarıdan gelecek bir olgu olarak bekleyen birey, hayal kırıklığına çok yakındır. Fakat mutluluğundan sorumlu bir birey, mutluluğu dışarıdan beklemez. Dış etkenlerden ve olumsuz durumlardan bağımsız mutlu olmayı kendisiyle birlikte başarmayı hedefler (Köroğlu, 2019).

Psikolojide mutluluk. Psikoloji alanında çalışan araştırmacılar; mutluluk, iyi oluş hali, haz alma ve memnuniyet duygusu gibi olumlu duyguları ele almak yerine daha çok depresyon, sarsıntı, kaygı, öfke gibi olumsuz duygular üzerine araştırmalar yapmışlardır. Psikoloji biliminde yaşanan son gelişmelerle birlikte bu yönelim pozitif duyguların da incelenmesi gerektiği yönünde farklılaşmıştır. Toplum bilimciler, politikacılar ve toplumun farklı kesimleri ise yaşam kalitesini artıracak koşul, özellik ve tutumlara karşı ilgi duymaya başlamıştır (Myers ve Diener, 1995).

Mutluluk kavramı psikoloji bağlamında ele alınırken, bu alanda ön plana çıkmasını sağlayan “Pozitif Psikoloji” yaklaşımı önem arz etmektedir. Amerikalı psikolog Martin E.P. Seligman, pozitif psikoloji yaklaşımının kurucusu olarak kabul edilmektedir. Uzun süre öğrenilmiş çaresizlik konusu hakkında başarılı çalışmalar ortaya koyan Seligman, psikoloji alanında etkili olan Amerikan Psikologlar Derneği’ne 1998 yılında başkan seçilmiştir. Başkan olduğu sürecin devamında, derneğin yıllık kongresinde, hedefini psikoloji dünyasındaki patoloji odaklı çalışma eğilimini düzeltme olarak açıklamıştır. Seligman, bu kararının devamında birçok devlet ve araştırma fonlarından, pozitif psikoloji çalışmalarının günlük yaşama katılması için destek görmüş, pozitif psikoloji yaklaşımının sembolik lideri haline gelmiştir (Hefferon ve Boniwell, 2018).

Seligman ve Csikszentmihalyi (2014), pozitif psikolojiyi şu şekilde açıklamaktadır: “Pozitif psikoloji alanı öznel düzeyde bakıldığında değerli öznel deneyimlerle ilgilidir: İyi hali, memnuniyet ve geçmişten tatmin alma; geleceğe dair umut ve iyimserlik, şimdiye ilişkin uyum ve mutluluk. Bireysel düzeyde olumlu kişisel özelliklerle ilgilidir: Sevme yeteneği, cesaret, kişilerarası ilişkilerde beceri, estetik duyarlılık, sebat, bağışlayıcılık, özgünlük, ileri görüşlülük, tinsellik,

yetenekler ve bilgelik. Grup düzeyinde ise, vatandaşlık becerileri ve kişiyi daha iyi bir vatandaş olmaya yönlendiren özellikler yer almaktadır: Sorumluluk, şefkat, yardımseverlik, nezaket, ölçülülük, hoşgörü ve iş ahlakı (s. 5).”

Pozitif psikoloji; kişilerin negatif, problemlili ve eksik yönlerine odaklanmaktan daha çok, olumlu ve bireyin başarılı yönlerine odaklanmayı hedefleyen bir yaklaşımdır. Bu yönelimin amacı bireyin kendini yüce görmesini amaçlayan, narsistik bir yaklaşım olmaktan daha çok, bireyin mutluluğunu ve bunun grup seviyesinde geliştirilmesini amaçlayan bir yaklaşımdır (Schultz ve Schultz, 2017).

Pozitif psikoloji yaklaşımını benimseyen araştırmacılar, bireyin ruh halini istikrarlı bir hale getirmeyi ve devamlılığını sağlamaya çalışmaz. Bunun yerine psikoterapi ile ortaya çıkacak gelişimleri arar ve o gelişimlere odaklanır. Kişinin ruh sağlığının genel olarak iyi olması durumu, davranış bozukluğuna sahip olmadığı anlamına gelmez. Bu yüzden asıl hedef, bireyin mutluluğu, doyuma ulaşması ve gelişimine vesile olacak yollar bulmasını sağlamaktır (Conoley ve Conoley, 2017). Bu bağlamda, dünya nüfusu içerisinde akıl sağlığı yerinde olan bireylerin akıl sağlığı yerinde olmayan bireylerden çok daha fazla olduğu gerçeğiyle hareket edilirse, pozitif psikoloji yaklaşımı çok daha fazla sayıda insana yardımcı mümkün kılar (Kararımak ve Siviş, 2008).

Pozitif psikoloji, olumlu deneyimleri üç farklı zaman dilimine sınıflandırarak değerlendirir. Bunlardan ilki geçmiş zaman; ortalama iyi oluşu, refahı ve yaşam doyumunu kapsar. İkincisi olan şimdi, mutluluğa ve akış deneyimi kavramlarına odaklanır. Sonuncusu olan gelecek ise, umutlu olmayı ve iyimserliği içermektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2014).

Felsefede mutluluk. Felsefe disiplinine göre bireyde mutluluk duygusunu oluşturan üç basamaklı bir yapı söz konusudur. Bunlardan birinci basamak; bireyin haz duygusuna sahip olurken aynı zamanda acı duygusunun olmaması ile yaşanan iyilik halidir. İkinci basamak; bireyin kendi gayret ve özverisi ile kendini gerçekleştirmesi durumudur. Bu süreçte kişi, hazların uyumu ile bütün boyutlarıyla mutlu olabileceği belirtilir. Üçüncü ve son basamak ise; kişinin yetkinlik hali

edinmesi yani tabiat kanunları ile uyumlu, intizamlı ve hür bir şekilde yaşayabilmesi durumudur (Cevizci, 1999).

Eski Yunan filozoflarından Sokrates, mutluluğu erdemli olmayla bağdaştırmıştır. Sokrates’e göre, kaynağı bilgi olan ve bilgi ile temeli sağlamlaşan “iyi”, bireyi mutluluğa erdştirir, kişinin ruhuna ve sağlığına esenlik verir (Gökberk, 2016). Başka bir Yunan filozof Platon ise, bireysel mutluluktan daha çok toplumsal mutluluğa önem vermiş ve çalışmalarını bunun üzerine yapmıştır. Filozofa göre toplumsal mutluluğa sadece devlette erişilebilir (Platon, 2005). Bir başka filozof Aristoteles, mutluluğu en yüksek iyi ve en önemli amaç olarak tanımlamıştır. Mutluluğun bireyin toplum içindeki yerine göre farklılaşabileceğini; statüsü yüksek bir kişi için mutluluğun onur, fakir biri için zenginlik, sağlığını kaybeden biri için ise sıhhatin mutluluk olduğunu söylemiştir. Aristoteles’e göre mutluluk, ruhun mantığa aykırı olmayan etkinliklere ve ruh için amaç olan erdeme yönelik hareket etmesidir (Aristoteles, 2007).

Descartes ise, bireyin hayat amacının mutluluk olduğunu söyler. Bireye mutluluk getiren iki türlü kaynak vardır. Birincisi, bireyin kendisinden kaynaklı olabilecek bilgelik, erdem ve ölçülülük gibi unsurlardır. İkincisi ise, dışsal etkenler ile bize gelebilecek olan şöhret, makam, yüksek statü ve zenginlik gibi durumlardır. Descartes, gerçek mutluluk için bireyin tüm enerjisini birincilere harcaması gerektiğini söyler (Cevizci, 1999). Bernard Shaw’ın mutluluk tanımı ise şu şekildedir: “Hayattaki gerçek mutluluk budur: Yüce olduğunu kabul ettiğiniz bir amaç için var olmak, doğanın bir gücü olmak.” (Eczacıbaşı, 1995; Akt. Alıcı, 2010, s. 23).

Diğer yandan İslam felsefesinde mutluluk kavramı, İslam’ın ana yazılı kaynağı olan Kur’an-ı Kerim’de farklı kavramlarla anlatılan önemli bir mevzu olarak görülmektedir. İslam felsefesine göre gerçek mutluluğun kaynağı Allah’a ve insanlığa gönderdiği peygamberine tabi olmakla ancak elde edilebilir. Kur’an-ı Kerim’in Ra’d suresinin 28. ayeti “Kalpler yalnızca Allah’ı zikretmekle/anmakla mutmain olur (s. 251).” ifadesiyle, mutluluk kavramı ile Allah’a yakınlık arasında doğrudan bir ilişki kurulması, İslam felsefesinin mutluluğa bakışını anlamak için güzel bir örnek olacaktır (Balcı Arvas, 2017).

İslam felsefesinde önemli bir yeri olan Farabi'ye göre, mutluluk her birey tarafından her zaman istenen bir hedeftir. Mutluluk, birey için ister çocukluk döneminde isterse yaşlılık döneminde, her zaman kendisi için istediği ve tercih edeceği bir olgudur (Farabi, 1987; akt. Selçukkaya ve Aluş, 2015). Tıp alanında önemli dehalar arasında görülen, İslam filozoflarından İbn-i Sina ise mutluluğu; tasavvuf, doğru eylemler ve doğruluk öğretileriyle bağdaştırmıştır. İbn-i Sina, iyi ahlakın bireyi saflaştırdığını, temizlediğini ve bunun neticesinde mutluluğun elde edileceğini ifade etmiştir (Ülken, 1967; akt. Selçukkaya ve Aluş, 2015). İslam felsefesinin önemli isimlerinden Gazali ise, daha önce bahsedilen filozoflardan farklı olarak mutluluğun sadece akıl ve duyularla elde edilemeyeceğini, mutluluk için kalp gözüyle görebilmek gerekliliğini ifade etmiştir. Gazali, güzel ahlak ile mutluluğun yakalanabileceğini söyler ve ahlakın güzel tarafı olarak; ilme karşı sevgiyi, cehaletten ve kötülükten kaçınmayı gösterir (Gazali, 2000).

Mutluluk kavramının psikoloji ve felsefe disiplinlerindeki değerlendiriliş biçimleri incelenmiştir. Sonuç olarak, psikoloji disiplininde mutluluk kavramının incelenmesi yakın tarihte görülürken; felsefe disiplininde mutluluk kavramının yüzyıllardır incelendiği görülmektedir. Psikoloji disiplininde, mutluluğun pozitif psikoloji akımıyla birlikte ön plana çıktığı görülmektedir. Fakat felsefede mutluluğu; Yunan filozofların düşünce dünyasında, kutsal kitaplarda ve birçok düşünürün yazıtlarında görebilmek mümkündür. Sonuç olarak; mutluluğa dair yaklaşımın, felsefede ve psikolojide farklılaştığı ve insanlık tarihi boyunca mutluluğun pek çok yönden araştırıldığı, üzerine düşünüldüğü ifade edilebilir.

2.2.2. Mutluluk Korkusu Nedir?

Mutluluk korkusu, bireyin merkezi güdüleyicilerinden biri olarak görülen haz arama isteğine karşı gelmesi, hazza erişmekten korku duyması hali olarak tanımlanmakta ve çerofobi (cherophobia) olarak da adlandırılabilir (Sheldon vd., 2010).

Gelişen pozitif psikoloji çalışmalarıyla birlikte öznel iyi oluş hakkında yapılan araştırmalar genel olarak pozitif duygulara, pozitif duyguların gelişimine odaklanmakta ve bu süreçte mutluluk kavramsallaştırılırken olumsuz yönleri

görülmemektedir (Joshano 2014). Halbuki yapılan araştırmalar sonucunda görülmüştür ki mutluluk, iyi oluş, sevgi gibi kavramlar her zaman insanlar için istenen ve arzulanan bir durum olmayıp bazen korkulan duygular olarak da değerdendirilebilmektedir (Gilbert vd. 2014). Bu yüzden mutluluk korkusu kavramı, bireyin sahip olduğu hayata dair olumsuz bir tutum olarak görölür ve olumsuz psikolojik yapılar içinde görölür (Yıldırım ve Belen, 2018).

Joshano (2013), mutluluk korkusunu şu şekilde tanımlamaktadır: “Mutluluk korkusu, mutluluğun olumsuz sonuçları olabileceği inancıdır (s. 647).” Alanyazın incelendiğinde mutluluk korkusu, bireyin kültürel, çevresel ve yaşantılarından elde ettiği tecrübeler ile geliştirdiği mutluluktan korkma hali, mutluluğa dair olan her şeyden uzak durma eğilimidir. Benzer bir bağlamda mutluluk korkusu, kişinin kendisinin mutluluğu hak etmediği düşüncesi, mutlu görünen bireylerin aslında kötü insanlar olduğu ve mutlu olduğu zaman başına kötü şeyler geleceği inancı olarak da görölabilir. Mutluluk, her bireyin hayatında olmasıyla birlikte ifade ettiği anlam herkes için aynı değildir. Her bireyin ait olduğu kültür ve topluluk, kişinin dünyasında mutluluk kavramını anlamlandırmasında büyük rol oynar. Ayrıca, psikoterapilerin genel olarak amacı mutluluk gibi pozitif duyguların artmasını sağlamak ve öznel iyi oluş halini geliştirmektir. Çalışmalar sonucunda mutluluğun her birey için iyi bir anlam ifade etmediği ve onun dünyasındaki mutluluğu keşfetmeden olumlu duyguların artımını sağlamaya çalışmanın yanlış olabileceği bulunmuştur (Joshano ve Weijers, 2014; Lambrou 2014).

Mutluluk korkusuna sahip olan kişiler; mutluluk hissinin devam etmeyeceğine, kendisi için güzel ve eğlenceli olan olaylardan sonra kötü yaşantıların geleceğine dair bir inanca sahip olurlar. Bu yüzden birey, bilinçli olarak mutluluktan uzak kalmaya çalışır (Gilbert vd., 2012; Joshano vd., 2014; Lambrou 2014). Sonuç olarak mutluluk korkusu, mutluluğu reddeden bir zihinsel işlem olarak ifade edilebilir (Şar vd., 2019).

Melbourne Üniversitesi’nden araştırmacı M. Joshano’nun 2013’te yaptığı araştırmaya kadar mutluluğun kötü sonuçlar veren yönü keşfedilmemişti. Mutluluk kavramı incelenirken kültürler arası farklılıklar göröllebiliyordu. Bir toplum için mutluluk çok önemli iken diğer bir toplum için o kadar istenen bir durum olarak

görülmeyeceği tespit edilmişti. Bir kişinin daha yüksek düzeyde öznel iyi oluş halinden kaçınması anlaşılabilen bir durum iken bu tavrın genel olarak bir toplum tarafından sergilenmesi endişe oluşturdu. Mutluluk olgusunun kolektivist toplumlarda normalden farklı anlaşılması, bu durumun sebebi olarak görüldü. Bu durum karşısında Joshanloo, mutluluk korkusu terimini alanyazına kazandırdı ve bireylerin mutluluğa dair, kültüre özgü geliştirdikleri inanç sistemini çözümlemek için araştırmacılara bir fırsat doğdu. Gelişen alanyazın ışığında, mutluluk korkusu terimi sayesinde öznel iyi oluşa farklı bir pencereden bakılmaktadır. Farklı kültürlerde yapılan araştırmalar arasında mutluluğa dair elde edilen farklı sonuçlar, mutluluk korkusu ile açıklanmakta ve her toplumu kendi fenomeninden değerlendirmek mümkün olmaktadır. Her toplum için mutluluk, yaşamın ana hedefi olmayabilmektedir (Muhtar, 2016).

Farklı kültürlerle sahip olan insanlar farklı nedenlerden dolayı mutluluk korkusuna sahip olabilmektedirler. Mutluluk korkusu hakkındaki farklılıklar; mutluluğa karşı biraz temkinli yaklaşmak, çok temkinli yaklaşmak ve hakkında kaygılanılması gereken bir durum olması maddeleri ile özetlenebilir. Bazı bireyler yalnızca aşırı derece mutluluktan korkarken bazıları ise bunu göstermekten korkar. Ayrıca korku duyulan farklı mutluluk türleri de olabilmektedir. Örnek olarak, hayata dair memnuniyet ve bütün bir şekilde bireysel mutluluk hali gösterilebilir (Joshanloo ve Weijers, 2013). Mutluluk korkusuna bir başka bakış açısı ise şöyledir: Bireylerin mutluluktan korkmasının sebebi, onu elde edince kendilerini suçlu hissedecek olmalarıdır. İnsanlar, çevrelerinde gördükleri ya da var olduğunu bildikleri acı çeken insanları hatırlar ve ahlaki olarak mutlu olmanın yanlış olduğunu düşünür (Ben-Shahar, 2002; akt. Amirah, 2021).

Mutluluğun zararlı sonuçları olabileceği düşüncesi yani mutluluk korkusu, bireylerin yaşam doyumuna ve öznel iyi oluşlarına etkisi olması beklenen bir gelişmedir. Bu bağlamda bireylerin mutluluk düzeylerini ölçmek için yaygın olarak yaşam memnuniyet ölçekleri kullanılmaktadır. Bu süreçte ölçekler sonucunda elde edilen puanlarda görülen farklılıkları manipüle eden bazı etkenler olduğunu söylemek mümkündür. Mutluluk korkusunun bu etkenlerden biri olması, beklenen bir durum olarak değerlendirilebilir. (Joshanloo, 2013).

Mutluluk korkusu kavramının bir başka yönü ise mutluluğu ifade etmekten korku duymaktır. Bu durumun mutluluğunu ifade eden ve çevresinde bulunan kişiler için, olumsuz sonuçlara sebep olabileceği düşünülmektedir. Bu inanca sahip bireyler, mutluluğu ifade etmenin yüksek düzeyde olumsuz sonuçları olacağına o kadar derinden inanırlar ki, bunun bir getirisi olarak mutluluğun da korkulması gerektiği inancı doğabilmektedir (Joshnloo ve Weijers 2013). Bu durumun, Doğu kültüründe kıskançlığa sebep olabileceği düşünülmektedir. Olumlu duyguların ifade edilmesi sonucu doğacak suçluluk, uyumsuzluk gibi olumsuz duygular, durumun dengelenmesine sebep olabilir. Japon kültürü örnekleminde gerçekleştirilen bir çalışmada, katılımcılar mutluluğu ifade etmenin kıskançlık gibi olumsuz duyguları meydana getirebileceğini beyan etmiştir. Öte yandan Amerikalı katılımcıların böyle bir ifadesi olmamıştır (Uchida ve Kitayama, 2009).

Mutluluk korkusu kavramı, bazı psikiyatristler tarafından bir tür kaygı bozukluğu olarak da değerlendirilmiştir. Kaygı, bireyin tehdit olarak algıladığı şeye karşı yoğun korku duymasıdır. Mutluluk korkusu ya da tıp literatüründe yer alan adıyla çerofobi (cherophobia), bireyin mutlu olacağı etkinliklere katılımı alakalı duyduğu kaygıyı içerir. Bu durum, ruhsal bozuklukların tanılandığı kitap olan DSM-5'te yer almasa da bazı psikoloji uzmanları tarafından fobi olarak değerlendirilmekte ve tedavisi üzerine tartışılmaktadır (Nall ve Legg, 2017).

Öte yandan mutluluk korkusu ve benzeri durumlar için uzmanlar tarafından gerçekleştirilecek her türlü önlem ve iyileştirme çalışmalarından önce, çalışmanın hedef kitlesini oluşturan toplumun kültür yapısına göre hareket edilmelidir. Mutlu görünmemek her toplum yapısında olumsuz durum değildir. Buradan hareketle, her toplum ve kültür için gerçekleştirilmesi gereken çalışma farklılık gösterecektir. Kültür faktörünün araştırmacılar ve geliştiriciler tarafından dikkate alınması, çalışmanın başarıya ulaşma ihtimalini artıran önemli bir etken olacaktır (Lu ve Gilmour, 2006).

2.2.3. Mutluluk Korkusu ve Kültür

Kültür; bir toplumun geçmişten gelen birikimleri ve öğrenmeleri ışığında kalıcı hale gelmiş olan davranış örüntüleri, düşünce ve anlayış sistemi bütünü olarak

ifade edilebilir. Birey ait olduğu, doğduğu veya yaşadığı coğrafyanın kültüründen etkilenir ve bu etki mutluluğu anlamlandırma noktasında da aktiftir (Aktan ve Tutar, 2007). Kültür, bireylerin yaşayış biçimine, etik değerlerine ve düşünce tarzına etki ettiği için, farklı kültürlere ait bireylerin tercihlerinde bu bağlamdan ötürü farklılıklar görülmektedir (Monaghan ve Just, 2013; Özensel, 2003).

Toplumlarda farklı yapılanmalar görülebilmektedir. Bazı toplumlar daha bireysel olabilirken bazıları kolektif olmakla nitelendirilebilir. Bu farklılık üzerinde de mutlaka kültürün etkisi söz konusudur. Kültürün, toplumun yapısını belirlediği gibi aynı zamanda da kişilerin düşünce tarzını etkilediği ifade edilir ve bu etkinin bir belirtisi olarak kolektif toplumlarda mutluluk korkusu inancının daha yaygın olması gösterilebilir (Aktan ve Tutar, 2007; Monaghan ve Just, 2013; D'raven ve Pasha-Zaidi, 2015; Muhtar, 2016).

Muhtar (2016), mutluluk korkusu ile bireysel ve kolektif kültür ilişkini incelediği çalışmasında bu konuda önemli bulgular elde etmiştir. Öncelikle mutluluk korkusu üzerinde kültürün etkisinin söz konusu olduğu istatistiksel olarak kanıtlanmış, bireysel ve kolektif toplumlara ait bireylerin mutluluk korkusu düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Kolektif kültür bireylerinde, mutluluk korkusu daha yüksek düzeylerde seyrederken, bu bireylerin kaderci inançları vesilesiyle yaşamları hakkında dışsal faktörlerin etkisine olan inançları çok daha güçlüdür. Bu sistemin bir getirisi olarak bireyler, mutluluğu devamında kötülüklerin takip edeceğini düşünür ve mutluluktan kültürel bir etki sonucu uzak durmayı yeğler. Bu yüzden, bireyin yetiştiği kültürde mutluluğa kıymet verilmiyorsa, kişinin mutluluk hakkında korku, şüphe gibi olumsuz duygular geliştirmesi muhtemeldir (Joshnloo ve Weijers 2013).

Suh (2000) yapmış olduğu çalışmada, doğu kültürüne ait bireylerde toplumun bir parçası olmak yönünde bir baskı hissettiklerini ortaya koyarken öte yandan Batı kültüründe yetişen bireyler için yaşamın amacı olarak mutluluğun ön plana çıktığını ifade etmiştir. Bu duruma örnek verilecek olursa, Tayvan ve Amerika'dan öğrencilerin yer aldığı bir örneklem ile gerçekleştirilen çalışmada, katılımcılara mutluluğun ne olduğuna dair sorular yöneltilmiştir. Amerikalı öğrenciler, yaygın

olarak hayatlarının en önemli hedeflerini mutluluk olarak ifade ederken; Tayvanlı öğrenciler bu yönde bir beyanda bulunmamışlardır (Lu, 2001; Lu ve Gilmour, 2004).

Mutluluk ve kültür ilişkisine dair bu zamana kadar farklı örneklemeler üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Asya kültürüne bakılacak olursa, mutluluğun bir sınırı olması gerektiği inancı ile karşılaşılır. Çünkü ileri giden bir mutluluk hali beraberinde aksilikler getirir. Bu duruma kaynak niteliğinde bir Çin atasözü vardır:

“Aşırı mutluluk trajedi getirir.” (Bryant ve Veroff, 2017, s. 19). Doğu Asya ülkelerinde yaygın bir din olan Taoizm inancına göre, mutluluk ve mutsuzluk bağımsız kavramlar değildir. Birbirini tamamlayan ve ilişkili olarak görülen mutluluk ve mutsuzluk kavramına dair inanç ise şu şekildedir: Olan biten her şeyin sonunda durumlar tam tersine dönecektir. Bu yüzden mutluluğun da nihayeti mutsuzluktur (Chen, 2006; Peng vd. 2006). Benzer bir şekilde Minami (1971), hüzne neden olabileceği düşünülerek modern Japon kültüründe mutluluğun olumsuz bir duygu olarak değerlendirilebileceğini ifade eder (Akt. Lu, 2005).

Mutluluk korkusu kavramının Doğu kültürlerinde incelenmesi Joshanloo'nun (2012) yaptığı bir araştırma ile başlar. İran'dan üniversite öğrencilerinin örneklemini oluşturduğu bir araştırmada mutluluğa dair olumsuz bir yargıya sahip olduklarını fark eder. Bunun sonucunda insanların mutluluğa dair korku duyabileceği ortaya çıkar ve mutluluk korkusu ölçeği geliştirilir. Sonuç olarak mutluluk korkusunun Doğu kültürlerinde daha yaygın olabileceği savı meydana çıkar. Morris (2012) Doğu kültürüne ait bireylerde mutluluk kavramının değerlendirilmesinin bireysel bir bakış açısına tabi olmadığını; kişinin mutluluğu kişisel başarılar ile değil toplumsal olaylar neticesinde şekillendirdiğini ifade etmiştir.

Doğu kültürlerinde daha yaygın görülen mutluluğun ardından mutsuzluğun geleceği inancı, Batı kültürlerinde daha az da olsa görülmektedir. Bu durumu destekleyen Amerikan kültüründe bazı atasözleri mevcuttur. Örnek olarak; “Cam bir kap ile mutluluk, en kolay parçalanabilecek şeylerdir.”, “Neşenin ardından keder gelir.” ve “Üzüntü asla geç kalmaz ve mutluluk çok hızlı uçar.” atasözleri gösterilebilir (Ho, 2000; Akt. Özkan, 2020, s. 12).

1776'da yayınlanan, Amerika'nın Büyük Britanya'dan ayrıldığını ilan eden Bağımsızlık Bildirgesi'nde, bireyin temel hak ve özgürlükleri arasında mutluluğu arama ve mutluluğa erişme hakları da yer almıştır. Bu beyanı, mutluluğun devamlı aranması ve aktif olarak yaşanması gereken bir duygu olduğunun ifadesi şeklinde görmek mümkündür (Frey ve Stutzer, 2010). Mutluluk kavramına dair Batı'da yapılan araştırmaların çoğu, mutluluğun aktif olarak sürdürülmesi gerektiği hipotezini ileri sürmektedir. Amerikan kültürüne göre mutlu görünmemek kaygılanılacak bir durum olarak görülmektedir (Eid ve Diener, 2001; Held, 2002; Lyubomirsky, 2000; Menon, 2012). Bu ifadeyle benzerlik taşıyan Kuzey Amerika'da yapılmış bir çalışmada ise, insanlar için mutluluğun yüksek düzeyde önem arz ettiği (Triandis vd., 1990) ve hatta en az günde bir kez insanların bu konuyla alakalı düşündüğü ifade edilmiştir (Freedman, 1978; akt. Demirci vd., 2016). Belirtilen bu durumlar dışında, Amerikan kültürü için mutluluk olgusunun insan hayatında elde edilmesi gereken bir durum oluşu, mutsuz olan bireylerin aynı zamanda başarısız olarak algılanması, toplumun mutlulukları gösterirken cesur davranmasına sebep olurken, mutsuzlukları ise önemsiz görmesini sağlamaktadır (Eid ve Diener, 2001; Morris, 2012). Sonuç olarak Doğu kültürünün aksine, Batı toplumlarında mutluluk ve başarılilik insanlar için yakın anlamlar taşımakta ve bireysel başarılardan kaynaklı mutluluk söz konusu olmaktadır (Demirci vd., 2016).

Mutluluk korkusuna dair kültürel getiri olarak Türkiye'de de bazı göstergeler vardır. Mutluluk korkusu kavramı ile ilgili bulunan atasözlerine; "Ağlayanın bir derdi var, gülenin beş." ve "Çok gülen çok ağlar." örnek olarak gösterilebilir (Türktaş, 2018, s. 15). Halk arasında yaygın olarak bilinen nazar değmesi kaygısı ile mutluluk korkusu alakalandırılabilir. Kişinin sahip olduğu kıymetli bir şey veya güzel bir haber, nazar değmemesi için gizlenmek istenebilir ve bu yolla o mutluluk kaynağının kaybolmaması hedeflenir (Çıblak, 2004). Bu konuyla alakalı halk arasında yer alan bir diğer yaygın inanç ise şu cümle ile genellikle ifade edilmektedir: Çok güldük başımıza bir şey gelecek (Demir, 2018; Kaba, 2019).

Mutluluk korkusu kavramının farklı kültürlerde farklı şekilde görüldüğü, verilen örnekler doğrultusunda söylenebilir. Mutluluk korkusunun toplumların bireysel ya da kolektivist oluşuna göre farklılaşması söz konusu iken, mutluluk

korkusunun söz konusu olmadığı bir toplum yapısının da görülmediği söylenebilir. Mutluluk korkusunun sebepleri ve görülüş biçimleri ise toplumlarda ve bireylerde farklılık göstermektedir. Bu doğrultuda her bireyi ve toplumu, mutluluk korkusu özelinde incelerken, ayrı ayrı değerlendirmenin gerekliliği ifade edilebilir.

2.2.4. Mutluluk Korkusu ile İlgili Araştırmalar

Tekke ve Özer (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, Türkiye’de öğrenim gören 211 lisans öğrencisinden oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Warwick-Edinburgh Zihinsel İyi Oluş, Yaşamdan Memnuniyet Ölçeği, Mutluluk Korkusu Ölçeği ve Dini Yönelim Ölçeği’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunamazken, mutluluk korkusu ve dindarlık arasında da anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmemiştir. Öte yandan mutluluk korkusu ile umut ve yaşam doyumu değişkenleri arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak mutluluk korkusu üzerinden dindarlıktan ziyade kültür kaynaklı faktörlerin etkisinden söz etmek mümkündür.

Özen (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, Çağ Üniversitesi’nde öğrenim görmekte olan 395 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Demografik Bilgi Anketi, Mutluluk Korkusu Ölçeği, Obsesif İnançlar Ölçeği’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan analiz sonucunda elde edilen veriler ışığında mutluluk korkusu değişkeni ile obsesif inançlar değişkeni toplam puanı arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Obsesif inançları oluşturan 3 alt ölçekten sorumluluk/tehlike beklentisi ve mükemmeliyetçilik/kesinlik boyutlarının mutluluk korkusunu anlamlı düzeyde yordadıkları görülürken bir diğer alt boyut olan önem verme/düşünceleri kontrol ile mutluluk korkusu arasında yordayıcılık ilişkisi bulunmamıştır. Sonuç olarak, bireylerde görülen obsesif inançlar arttıkça mutluluk korkusu durumunun da artış gösterdiğini söylemek mümkündür.

Yıldırım (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, Türkiye’de yaşayan 174 erkek, 82 kadın toplam 256 yetişkin katılımcıdan oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Mutluluk Korkusu Ölçeği, Yaşam Memnuniyet Ölçeği, Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu; dayanıklılık, denge, yaşam memnuniyeti ve psikolojik iyi oluş arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Psikolojik sağlamlık ise denge, yaşam memnuniyeti ve psikolojik iyi oluş değişkenleri ile anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişkiye sahiptir. Özetle, elde edilen veriler gösteriyor ki, mutluluk korkusu ile yaşamdan doyum, duygulanım dengesi ve iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlık önemini göstermiştir.

Özkan (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, 2018-19 döneminde öğrenim görmekte olan 52 erkek, 191 kadın toplam 243 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Mutluluk Korkusu Ölçeği ve Hacettepe Kişilik Envanteri’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Lisans öğrencilerinin mutluluk korkusu düzeyleri ile cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyleri ve aile gelir düzeyi değişkenleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamıştır. Araştırmanın ana bölümünü oluşturan kısımda ise, mutluluk korkusu ile kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, nevrotik eğilim, psikotik belirti, sosyal ilişki ve anti sosyal eğilimler anlamlı düzeyde negatif yönlü orta derecede bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak mutluluk korkusu arttıkça bireyin anti sosyal ve uyumsuz bir yapı gösterme ihtimali artıyorken, mutluluk korkusu azaldıkça bireyin kendini gerçekleştirme eğilimi artmaktadır.

Şar vd. (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, Trakya Üniversitesi’nde öğrenim gören 91 erkek, 93 kadın toplam 184 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Mutluluk Korkusu Ölçeği, Çocukluk Çağı Travma Anketi ve Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: “Neşelilik sonrasında kötü talih getirir.” inancı

ve çocuk duygusal istismar puanlarında kadınların erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek puanlara sahip olduğu belirlenmiştir. Kadınlardan dissosiyatif takson bozukluğu olanlar; cinsel istismar harici tüm çocukluk travma türlerinde ve mutluluk korkusu ölçeğinin bir maddesi dışında mutluluk korkusu puanlarında, erkek dissosiyatif takson üyelerinden anlamlı düzeyde yüksek puanlara sahiptirler. Bu durumun haricinde genel olarak mutluluk korkusu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Baş vd. (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, İstanbul'da öğrenim gören yaşları 14-18 arasında değişen 90 erkek, 136 kız toplam 226 lise öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu, Mutluluk Korkusu Ölçeği ve Mizah Tarzları Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Örnekleme meydana getiren lise öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları ile duygusal zekâ puanları arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu ışığında, duygusal zekâ seviyesi yüksek bireylerin daha mutlu ve yaşamdan memnuniyet düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilirken, duygusal zekâ ile mutluluk korkusunun zıt bir ilişkiye sahip olduğunu söylemek mümkündür. Duygusal zekâ arttıkça mutluluk korkusu azalacaktır.

Çevik (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, araştırmanın kaynağı daha önce yapılan mutluluk korkusu çalışmalarından oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu ile ilgili yapılan taramalar sonucunda Türkçe dilinde yapılan çalışma sayısının azlığı ve yabancı dillerde daha çok araştırmanın bulunduğunu söylemek mümkündür. Öte yandan literatüre yeni giren bir konu olması hasebiyle tüm çalışmalar güncelliklerini korumaktadır. Mutluluk korkusu kavramı ile kültür ilişkisi incelemesi sonucunda mutluluk korkusunun kültürel bir öğreti olduğunu ve kolektif kültürlerde daha yaygın gözlemlenebildiğini söylemek mümkündür. Ayrıca, mutluluk korkusunun kaynağı da kültürden kültüre farklılık gösterebilmektedir. Yaygın bir şekilde kolektif kültürlerde gözlenen mutluluk korkusu, kolektif kültürlerde dahi farklı sebeplerden ötürü görülebilmektedir.

Sarı ve Çakır (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, 108 erkek, 293 kadın toplamda 401 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Yaşam Doyum Ölçeği, Olumlu ve Olumsuz Yaşantı Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeği örneklemi oluşmaktadır. Elde edilen veriler regresyon analizi tekniği ile incelenmiştir. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu; öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş değişkenlerini anlamlı düzeyde negatif yönlü bir şekilde yordamaktadır. Ayrıca mutluluk korkusu, psikolojik ve öznel iyi oluş puanlarında görülen varyansın %5'ini açıklamaktadır. Özet olarak, bireylerin sahip olduğu mutluluk korkusu düzeyi arttıkça öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş düzeyleri azalmaktadır.

Elmas (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, Hakkâri ili ve ilçelerinde görev yapmakta olan 344 erkek, 394 kadın toplam 738 öğretmenin gönüllü katılımı ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Mutluluk Korkusu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Psikolojik Kırılganlık Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu ile ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve psikolojik kırılganlık arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalara dair bulunan ilişki orta derecede iken psikolojik kırılganlıkla ilgili bulunan ilişkide pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Bunun haricinde mutluluk korkusu ile yaşam doyumu değişkeni arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü düşük dereceli bir ilişki belirlenmiştir. Sonuç olarak, mutluluk korkusunun yaşam doyumunu azalttığı söylenebilirken; psikolojik kırılganlığı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları artırdığı yönünde bir yorum yapılabilmektedir.

Muhtar (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi; birinci aşamada 29 Asyalı Amerikan, 49 Avrupalı Amerikan toplam 78 lisans öğrencisi; ikinci aşamada ise 118 Asyalı Amerikalı, 147 Avrupalı Amerikalı öğrenci olmayan yetişkin bireylerden oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Demografik Bilgi Formu, Beş Faktör Kişilik Testi, Mutluluk Korkusu

Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygu Durum Ölçeği (PANAS-X), Özgür İrade ve Determinizm Anketi (FAD-Plus), Kültürel Yönelim Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öznel Mutluluk Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Asyalı Avrupalı öğrencilerin Avrupalı Amerikan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek mutluluk korkusu puanlarına sahip oldukları belirtilmiştir. Ayrıca, mutluluk korkusu ile öznel iyi oluş arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki saptanmış, mutluluk korkusunun öznel iyi oluşu azalttığı bulgusuna erişilmiştir. Mutluluk korkusu ile yaş, cinsiyet değişkenleri arasında ise anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Sonuç olarak, bu araştırmanın en önemli noktası olarak kolektivist toplumların bireysel toplumlara göre mutluluk korkusu inancı taşımaya daha meyilli olduğu ifade edilebilir.

Bülbül (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, Bartın Üniversitesi'nde 2014-15 döneminde öğrenim görmekte olan 180 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırmada kullanılan veri toplamak için Mutluluk Korkusu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin iç tutarlık katsayısı 0.86 bulunmuştur. Bu bağlamda ölçeğin Türk kültürü için kullanıma hazır olduğunu söylemek mümkündür. Fakat analiz için kullanılan örneklem sadece lisans öğrencilerinden oluştuğu için, daha kapsamlı ve güvenilir bir sonuç için toplumun farklı kesimlerinden örneklemeler ile bu çalışmanın desteklenmeye ihtiyacı vardır.

Yıldırım ve Belen (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, 54 erkek, 189 kadın toplamda 243 katılımcı ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Mutluluk Korkusu Ölçeği, Olumlu-Olumsuz Etki Çizelgesi, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve BIS/BAS Kişilik Ölçekleri'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan korelasyon analizleri sonucunda, mutluluk korkusu değişkeni pozitif duygulanım ve psikolojik iyi oluşun bir alt boyutu hariç tüm boyutlarında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Yapılan bu çalışma, mutluluk korkusunun BIS/BAS kişilik modelinin bir alt boyutu ile olan korelasyonel ilişkisini ortaya koymuştur. Ayrıca mutluluk korkusunun, kişiliğin

etkisi hariç tutulduğunda, psikolojik ve öznel iyi oluş değişkenlerini yordayabileceği bulgusuna erişilmiştir.

Gilbert vd. (2012) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, İngiltere’de bulunan Derby Üniversitesi’nde öğrenim görmekte olan 185 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Şefkat Korkusu Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Beş Boyutlu Bilinçli Farkındalık Ölçeği, Kişilerarası Tepkisellik İndeksi, Olumlu-Olumsuz Etki Çizelgesi, Mutluluk Korkusu Ölçeği (Türkçeye uyarlanmamış olan 9 maddeli sürüm), Kendini Eleştirinin Formları ve Kendini Rahatlatma Ölçeği ve Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Merhamet korkusu değişkeni ile depresyon, kaygı ve stres değişkeni puanları arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. En önemli bulgulardan birisi ise, mutluluk korkusu ile depresyon arasında anlamlı düzeyden pozitif ilişki ($r = .70$) bulunmasıdır. Ayrıca mutluluk korkusu ile stres, aleksitimi ve anksiyete arasında da anlamlı pozitif ilişki tespit edilmiştir.

Joshanloo (2013) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, İran’da bulunan Tahran Üniversitesi’nde öğrenim gören 100 erkek, 120 kadın toplamda 220 öğrenci ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Mutluluk Korkusu Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği’nden (SWM) oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu değişkenine dair elde edilen puanlar ile yaşam doyumu ve refah seviyesi puanları arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişki bulunduğu saptanmıştır. Bu araştırma ile mutluluk korkusu kavramının alana tanıtılmasına katkı sağlanmış olup, pozitif psikoloji çalışmaları kapsamında göz önünde bulundurulması gereken bir unsur olduğu ifade edilmiştir.

Joshanloo vd. (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini; İran, Singapur, Hong Kong, Rusya ve Hindistan gibi toplam 14 ülkeden katılan 2398 üniversite öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu ölçeğinin farklı kültür ve toplumlarda etkili sonuçlar verebileceğini göstermiştir. Ayrıca bu ölçek ile,

farklı kùltùrlere ait bireylerin mutluluğa ilişkin dũřùncelerini ve deneyimlerini ifade etmelerinde iyi bir seçenek oluşturduğunun tespit edilmesini sağlamıştır.

Amiri vd. (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın rneklemi, İran’da bulunan Kermanshah Ùniversitesi öğrencilerinden 127 kadın, 83 erkek toplam 210 kişiden oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Mutluluk Korkusu leęi, Bilinçli Farkındalık leęi, Olumsuz Değerlendirme Korkusu leęi, Pozitif ve Negatif Duygulanım leęi’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluğa karşı duyulan korku için analiz edilen Cronbach Alfa Değeri 0,70 bulunurken, mutluluğun sonuçlarına karşı duyulan korkuya dair Cronbach Alfa Değeri 0,73 olarak l÷lmüştür. Sonuç olarak, İranlı öğrencilerde kùltürel bir öğreti olarak mutluluktan korkma ve baskılama eğilimi tespit edilmiştir. Mutluluk Korkusu leęi’nden elde edilen psikometrik verilerin ise İran kùltürüne ait bireylerin mutluluk korkusu düzeyini ölçmeye elverişli olduğu r÷lmüştür.

Agbo ve Ngwu (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın rneklemi, Nijerya Ùniversitesi’nde öğrenim gören 124 erkek, 114 kadın toplam 238 lisans öğrencisinden oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Mutluluk Korkusu leęi, Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Pozitif-Negatif Duygu Durum leęi’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Mutluluk korkusu ile olumlu duygulanım arasındaki ilişkiyi kişilik özelliklerinden uyumluluk ve nevrotiklik g÷lendirirken; açıklık, vicdanlılık ve dışa dn÷klük kişilik özellikleri zayıflattığı yönünde bir ilişkilendirme ortaya çıkmıştır. Öte yandan mutluluk korkusu ile olumsuz duygulanım değişkeni arasındaki ilişkiyi kişilik özelliklerinden dışa dn÷klük faktör÷ zayıflatırken, mutluluk korkusu ve olumsuz duygulanım ilişkisinde kişilik özelliklerinin hepsi ile anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak bu çalışma ile mutluluk korkusu ve mutluluk deneyimi arasındaki ilişkinin sadece kùltür odaklı olmadığı, aynı zamanda kişilik faktör÷nün de bu yapı üzerinde önemli bir etkisi olduğu ortaya koyulmuştur. Bu nedenle, bundan sonraki çalışmada mutluluk korkusuna dair literat÷r genişletilirken kişilik faktör÷nün de gözetilmesi gerekmektedir.

Literatürde mutluluk korkusu kavramına dair yapılan araştırmalar incelendiğinde bu konuda birçok çalışma yapıldığı görülmektedir. Mutluluk korkusunun bazı demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmamasının incelenmesinin yanı sıra, birçok farklı değişkenle olan ilişkisi de incelenmiştir. Mutluluk korkusu ile olan ilişkisi incelenen değişkenlere örnek olarak; yaşam doyumu, yaşamdan memnuniyet, psikolojik iyi oluş, obsesif inançlar, kişilik, duygusal zekâ ve kültürel yaklaşım gösterilebilir. Yapılan bu çalışmalar sonucunda mutluluk korkusu pek çok farklı perspektiften ele alınmış ve değerlendirilmiştir.

2.3. Kişilik

2.3.1. Kişilik Nedir?

Kişilik kavramı, üzerine düşünmenin ve araştırmanın zor olduğu kavramlardan birisidir. Kişiliğin nasıl ortaya çıktığı, nasıl geliştiği, nelerden etkilendiği; sanatın, bilimin ve felsefenin her zaman ilgi alanı olmuştur. Yıllar geçtikçe insan faktörünün önemi anlaşılmış ve insanla bağlantılı olan her kavram üzerine yapılan akademik çalışmalar yaygınlaşmıştır. Böylece insana özgü olan ve bireyler arasındaki farklılıkları ortaya koyan kişilik kavramı literatürdeki yerini genişletmeye devam etmiştir (Mert Şencan, 2016).

Kişilik kelimesi İngilizce’de “personality” kelimesi ile ifade edilmektedir. Bu kelimenin aslı ise Latince’den gelen “persona” kelimesidir. Kişilik kavramı özetle bireyin yaşama biçimi şeklinde ifade edilir. Toplumun yaşayış biçimini nasıl kültür gösteriyorsa aynı şekilde de kişilik, bireyin yaşam tarzını ortaya koymaktadır (Aytaç, 2000). TDK sözlüğünde ise kişilik kelimesinin karşılığı “Bir kimseye özgü belirgin özellik, manevi ve ruhsal niteliklerinin bütünü, şahsiyet.” ve “Bireyin toplumsal hayatı içinde edindiği alışkanlıkların ve davranışların bütünü.” şeklinde iki farklı tanımla açıklanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2021).

Bu zamana kadar kişilik konusunda birçok farklı yaklaşım ortaya konulmuştur ve bu farklılıklardan kaynaklanan çeşitli kişilik tanımlamaları literatürde yer almıştır. Ve dahası aynı ekolü takip eden psikologların bile zaman zaman farklı kişilik tanımlamaları yaptığı gözlemlenmiştir (Ulu ve Bulut, 2017).

Allport kişiliği tanımlarken “Kişilik, bireyin çevresine eşsiz bir şekilde uyum sağlamasına neden olan psikofizik sistemlerin dinamik organizasyonudur.” demiştir (Allport, 1937; akt. Ulu ve Bulut, 2017, s. 446). Allport bu tanımında iki önemli noktaya değinmektedir. Öncelikli olarak Allport, insanın aslında ne olduğunu açıklayacak bir tanım üretme yolunda giderken, “psikofizik” terimini kullanarak beden ve aklın birleşimi olan insana atıfta bulunmaktadır. Sonrasında ise Allport, yaptığı tanımlamada her bireyin kişilik yapısının kendine has bir tarzda organizasyona sahip olduğunu ve bu bağlam neticesinde de bireyin çevre uyum sürecindeki eşsizliği ifade ettiğini kastetmektedir (Forsyth, 2003; akt. Ulu ve Bulut, 2017).

Literatürde kişilik konusunda genel geçer kabul gören tanımlardan bir diğeri de kişiliğin, her insanın çevresel ortamıyla etkileşim şeklini tanımlayan davranış, tutum ve duyguların ayırt edici ve karakteristik örüntüleri olduğu şeklinde ifade edilmektedir (Smith, vd., 2015). Bu tanım ise diğer tanımlara nazaran çevre etkisini yaptığı vurgu ile ön plana çıkmaktadır (Ulu ve Bulut, 2017).

Literatürde yer alan pek çok tanımdan bazıları ise şu şekildedir: Önemli kişilik kuramcılarından Burger (2016) kişilik hakkında “Bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler (s. 698).” demiştir. Özkalp vd., (2004) “Bireylerin çeşitli durumlardaki özel davranımlarda ifadesini bulan yapısal ve dinamik özelliklerinin tümü (s. 242).”; Ewen (2009) “Zamanın ve koşulların insanlara birer biyolojik ve sosyal özellikler olarak yüklediği, belirli bir zaman içerisinde sürekliliğini koruyan, kişinin davranışlarındaki farklılıkları ve ortaklıkları belirleyen eğilimlerin tümüne verilen ad (s. 4).”; Senemoğlu (2020) “Bireyi başkalarından ayıran; bireyin doğuştan getirdiği ve sonradan kazandığı özelliklerin bütünü (s. 76).”; Cüceloğlu (2021) “Bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu, diğer bireylerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimi (s. 402).” şeklinde birçok ortak nokta ile birlikte farklı ifadelerle kişiliği tanımlamışlardır.

Araştırmacılar, kişilik konusunu ele alırken bireysel farklılıklar bağlamında analiz yaparlar. Bireysel farklılıklar incelenirken bireylerin kalıtım yoluyla taşıdıkları özelliklerin yanı sıra kişinin doğumundan itibaren muhatap olduğu çevrenin etkisi de söz konusudur. Kişiliğe dair çevre kaynaklı dışsal faktörlerde incelemeye tabi

tutulmaktadır (Yurtsever, 2009). Kişilik; kişilerin birbirinden farklı olmasını sağlayan, doğuştan getirilen özellikler ile dışsal faktörlerin etkileşimi sonucu gelişen özellikler toplamıdır. Kişiliğe dair inceleme yapılırken bireylerin tutumlarından, duygusal ve davranışsal bütün özelliklerinden kararlı olanları ele alınır ve kişinin çevresiyle etkileşimi esnasında kişilik ortaya çıkar (Özdemir vd., 2012).

Davranış bilimciler ve psikologlar kişiliği, bireyi diğerlerinden ayıran özelliklerinin toplamı şeklinde ifade ederler (Cüceloğlu, 2021). Mevzubahis olan bu özellikler, bireyin diğerlerinden farkını ortaya koyar. Kişilerde bulunan bu farklı ayırıcı özellikler, onların herkesten farklı bir kişilik geliştirmesini ve kazanmasını sağlar. Bu bağlama göre, “Kişilik, bireylerin sahip olduğu ayırıcı özelliklerinin toplamıdır (s. 73).” tanımının kapsayıcılığı anlaşılmış olur (Şimşek vd., 2015). Benzer şekilde Morgan ise, kişiliğin birey ve çevresiyle tutarlı bir biçimi olduğunu ifade eder. Kişiliğin tek ve net bir tanımı olmasa da genel olarak bireyi diğerlerinden ayıran ve onu özel kılan davranışları içerdiğini açıklamaktadır (Morgan, 2011).

Fromm ise kişilik konusuna benzer bir bakış açısıyla yaklaşır: Her insan birbirine benzer, çünkü insanlığın içerisinde var olduğu toplumsallıktan ve bununla birlikte meydana gelen çatallaşmalardan herkes etkilenmektedir; insani sorunlarını ise herkesin kendisine özgü bir tarzda çözmesi bağlamında ise tek ve biriciktirler. Sonsuz sayıda çeşitli insan kişiliğinin bulunması, insanlık için ayırt edici bir niteliktir. “Kişilik” derken ise yalnız bir kişinin ayırt edici niteliği olan, ona tek ve biricik formunu kazandıran, kalıtım ve çevreden edinilmiş özelliklerin tümü anlaşılmaktadır (Fromm, 1995).

Kişilik konusunda Adler, insan tipleri bizi ilgilendirmez, der. Bunun nedeni olarak ise bireysel psikolojide her bireyin kendine özgü olan yaşam üslubuna dikkat çekmesi gösterilebilir. Bunu somutlaştırırken, nasıl ağaçta birbirinin aynısı iki yaprak bulunmazsa aynen öyle de her açıdan birbirinin tıpkısı iki insanın da bulunamayacağını söyler. Adler’e göre tabiat biçim cihetinden öyle zengindir ve akla gelmesi muhtemel uyarılar; içgüdü ve hata sayıları öylesine fazladır ki iki kişinin birbirine tıpa tıp benziyor olma ihtimali mantık çerçevesinin içine sığmamaktadır (Adler, 2019).

Genel olarak ifade etmek gerekirse kişiliğin iki yönü bulunmaktadır: Birinci olarak, kişiliğin bireysel farklılıklarla alakalı olan yönü ve ikinci olarak da kişiliğin genelleiyici özelliği. Kişilik literatürde hangi yönüyle incelenecek olursa olsun; bir kişinin nitelendirilmesini sağlayabilecek psikolojik ve fiziksel özelliklerin tümü, biçiminde tanımlanabilir (Burger, 2016).

Bu zamana kadar birçok kişilik kuramı ortaya atılmıştır. Bu kuramları daha iyi anlayabilmek için altı genel kişilik yaklaşımı doğmuştur. Bu yaklaşımlar; Psikanalitik, ayırıcı özellik, biyolojik, insancıl, davranışsal/sosyal öğrenme ve bilişsel yaklaşım şeklinde sıralanabilir (Burger, 2016). Sonuç olarak, kişilik nedir sorusu için literatür tarandığında, kişilik hakkında yapılan tanımların çoğunda bireysel farklılıklar ve ayırt edici özelliklerin öneminin ön plana çıktığı ve üzerinde durulduğu ifade edilebilir.

2.3.2. Kişiliği Etkileyen Faktörler

Kişiliğin etkilendiği ve kişilik oluşum sürecinde rol oynayan birçok faktör vardır. Bu konuda araştırmacıların farklı yorumları bulunmakla birlikte, Robbins ve Judge (2012)'e göre hem kalıtım hem de çevresel etkenlerin süreçte aktif olduğu bir kişilik oluşumu ifade edilmekte, ayrıca genel kişilik oluşum süreci açıklanırken bahsi geçen iki faktörün de tüm oluşum sürecini açıklamakta yetersiz kaldığı görülmektedir. Bu yüzden kişilik süreçleri açıklanırken kalıtım, çevresel faktörler, sosyal yapı ve kültürel faktörler, ailevi ve coğrafi faktörler gibi birçok etken faktörden bahsetmek gerekir (Kardaş, 2021).

Kalıtsal belirleyiciler. Kişinin hayatında önemli role sahip iki değişkenden birisi kalıtım, diğeri ise hayatını geçirdiği sosyal ortam, yani çevredir. Bireyin taşıdığı genetik kodlar, fiziksel özelliklerini, fiziksel özellikleri ise bireyin kişiliğini doğrudan etkileyen faktörler olarak değerlendirilmektedir (Kulaksızoğlu, 2008; Şimşek vd., 2015).

Kalıtım ise kişinin soy ağacı üzerinden, yani anne ve babanın getirmiş olduğu genetik haritanın bireye miras bıraktığı özelliklerdir (Robbins ve Judge, 2012). Bu

özellikler; fiziksel görünüş, beden yapısı, zihinsel ve fiziksel kapasite durumu, çeşitli duygulanım ve davranış biçimleri şeklinde sıralanabilir (Tatlılıoğlu, 2013).

Kişilik gelişiminde kalıtsal faktörler oldukça karmaşık bir etkiye sahiptir. Bireyde ortaya çıkan kişilik özellikleri ne tam olarak kalıtım ile ne de çevre etkisi ile açıklanabilmektedir. Bireyin davranış ve duygulanım süreçlerinde her iki faktörün de etkisi vardır. Bu bağlamda önemli olan nokta, “Kişilik özelliklerini oluşturan kalıtım mı yoksa çevre mi?” sorusu yerine, “Bireyin sahip olduğu genetik harita ile çevre etkileşimi sonucu kişilik nasıl etkilenir ve gelişir?” sorusunun incelenmesidir (Özkalp vd., 2004).

Çevresel belirleyiciler. Araştırmacılardan kalıtım etkisini en çok savunanlar dahi kişilik gelişim sürecinde, çevre faktörünün rolünün önemini kabul etmektedirler. Bir toplum içerisinde birçok farklı insanla birlikte büyümemiş olsaydık, en net ifadeyle birey bile olamayacaktık. Kişinin öz kavramı, yaşamdaki gayeleri ve bireyin kendisine rehber kabul ettiği değerleri sosyal bir ortam içerisinde meydana gelirler (Cervone ve Pervin, 2018).

Kültür. Toplumun her ferdi, kalıtım ve çevre koşulları arasındaki karşılıklı etkileşimin neticesinde ortaya çıkan gelişimle birlikte olgunlaşarak, öznel kişiliğini meydana getirir. Bahsi geçen çevresel etkenler içerisinde ise kişiyi en çok etkileyen faktör, sosyalleştiği ve ait olduğu toplumun sosyo-kültürel özellikleridir. Bu bağlam sonucunda her bir birey, muhatap olduğu kültürden veya kültürlerden yoğun bir şekilde etkilenir (Şimşek vd., 2015).

Bu durumda, kültürün kişilik üzerinde ince fakat genel bir etki yaptığını söylemek mümkündür. Bireyin içinde bulunduğu kültür, hayata ve karşılaştığı olaylara dair bakışının rengini son derece etkiler. Somutlaştırılacak olursa, kişinin neye ihtiyacı olduğunu ve onları nasıl gidereceğini, kendine dair öz değer anlayışını ve etrafındaki insanlara karşı nasıl davranacağını, duygusal tecrübelerini ve hislerini nasıl anlatacağını, eğlenceli ve hüznü olan şeylerin ayrımında, sağlıklı ve hastalıklı olana dair farkındalığında, hayat ve ölüme dair düşüncelerinde kültür bireye yol gösterir ve örtük öğrenmeler ile kişiliğini şekillendirir (Markus ve Kitayama, 2010).

İfade edilen bu bağlamların toplamında, topluma hâkim olan değer ve normlar bireylerin çocukluktan yetişkinliğe kadar gerek duygusal ve davranışsal gerekse yaşam biçimleri ve sosyal ilişkilerinde belirleyici bir rol oynar. Dolayısıyla bireylerin kişiliğini, toplumun kültürü etkileyebilmektedir, denilebilir (Özsoy ve Yıldız, 2013).

Sosyal sınıf. Sosyal sınıf kavramını açıklarken toplum içerisinde belirteç olarak öne çıkan bazı etmenler vardır. Örneğin, toplum içerisindeki bireylerin gelir düzeyleri, seçilen meslekler ve buna paralel olarak bu mesleklerle ilişkili olarak kabul gören belirli yaşam tarzları vb. özellikler, toplum içerisinde yer alan sınıflandırmayı ifade eder. Bu bağlamda benzer özelliklere sahip bireyler aynı sınıfa ait üyeler şeklinde açıklanabilir (Valiyeva, 2015).

Bireyler hayatları boyunca, dönem dönem birçok farklı sosyal grubun içine girerler ve o gruba kendilerini ait hissederler. Bu durumu açıklayan en önemli faktör sosyal sınıftır. Çünkü bireyler, kendilerini ait hissettikleri sosyal gruba göre mahalle, takım, iş ve okul arkadaşları seçerler. Dahası evleneceği kişiyi ve mesleğini de sosyal sınıf faktöründen etkilenerek belirlerler. Bütün bu etkileşimler sosyal sınıfın, bireyin kişiliğine yön veren önemli bir etken olduğunu ortaya koyar (Güney, 2015).

Yine benzer bir bağlamda ifade edilecek olursa, bazı davranış örüntüleri bir kültüre ait olmanın neticesinde geliştiği gibi, aynı şekilde de birtakım davranışlar, ait hissedilen sosyal sınıfa göre gelişebilir ve değişebilir (Cervone ve Pervin, 2018).

Aile. Çevresel etmenler arasında kişiliği şekillendiren en önemli faktörün aile olduğu söylenebilir. Bir başka ifadeyle aile, çocuğun büyüüp yetiştiği en temel birim olduğundan, kişiye özgü birtakım davranışların edinilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Her çocuk birlikte yaşadığı ve rol model olarak belirlediği ebeveynlerinden birçok tutum ve davranış öğrenmektedir (Tatlıoğlu, 2013).

Yine benzer bir bağlamda mesele değerlendirilecek olursa, çocukların geleceğini anne ve baba inşa etmektedir. Dolayısıyla; birbirinin kararlarına saygılı, demokratik tavır geliştirebilen bir aileye mensup olan çocuğun gelecek yaşantısında da aynı yapıcı ve demokratik tutumu sergilemesi beklenir. Farklı fikirlere karşı

saygılı, kendi fikirlerini ifade edebilen, yıkıcı davranışlar yerine yapıcı olmayı seçen bir eğilime sahip olması öngörülmektedir (Kardaş, 2021).

Aile sistemi, örümcek ağını oluşturan ağların birbirine olan etkisi gibi ifade edilebilir. Bu bağlamda, birçok ailenin aile hayatı sürecinde hem olumlu hem olumsuz yönlerinin ve etkilerinin varlığı söz konusudur. Yeterli uyaranlara sahip olunmaması durumu, çocuğu ihmal eden anne-baba tutumları, aile içi şiddete maruz kalma gibi durumların ailenin içinde bulunduğu sosyo-ekonomik durum ile yakından bağlantılı olduğu ve bu yaşantıların çocuğun ruhsal ve mental gelişimini etkilediği görülmektedir. Sonuç olarak, kişilik gelişiminde aile-çocuk ilişkisi çok önemli bir etkiye sahiptir (İstengel, 2006; Kültür, 2006).

Coğrafya. Kişilik oluşum sürecinde, bireyin yaşadığı coğrafi çevre ve koşulların etkisinden bahsetmek mümkündür (Allık ve McCrae, 2004).

Coğrafi hususlardan iklimin, yaşanılan çevrenin fiziki şartlarının, bireylerin kişiliklerine belirgin etkileri söz konusudur. Bahsedilen bu faktörler, özetle coğrafya, o bölgenin kültürünü ve antropolojik yapısını farklılaştıran bir unsurdur. Örnek verilecek olursa, kıyı kesimlerde yaşayan insanlarla dağlık bölgelerde yaşayan insanlar farklı karakteristik özellikler sergilemektedir. Aynı şekilde karasal iklimde yaşayanlarla tropik iklimde yaşayan insanların bazı tutum ve davranışlarındaki farklılaşma gözle görülebilir biçimde ortada olduğunu söylemek mümkündür (Zel, 2011).

Diğer. Bireyin özellikle ergenlik dönemi ve genel çocukluk yaşantısı sürecinde edindiği arkadaşları yani akranları, kişiliğe etki eden faktörlerden bir diğeri olarak ifade edilebilir. Hatta bu görüşü savunan bazı psikologlar, akranların aileden daha fazla kişiliği etkileyebileceğini savunmuşlardır (Harris, 1995).

Bireyin sahip olduğu akran grupları, kişiye yeni davranış kalıpları öğreterek sosyalleşmesini sağlamaktadır. Bu tür değişimler kişiliğe kalıcı etkiler bırakabilir. Örneğin; kargaşanın hâkim olduğu, çatışma içeren düşük-kalite akran gruplarına sahip birey, agnostik ve yıkıcı davranış örüntüleri geliştirmeye meyillidir (Berndt, 2002).

Bir diğerk kişiliğı etkileyen faktör doğum sırası olarak gösterilir. Bu tezi ortaya atan Alfred Adler, kişinin doğum sırasının tutum ve davranışlarına etkisinden söz eder. Bu analize göre, ilk doğan çocuğun daha kabiliyetli, zeki olduğunu ve sosyal ilişkilerde daha başarılı olacağını savunur. Tek çocuğun, ortancanın ve son çocuğun da kendine özgü karakteristik tutumlara sahip olacağını savunan Adler, kişiliğı etkileyen bir başka faktör olarak doğum sırasını göstermektedir (Tatlıoğlu, 2013).

Son olarak kişiliğı etkileyen bir diğerk faktör ise bireyin sahip olduğu fiziksel yapıdır. Bireyin fiziksel yapısı ve bu yapının toplum içerisinde nasıl algılandığı gerçeğı, bireyde farklı tutum ve davranışlara yol açabilmektedir. Bedeninde var olan bir sakatlık ya da eksiklikten kaynaklı içine kapanık ve karamsar bireyler toplumda görülebilir. Bu örneğın zıddına, birey toplum tarafından yüceltilen fiziksel özelliklere sahip ise, arkadaş ortamına daha kolay kabul edilebilir ve toplum tarafından daha çok ciddiye alınabilir. Sonuç olarak bu somutlaştırmalardan yola çıkarak, bireylerden birinin daha özgüvenli, atılgan ve sosyal olması beklenirken diğerkinde bu özelliklerin daha negatif yönde seyredeceğı yordamaktadır (Özkalp vd., 2004).

2.3.3. Kişilik Kuramları

Psikoloji bilimi üzerine insanoğlu araştırmalar yapmaya başladığından beri başlıca konulardan birisi kişilik olmuştur. Kişiliğın anlaşılması ve tanımlanması sürecinde birçok farklı kuram ortaya çıkmış ve farklı yaklaşımlar geliştirilmiştir. Diğerk bilimsel alanlardaki gibi (örneğin; kimya ve fizik) benimsenen tek bir yaklaşım üzerinden kişiliğın anlatılmaması yadsınabilir. Fakat gelişim süreci psikolojiden çok daha eskiye dayanan bilim alanlarında dahi, bazen bir konuyla alakalı birden çok yaklaşım göze çarpar. Böyle durumlarda bir yaklaşımın doğru, diğerkinin ise yanlış olduğunu söylemek mümkün olmayabilir. Çünkü, bir kuram gerçeğı bir yönüyle aydınlatırken diğerk başka bir yöne ışık tutabilir (Cervone ve Pervin, 2018).

Benzer bir durum kişilik kuramları için de söz konusudur. Her bir kişilik kuramı insan doğasının farklı bir yönüne ışık tutmakta ve bu sebepten her biri ayrı kıymet ihtiva etmektedir. Bu kuramlardan hangisinin doğru olup olmadığını sorgulamak yerine, kişilik hakkında literatürü ve uygulamaları geliştirmede hangi

yönünden faydalanılabileceğini irdelemek daha doğru bir yaklaşım olacaktır (Proctor ve Capaldi, 2001).

Kişilik çalışmalarında karşılaşılan yaklaşımlardan her birinin temelini dayanmakta olduğu bir kuram vardır. Bu kuramlar ise, önde gelen psikologların, düzenli davranış örüntülerinin ve kişilik içi süreçlerin anlatıldığı yazılarından doğmaktadır. Kuramların içeriği; bireyin davranışlarının altında yatan mekanizmalardan ve bu mekanizmaların nasıl insanın tutum ve davranışlarına etki ettiğine dair açıklamalardan oluşmaktadır. Bunun haricinde kuramlarda kişiliğin içerdiği farklılıkların kaynakları bulunmaya çalışılmış ve bazen de kişiliğe nasıl yön verilebilir sorusunun cevabı aranmıştır (Burger, 2016).

Psikanalitik kuram. Psikanalitik yaklaşım Sigmund Freud tarafından geliştirilmiştir. Bu yaklaşımın temelini oluşturan üç ana yapıdan bahsedebiliriz; id (alt benlik), ego (benlik) ve süpereo (üst benlik). Bireyin kişiliğini oluşturan biyolojik temeli id olarak adlandıran Freud, bireyin doğuştan getirdiği bütün dürtülerin kaynağı olarak alt benliği gösterir. Ayrıca insanın doğuştan getirdiği iki temel eğiliminden söz eder; cinsellik ve saldırganlık. Bu eğilimler alt benliği yönlendiren ve yöneten temel güçler olarak ifade edilebilir. Ego yani benlik ise, kişiliği düzenleyen ve dengeleyen bir yapıdır. Freud'un yaklaşımına göre ego, çevrenin etkisiyle gelişen alt benliğin bir parçasıdır ve idin dış dünyayla olan etkileşiminde uyum sağlayıcı bir etkisi vardır. Kişiliğin ahlaki yönü olarak ise süpereo devrededir. Süpereo yani üst benlik, bireyin davranışlarının toplum yargılarına göre doğrulaştırılması ve o yönde evrilmesi hedefini güder. Üst benliğin gelişimi sürecinde yönlendirici çevresel etken olarak, bireyin çocukluk döneminde aileden aldığı gizil ve doğrudan öğrenmeler, toplumun kabul ettiği geleneksel değerler gösterilmektedir. Bahsi geçen bu üç temel yapının, bireyin kişiliğini oluşturan dinamik bir bütün olduğu ifade edilir (Boeree, 2006).

Psikanalitik kuramda, kişilik gelişim sürecinde bireyin birtakım gelişimsel evreyi takip ederek ilerlediği ortaya atılmıştır. Her bir gelişimsel evre, o dönemde odak noktası haline gelen, bedensel hazzı içeren vücudun farklı bölümlerinin gelişmesini sağlar. Bu evreler, ilk doğum anından başlar ve çocukluk dönemini kapsar. Diğer birçok kuramın aksine Freud, bu dönemdeki yaşantıların, bireyin

kişiliği üzerinde değişmez ve kalıcı etkilere sahip olduğunu savunur (Cervone ve Pervin, 2018).

Psikanalitik kuram aynı zamanda derinlik psikolojisi olarak bilinir. Freud haricinde C.G. Jung, bu yaklaşımın savunucuları arasında görülürken kendisi kabul etmese bile Alfred Adler de derinlik psikolojisi kuramcılarından kabul edilmektedir. Adler'in ortaya koymuş olduğu Psikodinamik yaklaşımda ise, bireyin doğuştan sahip olduğu içgüdüler ile hareket ettiği kabul edilir ve hayatı boyunca yaşadığı kaygıları, bireyin sahip olduğu savunma mekanizmaları ile gidermeye çalıştığı ileri sürülür. Bu kuramın en temel öncülleri ise bireyin sahip olduğu kişiliğin bütünlüğü, devamlılığa ve başarıya ulaşmaya güdülü olmasıdır (Eker, 2012).

Alfred Adler'in kişilik konusunda ileri sürdüğü bir başka konu ise aile içi doğum sırasıdır. Bu bakış açısı ile Adler, çocuğun kişilik gelişim sürecinde diğer çocukların etkisine dikkat çekmiş ve bu bağlamda bireyin doğum sırasının çeşitli sorunları da birlikte getirdiği tezini savunmuştur (Adler, 2005).

Ayırıcı özellik kuramı. Ayırıcı özellik yaklaşımı, kişilik kuramlarına düzenlilik getiren ve belirli bir çerçeve oluşturan bir çalışmadır. Özellik yaklaşımı, kişiliği bazı niteliklere göre açıklamayı hedefler. Bu süreçte kuramcılar sadece tek bir bireyin değil, özellik devamlılığının farklı noktalarında bulunan bireylerin genel davranışlarını tanımlamaya çalışır (Burger, 2016). Bu yaklaşım iki temel varsayım üzerine kurulmuştur. Bunlardan ilki, özellik yaklaşımını benimseyen araştırmacıların, bireyin sahip olduğu kişilik özelliklerinin zaman içerisinde farklılaşmayacağını kabul etmesidir. Bireyin davranışlarının genel bir değerlendirme sonucunda nitelenmesi söz konusudur. Bu durum, örneğin sosyal olarak nitelenen bir kişinin içe kapanık bir dönem geçirmeyeceği anlamına gelmez fakat genel olarak değerlendirildiğinde bunun değişmeyeceği kabul edilir. Bu varsayımı, bireyin yetişkinliğe ulaştıktan sonra kişilik ölçümlerinden alınan sonuçlar ile desteklenmektedir (Roberts ve Del Vecchio, 2000). İkinci temel varsayım ise bireyin farklı durumlarda da aynı karakteristik örüntüye sadık kalacağıdır. Yani çevresine karşı saldırgan bir bireyin, futbol oynarken de bu karakterini ortaya koyacağı düşünülür. Fakat zaman ve durumlara karşı karakterin kararlılık göstermesi varsayımına karşı çıkan psikologlar da olmamış değildir (Burger, 2016).

İlk ayrııcı özellik kuramcısı olarak Gordon Allport gösterilmektedir. Allport, kişiliği açıklarken en temel unsurlar olarak nitelediği kişisel yatkinlıklar (personel dispositions) kavramını ortaya atmıştır. Bir bireyin kişisel özellikleri açısından tanımlanmasını sağlayan bireye özgü davranış örüntülerini kişisel yatkinlık olarak ifade etmiştir. Allport'a göre her insan birbirinden farklıdır. Bu farklılıklar içerisinde kişiliği açıklamaya çalışırken en geçerli yöntem, ayrııcı özellik (trait) yaklaşımıdır (İnanç ve Yerlikaya, 2020).

Bir diğer özellik kuramcısı olan Henry Murray ise, kişiliğin temelini psikolojik gereksinimler ile açıklamıştır. Gereksinim, bireyin ihtiyaçları hiyerarşisindeki yerine ve içinde bulunduğu duruma göre bireyin davranışını etkileyen önemli bir faktördür (Yanbastı, 1996). Öte yandan yine bir özellik kuramcısı olan Raymond Cattell ise, kişiliği oluşturan temel yapıyı ortaya çıkarmakla uğraşmış, bunun için faktör analizi denilen istatistiksel bir yöntemle başvurmuştur. Bireyin en temel özelliklerini belirleyerek, kişiliği meydana getiren faktörleri belirlemiştir (Güney, 2015).

Ayrııcı özellik kuramının uygulama aşamasında göze çarpan en büyük neticesi Beş Faktör (Big Five) kişilik modelidir. Bu model, kişiliği oluşturan beş genel boyutu ve bu boyutları oluşturan özgül kişilik özelliklerini hiyerarşik bir sıralama bağlamında ortaya koymaktadır (Sevi, 2009). Belirlenen beş faktörün temeli ise özellik kuramcılarının dil hipotezine dayanmaktadır. İnsanlar çok farklı etnik gruplardan oluşsa bile her toplumun kendine özgü kullanmış olduğu bir dili bulunmaktadır. Buradan hareketle, bireyler tarafından ortaya konulan kişisel farklılıklar dünyada kullanılmakta olan bütün dillerde kodlanacağı ve bu farklılıkların sözcükler halinde yansıtılacağı tezi ele alınmıştır. Bu hipoteze dayanarak kişilik yapısını kapsayan bir sınıflama (taksonomi) çalışması yapılmıştır (Somer, 1998). Bahsi geçen bu beş faktör ise şu şekildedir: Nevrotiklik, dışa dönüklük, açıklık, uyumluluk ve öz disiplindir (McCrae ve Costa, 1990).

Biyolojik yaklaşım. Biyolojik yaklaşım öncesinde psikologlar, insan kişiliğini çevresel etmenlere ve yaşantılara bağlarken, bu yaklaşımla birlikte Hans Eysenck, kişiliği etkileyen faktörün anne-babanın çocuğuna karşı davranış tarzları ve eylemlerinden daha ziyade onların çocuklarına aktardığı kalıtsal özellikler olduğunu

ileri sürdü. Bu yaklaşım, bilim insanları çevresince ilk aşamada kuşkuyla karşılanmış olup sonrasında gelişen bilim dünyasıyla birlikte biyolojinin insan kişiliği üzerindeki etkisi daha çok kabul görmeye başlamıştır (Burger, 2016).

Eysenck kişiliği tanımlarken; birbiri ile ilişki içinde olmayan, iki uca sahip, yatay ve dikey boyutları olan bir yapı tarif eder. Yatay boyutu içe dönüklük ve dışa dönüklük oluştururken, dikey boyutu ise nevrotiklik ve normal tipler meydana getirir. Kişilik ise bahsedilen bu iki boyut arasında bir konumda yer almaktadır (Karabacak, 2010).

Biyolojik yaklaşım savunucuları, bireylerin kişilik gelişim sürecinde yalnızca çevreden değil aynı zamanda da kalıtsal özelliklerinin de etkili olduğunu ileri sürmektedirler. Bu hipotezin doğruluğunu araştırmak amacıyla ikizler üzerinde birçok çalışma yapılmıştır. Bu bağlamda; tek yumurta ikizleri, çift yumurta ikizlerine oranla daha çok benzer kişilik özellikleri sergiledikleri ortaya konulmuştur. Özellikle aynı çevresel etkilere maruz kalan ikizler, aynı davranış örüntüleri göstermektedir. Fakat çevresel etkilerin zamanla farklılaşması neticesinde, ortaya çıkan benzerliklerde farklılaşma görülür. Somutlaştırılacak olursa; genç tek yumurta ikizleri, yaşlı ikizlere göre daha çok benzer kişilik özellikleri sergilemektedir (Friedman ve Schustack 2003; akt. Hazar, 2006).

Sonuç olarak Eysenck'in kişilik çalışmaları, kişiliğin daha çok ölçülebilir bir fenomen haine gelmesini sağlamış ve bu sayede bilimsel olarak incelenebilir bir konuma getirmiştir. Bunun haricinde biyolojik kuram, araştırmalar için kullanışlılık gösterse de eğitimciler ve aileler için uygulanabilirliğinin düşük olduğu yargısına varılmıştır (İnanç ve Yerlikaya, 2020).

Fenomenolojik yaklaşım. Fenomenolojik yaklaşım, insancıl yaklaşım olarak da bilinirken, bireyin kişiliğini değerlendirme aşamasında onun fenomenolojisinin dikkate alınması olarak ifade edilebilir. Bu yaklaşım savunucuları için bireyin öznel zihinsel deneyimleri çok önemlidir. Birey, yaşantısı süresince karşı karşıya geldiği fiziksel çevre ve koşullara basit ve yüzeysel tepkilerde bulunmaz. Kişi, dünyayı algılama şekline göre olaylara tepki verir ve çevreyi kendine göre değerlendirir (Özkalp vd., 2004).

Fenomenolojik kişilik yaklaşımı, 1950 ve 60'lı yıllarda yoğun bir şekilde kabul gören psikanalitik ve davranışçı kurama tepki olarak doğmuştur. Bu yaklaşımın kökeni olarak varoluşçu felsefe gösterilirken, önde gelen isimlerinden bazıları Carl Rogers ve Abraham Maslow'dur. Psikoterapi kuramlarının insancıl yaklaşım dâhilinde değerlendirilmesi için; bireysel sorumluluğa vurgu yapması, “şimdi ve burada” maddesine değinmesi, bireyin fenomenolojisine ve bireysel gelişime önem vermesi beklenir. Kısaca insancıl yaklaşımın en önemli dört temel unsuru bunlardır, denilebilir (Burger, 2016).

İnsancıl yaklaşımın öncülerinden Carl Rogers, kendinden önceki birçok kuramcıdan farklı olarak insan doğasını temelde iyi olarak niteler ve gerçekleştirme eğiliminin insanı harekete geçiren temel güç olduğunu savunur. Rogers'a göre bu eğilim, bireyin kendini gerçekleştirme ya da bireyde var olan potansiyeli tam olarak kullanabilme eğilimidir (Atkinson vd., 2015). Bireyin kendini gerçekleştirme isteği doğuştan gelir fakat çevresel faktörler ve çocukluk yaşantıları ile bu isteğin ivmesi farklılaşabilir. Olumsuz yaşantılar ile kendini gerçekleştirme eğilimi engellenirken, olumlu yaşantılar bu eğilimi destekler. Bunun haricinde Rogers, anne-çocuk ilişkisinin kişilik üzerindeki etkisine önem verir. Eğer anne çocuğun ihtiyacı olan sevgiyi karşılarsa buna koşulsuz sevgi, annenin sevgisini belli durumlarda göstermesi söz konusu ise bunu da koşullu sevgi olarak adlandırır. Koşulsuz sevgi gören çocuğun sağlıklı kişilik gelişimi göstermesi beklenirken, sevgiyi sadece uygun davranışlar karşılığında alan çocuk, yani koşullu sevgi ile büyütülen bir fert, annenin genel olarak bu davranış örüntüsünü içselleştirir ve bu duruma göre değer koşulları geliştirmesi beklenir (Schultz ve Schultz, 2017).

Öte yandan bir diğer insancıl yaklaşıma sahip olan kuramcı Maslow, ihtiyaçlar hiyerarşisi kavramını ortaya koyar. Temelde fiziksel ihtiyaçlardan başlayan hiyerarşinin tepesinde kendini gerçekleştirme bulunur (Maslow, 2013). Kendini gerçekleştirme eğilimi noktasında benzer yargılara sahip olan Rogers ve Maslow'un görüşlerine dayanarak, bu süreçte bireyin kendine dair farkındalığı kadar sahip olduğu idealler ve hedeflerinin de önemli olduğu söylenebilir. Bu farklılıktan ötürü, kendini gerçekleştirme süreci, her bireyin özgün yaşantısına bağlı olarak farklı bir yol izler (Tekke, 2019).

Rogers, psikolojik danışma sürecine dair alana birçok katkıda bulunmuştur. Danışanı merkeze alan bir psikoterapi yaklaşımı ortaya koyar ve danışmanın görevinin, danışanın gelişimi ve gerekli olan farkındalığı için ihtiyacı olan zemini hazırlamak olduğunu ileri sürer. Bunun için ise danışman-danışan arasında gerçek bir bağ kurulması gerektiğini, danışana karşı koşulsuz kabul gösterilmesini, danışanların söylediklerinin ve hissettiklerinin farkında olmalarını sağlamanın gerekli olduğunu savunur (Sav, 2007).

Davranışçı yaklaşım. Kişilik yaklaşımları arasında yer alan davranışçılık yaklaşımını diğerlerinden ayıran, sahip olduğu iki temel varsayım söz konusudur. Bu varsayımlardan ilki, insan davranışının kaynağı içsel süreçlerden bağımsız çevresel etkilere kaynaklandığıdır. Diğer kuramlar, insan davranışını açıklarken zihinsel süreçlerden, iç kişilik faktörlerinden söz eder. Fakat davranışçı yaklaşım sahibi araştırmacılar bunun tam tersi bireyin çevresel faktörlerini irdeler. Kişinin yaşantısı boyunca karşılaştığı çevre uyarıcıların, onun davranışına olan etkisini inceler. Davranışçı yaklaşımı diğerlerinden ayıran bir diğer varsayım ise, insan davranışlarını anlamak için insanların ya da hayvanların incelenebileceği bir laboratuvar ortamının gerekliliğidir. Bu varsayımı ele alırken öncelikle diğer kuramlar irdelenirse, görülür ki kişilik araştırmalarında bakılan ve incelenen her zaman bireyler olmuştur. Fakat davranışçılar burada farklı bir yol izlemiş ve laboratuvar ortamında birçok hayvan deneyi yapmışlardır. İnsan kişiliğini anlamak için hayvanlar üzerinde deney yapılması birçok eleştiriyi beraberinde getirmiştir. Bu yaklaşımın kaynağı ise fen bilimlerinde yer alan basit sistemler tekniği olarak gösterilir (Cervone ve Pervin, 2018).

Davranışçı yaklaşım 1920'li yıllarda ortaya çıkmıştır. Günümüzde etkisi azalsa bile hala psikoloji bilimi içerisinde davranışçılar önemli bir yer tutmaktadır. Davranışçı yaklaşımın önemli savunucularından biri B. F. Skinner'dır. Bu alanda çok önemli çalışmaları olmakla birlikte, Skinner toplum bilimciler tarafından ciddi eleştirilere maruz kalmıştır. Bunlara sebep olan radikal davranışçılık anlayışının içeriğine bakılacak olursa şu maddeler görülür: Davranış ele alınırken sadece gözlenebilir olanların dikkate alınması, insan doğası hakkında yorum yaparken fare

ve güvercinler üzerinde yapılan deneylerden elde edilen veriler ile genel bir kanıya ulaşılması durumu (İnanç ve Yerlikaya, 2020).

Davranışçılık yaklaşımında süreçten daha çok ürün ya da fayda kavramları dikkate alınmaktadır. Bu yaklaşımın temel hedefi istenmedik davranışları kaldırmak yerine istendik olan davranışların pekiştirilerek artırılmasıdır. Davranışçılar, insan doğasını incelerken bilimsellik aramış ve bunun şartlarını uygulamaya çalışmıştır. Bu şartlar, ele alınan araştırma materyalinin ölçülebilen, gözlenebilen ve doğrudan öğrenilebilen davranışlar olması gerekliliği olarak ifade edilebilir. Bu bağlamda davranışçılar id, benlik, bilinçaltı, fenomenal alan gibi soyut kavramları reddetmiştir. Çünkü bu kavramlar gözlemlenebilen ve deney ortamına test edilebilen kavramlar değildir. Dolayısıyla davranışçılar tarafından bilimsel olarak kabul edilmez (Topses, 2012).

Davranışçı yaklaşımı benimseyen araştırmacılar, psikolojinin davranışı ele alış biçimine dair çevresel uyarıcıların temele koyulması gerekliliğini savunur. Bu konu hakkında Skinner, bireyin kalıcı ve sürekli olarak beliren davranışlarının aslında çevre tarafından zamanla pekiştirildiğini ve bireyin bu süreçte alışkanlık haline getirmiş olduğunu ileri sürer. Skinner'a göre davranış iki biçimde ortaya çıkar; tepkisel (klasik) ve edimsel koşullanma. Klasik yani tepkisel davranış, bilinen bir uyarının etkisi sayesinde tepki olarak ortaya çıkan neticedir. Buna örnek olarak bir köpeğin, et gibi bir uyarana karşılansınca salya gibi bir tepki vermesi söylenebilir ve bunun gibi bütün refleks davranışlar Skinner tarafından tepkisel koşullanma olarak tanımlanmıştır. Edimsel koşullanmadan kaynaklı meydana gelen davranış ise, bilinen bir uyarana karşılansması sonucu ortaya çıkmamakta, organizma tarafından ortaya konulmakta ve devamında meydana gelen tepkiler neticesinde devam etmektedir. Edimsel koşullanma sürecinde öğrenme aktiftir ve organizma bu yolu kendi keşfeder. Devamına ya da son bulmasına ise yine kendi karar verir (Skinner, 1953; akt. Özkan, 2020).

Bilişsel yaklaşım. Bilişsel kişilik yaklaşımı, insanların kişiliği hakkında bilgi veren kalıcı davranış kalıplarını bireyin bilgi işleme yollarıyla ilişkilendirir. Kişisel yapı kuramı ile bilişsel yaklaşımın öncülerinden olan George Kelly, her bireyin dünyayı anlamlandırma çabası içinde olduğunu söyler. Her birey yaşantısı boyunca,

karşısına çıkacak durumları kestirmeye çalışır. Kelly ise bireyin bu süreçte kullandığı bilişsel materyalleri kişisel yapı olarak niteler. Bu durumla ilişkili olarak, bireyin yaşadığı psikolojik problemlerin kökeninde kaygının yattığını ve kaygının da asıl kaynağının bireyin geleceğini yordayamaması olduğunu ileri sürer (Burger, 2016).

Kişilik yaklaşımları arasında önemli bir yeri olan bilişsel yaklaşım, danışanın düşünce sistemini çözümlemeyi ve gerektiği noktada düzeltmeyi hedefler. Bu yaklaşımın önemli temsilcilerinden olan Albert Ellis, bireylerin yaşadığı duygusal problemlerin sebebi olarak sahip oldukları akıl dışı inançları gösterir (Burger, 2016). Ellis bireyi hem akılcı hem de mantıksız olarak niteler. Birey, çevresinden ve olaylardan etkilenmeye çok açıktır ve bunun sonucunda negatif duygular (kindarlık, kaygı, kendine öfke gibi) edinebilmektedir. Bu ilişkisel bağlamın meyvesi olarak ise, duygusal problemler ve onun da kaynağı olan mantıksız düşünceler ortaya çıkar. Birey eğer mantık gücünü geliştirebilirse bu duygusal rahatsızlıklardan kurtulabilir (Altıntaş ve Gültekin, 2005).

Bireyin kişisel yaşantıları ve tecrübeleri, onun davranış örüntüsünün kaynağı olan inanç ve düşünce sistemini şekillendirir. Bireyin geliştirmiş olduğu akıl dışı şablonların neticesi olarak karşısına akıl dışı inançlar ve olumsuz duygular çıkar. Bilişsel yaklaşım ise, bireyin sahip olduğu akıl dışı inançları keşfetmesini hedefler. Devamında bu akıl dışı inançların yerine sağlıklı olan akılcı inanç ve düşünce sistemi geliştirmesine yardımcı olur. Danışan, kendini eğitme metodu ile olumsuz içsel önermelerin yerine olumlu önermeler koymayı öğrenir (Ellis, 1991; akt. Akın, 2009).

Bilişsel yaklaşımı benimseyen araştırmacılar, bireyin erken yaşlardaki yaşantılarının davranışları üzerinde önemli bir rol oynadığını savunurlar. Birey çocukluk yaşantısı boyunca, karşılaştığı olaylar ve edindiği tecrübeler sonucunda belirli değer yargıları geliştirir. Bu yargıların kaynağı anne-baba, yetişkinler yani çevresidir. İnsanın çocukluk döneminde sevgiye, güven ortamına, saygı duyulmaya ve fizyolojik gereksinimlerinin karşılanmasına ihtiyacı vardır. Birey bu ihtiyaçlarının sorunsuz olarak karşılandığı bir ortamda büyürken, çevresine karşı daha özümseyen ve gördüğü davranışları benimseyen bir yapıya bürünür. Eğer o dönemde bireye sevilme için kusursuz olması gerektiği, örtük ya da doğrudan, telkin edilmişse, çocuk bunu sorgulamadan benimseyecek ve bu doğrultuda bir şema geliştirecektir.

Kusursuz olamadığını düşündüğü zaman, kendine ya da başka bir nesneye karşı öfke geliştirecek ve mutsuz olacaktır. Çünkü düşünceler ve duygular birbirinden bağımsız değildir. Bilişsel yaklaşım ise, bu akıl dışı inançları keşfetmeyi ve yerine akılcı inançları koymayı güder (Sav, 2007).

Bilişsel yaklaşımın güçlü yönleri arasında sağlam deneysel dayanağı, psikolojinin davranışı bilişsel yollarla açıklama eğilimi ile örtüşmesi sayılabilir. Eleştirilen yönleri arasında ise, kavramlarının çok soyut olduğu söylenirken; bazı kuramcılar, davranışı her zaman bilişsel yöntemlerle açıklamanın doğruluğunu sorgulamıştır. Son olarak, bilişsel yaklaşımın genel savlarını ve uygulamalarını net bir şekilde açıklayan bir modelin geliştirilememiş olması, araştırmacılar tarafından eleştirilen bir başka konudur (Burger, 2016).

2.3.4. HEXACO Kişilik Özellikleri

Toplumun kişilerarası dinamiklerini çözümlemeye dair anlamsal çalışmalar, geniş boyutlu “kişilik tanımlayıcı terimler dizisi” üzerinde gerçekleştirilen faktör analizlerini kapsar. Kişilik ölçüm çalışmaları, kişilik tipleri ya da özelliklerin kişisel farklılıklar hakkında görüş birliğine varılan sınıflandırmaları üzerinden gerçekleştirilebilir. Araştırmacılar kişilik üzerine özellik sınıflandırması elde ettikten sonra, insanları özgün kılan binlerce özellik üzerine tarama yapmak yerine analiz edilen ortak sınıflandırmalar aracılığıyla kişiliği inceleyebilir. Kişilik üzerine araştırmalar yapan bilim insanlarının son çeyrek yüzyıldır öncelikli etkinliklerinden biri, kişiliği basit ve sınıflandırılabilir bir sistem ile düzenleme çalışmaları olmuştur (Cervone ve Pervin, 2018). Bu çalışmaların sonucunda üzerinde yaygın olarak uzlaşılan kuram Büyük Beşli (Big Five) kuramıdır ve toplam beş faktörden meydana gelmektedir. Kişilik araştırmacıları arasında öncülerden olan Costa ve McCrae (1988), Büyük Beşli kuramını ortaya koyan isimlerdir. Uzun süreli faktör analizleri ve araştırmaların sonucunda ortaya koyulan bu kuram şu beş faktörden oluşmaktadır: Deneyime Açıklık, Vicdanlılık, Dışa Dönüklük, Uyumluluk ve Nevrotizm. 1990’lı yıllara gelindiğinde ise kişilik yapısını sınıflandırmaya dair araştırmalar devam etmiş ve Avrupa ve Asya dilleri analiz edilmiştir. Bu çalışmaların sonucunda kişilik özellikleri sınıflandırma çalışmalarının beş faktörden fazla olabileceği gündeme gelmiştir (Ashton ve Lee, 2001).

Farklı dünya dillerinde yapılan kişilik yapısı hakkındaki sıfat araştırmasının bir sonucu olarak Ashton ve Lee (2001), HEXACO yani Altı Faktör Kişilik Modeli'ni ortaya koymuşlardır. Uzmanlar, yapılan faktör analizleri sonucunda, özellikle ABD, Polonya, Kore, Almanya, İtalya ve Macaristan örneklemelerinde, altıncı bir faktörün daha olduğunu belirlemişlerdir. Bu son belirlenen faktör dürüstlük-alçak gönüllülük (honesty-humility) olarak isimlendirilmiş ve modele eklenmiştir. Son yıllarda yapılan çalışmalar sonucunda, HEXACO modelinin Büyük Beşli modeline göre daha çok bireyin tutum ve davranışlarını öngörebildiği, kişiliği daha kapsamlı analiz ettiği belirlenmiştir (Lee ve Sohn, 2012).

Büyük Beşli modelinden farklı olarak Ashton ve Lee (2007), altı boyutlu modeli önerdiler. Bu modeli oluşturan altı boyut şu şekildedir: Dürüstlük-alçak gönüllülük (h-honesty-humility), duygusallık (e-emotionality), dışa dönüklük (x-extraversion), uyumluluk (a-agreeableness), vicdanlılık (c- conscientiousness) ve deneyime açıklık (o-openness to experiences).

Altı faktörlü model, erken dönemde yapılan İngilizce kelime çalışmalarının sonucu olan klasik Büyük Beşli ile büyük ölçüde örtüşmektedir. X (dışa dönüklük), C (vicdanlılık) ve O (deneyime açıklık) faktörleri, entelektüel yeteneğin kasıtlı olarak O faktöründen ayrı tutulması haricinde, Büyük Beşli modeliyle yüksek oranda aynıdır. Ancak, H (dürüstlük-alçak gönüllülük), A (uyumluluk) ve E (duygusallık) faktörleri, Büyük Beşli modelinin hiçbirine eş biçimli olarak karşılık gelmemektedir. Bunun yerine, bu üç boyut, Beş Büyük modelindeki uyumluluk ve nevrozizm (duygusal kararlılığa karşı) faktörleriyle ilişkili değişkenliğin yanı sıra klasik Beş Büyük'te kapsam içinde olmayan ek değişkenliği içerir (Lee ve Ashton, 2014). Goldberg (2001), Büyük Beşli modelindeki faktörlerin varyansının bu modelde reorganize edildiği, yeniden düzenlendiğini belirtmiştir.

Dürüstlük-alçak gönüllülük. HEXACO modelini Büyük Beşliden ayıran en önemli unsur dürüstlük-alçak gönüllük boyutudur. Büyük Beşli modelinde uyumluluk faktörü içerisinde düşünülen bu bölüm, kapsam ve içerik olarak farklılaşarak HEXACO'nun bir boyutunu oluşturur. Ashton, Lee ve Son (2000) bu modeli oluşturma aşamasında, söz konusu boyut için öncelikle dürüstlük kelimesini önermişlerse de faktörün içeriğini tam olarak ifade etmediği için kabul edilmemiştir.

Sonrasında ise bu boyutun içeriğini daha geniş anlamda ifade ettiği düşünülerek “dürüstlük-alçak gönüllülük” ismi önerilmiş ve kabul edilmiştir. HEXACO modelinin önemli bir parçası olan bu faktör, çeşitli araştırmalarda kullanılan sözlük taramaları sonucu elde edilmiş ve dört alt boyut ile açıklanacak şekilde kavramsallaştırılmıştır. Dürüstlük-alçak gönüllülük faktörünün alt boyutları şunlardır: Samimiyet (sincerity), adalet (fairness), hıstan kaçınma (greed avoidance) ve tevazu (modesty) (Ashton ve Lee, 2004; Bulut ve Ulu, 2017; Costa ve McCrae, 1992).

Duygusallık. Kişilik araştırmalarında faktör analizine dayalı sınıflandırma çalışmalarında öne çıkan bir başka sıfat, duygusallık (emotionality) kavramıdır. Büyük Beşli modeldeki duygusal denge (nevrotizm) faktörüne karşılık gelen duygusallık, birebir kapsam olarak duygusal denge ile örtüşmemektedir. Bunun sebebi ise, nevrotizmde olan düşmanlık, öfke ve kızgınlık gibi özelliklerin duygusallık faktörü kapsamında olmaması olarak gösterilebilir. Duygusallık boyutu olumlu açıdan duygusallık ve hassasiyet gibi içeriklere de sahiptir. Duygusallık boyutunun sahip olduğu dört alt boyut ise şu şekildedir: Korkaklık (fearfulness), kaygı (anxiety), bağımlılık (dependence) ve duyarlılık (sentimentality). (Ashton ve Lee, 2005; Ashton ve Lee, 2007; Ashton ve Lee, 2008a; Ashton ve Lee, 2008b; Ashton vd., 2004; Ashton vd., 2014).

Dışa dönüklük. Dışa dönüklük (extraversion) faktörünün içeriği kısaca; bireyin utangaçlığı, konuşkan olması, sosyallik düzeyi ve neşelilik hali olarak özetlenebilir. Bu bağlamda dört alt boyut oluşturulmuştur. Bunlar; sosyal öz-saygı (social self-esteem), sosyal girişkenlik (social boldness), sosyallik (sociability) ve canlılık (liveliness) olarak ifade edilebilir (Ashton ve Lee, 2007; Ashton ve Lee, 2009). Büyük Beşli modelinde bulunan nevrotizm faktörü ile HEXACO’nun dışa dönüklük faktörü genel anlamda araştırmacılar tarafından benzetilse de aralarında bazı içerik farklılıkları bulunmaktadır. Bunun sebebi ise dışa dönüklük faktöründe sinirlilik, huysuzluk gibi kavramların bulunmamasıdır (Ashton ve Lee, 2004; Bulut ve Ulu, 2017; Costa ve McCrae, 1992).

Uyumluluk. HEXACO’nun bir diğer boyutu olan uyumluluk (agreeableness), içerik olarak incelendiğinde; bireyin hoşgörülülüğü, anlayış seviyesi

ve huzursuzluk gibi olumsuz durumlara karşı olmasını ifade ettiği görülmektedir. Bu içeriği en net biçimde ifade eden sıfatın uyumluluk olduğuna karar verilmiştir. Uyumluluk faktörü dört alt boyuttan oluşmaktadır: Affedicilik (forgiveness), yumuşaklık (gentleness), esneklik (flexibility) ve sabır (patience). Büyük Beşli kuramı ile benzerlik gösterse de farklılık gösteren içeriklere sahiptirler. Beş Faktör kuramında bu kelimenin ifade ettiği anlam, bireyin karşısındaki kişiye kuşkulu ve ters bir tutumla yaklaşması şeklindeyken, HEXACO'da daha çok kişinin şefkatli ve yardımsever bir tutuma yatkınlığı olarak tanımlanmıştır (Ashton ve Lee, 2004; Ulu ve Bulut, 2017; Costa ve McCrae, 1992).

Sorumluluk. Sorumluluk (conscientiousness) faktörünün kapsadığı anlam iki uçlu bir biçimde açıklanmıştır. Sorumluluk faktörünün bir ucu başarıya güdülü olmayı, çalışkanlığı, planlı ve titiz hareket etmeyi ifade ederken; diğer tarafı ise unutkanlığı, başarıya karşı güdülü olmama durumu yani sorumsuzluğu ve titizliğin karşıtı dağınıklığı ifade etmektedir. Bu faktör diğerleri gibi toplam dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; düzenlilik (organization), çalışkanlık (diligence), mükemmeliyetçilik (perfectionism) ve tedbirlilik (prudence) olarak isimlendirilmiştir. Büyük Beşli kuramındaki Sorumluluk faktörü ile benzerlik göstermektedir (Ashton ve Lee, 2004; Ulu ve Bulut, 2017; Costa ve McCrae, 1992).

Deneyime açıklık. Deneyime açıklık faktörü, yapılan sözcük çalışmalarının sonucu olarak HEXACO'nun son faktörüdür. İçeriği ve kapsamı hakkında; yoruma açık olduğu düşünülen ve keskin çizgilerle belirlenememiş bir boyut olarak ifade edilmektedir. Kesin olan içeriklerinden bazıları şunlardır; bireyin hayal gücü, özgünlüğü ve verimliliği. Deneyime açıklık faktöründen yüksek puan alan bireylerin; entelektüel tavır sergilediği, sanata ve estetiğe duyarlı olduğu, problem çözmede daha başarılı olduğu, kendisi hakkında farkındalığı yüksek olduğu söylenebilir. Deneyime açıklık düzeyi daha düşük olan bireylerde ise daha çok basit ve anlaşılır olana yönelme söz konusudur. Bu faktörün alt boyutları; estetik değerlendirme (aesthetic appreciation), meraklılık (inquisitiveness), yaratıcılık (creativity) ve geleneksel olmama (unconventionality) şeklindedir (Ashton ve Lee, 2004; Ulu ve Bulut, 2017; Costa ve McCrae, 1992).

Tablo 1. HEXACO Kişilik Envanteri'nin Faktör ve Alt Boyut İsimleri

Faktörler	Faktörlerin Alt Boyutları
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük H (Honesty-Humility)	İçtenlik Doğruluk Hırstan Kaçınma Tevazu
Duygusallık E (Emotionally)	Korkaklık Kaygı Bağımlılık Duyarlılık
Dışa dönüklük X (eXtraversion)	Sosyal Öz-Saygı Sosyal Girişkenlik Sosyallik Canlılık
Uyumluluk A (Agreeableness)	Affedicilik Yumuşaklık Esneklik Sabır
Sorumluluk C (Conscientiousness)	Düzenlilik Çalışkanlık Mükemmeliyetçilik Tedbirlilik
Deneyime Açıklık O (Openness to Experience)	Estetik Değerleme Meraklılık Yaratıcılık Geleneksel Olmama

Tablo 1'de HEXACO Kişilik Envanteri'nin boyutları ve alt faktörleri sunulmuştur.

Tablo 2. HEXACO Kişilik Faktörlerinin İki Ucunda Yer Alan Değerler

Düşük	Kişilik Özellikleri	Yüksek
Açgözlü, iddialı, ikiyezli, böbürlenen	Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	Dürüst, içten, sadık
Cesur, dayanıklı, kendinden emin, istikrarlı	Duygusallık	Hassas, aşırı duyarlı, endişeli
Utangaç, pasif, içine kapanık, çekingen	Dışa Dönüklük	İçer dışı bir, canlı, girişken, neşeli
Kavgacı, inatçı, huysuz	Uyumluluk	Hoşgörülü, uzlaşmacı, anlayışlı
Pervasız, tembel, sorumsuz, dalgın	Sorumluluk	Disiplinli, çalışkan, titiz, net
Sıg, hayal gücü olmayan, geleneksel	Deneyime Açıklık	Yaratıcı, yenilikçi, alışılmadık

Kaynak: (Schultz ve Schultz, 2017, s. 239)

Tablo 2’de HEXACO Kişilik Envanteri’nden elde edilen veriler ışığında, alt faktörlerin düşük ve yüksek puanlarda gösterdiği iki uçlu özellikler yer almaktadır.

2.3.5. HEXACO ile İlgili Araştırmalar

Özdemir (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, 90 erkek ve 126 kadın olmak üzere toplamda 216 kişiden oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Demografik Bilgi Formu, Suç Korkusu ve Öngörülen Mağduriyet Risk Anketi, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği ve HEXACO-60 Kişilik Envanteri’nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: HEXACO Kişilik Envanteri’nin alt boyutlarından duygusallık ile bireylerin kendisi hakkında sahip oldukları suç korkusu ve yordadıkları mağduriyet riski arasında anlamlı pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca yine duygusallık faktörü ile bireylerin çocukları ile ilgili sahip oldukları suç korkusu ve öngördükleri mağduriyet riski arasında da anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

Ulu ve Bulut (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemini, 2016-17 yılları arasında öğrenim görmekte olan 283’ü kadın ve 81’i erkek olmak üzere 364 üniversite öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri

toplama araçları; Kişisel Bilgiler Formu ve HEXACO Kişilik Envanteri'nden oluşmaktadır. Ayrıca verilerin analizi aşamasında SPSS 24.0 programı kullanılmıştır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Cinsiyet değişkeni ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki analiz edildiğinde, H ve E faktörü puanlarında kadınların ortalama puanlarının erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. HEXACO kişilik özellikleri arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda ise; H faktörünün A ve C faktörü ile anlamlı düzeyde olumlu ilişkiye, E faktörünün A ve X faktörü ile anlamlı düzeyde olumsuz ilişkiye ve C faktörü ile O faktörünün anlamlı düzeyde olumlu bir ilişkiye sahip olduğu sonucu elde edilmiştir. Son olarak ise analizler ışığında, HEXACO'nun revize edilmesi ve yeniden güvenirlik-geçerlilik testlerine tabi tutulması gerekliliği sonucuna ulaşılmıştır.

Tatar vd. (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, 154 farklı meslek grubundan seçilen 419 erkek ve 433 kadın, toplam 852 kişi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Demografik Bilgi Formu, HEXACO Kişilik Envanteri Uzun Formu, iş performansı ve iş doyumu analizi için Osgood tipi bir ölçekten oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: İş performansını, HEXACO kişilik özelliklerinden sorumluluk ve dışa dönüklük faktörlerinin yordadığı tespit edilirken; iş doyumunu ise kişilik özelliklerinden uyumluluk, sorumluluk ve dışa dönüklük faktörlerinin yordadığı tespit edilmiştir.

Cömert (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, Çağ Üniversitesi'nde 2017-18 yılında öğrenim görmekte olan 138 erkek ve 250 kadın, toplam 388 lisans öğrencisi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Kişisel Bilgi Formu, Karanlık Üçlü Kişilik Ölçeği ve HEXACO Kişilik Envanteri'nden oluşmaktadır. Toplanan verilerin analizi aşamasında Çoklu Regresyon Analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Üniversite öğrencilerinin makavelizm ve psikopati eğilimlerini, kişilik özelliklerinden dürüstlük, deneyime açıklık, duyarlılık ve uyumluluk faktörlerinin anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Öte yandan, kişilik özelliklerinden dışa dönüklük,

dürüstlük, sorumluluk ve deneyime açıklık faktörlerinin ise üniversite öğrencilerinin narsisizm eğilimlerini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür.

Aghababaei vd. (2016) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi; İran, Polonya ve Malezya'dan toplam 1375 gönüllü üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; HEXACO Kişilik Envanteri, Dini Yönelim Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği, Yaşamdan Memnuniyet Ölçeği ve Öznel Mutluluk Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: İçsel dindarlık ile HEXACO kişilik özelliklerinden dürüstlük-alçak gönüllülük, uyumluluk ve vicdanlılık arasında anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. Devamında manevi refah değişkeninin psikolojik iyi oluş ve benlik saygısı değişkenleri ile arasında anlamlı düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir. Mutluluk ve iyi oluş en yüksek korelasyona sahip olduğu değişken ise dışa dönüklük olarak ifade edilmiştir.

Tekke vd. (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, Düzce ilinde İŞ-KUR'a başvuruda bulunan 73 erkek ve 47 kadın toplam 120 kişi oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyo-demografik bilgi formu, HEXACO Kişilik Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Yaşam Memnuniyeti Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yaşam memnuniyeti ve benlik saygısı arasında anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. HEXACO kişilik özelliklerinden dürüstlük-alçak gönüllülük ve uyumluluk ile benlik saygısı arasında olumlu yönde bir ilişki bulunurken yaşam memnuniyeti ile anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmemiştir.

Yıldız ve Tekke (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, konuyla alakalı verileri içeren makalelere erişmek için PRISMA diyagramı kullanılmış ve meta analiz yapılmıştır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Deneyime açıklık kişilik özelliğine dair hem Beş Faktör hem de HEXACO Kişilik Envanteri kullanılmasına rağmen iki analizden de benzer sonuçlar elde edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, alanyazında daha önce bu konuda yapılan araştırmalarla bir paralellik elde edilmiştir. İçsel motivasyon, öz yeterlilik ve benlik saygısı ile deneyime açıklık kişilik özelliği arasında anlamlı

düzeyde pozitif ilişki elde edilmiştir. Öte yandan deneyime açıklık ile sosyal benlik alt faktörü arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Tatar vd. (2020) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi; bir yıldan daha uzun süredir evli olan 253 erkek, 296 kadın ve bu katılımcıların eşleri de dahil toplamda ise 1098 birey ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Çift Uyum Ölçeği, HEXACO Kişilik Envanteri öz bildirim formu, HEXACO Kişilik Envanteri gözlemci formundan oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: HEXACO Kişilik Envanteri bağlamında bir bireyin kendini değerlendirmesi ile eşinin onu değerlendirmesi arasında sadece deneyime açıklık faktöründe anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir. Sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik faktörleri bağlamında ise fikir birliği yüksek ve düşük gruplar arasında farklılık bulunmuştur.

Ulu (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, iki farklı lisede öğrenim gören 154 erkek, 84 kadın toplamda 238 öğrenci ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; HEXACO Kişilik Envanteri ile Hayatın Anlam ve Amacı Ölçeği'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Hayatın Anlamı ve Amacı ölçeğinden elde edilen ortalama puanların kadınlarda erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Kişilik özellikleri bağlamında değerlendirildiği zaman ise dürüstlük-alçak gönüllülük, duyarlılık ve dışa dönüklük boyutlarında kadınlar ve erkekler arasında anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edilmiştir. Hayatın anlam ve amacı puanlarını kişilik özelliklerinden deneyime açıklık faktörünün %8 oranında açıkladığı, yapılan regresyon analizi neticesinde bulunmuştur.

Baiocco vd. (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın örneklemi, 307 erkek ve 443 kadın toplam 750 kişi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Cinsel Yönelim Envanteri, HEXACO Kişilik Envanteri ve öz çekim gönderme davranışını analiz eden bir ölçekten oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Ergenler ve kadınlar diğer gruplara göre anlamlı düzeyde daha fazla öz çekim yapmaktadır. Kişilik özellikleri bağlamında

yapılan değerlendirmenin sonucunda ise yüksek düzeyde duygusallık ve dışa dönüklük ile düşük düzeyde sorumluluk ve dürüstlük-alçak gönüllülük puanları, öz çekim davranışlarını yordayabildiği tespit edilmiştir.

Lee ve Ashton (2005) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın rneklemi, niversite ğrencisi olan 164 kişi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında belirlenen veri toplama araçları; Beş Faktör Kişilik Envanteri, Karanlık l Kişilik leği ve HEXACO Kişilik Envanteri'nden oluşmaktadır. Araştırmada yapılan analizler neticesinde elde edilen bulguların bir kısmı ise şu şekildedir: Yapılan alışma sonucunda Beş Faktör Kişilik Modeli ile HEXACO'nun Karanlık l ile ilişkisi ortaya koyulmuştur. Bu bağlamda, HEXACO'nun bu üçlüyü açıklama sürecinde BFKM'ne göre daha etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca HEXACO'nun boyutlarından dürüstlük-alçak gönüllülük ile Karanlık l'nn her bir boyutu arasında anlamlı düzeyde güçlü negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir.

Literatürde kişilik kavramına dair yapılan araştırmalar incelendiğinde bu konuda birçok çalışma yapıldığı görülmektedir. Kişilik ölçümlerinde kullanılan ölçeklerde çeşitlilik söz konusudur. Bu eşitliliğe; Beş Faktör Kişilik Envanteri, Hacettepe Kişilik Envanteri, HEXACO Kişilik Envanteri rnek gösterilebilir. Kişilik puanlarının bazı demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmamasının incelenmesinin yanı sıra, birçok farklı değişkenle olan ilişkisi de incelenmiştir. Kişilikle olan ilişkisi incelenen değişkenlere örnek olarak; öznel mutluluk, iş performansı ve doyumunu, dini yönelim, cinsel yönelim, yaşam memnuniyeti ve benlik saygısı gösterilebilir. Yapılan bu çalışmalar sonucunda hangi kişilik özelliğinin hangi değişkenler ile ilişkisi olduğu, hangi değişkenleri yordadığı ortaya konulurken; aynı zamanda da kişilik pek çok farklı perspektiften ele alınmış ve değerlendirilmiştir.

BÖLÜM 3

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, sosyal ve duygusal yalnızlık ile mutluluk korkusunu yordamada kişilik özelliklerinin rolünü belirlemek amacıyla, nicel araştırma yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Nicel araştırma yöntemi desenlerinden korelasyonel (ilişkisel) desen; korelasyonel desen çeşitlerinden ise tahmin modeli araştırmanın yöntemini oluşturmaktadır. Korelasyonel araştırma deseni, genel olarak iki veya ikiden fazla sayıdaki değişkenin arasında ilişki olup olmadığını tespit etmek amacıyla kullanılır. Betimsel araştırmalar, ele alınan araştırma durumunun mümkün olan en yüksek düzeyde tanımlanmasını sağlarken korelasyonel araştırma deseni ise değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemeyi hedefler ve araştırma hakkında neden-sonuç ile ilgili ipuçları verir (Büyüköztürk vd., 2014). Korelasyonel araştırma deseni türlerinden olan tahmin modelinde ise; bir değişkenin henüz gözlenemeyen değerleri, gözlenebilen değişkenler vasıtasıyla yordamaya çalışılır. Tahmin edilmeye çalışılan yani bağımlı değişken yordanan (criterion), bağımsız değişken ise yordayan (predictor) değişken olarak isimlendirilir (Fraenkel ve Wallen, 2003).

3.2. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini Türkiye’de eğitim gören üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Bu bağlamda örneklemin oluşturulması sürecinde; zaman, ekonomiklik, ulaşılabilirlik gibi faktörler göz önüne alınmıştır. Bu faktörler gereğince, örnekleme oluşturma sürecinde seçkisiz olmayan uygun/ elverişli örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi; zaman, ekonomiklik ve işgücü bakımından karşılaşılan sınırlılıklar sebebiyle, araştırma için gerekli örneklemin kolay ulaşılabilir, yapılacak uygulamaya müsait birimlerden seçilmesidir (Büyüköztürk vd., 2012). Ülkemiz ve

uluslararası toplumda meydana gelen, Covid-19 pandemi durumu nedeniyle, yüz yüze anket uygulanamamış ve katılımcılara veri toplama araçları Google Form üzerinden online olarak ulaştırılmıştır. Sosyal medya araçları üzerinden anket linki dağıtılmış 394 üniversite öğrencisine ulaşılmıştır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 3'te detaylandırılmıştır.

Tablo 3. Araştırmaya Katılan Bireylere Dair Betimsel Veriler

Değişken		N	%	Min	Max	$\bar{X}$	Ss
Cinsiyet	Erkek	115	29,2				
	Kadın	279	70,8				
	Toplam	394	100				
Yaş				18	61	23,22	7,09
Aile Gelir Düzeyi	Düşük (3000 TL Altı)	113	28,6				
	Orta (3000 TL-6000 TL Arası)	201	51,1				
	Yüksek (6000 TL Üstü)	80	20,3				
	Toplam	394	100				
Çocuk Doğum Sırası	En Büyük Çocuk	129	32,7				
	Ortanca	131	33,2				
	En Küçük Çocuk	112	28,4				
	Tek Çocuk	22	5,7				
	Toplam	394	100				

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma problemi gereğince, geçerlik ve güvenirlik değerleri göz önünde bulundurularak birtakım veri toplama araçları kullanılmak istenmiş, bunun gereği olarak ölçekleri geliştiren veya uyarlayan bilim insanları ile iletişime geçilmiş ve gerekli izinlerin alınması sonucu veri toplama aşamasına geçilmiştir. Veri toplama

araçlarından HEXACO Kişilik Ölçeği Kısa Formu, genel olarak araştırmacıların kullanımına sunulduğu için, uyarlayanlar ile görüşülmeden direkt olarak “www.hexaco.com” sitesi üzerinden formun kendisine ve araştırmacılar için uygulama yönergesine ulaşılmıştır.

Araştırma için toplam dört adet veri toplama aracı kullanılmıştır: Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği, HEXACO Kişilik Ölçeği Kısa Formu ve Mutluluk Korkusu Ölçeği.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu; araştırmacı tarafından, örneklem grubunun cinsiyet, yaş, aile gelir düzeyi ve çocuk doğum sırası bilgilerini elde etmek amacıyla hazırlanmıştır. Formda katılımcılardan özel bir bilgi istenmemektedir. Anket çalışmasının başlangıç kısmında kişisel bilgi formu katılımcılara yöneltilmiştir.

3.3.2. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği

Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği’nin orijinal versiyonunun kısaltması SELSA, Türkçe uyarlamasının ise SDYÖ’dir. SELSA ölçeğinin temelini Weiss (1973) tarafından yalnızlık kavramının sosyal izolasyon ve duygusal izolasyon şeklinde sınıflandırılması oluşturmaktadır. SELSA ölçeği bireyin yalnızlık düzeyini ölçmek amacıyla, DiTommaso ve Spinner (1993) tarafından geliştirilmiştir. Weiss’in yalnızlık bakış açısından yola çıkarak geliştirilen ölçek, yalnızlığı sosyal ilişkilerde yalnızlık ve duygusal ilişkilerde yalnızlık şeklinde ele almaktadır. Duygusal yalnızlık boyutu, ailesel ilişkilerde yalnızlık ve romantik ilişkilerde yalnızlık alt boyutlarından oluşmaktadır. Bu çalışmada kullanılan ölçeğin uyarlanmamış versiyonu olan SELSA-S ise, SELSA ölçeğinin içindeki maddelerden 15’i ile oluşturulmuş kısa formudur (DiTommaso, 1997).

SELSA-S ölçeği için gerekli geçerlik ve güvenirlik çalışmaları DiTommaso vd. (2004) tarafından yapılan araştırma ile ortaya koyulmuştur. Toplam 15 maddeye sahip ölçek, 3 boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar ve içerdikleri maddeler şu şekildedir: Sosyal Yalnızlık boyutu (2,5,7,9, ve 13), Ailesel Duygusal Yalnızlık (1,4,8,11 ve 12) ve Romantik Duygusal Yalnızlık (3,6,10,14 ve 15). Ölçekte toplam

9 madde ters puanlanmıştır: 2,3,5,6,8,9,11,12 ve 14. Ölçekten alınan toplam puan, boyutlardan alınan puanların toplanması ile elde edilmekte iken, ölçekten en az 15 en çok 105 puan alınabilmektedir. Ölçekte puanlama sistemi 7’li likert tipi olarak belirlenmiş; en düşük 1 (şiddetle katılmıyorum) ve en yüksek 7 (şiddetle katılıyorum) biçiminde düzenlenmiştir. Ölçeğin alt boyutların ilişkin iç tutarlılık katsayıları; Sosyal Yalnızlık .90, Ailesel Duygusal Yalnızlık .89 ve Romantik Duygusal Yalnızlık .87 olarak bulunmuştur (DiTommaso vd., 2004).

Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Akgül (2020) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlanması aşamasında faktör analizleri yapılmış, ulaşılan sonuca göre ölçeğin maddeleri, orijinal ölçekteki gibi öz değeri birden büyük olan üç boyutta toplanmıştır. Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışması kapsamında ise bir gruba SDYÖ, diğer gruba UCLA yalnızlık ölçeği uygulanmış ve iki ölçekten alınan puanlar karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre iki ölçek puanları korelasyonu sırasıyla DRY .44, DAY .58, SY .75 ve toplamda .62 bulunmuştur. Bir diğer geçerlik çalışmasında ise Yaşam Doyumu Ölçeği ile ilişkisi incelenmiş ve korelasyon sırasıyla DRY -.62, DAY -.58, SY -.52 ve toplamda -.60 bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı ise, DRY .85, DAY .76, SY .82 ve toplamda .83 bulunmuş ve ölçeğin uygulanabilir olduğu, ölçüm güvenirliğinin yeterli olduğu ve kararlı ölçümler yapabildiği sonucu elde edilmiştir.

Bu araştırma kapsamında SDYÖ alt boyutlarının Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı ise, SY .84, DAY .87, DRY .83 toplam .84 bulunmuştur.

3.3.3. Mutluluk Korkusu Ölçeği

Pozitif psikoloji alanında incelenen mutluluk kavramının, bireyler tarafından kültürel farklılıklara dayalı olarak olumsuz kabul edilebileceği fark edilmiş ve bunun neticesinde Joshanloo (2013) tarafından, mutluluğun kötü sonuçlar getireceğine dair olan inancı ölçek amacıyla Mutluluk Korkusu Ölçeği geliştirilmiştir. Ölçek tek boyuttan oluşmakta ve toplam 5 madde içermektedir. Ölçeğin uygulama aşamasında 7’li likert tipi cevaplandırma çizelgesi kullanılmıştır. En düşük puanı ifade eden 1 (kesinlikle katılmıyorum), en yüksek puanı ifade eden ise 7 (kesinlikle katılıyorum) biçiminde düzenlenmiştir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 7 iken, en yüksek

puan ise 35'tir. Ölçekten alınan puanın yüksekliği, bireyin sahip olduğu mutluluk korkusunun yüksekliğine işaret etmekte olup ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçeğin geliştirilmesi sürecinde, yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, ölçeğin tek boyutlu yapısının pozitif sonuç verdiği görülmüştür. Orijinal ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuş ve uygulamaya müsait olduğu sonucuna erişilmiştir (Joshnloo, 2013).

Demirci vd. (2016) ise, ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmalarını gerçekleştirmiş ve ölçeğin uyarlanmış versiyonunun güvenirlik-geçerlik düzeylerini belirlemişlerdir. Uyarlanmış Mutluluk Korkusu Ölçeği, orijinal forumla aynı madde sayısına ve tek boyuta sahiptir. Uyarlanma sürecinde, maddelerin Türkçe versiyonu konunun uzmanları tarafından çevrilmiş ve İngilizce olan orijinal form ile Türkçe form istatistiksel olarak karşılaştırılmıştır. İki formun maddeleri arasındaki korelasyon değerleri .71 ile .90 ($p < .01$) aralığında yer almakta ve formların toplam puanlarına dair korelasyon değeri .91 bulunmuştur. Ölçeğin Yaşam Doyumu Ölçeği ile arasındaki korelasyon ilişkisi ise anlamlı düzeyde negatif yönlü olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin uyarlanmış versiyonunun Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .91 bulunmuştur. Sonuç olarak yapılan analizler, uyarlanmış Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin uygulanabilir olduğunu göstermiştir (Demirci vd., 2016). Yapılan bu çalışmada ise gerekli analizler sonucunda Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .93 bulunmuştur.

3.3.4. HEXACO Kişilik Envanteri

HEXACO Kişilik Envanteri Kısa Formu, kişiliğin boyutlarını ölçmek amacıyla altı boyutlu olarak Ashton ve Lee (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 6 alt boyuttan oluşurken, her boyut 10 madde içermektedir. Ölçeğin boyutlarının Türkçe karşılıkları çalışmasını Ulu ve Bulut (2017) gerçekleştirmiştir. HKE-60'ın ilk boyutu dürüstlük-alçak gönüllülük (honesty-humility); samimiyet (sincerity), adalet (fairness), hıstan kaçınma (greed avoidance) ve tevazu (modesty) alt boyutlarından oluşmakta ve 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 54 ve 60 numaralı maddeleri içermektedir. İkinci boyut olan duygusallık (emotionality); korkaklık (fearfulness), kaygı (anxiety), bağımlılık (dependence) ve duyarlılık (sentimentality) alt boyutlarından oluşmakta ve 5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 53 ve 59 numaralı maddeleri içermektedir. Üçüncü

boyut olan dışa dönüklük (extraversion); sosyal öz saygı (self esteem), sosyal girişkenlik (boldness), sosyallik (sociability) ve canlılık (liveliness) alt boyutlarından oluşmakta ve 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52 ve 58 numaralı maddeleri içermektedir. Dördüncü boyut olan uyumluluk (agreeableness); affedicilik (forgiveness), yumuşaklık (gentleness), esneklik (flexibility) ve sabır (patience) alt boyutlarından oluşmakta ve 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51 ve 57 numaralı maddeleri içermektedir. Beşinci boyut olan sorumluluk (conscientiousness); düzenlilik (organization), çalışkanlık (diligence), mükemmeliyetçilik (perfectionism) ve tedbirlilik (prudence) alt boyutlarından oluşmakta ve 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50 ve 56 numaralı maddeleri içermektedir. Altıncı ve son boyut olan deneyime açıklık (openness to experience) ise; estetik değerlendirme (aesthetic appreciation), meraklılık (inquisitiveness), yaratıcılık (creativity) ve geleneksel olmama (unconventionality) alt boyutlarından oluşmakta ve 1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49 ve 55 numaralı maddeleri içermektedir. Ölçek 5'li likert tipinde tasarlanmış ve sorulara en düşük 1 (kesinlikle katılmıyorum), en yüksek 5 (kesinlikle katılıyorum) biçiminde yanıtlar verilmesi beklenmektedir. Ölçekten en düşük 10, en yüksek ise 50 puan alınabilirken; her boyuttan ayrı puan elde edilmekte ve alınan puanın yüksekliği bireyde o özelliğin ne kadar öne çıktığına işaret etmektedir. Ölçek içeriğinde toplam 29 madde (1, 9, 10, 12, 14, 15, 19, 20, 21, 24, 26, 28, 30, 31, 32, 35, 41, 42, 44, 46, 48, 49, 52, 53, 55, 56, 57, 59 ve 60) ters puanlanacak biçimde tasarlanmıştır. Ölçek toplam 12 farklı dile uyarlanmış ve hepsinin geçerlik-güvenirlik çalışmaları başarıyla sonuçlanmıştır. Ayrıca bütün ölçeklerde, 6 boyutun iç tutarlılığı yüksek çıkmıştır (Ashton ve Lee, 2009). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Wasti vd. (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. HKE-60 ölçeğinin Türkçe uyarlamasında, boyutların Cronbach Alfa iç tutarlılık puanları şu şekilde tespit edilmiştir: Dürüstlük-alçak gönüllülük boyutu .92, duyarlılık boyutu .90, dışa dönüklük boyutu .92, uyumluluk boyutu .89, sorumluluk boyutu .89 ve deneyime açıklık boyutu .90.

Yapılan bu çalışmada ise gerekli analizler sonucunda Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı dürüstlük-alçak gönüllülük boyutu için .60, duygusallık boyutu .75, dışa dönüklük boyutu .74, uyumluluk boyutu .65, sorumluluk boyutu .67, deneyime açıklık boyutu için ise .69 bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için veri toplama sürecinin başlangıcında, gerekli etik ve idari izinler alınmış, uygulanacak ölçeklerin düzenlemesi işlemi gerçekleştirilmiştir. Dünya genelinde meydana gelen Covid-19 pandemi süreci nedeniyle veriler yüz yüze toplanamamış, online veri toplama yöntemine başvurulmuştur. Bu bağlamda; ölçeklere dair açıklamaların yer aldığı, çalışmanın amacını anlatan, katılımcı olmak için gönüllülük esasına dikkat çeken, kişisel bilgilerin istenmediğini vurgulayan ve samimiyet, dürüstlük gerekliliğinin uygun bir üslup ile izah edildiği bir form oluşturulmuştur. Bu anket, Google Form sitesine yüklenmiş ve ulaşım için aracı olan anketin linki üniversite öğrencilerine ulaştırılmıştır. Verilerin toplanmasına Mart 2021’de başlanmış ve Haziran 2021 tarihinde bitirilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizi aşamasında IBM SPSS Statistics 25 paket programı kullanılmıştır. Verilerin hangi teknikle analiz edileceğine karar vermeden önce, verilerin frekans değerlerine bakılmış ve uç değer olup olmadığı kontrol edilmiştir. Verilerin Mahalonobis uzaklığı incelenmiş ve .001’den küçük olan iki değer tespit edilmiştir, devamında ise bu iki veri analizden çıkarılmıştır. Sonrasında veri dağılımının normallik değerine erişmek maksadıyla basıklık-çarpıklık katsayısı değerlerine bakılmıştır. Elde edilen sonuç -1,5 ve +1,5 arasında yer alıyorsa verilerin normal dağılım gösterdiği sonucuna erişilir ve sonraki aşamalarda kullanılacak analizlerin parametrik teknikler yapılması sonucu elde edilirken, öte yandan değerler -1,5 ve +1,5 aralığında değilse nonparametrik yöntemler kullanılması gerekmektedir (Tabachnick vd., 2007). Bu çalışmadan elde edilen çarpıklık ve basıklık değerlerine bulgular bölümünde yer verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre çarpıklık ve basıklık değerleri doğrultusunda verilerin normal dağılım gösterdiğini söylemek mümkündür. Bu yüzden sonraki aşamalarda yapılan analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. Kayıp veriler konusunda toplanan veriler incelenmiş, ölçeklerin online ortamda doldurulması sebebiyle kayıp veri olmadığı tespit edilmiştir.

Toplanan verilerin analize uygun olduğu kesinleştikten sonra, araştırma değişkenlerinin (sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ve kişilik özellikleri) kişisel bilgi formu aracılığı ile elde edilen demografik değişkenlere göre (cinsiyet, aile gelir düzeyi ve çocuk doğum sırası) anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmaması incelenmiştir. Sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ile kişilik özelliklerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermemesinin incelenmesi aşamasında bağımsız gruplarda t testi tekniği kullanılmış; sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ile kişilik özelliklerinin gelir düzeyi ve çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermemesinin incelenmesi aşamasında ise tek yönlü ANOVA tekniği ile analiz yapılmıştır. Analizler dahilinde tek yönlü ANOVA işlemi yapıldıktan sonra eğer anlamlı bir fark bulunduysa, bu farklılığın kaynağının tespiti için Post-Hoc testlerden faydalanılmıştır. Bir sonraki aşamada ise bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında ilişki olup olmadığının tespiti için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon tekniğinden yararlanılmıştır. Yapılan t testi sonuçlarında, elde edilen anlamlı farklılıkların etki büyüklüğünün tespiti için Cohen's d tekniğinden faydalanılmıştır. Cohen genel bir öneri olmak üzere, d değerinin 0,2'den küçük olması durumunda, etki büyüklüğünün zayıf, 0.5 olması durumunda orta ve 0,8'den büyük olması durumunda ise kuvvetli olarak tanımlanabileceğini söylemektedir (Kılıç, 2014). Bu doğrultuda elde edilen veriler değerlendirilmiştir.

Planlanan çoklu regresyon analizi yapılmadan önce regresyon analizi için gerekli varsayımlar test edilmiştir. Verilerin normal dağılımının kontrolü için Mahalanobis uzaklığı, Cook's uzaklığı ve Centered Leverage değerleri incelenmiştir. Bu üç yöntemden en az ikisinde uç değer olan verinin olup olmadığı aranmış ve bir adet veri bulunmuştur. Mahalanobis uzaklığı 22,48'den yüksek ve Centered Leverage değeri de 0,035'ten büyük olan bir adet veri, analiz dışında bırakılmıştır. Belirtilen kontrol sayıları istatistiksel yöntemler ile elde edilmiştir. Yapılan bu analiz sonucunda toplam örneklem sayısı 394'e düşmüştür. Modelde analize tabi tutulan değişkenler arasında korelasyon değerlerinin .70'in altında olduğu ve çoklu bağlantının (multicollinearity) olmadığı görülmüştür. Regresyon analizinde katılımcı sayısının her bağımsız değişken için $50+8k$ (k = değişken sayısı) kadar olması gerekliliği söz konusudur (Field, 2009). Bu varsayım için gerekli katılımcı sayısı

araştırmanın örnekleminde mevcuttur. Son olarak hataların normal dağılımı ve eş varyanslılık durumları da incelenmiş olup, regresyon analizi için bir engel olmadığı sonucuna varılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu ile sosyal ve duygusal yalnızlık alt boyutları düzeylerini yordamada kişilik özellikleri boyutlarının rolü olup olmadığının incelemesi için ayrı ayrı çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Bu aşamada mutluluk korkusu ile sosyal ve duygusal yalnızlık boyutları bağımlı değişken, kişilik özellikleri ise bağımsız değişkenler olarak ele alınmış; yapılan çoklu regresyon analizinde bağımlı değişkenlerin biri ile kişilik özelliklerinin altı boyutundan oluşan bağımsız değişkenler analize tabi tutulmuştur. Bu bağlamda dört farklı çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

BÖLÜM 4

BULGULAR VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde örneklemden elde edilen verilere dair bulgulara ve açıklamalarına yer verilmiştir.

4.1. Veri Toplama Araçlarından Elde Edilen Puanlarla İlgili Betimsel İstatistikler

Bu bölümde sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ve kişilik özelliklerine dair örneklemden elde edilen verilerin betimsel istatistiklerine yer verilmiştir. Verilen detaylar içerisinde; en düşük ve en yüksek puanlar, ortalama, mod, medyan, standart sapma, çarpıklık ve basıklık katsayıları bulunmaktadır. Veriler Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4. Veri Toplama Araçlarından Elde Edilen Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler (N=394)

	Min	Max	$\bar{X}$	Mod	Medyan	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Sosyal Yalnızlık	5	35	12,41	5	11	6,49	1.03	.78
Ailesel Yalnızlık	5	35	10,85	5	9	6,46	1.27	1.23
Romantik Yalnızlık	5	35	22,65	35	25	9,67	-.51	-1.05
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Toplam Puanı	15	103	45,93	51	46	15,79	.27	.13
Mutluluk Korkusu	5	35	17,53	5	17	8,76	.22	-1.02
Kişilik Özellikleri								
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	20	50	37,53	40	38	5,46	-.28	-.28
Duygusallık	13	50	34,92	35	35	6,70	-,38	-.12
Dışa Dönüklük	12	48	30,84	29	31	6,50	-.14	-.03
Uyumluluk	15	47	32,52	33	33	5,98	-.22	-.25
Sorumluluk	20	49	36,74	38	37	5,59	-.12	-.36
Deneyime Açıklık	21	50	36,92	37	37	6,07	-.15	-.50

Örnekleme yer alan üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık değişkeni boyutu olan sosyal yalnızlık faktöründen aldıkları en düşük puan 5, en yüksek puan ise 35'tir. Alınan puanların ortalaması ($\bar{X}$) 12,41'dir. Sosyal yalnızlık boyutuna dair elde edilen standart sapma değeri ise (Ss) 6,49'dur.

Örnekleme yer alan üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık değişkeni boyutu olan ailesel yalnızlık faktöründen aldıkları en düşük puan 5, en yüksek puan ise 35'tir. Alınan puanların ortalaması ($\bar{X}$) 10,85'tir. Sosyal yalnızlık boyutuna dair elde edilen standart sapma değeri ise (Ss) 6,46'dır.

Örnekleme yer alan üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık değişkeni boyutu olan romantik yalnızlık faktöründen aldıkları en düşük puan 5, en yüksek puan ise 35'tir. Alınan puanların ortalaması ($\bar{X}$) 22,65'tir. Sosyal yalnızlık boyutuna dair elde edilen standart sapma değeri ise (Ss) 9,67'dir.

Sosyal ve duygusal yalnızlık alt boyutlarının toplamı ile elde edilen toplam sosyal ve duygusal yalnızlığa dair veriler ise şu şekildedir: En düşük sosyal ve duygusal yalnızlık puanı 15, en yüksek 103'tür. Alınan puanların ortalaması ($\bar{X}$) 45,93'tür. Sosyal ve duygusal yalnızlık toplam puanlarının standart sapma değeri ise (Ss) 15,79 olarak tespit edilmiştir.

Bir diğer değişken olan mutluluk korkusuna dair toplanan veriler arasında en düşük puan 5 olarak ölçülürken, en yüksek puan ise 35'tir. Alınan puanların ortalaması ($\bar{X}$) 17,53'tür. Mutluluk korkusu ölçeğinden elde edilen verilerin standart sapma değeri ise (Ss) 8,76 olarak tespit edilmiştir.

Araştırmanın son değişkeni olan kişilik özellikleri ölçümleri HEXACO envanteri ile yapılmış, neticesinde altı boyutlu bir ölçüm gerçekleştirilmiştir. Bu boyutlardan dürüstlük-alçak gönüllülüğe dair betimsel istatistikler şu şekildedir: Alınan en düşük puan 20, en yüksek puan 50'dir. Toplanan verilerin ortalaması ($\bar{X}$) 37,53, standart sapma değeri ise (Ss) 5,46 olarak tespit edilmiştir.

HEXACO'nun duygusallık boyutuna dair betimsel istatistikler şu şekildedir: Alınan en düşük puan 13, en yüksek puan 50'dir. Toplanan verilerin ortalaması ($\bar{X}$) 34,92, standart sapma değeri ise (Ss) 6,70 olarak tespit edilmiştir.

HEXACO'nun dışa dönüklük boyutuna dair betimsel istatistikler şu şekildedir: Alınan en düşük puan 12, en yüksek puan 48'dir. Toplanan verilerin ortalaması ($\bar{X}$) 30,84, standart sapma değeri ise (Ss) 6,50 olarak tespit edilmiştir.

HEXACO'nun uyumluluk boyutuna dair betimsel istatistikler şu şekildedir: Alınan en düşük puan 15, en yüksek puan 47'dir. Toplanan verilerin ortalaması ($\bar{X}$) 32,52, standart sapma değeri ise (Ss) 5,98 olarak tespit edilmiştir.

HEXACO'nun sorumluluk boyutuna dair betimsel istatistikler şu şekildedir: Alınan en düşük puan 20, en yüksek puan 49'dur. Toplanan verilerin ortalaması ($\bar{X}$) 36,74, standart sapma değeri ise (Ss) 5,59 olarak tespit edilmiştir.

Kişilik özellikleri boyutlarından sonuncusu olan duygusallık boyutuna dair betimsel istatistikler şu şekildedir: Alınan en düşük puan 21, en yüksek puan 50'dir. Toplanan verilerin ortalaması ($\bar{X}$) 36,92, standart sapma değeri ise (Ss) 6,07 olarak tespit edilmiştir.

4.2. Alt Problemlere İlişkin Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde, araştırmanın iki temel amacı doğrultusunda oluşturulan 11 alt probleme ilişkin bulgulara sırasıyla yer verilmiştir.

4.2.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik t testi analizi yapılmıştır. Sosyal ve duygusal yalnızlık boyutları olan sosyal yalnızlık, ailesel yalnızlık ve romantik yalnızlığın cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair sonuçlar aşağıdaki Tablo 5'te verilmiş ve devamında ise elde edilen bulgular açıklanmıştır.

Tablo 5. Cinsiyete Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutlarına Ait Puanların t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	p	Cohen's d
Sosyal Yalnızlık	Erkek	115	13,54	6,45	392	2,25	.027*	.24
	Kadın	279	11,95	6,47				
Ailesel Yalnızlık	Erkek	115	11,53	6,40	392	1,34	.180	
	Kadın	279	10,57	6,48				
Romantik Yalnızlık	Erkek	115	23,19	9,67	392	,70	.483	
	Kadın	279	22,43	9,68				

Analiz sonuçlarına göre öncelikli olarak varyansların homojenliği kontrol edilmiş ve o doğrultuda analiz yorumlanmıştır. Sosyal yalnızlığın cinsiyete göre farklılık gösterip göstermemesinin incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($p>.05$). Tablo 5 incelendiğinde kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin sosyal yalnızlık düzeylerinin gruplar arasında anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($t(394) = 2.25$, $p<.05$). Erkeklerin sosyal yalnızlık düzeylerinin ($\bar{X}=13,54$), kadınların sosyal yalnızlık düzeylerinden ($\bar{X}=11,95$) anlamlı biçimde yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu farka ilişkin etki büyüklüğü analiz edildiğinde (Cohen's d = .24) küçük etki büyüklüğünde olduğu görülmüştür.

Ailesel yalnızlığın cinsiyete göre farklılık gösterip göstermemesinin incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($p>.05$). Tablo 5 incelendiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin ailesel yalnızlık düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir ($t(394) = 1.34$, $p>.05$). Kişilerin ailesel yalnızlık düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

Romantik yalnızlığın cinsiyete göre farklılık gösterip göstermemesinin incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($p>.05$). Tablo 5 incelendiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin romantik yalnızlık düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği

sonucu elde edilmiştir ($t(394) = .70, p > .05$). Bireylerin romantik yalnızlık düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

4.2.2. Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın ikinci alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik t testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen sonuçlar aşağıdaki Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Cinsiyete Göre Mutluluk Korkusu Puanlarının t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	p
Mutluluk Korkusu	Erkek	115	17,62	8,52	392	,13	.893
	Kadın	279	17,49	8,87			

Bir diğer değişken mutluluk korkusunun cinsiyete göre farklılık gösterip göstermemesinin incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ($p > .05$). Tablo 6 incelendiğinde, erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir ($t(394) = .13, p > .05$). Bireylerin mutluluk korkusu düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

4.2.3. Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın üçüncü alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik t testi analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen sonuçlar aşağıdaki Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Cinsiyete Göre Kişilik Özellikleri Boyutlarına Ait Puanların t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	p	Cohen's d
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	Erkek	115	37,48	5,50	392	-,10	.919	-
	Kadın	279	37,54	5,45				
Duygusallık	Erkek	115	30,75	6,02	392	-8,63	.000	-.96
	Kadın	279	36,64	6,20				
Dışa Dönüklük	Erkek	115	31,49	5,98	392	1,28	.201	-
	Kadın	279	30,57	6,69				
Uyumluluk	Erkek	115	31,86	5,60	392	-1,39	.163	-
	Kadın	279	32,79	6,12				
Sorumluluk	Erkek	115	35,40	5,70	392	-3,08	.002	-.33
	Kadın	279	37,29	5,46				
Deneyime Açıklık	Erkek	115	35,69	5,34	392	-2,60	.009	-.29
	Kadın	279	37,43	6,28				

İlk olarak dürüstlük-alçak gönüllülük puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmektedir ($p>.05$). Tablo 7 incelendiğinde, erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin dürüstlük-alçak gönüllülük puanlarının anlamlı bir farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir ($t(394) = -.10$, $p>.05$). Katılımcıların dürüstlük-alçak gönüllülük puanları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

Diğer bir boyut olan duygusallık puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmektedir ($p>.05$). Tablo 7 incelendiğinde, erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin duygusallık puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($t(394) = -8.63$, $p<.05$). Erkeklerin duygusallık puan ortalamalarının ($\bar{X}=30,75$), kadınların duygusallık puan ortalamalarından ($\bar{X}=36,64$) anlamlı biçimde düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu farka ilişkin etki büyüklüğü analiz edildiğinde (Cohen's d = -.96) büyük etki büyüklüğünde olduğu görülmüştür.

Bir diğer kişilik boyutu dışa dönüklük puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların

homojen dağıldığı görülmektedir ($p>.05$). Tablo 7 incelendiğinde, erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin dışa dönüklük puanlarının anlamlı bir farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir ($t(394) = 1.28, p>.05$). Katılımcıların dışa dönüklük puanları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

Kişilik boyutlarından uyumluluk puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığının incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmektedir ($p>.05$). Tablo 7 incelendiğinde, erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin uyumluluk puanlarının anlamlı bir farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir ($t(394) = -1.39, p>.05$). Bireylerin uyumluluk puanları cinsiyete göre farklılık göstermemektedir.

Diğer bir boyut olan sorumluluk puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığının incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağıldığı görülmektedir ($p>.05$). Tablo 7 incelendiğinde, erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin sorumluluk puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($t(394) = -3.08, p<.05$). Erkeklerin sorumluluk puan ortalamalarının ($\bar{X}=35,40$), kadınların sorumluluk puan ortalamalarından ($\bar{X}=37,29$) anlamlı biçimde düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu farka ilişkin etki büyüklüğü analiz edildiğinde (Cohen's $d = -.33$) küçük etki büyüklüğünde olduğu görülmüştür.

Kişilik özelliklerinin son boyutu olan deneyime açıklık puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığının incelendiği analizde, Levene Test sonuçlarına göre varyansların homojen dağılmadığı görülmüştür ($p<.05$). Bu veri doğrultusunda varyansların homojen dağılmadığı durumlara ilişkin sonuçlar takip edilmiştir. Tablo 7 incelendiğinde, erkek ve kadın üniversite öğrencilerinin deneyime açıklık puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($t(394) = -2.60, p<.05$). Erkeklerin deneyime açıklık puan ortalamalarının ($\bar{X}=35,69$), kadınların deneyime açıklık puan ortalamalarından ($\bar{X}=37,43$) anlamlı biçimde düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu farka ilişkin etki büyüklüğü analiz edildiğinde (Cohen's $d = -.29$) küçük etki büyüklüğünde olduğu görülmüştür.

4.2.4. Araştırmanın Dördüncü Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın dördüncü alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik yapılan ANOVA analizi sonuçları aşağıdaki Tablo 8’de açıklanmıştır.

Tablo 8. Aile Gelir Düzeyine Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutlarına Ait Puanların Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Sosyal Yalnızlık	Düşük (1)	113	13,27	6,77	Gruplar Arası	116,13	2	58,06	1,377	.254
	Orta (2)	201	12,05	6,64	Gruplar İçi	16487,76	391	42,16		
	Yüksek (3)	80	12,11	5,63	Toplam	16603,04	393			
	Toplam	394	12,41	6,49						
Ailesel Yalnızlık	Düşük (1)	113	11,55	6,73	Gruplar Arası	77,57	2	38,78	,927	.397
	Orta (2)	201	10,57	6,27	Gruplar İçi	16368,46	391	41,86		
	Yüksek (3)	80	10,58	6,57	Toplam	16446,04	393			
	Toplam	394	10,85	6,46						
Romantik Yalnızlık	Düşük (1)	113	23,72	9,09	Gruplar Arası	396,99	2	198,49	2,133	.120
	Orta (2)	201	22,78	9,60	Gruplar İçi	36383,75	391	93,05		
	Yüksek (3)	80	20,83	10,46	Toplam	36780,74	393			
	Toplam	394	22,65	9,67						

Tablo 8’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin sosyal yalnızlık puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = 1,377$; $p > .05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Sosyal ve duygusal yalnızlığın diğer bir boyutu ailesel yalnızlık puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = ,927$; $p > .05$] anlamlı bir

farklılık göstermemektedir. Son olarak romantik yalnızlık puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = 2,133; p > .05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Sosyal ve duygusal yalnızlık boyutları, aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermemektedir.

4.2.5. Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın beşinci alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik yapılan ANOVA analizi sonuçları aşağıdaki Tablo 9’da açıklanmıştır.

Tablo 9. Aile Gelir Düzeyine Göre Mutluluk Korkusu Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Mutluluk Korkusu	Düşük (1)	113	19,23	8,58	Gruplar Arası	500,09	2	250,04	3,294	.038*
	Orta (2)	201	17,09	8,60	Gruplar İçi	29681,97	391	75,91		
	Yüksek (3)	80	16,22	9,13	Toplam	30182,07	393			
	Toplam	394	17,53	8,76						

Tablo 9’da yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = 3,294; p < .05$] anlamlı bir farklılık göstermektedir. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu düzeyleri aile gelir düzeyi durumu bağlamında anlamlı biçimde değişmektedir. Aile gelir düzeyleri arasında ortaya çıkan farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun tespiti için “Tukey” testi uygulanmış ve analiz sonuçlarına göre düşük gelir düzeyine ($\bar{X}=19,23$) sahip bireyler, yüksek gelir düzeyine ($\bar{X}=16,22$) sahip bireylere göre anlamlı şekilde daha yüksek mutluluk korkusuna sahip olduğu görülmüştür.

4.2.6. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın altıncı alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik yapılan ANOVA analizi sonuçlarına bu bölümde yer verilmiştir. HEXACO Kişilik Envanteri’nin toplam altı boyutu sırasıyla incelenmiş ve ilk olarak dürüstlük-alçak gönüllülük boyutunun aile gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Aile Gelir Düzeyine Göre Dürüstlük-Alçak Gönüllülük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	Düşük (1)	113	36,69	5,61	Gruplar Arası	201,10	2	100,55	3,413	.034*
	Orta (2)	201	38,22	5,28	Gruplar İçi	11519,03	391	29,46		
	Yüksek (3)	80	36,97	5,51	Toplam	11720,13	393			
	Toplam	394	37,53	5,46						

Tablo 10’da yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin dürüstlük-alçak gönüllülük puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = 3,413$; $p < .05$] anlamlı bir farklılık göstermektedir. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin dürüstlük-alçak gönüllülük boyutu puanları, aile gelir düzeyi durumu bağlamında anlamlı biçimde değişmektedir. Aile gelir düzeyleri arasında ortaya çıkan farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun tespiti için “Tukey” testi uygulanmış ve analiz sonuçlarına göre düşük gelir düzeyine ($\bar{X} = 36,69$) sahip bireyler, orta gelir düzeyine ($\bar{X} = 38,22$) sahip bireylere göre anlamlı şekilde daha düşük dürüstlük-alçak gönüllülük kişilik özelliği puanlarına sahip olduğu görülmüştür.

Kişilik özelliklerinden duygusallık puanlarının aile gelir düzeyine göre farklılaşp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 11’de açıklanmıştır.

Tablo 11. Aile Gelir Düzeyine Göre Duygusallık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Duygusallık	Düşük (1)	113	35,63	6,16	Gruplar Arası	82,71	2	41,35	,920	.400
	Orta (2)	201	34,69	6,90	Gruplar İçi	17583,00	391	44,96		
	Yüksek (3)	80	34,50	6,90	Toplam	17665,71	393			
	Toplam	394	34,92	6,70						

Tablo 11’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin duygusallık boyutu puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = ,920; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden dışa dönüklük puanlarının aile gelir düzeyine göre farklılaşp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 12’de açıklanmıştır.

Tablo 12. Aile Gelir Düzeyine Göre Dışa Dönüklük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Dışa Dönüklük	Düşük (1)	113	30,37	6,72	Gruplar Arası	72,82	2	36,41	,860	.424
	Orta (2)	201	30,80	6,55	Gruplar İçi	16563,41	391	42,36		
	Yüksek (3)	80	31,61	6,07	Toplam	16636,24	393			
	Toplam	394	30,84	6,50						

Tablo 12’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin dışa dönüklük boyutu puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = ,860; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden uyumluluk puanlarının aile gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 13’te açıklanmıştır.

Tablo 13. Aile Gelir Düzeyine Göre Uyumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Uyumluluk	Düşük (1)	113	32,17	5,35	Gruplar Arası	46,13	2	23,06	,643	.526
	Orta (2)	201	32,86	6,27	Gruplar İçi	14030,11	391	35,88		
	Yüksek (3)	80	32,17	6,09	Toplam	14074,24	393			
	Toplam	394	32,52	5,98						

Tablo 13'te yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin uyumluluk boyutu puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = ,643; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden sorumluluk puanlarının aile gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 14'te açıklanmıştır.

Tablo 14. Aile Gelir Düzeyine Göre Sorumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Sorumluluk	Düşük (1)	113	35,85	5,23	Gruplar Arası	123,46	2	61,73	1,980	.139
	Orta (2)	201	37,09	5,45	Gruplar İçi	12190,13	391	31,17		
	Yüksek (3)	80	37,08	6,33	Toplam	12313,59	393			
	Toplam	394	36,74	5,59						

Tablo 14'te yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin sorumluluk boyutu puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = 1,980; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden deneyime açıklık puanlarının aile gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 15'te açıklanmıştır.

Tablo 15. Aile Gelir Düzeyine Göre Deneyime Açıklık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Deneyime Açıklık	Düşük (1)	113	36,76	5,63	Gruplar Arası	159,83	2	79,91	2,181	.114
	Orta (2)	201	37,46	6,33	Gruplar İçi	14330,17	391	36,65		
	Yüksek (3)	80	35,81	5,90	Toplam	14490,01	393			
	Toplam	394	36,92	6,07						

Tablo 15'te yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin deneyime açıklık boyutu puanları, aile gelir düzeyi bakımından [$F(2,391) = 2,181$; $p > .05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

4.2.7. Araştırmanın Yedinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın yedinci alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik yapılan ANOVA analizi sonuçları aşağıdaki Tablo 16’da açıklanmıştır.

Tablo 16. Çocuk Doğum Sırasına Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutlarına Ait Puanların Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Sosyal Yalnızlık	En Büyük (1)	129	11,99	6,51	Gruplar Arası	181,98	3	60,66	1,441	.230
	Ortanca (2)	131	13,33	6,65	Gruplar İçi	16421,91	390	42,10		
	En Küçük (3)	112	12,08	6,22	Toplam	16603,90	393			
	Tek Çocuk (4)	22	11,13	6,66						
	Toplam	394	12,41	6,49						
Ailesel Yalnızlık	En Büyük (1)	129	10,30	6,52	Gruplar Arası	84,34	3	28,11	,670	.571
	Ortanca (2)	131	11,35	6,99	Gruplar İçi	16361,69	390	41,95		
	En Küçük (3)	112	11,04	5,95	Toplam	16446,04	393			
	Tek Çocuk (4)	22	10,22	5,45						
	Toplam	394	10,85	6,46						
Romantik Yalnızlık	En Büyük (1)	129	21,65	10,46	Gruplar Arası	219,13	3	73,04	,779	.506
	Ortanca (2)	131	23,20	9,03	Gruplar İçi	36561,61	390	93,74		
	En Küçük (3)	112	22,90	9,45	Toplam	36780,74	393			
	Tek Çocuk (4)	22	24,04	9,78						
	Toplam	394	22,65	9,67						

Tablo 16’da yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin sosyal yalnızlık puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = 1,441$; $p > .05$] anlamlı

bir farklılık göstermemektedir. Sosyal ve duygusal yalnızlığın diğer bir boyutu ailesel yalnızlık puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = ,670; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Son olarak romantik yalnızlık puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = ,779; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Sosyal ve duygusal yalnızlık boyutları, çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir.

4.2.8. Araştırmanın Sekizinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın sekizinci alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik yapılan ANOVA analizi sonuçları aşağıdaki Tablo 17’de açıklanmıştır.

Tablo 17. Çocuk Doğum Sırasına Göre Mutluluk Korkusu Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Mutluluk Korkusu	En Büyük (1)	129	18,28	8,56	Gruplar Arası	451,10	3	150,36	1,972	.118
	Ortanca (2)	131	16,41	8,37	Gruplar İçi	29730,96	390	75,23		
	En Küçük (3)	112	18,43	8,92	Toplam	30182,07	393			
	Tek Çocuk (4)	22	15,18	10,64						
	Toplam	394	17,53	8,76						

Tablo 17’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = 1,972; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

4.2.9. Araştırmanın Dokuzuncu Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın dokuzuncu alt problemi olan; “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna yönelik yapılan ANOVA analizi sonuçlarına bu bölümde yer verilmiştir. HEXACO Kişilik Envanteri’nin toplam altı boyutu sırasıyla incelenmiş ve ilk olarak dürüstlük-alçak gönüllülük boyutunun çocuk doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 18’de verilmiştir.

Tablo 18. Çocuk Doğum Sırasına Göre Dürüstlük-Alçak Gönüllülük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	En Büyük (1)	129	37,54	5,68	Gruplar Arası	21,79	3	7,26	,242	.867
	Ortanca (2)	131	37,74	5,48	Gruplar İçi	11698,34	390	29,99		
	En Küçük (3)	112	37,41	5,08	Toplam	11720,13	393			
	Tek Çocuk (4)	22	36,72	6,06						
	Toplam	394	37,53	5,46						

Tablo 18’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin dürüstlük-alçak gönüllülük puanları, çocuk doğum sırası bakımından $[F(3,390) = ,242; p>.05]$ anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden duygusallık puanlarının çocuk doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 19’da açıklanmıştır.

Tablo 19. Çocuk Doğum Sırasına Göre Duygusallık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Duygusallık	En Büyük (1)	129	35,35	7,22	Gruplar Arası	132,97	3	44,32	,986	.399
	Ortanca (2)	131	35,19	6,20	Gruplar İçi	17532,74	390	44,95		
	En Küçük (3)	112	34,00	6,49	Toplam	17665,71	393			
	Tek Çocuk (4)	22	35,40	7,43						
	Toplam	394	34,92	6,70						

Tablo 19’da yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin duygusallık boyutu puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = ,986$; $p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden dışa dönüklük puanlarının çocuk doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 20’de açıklanmıştır.

Tablo 20. Çocuk Doğum Sırasına Göre Dışa Dönüklük Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Dışa Dönüklük	En Büyük (1)	129	30,97	6,70	Gruplar Arası	29,68	3	9,89	,232	.874
	Ortanca (2)	131	31,06	6,84	Gruplar İçi	16606,55	390	42,58		
	En Küçük (3)	112	30,57	6,07	Toplam	16636,24	393			
	Tek Çocuk (4)	22	30,09	5,64						
	Toplam	394	30,84	6,50						

Tablo 20’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin dışa dönüklük boyutu puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = ,232; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden uyumluluk puanlarının çocuk doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 21’de açıklanmıştır.

Tablo 21. Çocuk Doğum Sırasına Göre Uyumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Uyumluluk	En Büyük (1)	129	32,97	6,35	Gruplar Arası	194,23	3	64,74	1,819	.143
	Ortanca (2)	131	32,94	5,68	Gruplar İçi	13882,00	390	35,59		
	En Küçük (3)	112	31,94	5,80	Toplam	14076,24	393			
	Tek Çocuk (4)	22	30,31	6,05						
	Toplam	394	32,52	5,98						

Tablo 21’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin uyumluluk boyutu puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = 1,819; p>.05$] anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

Kişilik özelliklerinden sorumluluk puanlarının çocuk doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 22’de açıklanmıştır.

Tablo 22. Çocuk Doğum Sırasına Göre Sorumluluk Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Sorumluluk	En Büyük (1)	129	37,14	5,61	Gruplar Arası	283,00	3	94,33	3,058	.028*
	Ortanca (2)	131	37,46	5,34	Gruplar İçi	12030,58	390	30,84		
	En Küçük (3)	112	35,42	5,70	Toplam	12313,59	393			
	Tek Çocuk (4)	22	36,72	5,64						
	Toplam	394	36,74	5,59						

Tablo 22’de yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin sorumluluk boyutu puanları, çocuk doğum sırası bakımından [$F(3,390) = 3,058$; $p < .05$] anlamlı bir farklılık göstermektedir. Diğer bir ifadeyle üniversite öğrencilerinin sorumluluk boyutu puanları, çocuk doğum sırası durumu bağlamında anlamlı biçimde değişmektedir. Çocuk doğum sırası arasında ortaya çıkan farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun tespiti için “Tukey” testi uygulanmış ve analiz sonuçlarına göre ortanca çocuk ($\bar{X}=37,46$) olan bireylerin, en küçük çocuk ($\bar{X}=35,42$) olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek sorumluluk kişilik özelliği puanlarına sahip olduğu görülmüştür.

Kişilik özelliklerinden deneyime açıklık puanlarının çocuk doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 23’te açıklanmıştır.

Tablo 23. Çocuk Doğum Sırasına Göre Deneyime Açıklık Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Çocuk Doğum Sırası	N	$\bar{X}$	Ss	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p
Deneyime Açıklık	En Büyük (1)	129	37,37	6,34	Gruplar Arası	123,71	3	41,23	1,119	.341
	Ortanca (2)	131	37,25	6,01	Gruplar İçi	14366,30	390	36,83		
	En Küçük (3)	112	36,26	5,86	Toplam	14490,01	393			
	Tek Çocuk (4)	22	35,68	5,76						
	Toplam	394	36,92	6,07						

Tablo 23'te yer alan bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin deneyime açıklık boyutu puanları, çocuk doğum sırası bakımından $[F(3,390) = 1,119; p>.05]$ anlamlı bir farklılık göstermemektedir.

4.2.10. Araştırmanın Onuncu Alt Problemine İlişkin Bulgular

Bulgular bölümünün bu kısmında ilk olarak regresyon analizinde kullanılan değişkenlerin arasındaki korelasyonel ilişkiler açıklanmıştır. Sonrasında ise araştırmanın onuncu alt problemi olan, “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, sosyal ve duygusal yalnızlığın boyutlarını düzeyde yordamakta mıdır?” sorusuna yönelik yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ile kişilik özellikleri arasındaki korelasyonel ilişkiler. Araştırma kapsamında yer alan sosyal ve duygusal yalnızlık boyutları (sosyal, ailesel ve romantik yalnızlık), mutluluk korkusu ve kişilik özellikleri boyutları (dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık) arasındaki ikili ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları yöntemi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları aşağıdaki Tablo 24'te yer almaktadır.

Tablo 24. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutları, Mutluluk Korkusu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları Matrisi

	N	$\bar{X}$	Ss	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1-Sosyal Yalnızlık	394	12,41	6,49	1									
2-Ailesel Yalnızlık	394	10,85	6,46	.486**	1								
3-Romantik Yalnızlık	394	22,65	9,67	.109*	.137**	1							
4-Mutluluk Korkusu	394	17,53	8,76	.104*	.179**	.142**	1						
5-Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	394	37,53	5,46	.63	-.148**	-.012	-.65	1					
6-Duygusalılık	394	34,92	6,70	-.010	-.056	-.10	.224*	.016	1				
7-Dışa Dönüklük	394	30,84	6,50	-.391**	-.239**	-.191**	-.144**	-.053	-.151**	1			
8-Uyumluluk	394	32,52	5,98	-,61	-.159**	-.020	-.063	.335**	.036	.099	1		
9-Sorumluluk	394	36,74	5,59	-,162**	-.182**	-.195**	-.132**	.108*	.002	.188**	.031	1	
10-Deneyime Açıklık	394	36,92	6,07	-,063	.051	.027	-.015	-.083	-.002	.256**	.144**	.187**	1

(*)=p<.05; (**) =p<.01

Tablo 24'te yer alan veriler doğrultusunda, araştırmada yer alan yordanan değişkenlerden sosyal yalnızlık ile ailesel yalnızlık ($r=.486$, $p<.01$), romantik yalnızlık ($r=.109$, $p<.05$), mutluluk korkusu ($r=.104$, $p<.05$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; sosyal yalnızlık ile dışa dönüklük kişilik özelliği ($r=-.391$, $p<.01$) ve sorumluluk kişilik özelliği ($r=-.162$, $p<.01$) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 24'te yer alan veriler doğrultusunda, araştırmada yer alan yordanan değişkenlerden ailesel yalnızlık ile romantik yalnızlık ($r=.137$, $p<.01$) ve mutluluk korkusu ($r=.179$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; ailesel yalnızlık ile dürüstlük-alçak gönüllülük kişilik özelliği ($r=-.148$, $p<.01$), dışa dönüklük kişilik özelliği ($r=-.239$, $p<.01$), uyumluluk kişilik özelliği ($r=-.159$, $p<.01$) ve sorumluluk kişilik özelliği ($r=-.182$, $p<.01$) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 24'te yer alan veriler doğrultusunda, araştırmada yer alan yordanan değişkenlerden romantik yalnızlık ile mutluluk korkusu ($r=.142$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; romantik yalnızlık ile dışa dönüklük kişilik özelliği ($r=-.191$, $p<.01$) ve sorumluluk kişilik özelliği ($r=-.195$, $p<.01$) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 24'te yer alan veriler doğrultusunda, araştırmada yer alan yordanan değişkenlerden mutluluk korkusu ile duygusallık kişilik özelliği ($r=.224$, $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; mutluluk korkusu ile dışa dönüklük kişilik özelliği ($r=-.144$, $p<.01$) ve sorumluluk kişilik özelliği ($r=-.132$, $p<.01$) arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Araştırma çerçevesinde ele alınan değişkenler arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları incelendiğinde $-.391$ ile $.486$ arasında değerlerin yer aldığı görülmektedir. Bu bağlamda ele alınan değişkenler arasında en yüksek ilişki durumu sosyal yalnızlık ile ailesel yalnızlık ($r=.55$, $p<.01$) arasında görülürken, en düşük seviyeli ilişki ise sosyal yalnızlık ile duygusallık kişilik özelliği ($r=-.010$, $p>.05$) arasında bulgulanmıştır.

Araştırmanın onuncu alt problemine dair; kişilik özelliklerinin boyutlarını oluşturan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık puanlarının, sosyal ve duygusal yalnızlığın boyutlarından olan sosyal yalnızlık puanlarını yordamasına ilişkin yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları aşağıdaki Tablo 25’te açıklanmıştır.

Tablo 25. Sosyal Yalnızlığın Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	26,880	3,765	-	7,140	,000**	-	-
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	,095	,60	,080	1,587	,113	,063	,080
Duygusallık	-,066	,045	-,068	-1,444	,149	-,010	-,073
Dışa Dönüklük	-,389	,049	-,389	-7,914	,000**	-,391	-,373
Uyumluluk	-,058	,054	-,054	-1,072	,285	-,061	-,054
Sorumluluk	-,126	,056	-,109	-2,260	,024*	-,162	-,114
Deneyime Açıklık	,076	,053	,071	1,445	,149	-,063	,073
R= 0.418	$R^2=0.162$	$F(6,387)=13.624$	* $p<.05$	** $p<.01$			

Tablo 25’te yer alan çoklu regresyon sonuçları incelendiğinde üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri boyutlarından dışa dönüklük ve sorumluluğun sosyal yalnızlığı anlamlı biçimde yordadığı tespit edilmiştir ($R= 0.418$; $R^2=0.162$; $p<.01$). Analize dahil edilen kişilik özellikleri boyutları dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklığın birlikte, sosyal yalnızlık bağımlı değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %16,2’sini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük ve sorumluluğun modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları (β) incelendiğinde bağımsız değişkenlerin (yordayıcı) bağımlı değişken (yordanan) üzerinde göstermiş olduğu etkinin önem

sıralaması; dışa dönüklük ($\beta=-,389$), sorumluluk ($\beta=-,109$), dürüstlük-alçak gönüllülük ($\beta=,080$), deneyime açıklık ($\beta=,071$), duygusallık ($\beta=-,068$) ve uyumluluk ($\beta=-,054$) şeklindedir.

Araştırmanın onuncu alt problemine dair; kişilik özelliklerinin boyutlarını oluşturan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık puanlarının, sosyal ve duygusal yalnızlığın boyutlarından olan ailesel yalnızlık puanlarını yordamasına ilişkin yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları aşağıdaki Tablo 26’da açıklanmıştır.

Tablo 26. Ailesel Yalnızlığın Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	30,183	3,838	-	7,863	,000**	-	-
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	-,110	,061	-,092	-1,801	,073	-,148	-,091
Duygusallık	-,085	,046	-,088	-1,836	,067	-,056	-,093
Dışa Dönüklük	-,256	,050	-,257	-5,106	,000**	-,239	-,251
Uyumluluk	-,126	,056	-,117	-2,275	,023*	-,159	-,115
Sorumluluk	-,171	,057	-,148	-3,007	,003**	-,182	-,151
Deneyime Açıklık	,164	,054	,154	3,048	,002**	,051	,153
R= 0.365	$R^2=0.120$	$F(6,387)=9.940$	$*p<.05$	$**p<.01$			

Tablo 26’da yer alan çoklu regresyon sonuçları incelendiğinde üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri boyutlarından dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklığın ailesel yalnızlığı anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R= 0.365$; $R^2=0.120$; $p<.01$). Analize dahil edilen kişilik özellikleri boyutları dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklığın birlikte, ailesel yalnızlık bağımlı değişkenindeki toplam varyansın %12’sini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız

değişkenlerden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklığın modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları (β) incelendiğinde bağımsız değişkenlerin (yordayıcı) bağımlı değişken (yordanan) üzerinde göstermiş olduğu etkinin önem sıralaması; dışa dönüklük ($\beta=-,257$), deneyime açıklık ($\beta=,154$), sorumluluk ($\beta=-,148$), uyumluluk ($\beta=-,117$), dürüstlük-alçak gönüllülük ($\beta=-,092$) ve duygusallık ($\beta=-,088$) şeklindedir.

Araştırmanın onuncu alt problemine dair; kişilik özelliklerinin boyutlarını oluşturan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık puanlarının, sosyal ve duygusal yalnızlığın boyutlarından olan romantik yalnızlık puanlarını yordamasına ilişkin yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları aşağıdaki Tablo 27’de açıklanmıştır.

Tablo 27. Romantik Yalnızlığın Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	38,032	5,931	-	6,412	,000**	-	-
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	,023	,094	,013	,244	,807	-,012	,012
Duygusallık	-,054	,072	-,038	-,758	,449	-,010	-,039
Dışa Dönüklük	-,281	,077	-,189	-3,623	,000**	-,191	-,181
Uyumluluk	-,024	,086	-,015	-,278	,781	-,020	-,014
Sorumluluk	-,314	,088	-,182	-3,569	,000**	-,195	-,178
Deneyime Açıklık	,179	,083	,112	2,160	,031*	,027	,109
R= 0.274	$R^2=0.061$	F(6,387)=5,227	*p<.05	**p<.01			

Tablo 27’de yer alan çoklu regresyon sonuçları incelendiğinde üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri boyutlarından dışa dönüklük, sorumluluk ve deneyime açıklığın romantik yalnızlığı anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R=0.274$; $R^2=0.061$; $p<.01$). Analize dahil edilen kişilik özellikleri boyutları dürüstlük-

alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklığın birlikte, romantik yalnızlık bağımlı değişkenindeki toplam varyansın %6,1'ini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük, sorumluluk ve deneyime açıklığın modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları (β) incelendiğinde bağımsız değişkenlerin (yordayıcı) bağımlı değişken (yordanan) üzerinde göstermiş olduğu etkinin önem sıralaması; dışa dönüklük ($\beta=-,189$), sorumluluk ($\beta=-,182$), deneyime açıklık ($\beta=,112$), duygusallık ($\beta=-,038$), uyumluluk ($\beta=-,015$) ve dürüstlük-alçak gönüllülük ($\beta=-,013$) şeklindedir.

4.2.11. Araştırmanın On Birinci Alt Problemine İlişkin Bulgular

Araştırmanın on birinci ve son alt problemi olan, “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, mutluluk korkusunu anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?” sorusuna yönelik yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına aşağıdaki Tablo 28’de yer verilmiştir.

Tablo 28. Mutluluk Korkusunun Yordanan Değişken Olarak İncelendiği Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	Standardize Edilmiş β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	21,442	5,353	-	4,006	,000**	-	-
Dürüstlük-Alçak Gönüllülük	-,068	,085	-,042	-,796	,426	-,065	-,040
Duygusallık	,277	,065	,212	4,296	,000**	,224	,213
Dışa Dönüklük	-,130	,070	-,097	-1,863	,063	-,144	-,094
Uyumluluk	-,071	,077	-,048	-,913	,362	-,063	-,046
Sorumluluk	-,180	,079	-,115	-2,274	,024*	-,132	-,115
Deneyime Açıklık	,051	,075	,035	,682	,495	-,015	,035
R= 0.286	$R^2=0.068$	$F(6,387)=5.755$	$*p<.05$	$**p<.01$			

Tablo 28’de yer alan çoklu regresyon sonuçları incelendiğinde üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri boyutlarından duygusallık ve sorumluluğun mutluluk korkusunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($R = 0.286$; $R^2 = 0.068$; $p < .01$). Analize dahil edilen kişilik özellikleri boyutları dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklığın birlikte, mutluluk korkusu bağımlı değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %6,8’ini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız değişkenlerden duygusallık ve sorumluluğun modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları (β) incelendiğinde bağımsız değişkenlerin (yordayıcı) bağımlı değişken (yordanan) üzerinde göstermiş olduğu etkinin önem sıralaması; duygusallık ($\beta = .212$), sorumluluk ($\beta = -.115$), dışa dönüklük ($\beta = -.097$), uyumluluk ($\beta = -.048$), dürüstlük-alçak gönüllülük ($\beta = -.042$) ve deneyime açıklık ($\beta = .035$) şeklindedir.

BÖLÜM 5

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Araştırmanın sonuçlar ve öneriler kısmında öncelikle sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ve kişilik özelliklerinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair bulgulara yer verilmiş, bu çalışmadan elde edilen bulgular ile daha önce yapılan araştırmaların sonuçları karşılaştırılmıştır. Sonrasında ise yalnızlık ve mutluluk korkusunun yordanan değişken olarak incelendiği analizler önceki çalışmalar ışığında tartışılmıştır. Bölümün ikinci kısmında ise araştırmacılara ve uygulamaya yönelik birtakım öneriler sunulmuştur.

5.1. Sonuçlar

5.1.1. Araştırmanın Birinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın birinci alt problemi olan, “Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna dair elde edilen bulgulara bu bölümde yer verilmiş, sonrasında ise alanyazında yer alan önceki çalışmalarda elde edilen bulgular ile bu araştırmanın sonuçları karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık boyutlarından sosyal yalnızlık boyutu ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık tespit edilirken; ailesel ve romantik yalnızlık boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Elde edilen sonuçlara göre, erkeklerin sosyal yalnızlık düzeyleri kadınlara göre anlamlı biçimde daha yüksektir. Yalnızlığın cinsiyete göre farklılaşmasına dair daha önce yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçlar ise şu şekildedir: Yalnızlık ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığına tespit edildiği birçok araştırma varken (örn., Abdurrahimova, 2021; Buluş, 1997; Çeçen, 2008; Danış vd., 2017; Duru, 2008; İlhan, 2012; Jones vd., 1981; Kaynak, 2019; Kalkan, 2014; Kıvılcım, 2019; Oruç, 2013; Pehlivan, 2017), öte yandan

yalnızlığın cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaştığı bulgusuna erişilen yine birçok çalışma mevcuttur (örn., Demir, 1990; Demirli, 2007; Duyan vd., 2008; Hamarta, 2000; Kılıç, 2019; Özkaya, 2017; Salimi, 2011; Sarıçam, 2011; Saruhan, 2018; Şahin, 1991). Tespit edilen bu farklılaşma ise erkeklerin kadınlardan daha yüksek yalnızlık düzeyine sahip olduğu yönündedir. Yine yalnızlığın cinsiyete göre farklılaşmasına dair yapılan başka bir çalışmada Kaya (2014), sosyal ve duygusal yalnızlığın alt boyutlarından sosyal ve ailesel yalnızlık boyutunda erkeklerin kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek yalnızlık puanına sahip olduğunu bulgulamıştır. Romantik yalnızlık ile cinsiyet arasında ise farklılık tespit edilmemiştir. Başka bir çalışmada ise Polat (2020), ailesel yalnızlık boyutunda kadınların erkeklerden daha yüksek yalnızlık düzeyine sahip olduğunu belirtmiştir. Yalnızlık toplam puanlarında ise cinsiyet grupları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bu kısma kadar verilen araştırmalar içerisinde bu çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmalar olduğu gibi, bu çalışmanın sonuçlarından farklı bulguların olduğu da görülmektedir. Bu bağlamda yalnızlık ve cinsiyet ilişkisinin her zaman anlamlı farklılaşma gösteren bir ilişki olmadığını söylemek mümkündür. Bu belirsizliğin sebebi olarak en başta karşılaştırılan araştırmalardaki örneklem farklılığını göstermek mümkündür. Erkeklerin kadınlardan daha yüksek yalnızlık düzeyine sahip olduğu birçok çalışma görülmektedir. Bu sonucun sebebi olarak, kadınların daha sosyal ve girişken olması gösterilebilir (Saruhan, 2018). Araştırmanın diğer bir bulgusu olan kişilik özelliklerinden deneyime açıklık boyutunda kadınlar erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksek deneyime açıklık kişilik özelliği sergilemektedir. Araştırmanın bu iki bulgusu birbirini destekler niteliktedir. Öte yandan, kültürel çevre tarafından örtülü öğrenme biçiminde bireylerin hayatına etki eden cinsiyet rolleri de erkeklerin kadınlardan daha yalnız olma durumunun sebeplerinden biri olarak gösterilebilir (Özatça, 2009). Elde edilen anlamlı farklılık, Weiss (1974) tarafından geliştirilen yalnızlığın sınıflandırılmasına dair altı bileşenli sosyal hükümler modeline göre değerlendirilecek olursa, erkeklerin sosyal uyum bileşeninde kadınlara göre daha fazla eksiklik yaşadığı söylenebilir. Çünkü, sosyal uyum bileşeninde yaşanan eksiklik sosyal yalnızlığı etkilemektedir (Russell vd., 1984).

5.1.2. Araştırmanın İkinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın ikinci alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu problem doğrultusunda yapılan analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu ile cinsiyet grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Mutluluk korkusunun cinsiyete göre farklılaşmasına dair daha önce yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçlar ise şu şekildedir: Bu araştırmada elde edilen bulguyu destekler nitelikte, mutluluk korkusu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığının tespit edildiği birçok araştırma varken (örn., Çınar ve Günal, 2021; Ekşi vd., 2020; Muhtar, 2016; Özen, 2019; Özkan, 2020; Şar vd., 2019; Tekke ve Özer, 2019; Togo ve Caz, 2019; Tunç, 2020), mutluluk korkusunun cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaştığı bulgusuna erişilen çalışmalar da mevcuttur (örn., Gilbert vd., 2012; Elmas, 2021). Gilbert vd. (2012), örneklemini Batılı kültürlerle ait bireylerden oluşturdukları çalışmada kadınların erkeklerden anlamlı biçimde daha yüksek mutluluk korkusuna sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Elmas (2021) ise, gerçekleştirdiği çalışmada erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek mutluluk korkusuna sahip olduğu bulgusu yer almaktadır. Genel olarak literatür incelendiğinde mutluluk korkusu cinsiyet gruplarına göre anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Mutluluk korkusunun cinsiyet değişkeninden daha çok kültürel etkiye ve bireysel algılara göre farklılaştığını söylemek mümkündür (Çevik, 2020).

5.1.3. Araştırmanın Üçüncü Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın üçüncü alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu problem doğrultusunda yapılan analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinden duygusallık, sorumluluk ve deneyime açıklık puanları cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılık gösterirken; dürüstlük-alçak gönüllülük, dışa dönüklük, uyumluluk puanları ise cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Elde edilen sonuçlara göre, kadınların duygusallık, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özellikleri erkeklere göre anlamlı biçimde daha yüksektir. Elde edilen bulgulardan duygusallık puanlarının cinsiyete göre anlamlı biçimde

farklılaşması durumu, Cohen's d tekniği ile incelenmiş ve bu farklılaşmanın etkisinin büyük olduğu bulgulanmıştır. Sorumluluk ve deneyime açıklık puanlarının cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşması durumunda ise bu farklılaşmanın etkisinin küçük olduğu tespit edilmiştir. Kişiliğin cinsiyete göre farklılaşmasına dair daha önce yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçlar ise şu şekildedir: HEXACO Kişilik Envanteri ile cinsiyet grupları arasındaki farklılıkların incelendiği, Lee ve Ashton (2004), Romero vd. (2015), Ulu (2018), Ulu ve Bulut (2017) ve Turan (2021) tarafından gerçekleştirilen çalışmalarda elde edilen en büyük ortak nokta kadınların duygusallık kişilik özelliğinde erkeklere göre anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip olmasıdır. Ulu ve Bulut (2017), duygusallıkla birlikte dürüstlük-alçak gönüllülük boyutunda da kadınların erkeklerden anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip olduğunu bulgularken; Ulu (2018) ise, duygusallık, dürüstlük-alçak gönüllülük ile sorumluluk boyutunda da kadınların erkeklerden daha yüksek puanlara sahip olduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmanın bulgularında elde edilen duygusallık boyutunda kadınların erkeklerden daha yüksek ortalamaya sahip olması durumu literatürdeki daha önce yapılan çalışmalar tarafından en çok desteklenen bulgudur. Bir diğer bulgu olan sorumluluk boyutundaki farklılık ise Ulu (2018) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Fakat çalışmada elde edilen bir diğer bulgu olan; kadınların deneyime açıklık boyutunda erkeklerden anlamlı biçimde daha yüksek puanlara sahip olduğu bulgusu diğer çalışmalardaki bulgular ile çelişmektedir. Sorumluluk boyutunda kadınların daha yüksek ortalamaya sahip olması, toplumda yer alan cinsiyet rolleri bağlamında değerlendirilebilir. Kadınların ev işleri, çocuk yetiştirme, ebeveynler tarafından daha disiplinli bir yaklaşım sergilenmesi gibi bazı faktörlerin etkisi sonucu erkeklere göre daha yüksek düzeyde sorumluluk kişilik özelliğine sahip olduğu düşünülebilir (Ulu, 2018). Deneyime açıklık kişilik özelliğine dair elde edilen bulgu ise araştırmanın diğer bulgularından erkeklerin kadınlara göre sosyal yalnızlık boyutunda daha yüksek düzeyde yalnızlık puanlarına sahip olması durumuyla ilişkilendirilebilir. Araştırmadan elde edilen bu iki bulgunun birbirini destekler nitelikte olduğu yorumu yapılabilir. Kadınlar daha yüksek deneyime açıklık kişilik özelliğine sahiplerdir ve bununla birlikte farklı ilişkilere, yeniliklere daha açıktırlar. Bu bağlamın sonucunda

ise erkeklere göre daha düşük düzeyde yalnızlık durumu ile karşılaşma ihtimalleri vardır.

5.1.4. Araştırmanın Dördüncü Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın dördüncü alt problemi olan, “Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?” sorusuna dair elde edilen bulgulara bu bölümde yer verilmiş, sonrasında ise alanyazında yer alan önceki çalışmalarda elde edilen bulgular ile bu araştırmanın sonuçları karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık boyutlarından sosyal, ailesel ve romantik yalnızlık boyutları aile gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır. Yalnızlığın aile gelir düzeyine göre farklılaşp farklılaşmamasına dair daha önce yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçlar ise şu şekildedir: Yalnızlığın aile gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı biçimde farklılık göstermediğinin tespit edildiği birçok araştırma varken (örn., Bakioğlu ve Korumaz, 2014; Kıvılcım, 2019; Özbek, 2017; Saruhan, 2018; Uzuner ve Karagöz; 2014; Yılmaz ve Altınok, 2009), öte yandan yalnızlığın aile gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaştığı bulgusuna erişilen yine birçok çalışma mevcuttur (örn., Demir, 1990; Demirtaş, 2007; Duyan vd., 2008; Le Roux, 2009; Oruç, 2013; Saraçoğlu, 2000; Sarıçam, 2011). Kaya (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, toplam yalnızlık puanları ve romantik yalnızlık boyutu puanlarında anlamlı farklılık tespit edilirken, sosyal ve ailesel yalnızlık boyutlarında anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya konulmuştur. Yine başka bir çalışmada Polat (2020), yalnızlık boyutlarından sosyal yalnızlık ile aile gelir düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulurken; romantik ve ailesel yalnızlık boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Son olarak Abdurrahimova (2021), sosyal yalnızlık ile aile gelir düzeyi arasında anlamlı farklılık bulmuş; duygusal yalnızlık boyutunda ise anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiştir. Anlamlı farklılığın tespit edildiği bazı araştırmalarda bireylerin gelir düzeyi arttıkça yalnızlık artarken, bazı araştırmalarda ise azaldığı görülmüştür. Bu anlamlı farklılıkların sebebi olarak; bireylerin maddi imkanları arttıkça sosyalleşme imkanlarının da arttığı, maddi durumu yüksek bireylerin yalnızlıktan kurtulmak için daha çok fırsatı olabileceği ifade edilmiştir (Abdurrahimova, 2021; Kaya, 2014;

Kıvılcım, 2019). Öte yandan gelir düzeyi ile yalnızlık arasında pozitif ilişki bulunan araştırmalarda ise; maddi imkanların artması ile bireylerin kendi kendilerine yetebildiği ve bu yüzden de duygusal bağ kurmakta zorlanmaya başladıklarını, sonuç olarak gelir düzeyi arttıkça yalnızlığın da arttığı ifade edilmiştir (Uzuner ve Karagül, 2014). Literatürde yer alan araştırmalarda, yalnızlığın gelir düzeyine göre farklılık gösterip göstermemesine dair çelişkiler mevcuttur. Aile gelir düzeyi ölçümlerinde araştırmacıların birbirinden farklı kategorik değerlendirmeler geliştirdiği görülmektedir. Bu durumun ise araştırmalar arasında yer alan tutarsızlıkların sebeplerinden biri olabileceği düşünülmektedir. Alanyazında yer alan yalnızlık ile aile gelir düzeyi arasında anlamlı farkın bulunmadığı çalışmalar, bu çalışmadan elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Sosyo-ekonomik düzeyin bireylerin yalnızlığına olan etkisini açık bir şekilde söyleyebilmek mümkün değildir. Fakat öte yandan, bazı örneklerde görülen maddiyat ve yalnızlık ilişkisi de yadsınamaz.

5.1.5. Araştırmanın Beşinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın beşinci alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu problem doğrultusunda yapılan analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanlarının aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Düşük gelir düzeyine sahip bireyler, yüksek gelir düzeyine sahip bireylere göre anlamlı şekilde daha yüksek mutluluk korkusuna sahiptir. Gelir düzeyi yükseldikçe mutluluk korkusunun azaldığını söylemek mümkündür. Mutluluk korkusunun aile gelir düzeyine göre farklılaşmasına dair daha önce yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçlar ise şu şekildedir: Araştırmada elde edilen bulguyu destekler nitelikte, Joshanloo (2013) tarafından İran kültürü örneğinde gerçekleştirilen çalışmada, mutluluk korkusu ile aile gelir düzeyi değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgulara paralel sonuçlar görülmekte olup, mutluluk korkusu ile gelir durumunun negatif ilişkiye sahip olduğu sonucuna erişilmiştir. Öte yandan çalışmanın bulguları ile çelişen sonuçlar elde eden araştırmalar da mevcuttur (örn., Çınar ve Günal, 2017; Özen, 2019; Özkan, 2020). Mutluluk korkusunun aile gelir düzeyine göre farklılaşmasına dair yapılan araştırmalarda ise Çalışkan vd. (2017) ile

Demir (2020), mutluluk ile gelir düzeyi arasında anlamlı pozitif korelasyon tespit etmişlerdir. Literatürde yer alan bu sonuçlar dolaylı olarak bu çalışmadan elde edilen bulguyu desteklemektedir. Aile gelir düzeyi ile mutluluk arasında pozitif korelasyon olması durumu, mutluluk korkusu ile gelir düzeyi arasında negatif yönlü bir ilişkiye işaret etmektedir. Mutluluk korkusu kavramının kültürel bir öğreti olması ve sebeplerinden biri olarak batıl inançların gösterilmesi (Joshnloo, 2013) durumundan yola çıkılırsa; düşük gelir düzeyine sahip bireylerin kültürel öğretilere daha çok sahip olduğu, batıl inançların da düşük gelir düzeyine sahip bireylerde daha yaygın görüldüğü ifade edilebilir. Bu ifadeyi destekleyen, batıl inancın gelir düzeyiyle negatif ilişkisi olduğunu tespit eden araştırmalar mevcuttur (örn., Arslan, 2004; Karaca, 2001). Bu bağlamda; batıl inanç ile düşük gelir düzeyi arasındaki ilişki, bu çalışmada elde edilen mutluluk korkusu ile düşük gelir düzeyi arasındaki ilişkiyi açıklayan ve destekleyen bir nitelik taşımaktadır.

5.1.6. Araştırmanın Altıncı Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın altıncı alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu problem doğrultusunda yapılan analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinden dürüstlük-alçak gönüllülük puanları aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık gösterirken; duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık puanları ise aile gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılık göstermemektedir. Orta gelir düzeyine sahip bireyler, düşük gelir düzeyine sahip bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek dürüstlük-alçak gönüllülük kişilik özelliklerine sahiptirler. Dürüstlük-alçak gönüllülük kişilik özelliği yüksek bir bireyin daha dürüst, içten ve sadık olması beklenirken; bu özelliğin düşük olduğu bireylerin ise açgözlü, iddialı ve iki yüzlü olması beklenmektedir (Schultz ve Schultz, 2007; Ashton ve Lee, 2004; Ulu ve Bulut, 2017; Costa ve McCrae, 1992). Bu bağlamda gelir düzeyi orta seviyede olan bireylerin daha dürüst ve içten olması beklenirken; gelir düzeyi düşük olan bireylerde bu özelliklerin azalacağı söylenebilir. Alanyazında yer alan, daha önce yapılan araştırmalar içerisinde kişilik ve aile gelir düzeyinin araştırıldığı çalışmalar vardır. Fakat bu çalışmalarda Beş Faktör Kişilik Envanteri kullanılmıştır. Bu çalışmalarda kişilik ile aile gelir düzeyi arasında anlamlı

bir ilişki bulunmamıştır (örn., Çobanoğlu, 2021; Polatçı vd., 2019; Taşhan, 2019; Turhan, 2019). Elde edilen bulgularda görülen farklılığın kaynağı olarak HEXACO Kişilik Envanteri ile Beş Faktör Kişilik Envanteri arasındaki farklılık gösterilebilir. Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin tekrar yorumlanması ve bir değişken daha eklenmesi ile HEXACO Kişilik Envanteri oluşturulmuştur. Bu araştırmada elde edilen anlamlı bulgunun, iki envanter arasında yer alan en büyük farklılık ve sonradan eklenen boyut olan dürüstlük-alçak gönüllülük boyutunda görülmesi, iki envanterin ölçüm kapsamlarının farklılığını ortaya koyuyor olabilir.

5.1.7. Araştırmanın Yedinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın yedinci alt problemi olan, “Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” sorusuna dair elde edilen bulgulara bu bölümde yer verilmiş, sonrasında ise alanyazında yer alan önceki çalışmalarda elde edilen bulgular ile bu araştırmanın sonuçları karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Araştırmanın demografik değişkenlerinden olan çocuk doğum sırası değişkeni, A. Adler'in kişilik özellikleri ile çocuk doğum sırası arasındaki ilişkiye dair, fertlerin en büyük ya da en küçük çocuk olmasının aile içindeki güç ve iktidar mücadelesi sonucunda bireyde farklı özelliklerin gelişmesini sağlar (Adler, 1949; akt. Çınarbaş ve Nilüfer, 2019), ifadesinden yola çıkarak araştırmaya dahil edilmiştir. Çocuk doğum sırası demografik değişkeninden elde edilen bulgular (yedinci, sekizinci ve dokuzuncu alt problemler), Adler'in çocuk doğum sırasına ilişkin değerlendirmeleri ışığında tartışılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal yalnızlık boyutlarından sosyal, ailesel ve romantik yalnızlık boyutları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır. Yalnızlığın çocuk doğum sırasına göre farklılaşıp farklılaşmamasına dair literatürde çok fazla araştırma bulunmamaktadır. Çocuk doğum sırası yerine yalnızlığın kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmaması durumu incelenmiştir. Yalnızlığın kardeş sayısına göre farklılık göstermediği tespit edilen çalışmalar varken (örn., Demir, 1990; Eren, 1994; Şahin, 2019; Tan, 2000), anlamlı farklılık tespit edilen araştırmalar da bulunmaktadır (örn., Buluş, 1996; Kılıç,

2020; Köse, 2006; Saraçoğlu, 2000). Kılıç (2020) gerçekleştirdiği çalışma sonucunda, bir kardeşi olan bireylerin diğerlerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık toplam puanlarında ve romantik yalnızlık puanında anlamlı düzeyde daha yüksek sonuçlara sahip olduğunu tespit etmiştir. Öte yandan Köse (2006), Buluş (1996) ve Saraçoğlu (2000)'nun çalışmalarında çok kardeşe sahip bireylerin daha yalnız olduğu ve kardeş sayısı arttıkça yalnızlığın da arttığı sonucu elde edilmiştir. Sonuç olarak, yalnızlığın kardeş sayısına göre farklılık göstermediği tespit edilen çalışmalar, bu çalışmadan elde edilen bulguları destekler niteliktedir. Literatürde görülen bu farklılıklar, yalnızlık durumunun yaygın biçimde çocuk doğum sırasına göre farklılaşmadığını göstermektedir. Kardeş sayısı arttıkça yalnızlığın arttığı tespit edilen araştırmaların bulguları için, kardeş sayısındaki artış sonucunda meydana gelen ebeveyn tutumlarındaki farklılaşma, çocuk sayısının artmasıyla birlikte ebeveynin her çocukla gerekli olan iletişimi kuramaması gibi durumlar sebep olarak gösterilebilir (Köse, 2006). Öte yandan, ebeveynler çocuklarının ihtiyaçlarının farkında oluyor ve bu ihtiyaçları karşılamak için ellerinden geleni yapıyorsa, doğum sırasının yalnızlığı etkilemeyeceği söylenebilir (Şahin, 2019).

5.1.8. Araştırmanın Sekizinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın sekizinci alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu problem doğrultusunda yapılan analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu puanlarının çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmemiştir. Alanyazın incelendiğinde, mutluluk korkusunun çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmamasına dair daha önce yapılan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Fakat Tunç (2020), mutluluk korkusunun kardeş sayısı değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğine dair araştırma yapmış ve anlamlı sonuç olmadığını tespit etmiştir. Bu iki çalışmadan elde edilen bulgular birbirini destekler niteliktedir. Bu benzerliğin sebebi olarak, mutluluk korkusunun kültürel bir öğreti olması ve sosyal öğrenme yoluyla edinilmesi (Çevik, 2020) gösterilebilir çünkü aile içindeki her birey, farklı ebeveyn tutumlarına maruz kaldığı kabul edilse bile benzer toplumsal öğretilerle, inanış ve yaşayış biçimleriyle büyütülmektedir. Bu konu, Bronfenbrenner tarafından

ortaya atılan Ekolojik Sistemler Teorisi bağlamında da ele alınabilir. Bu yaklaşımda araştırmacı, kişiliğin gelişimine uzak çevreden yakın çevreye doğru etkinin arttığı tezini savunmaktadır. Bu bağlamda dış çevre beş temel sistem ile açıklanmıştır. Bu sistemler ile bireyin yetiştiği çevreden, kendi ve ailesinin yaşantılarından, sahip olduğu aileden ve kültürden etkilenme durumu ifade edilmiştir (Arı, 2017). Bu doğrultuda, mutluluk korkusu kavramı bireyin içinde bulunduğu ekolojik sisteme göre şekilleniyor ve cinsiyet gruplarına göre anlamlı farklılık içermiyor olabilir.

5.1.9. Araştırmanın Dokuzuncu Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın dokuzuncu alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri puanları çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?” şeklindedir. Bu problem doğrultusunda yapılan analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinden sorumluluk puanlarının çocuk doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği tespit edilirken; dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk ve deneyime açıklık puanlarının ise çocuk doğum sırası değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ortanca çocuk olan bireyler, en küçük çocuk olan bireylere göre anlamlı biçimde daha yüksek sorumluluk kişilik özelliği puanına sahiptir. Alanyazın incelendiğinde daha önce HEXACO Kişilik Envanteri ile çocuk doğum sırası grupları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat Taşhan (2019) gerçekleştirdiği çalışmada, nevrotik kişilik özelliği ile doğum sırası ilişkisini incelemiş ve anlamlı bir farklılığın olmadığını tespit etmiştir. Yine Jefferson vd. (1998) ve Philipps (1998), Beş Faktör Kişilik Envanteri ile ilk çocuk ya da son çocuk olma durumlarını karşılaştırmış ve doğum sırasına göre kişiliğin anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna varmışlardır. Başka bir çalışmada Schooler (1972), yine kişiliğin doğum sırasına göre farklılaşmadığı sonucunu tespit etmiştir. Öte yandan Kocatürk (2018) tarafından ortaya konulan çalışmada ise, Beş Faktör Kişilik Envanterinin nevrotizm alt boyutunda tek çocukların ilk çocuklara göre anlamlı biçimde daha düşük nevrotik kişilik özelliğine sahip olduğunu; deneyime açıklık kişilik özelliğinde ise tek çocukların ilk, ortanca ve son çocuklara göre anlamlı biçimde daha yüksek deneyime açıklık kişilik özelliğine sahip olduğunu tespit etmiştir. Literatür incelendiğinde sorumluluk boyutuna dair elde edilen anlamlı

farklılığı destekler nitelikte bir bulguya rastlanmamıştır. Dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk ve deneyime açıklık boyutlarına dair elde edilen anlamlı farklılığın olmaması durumu bazı araştırmaların sonuçları ile paralellik gösterirken, bazı araştırmalardan elde edilen bulgular ile de ters düşmekte olduğu sonucuna varılabilir. Fakat HEXACO ile Beş Faktör Kişilik Envanteri'nin boyutlarının kapsamlarında yer alan farklılıklar, iki envanter ile gerçekleştirilen çalışmaların karşılaştırılmasında sağlıklı sonuçlar doğmasına sebep olabilir.

Araştırma sonucunda elde edilen, sorumluluk kişilik özelliğine ortanca bireylerin en küçük bireylere göre anlamlı biçimde daha yüksek oluşu durumu, Adler'in yorumları ışığında değerlendirilmiştir. Öncelikle gerçek doğum sırası ile algılanan doğum sırası arasındaki farklılığa değinmek gerekmektedir. Bireylerin aile içindeki konumu ve ebeveynlerin bakış açısına göre nasıl bir konuma sahip olduğuna dair algılamaları, kişinin dünyasındaki doğum sırasını farklılaştırmaktadır. Çocukluk ve sonraki dönemlerde aile içinde yaşanan olaylar, kayıplar ve travmalar gibi durumlar, bireyin algıladığı çocuk doğum sırasında değişikliklere sebep olur (Adler 2000; Adler, 2019). Bu bağlamda algılanan doğum sırasının tespit edildiği ve bu tespit doğrultusunda analiz edildiği araştırmalar daha güvenilir sonuçlar elde edilmesini sağlayabilir. Literatürde yer alan farklılıkların, tutarsızlıkların da en büyük sebeplerinden biri olarak gerçek doğum sırası ile bireyin algıladığı doğum sırası arasındaki farklılıklar gösterilebilir. Öte yandan Adler (2018), en küçük çocuğun aile içinde her zaman çocuk kalacağını, daha şımartılmış olarak yetiştirildiği yorumunu yapmaktadır. En küçük çocuk, dünyaya geldiğinde rakip olarak göreceği birçok kardeşin varlığından ötürü, yaşaması muhtemel yetersizlik duygusuna sahip olabileceğini söyler. Ortanca çocuk ise doğduğunda tek bir rakip ile karşılaşır. Bu durum ortanca çocuklarda daha hırslı ve çalışkan olmaya sevk edebilir. En büyük çocuk ise ortanca çocuk doğana kadar ailenin göz bebeğidir. Ama ortanca çocukla birlikte ebeveyn tutumlarındaki farklılaşma, en büyük çocuk için önemli bir dönemin başlangıcına işaret eder. Bu süreçte en büyük çocuk kendine farklı roller edinebilir. Ebeveyn tutumunu benimseyip kardeşleri adına kaygılanan, sorumluluk sahibi olan, onlara yol gösteren bir tutum içerisinde olması muhtemeldir. Bu yorumlar ışığında ortanca ve en büyük çocukların sorumluluk puanları en küçük çocuklara göre daha yüksek bulunması, Adler'in yorumlarını nispeten destekler niteliktedir.

5.1.10. Araştırmanın Onuncu Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın onuncu alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, sosyal ve duygusal yalnızlığın boyutlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?” şeklindedir. Bağımlı değişken olarak ele alınan sosyal ve duygusal yalnızlık boyutlarını sosyal, ailesel ve romantik yalnızlık oluşturmaktadır. Bağımsız değişken olarak ise HEXACO Kişilik Envanteri’nin altı boyutu olan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özellikleri analize tabi tutulmuştur. Aşağıda sırasıyla sosyal, ailesel ve romantik yalnızlığın yordanmasına ilişkin analizlerin yorumları ve önceki araştırmalarla karşılaştırmalı tartışmalarına yer verilmiştir.

Sosyal yalnızlığın yordanmasına ilişkin sonuçlar. Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini oluşturan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutlarının birlikte, sosyal yalnızlığın üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu söylemek mümkündür. Dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık bağımsız değişkenleri, sosyal yalnızlık bağımlı değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %16,2’sini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük ve sorumluluğun modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre, kişilik özelliklerinden dışa dönüklük ve sorumluluk boyutlarının sosyal yalnızlığın yordayıcısı olduklarını söylemek mümkündür. Dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özelliklerinin artması sosyal yalnızlığı azaltan bir etki iken, bu özelliklerin azalması durumunda sosyal yalnızlık artmaktadır. HEXACO’nun dışa dönüklük boyutunun düşük olması durumu; bireyin utangaç, pasif, içine kapanık ve çekingen olmasını ifade etmektedir (Schultz ve Schultz, 2007; Ashton ve Lee, 2004; Bulut ve Ulu, 2017; Costa ve McCrae, 1992). Bu niteliklere sahip bireylerin sosyal ağının zayıf olması, sosyal ilişkilerden yoksun olması beklenen bir durumdur. Bu sebeple ilişkili olarak, sosyal yalnızlık boyutu için dışa dönüklük kişilik özelliğinin önemli bir yordayıcı olduğunu söylemek mümkündür. Bir diğer yordayıcı değişken olan sorumluluk boyutunun düşük olduğu durumlarda; bireylerin pervasız, tembel, sorumsuz ve dalgın niteliklerinin arttığı görülmektedir

(Schultz ve Schultz, 2007; Ashton ve Lee, 2004; Bulut ve Ulu, 2017; Costa ve McCrae, 1992). Araştırmadan elde edilen bulgular; bireylerde dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özelliğinin düşük olduğu durumlarda görülen nitelikler ile sosyal yalnızlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. Bu bağlamda dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özelliği yüksek olan bir bireyin, daha az sosyal yalnızlık yaşayacağını söylemek mümkündür.

Bulgular, Weiss (1974) tarafından geliştirilen yalnızlığın sınıflandırılmasına dair altı bileşenli sosyal hükümler modeli çerçevesinde değerlendirilecek olursa, dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özelliği düşük bireylerin sosyal uyum bileşeninde sorun yaşadığı söylenebilir. Bu sonucun kaynağı ise, sosyal uyum bileşeninin eksikliği durumunun sosyal yalnızlık boyutu ile ilgili olmasıdır (Russell vd., 1984). Yine elde edilen bulgular; Erikson'un, psikodinamik yaklaşım çerçevesinde ileri sürdüğü, yalnızlığa dair görüşleri ile de değerlendirilebilir. Erikson; bireyin gelişimini evreler ile açıklar ve bu evrelerin sorunlu geçirildiği durumlarda, ortaya çıkabilecek muhtemel sonuçlardan bahseder. Bu evrelerden biri olan ergenlik döneminde kimlik karmaşasına karşı kişilik gelişimi dönemi, üniversite öğrencilerinde görülen yalnızlık ile ilişkilidir. Erikson; bu dönemi sağlıklı geçiren bireylerin sosyal ilişkilerinde daha başarılı olacağını söylerken, bu dönemi sağlıklı geçiren bireylerin ise daha içe dönük olacağını söylemektedir (Senemoğlu, 2007). Bu çalışma sonucunda elde edilen, dışa dönüklük kişilik özelliği düşük bireylerin sosyal yalnızlık puanlarının yüksek olması durumu ile Erikson'un görüşleri paralellik göstermekte ve birbirini destekler nitelik taşımaktadır.

Ailesel yalnızlığın yordanmasına ilişkin sonuçlar. Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini oluşturan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutlarının birlikte, ailesel yalnızlığın üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu söylemek mümkündür. Dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık bağımsız değişkenleri, ailesel yalnızlık bağımlı değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %12'sini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklığın modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre,

kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutlarının ailesel yalnızlığın yordayıcısı olduklarını söylemek mümkündür. Dışa dönüklük, uyumluluk ve sorumluluk kişilik özelliklerinin artması sosyal yalnızlığı azaltan bir etki ortaya koyarken, deneyime açıklık kişilik özelliğinin ailesel yalnızlığa pozitif etkisi olduğu görülmüştür. Kişilik özelliklerinden dışa dönüklüğün yüksek olduğu durumlarda bireyin daha saydam, canlı, girişken ve neşeli niteliklere sahip olması beklenir. Uyumluluk boyutunda ise; hoşgörülü, uzlaşya meyilli, anlayış sahibi nitelikler görülür. Sorumluluk boyutu yüksek bireyde ise; disiplinli, çalışkan ve titiz nitelikler görülür. Son olarak deneyime açıklık boyutu ise; yaratıcı, yenilikçi ve alışılmadık özellikleri içermektedir (Schultz ve Schultz, 2007; Ashton ve Lee, 2004; Ulu ve Bulut, 2017; Costa ve McCrae, 1992). Bu üç kişilik özelliği ile ailesel yalnızlık negatif ilişki göstermektedir. Ailesel yalnızlık kavramı, bireyin en yakın çevresine, ailesine karşı duygusal olarak yoksunluk hissetmesi şeklinde ifade edilebilir (Kırel vd., 2004). Tanımlanan bu ailesel yalnızlık durumunu yaşaması muhtemel bireylerin sahip olabileceği nitelikler, yukarıda açıklanan kişilik özellikleri bağlamında kestirilebilir. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda; dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliği ile ailesel yalnızlık arasındaki ilişki ortaya konulmuştur. Dışa dönüklük, uyumluluk ve sorumluluk kişilik özelliği yüksek; deneyime açıklık kişilik özelliği ise düşük olan bir bireyin, daha az ailesel yalnızlık yaşayacağını söylemek mümkündür.

Romantik yalnızlığın yordanmasına ilişkin sonuçlar. Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini oluşturan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutlarının birlikte, romantik yalnızlığın üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu söylemek mümkündür. Dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık bağımsız değişkenleri, romantik yalnızlık bağımlı değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %6,1'ini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük, sorumluluk ve deneyime açıklığın modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre, kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutlarının romantik yalnızlığın yordayıcısı olduklarını söylemek mümkündür. Kişilik özelliklerinden dışa dönüklük ve sorumluluk arttıkça romantik yalnızlık azalırken;

deneyime açıklığın artması romantik yalnızlığı artırmaktadır. Kişilik özelliklerinden dışa dönüklüğün yüksek olduğu durumlarda bireyin daha saydam, canlı, girişken ve neşeli niteliklere sahip olması; sorumluluk boyutunun yüksek olduğu durumlarda disiplinli, çalışkan ve titiz niteliklere sahip olması; deneyime açıklığın yüksek olduğu durumlarda ise yaratıcı, yenilikçi ve alışılmadık özelliklere sahip olması beklenmektedir (Schultz ve Schultz, 2007; Ashton ve Lee, 2004; Ulu ve Bulut, 2017; Costa ve McCrae, 1992). Romantik yalnızlık ise bireyin partnerinin olmaması sonucu gereksinim duyduğu ilgiyi bulamamasını ifade eder ve duygusal yoksunluk halidir (Dahlberg ve McKee, 2014). Bu duygusal yoksunluk halini yaşaması daha muhtemel olan bireylerin niteliklerinin nasıl olacağına dair sorulabilecek bir sorunun cevabı, yukarıda bahsedilen kişilik özelliklerinin nitelikleri ile paralellik göstereceği, bu bulgular doğrultusunda söylenebilir. Bu bağlamda dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özelliği yüksek; deneyime açıklık kişilik özelliği ise düşük olan bir bireyin, daha az romantik yalnızlık yaşayacağını söylemek mümkündür.

Duygusal yalnızlığın iki boyutunu oluşturan ailesel yalnızlık ve romantik yalnızlık faktörlerinin her ikisini birden yordayan iki kişilik özelliği olduğu görülmektedir. Bunlar; dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özelliğidir. Weiss (1974) tarafından geliştirilen yalnızlığın sınıflandırılmasına dair altı bileşenli sosyal hükümler modeline göre elde edilen bu bulgu değerlendirilecek olursa, modelin bağlanma bileşeni ile dışa dönüklük, sorumluluk kişilik özelliği arasındaki ilişki ortaya çıkmaktadır. Sosyal hükümler modelinin bileşenlerinden bağlanma bileşeninin eksikliği duygusal yalnızlık boyutuyla ilgilidir (Russell vd., 1984). Bu bağlamda dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özelliği düşük olan bireylerin, bağlanma bileşeninde daha fazla problem yaşadığı söylenebilir. Ayrıca Weiss'in kurucusu olarak nitelendirildiği etkileşim kuramı bağlamında da elde edilen bulgular değerlendirilebilir. Etkileşim kuramı yalnızlığa dair iki yaklaşım içermektedir: Durumsal ve karakterolojik yaklaşım. Karakterolojik yaklaşımda yalnızlığı sebebi olarak, kişilik özellikleri ve çevresel etmenler gösterilmektedir (Weiss, 1973). Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre ise, yalnızlığın bir bölümünü kişilik özelliklerinin yordadığı görülmektedir. Karakterolojik yaklaşım ile bu çalışmadan elde edilen bulguların, birbirini destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Yalnızlığın kişilik özellikleri tarafından yordandığı birçok araştırma literatürde yer almaktadır. Fakat kişilik özellikleri için HEXACO Kişilik Envanteri'nin, yalnızlık ölçümleri için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nin kullanıldığı başka bir çalışma tespit edilmemiştir. Öte yandan ACL Sıfat Tarama Listesi, Beş Faktör Kişilik Envanteri ve UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin kullanıldığı araştırmalar vardır. Köse (2006) tarafından gerçekleştirilen araştırmada; ACL Sıfat Tarama Listesi'nden başarıma, başatlık, sebat, düzen, karşı cinse ilgi, gösteriş, özgüven, duyguları anlama, şefkat gösterme, yakınlık, kişisel uyum, ideal benlik, askeri liderlik ve erkeksi özellikler ile UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden elde edilen yalnızlık puanları arasında ilişki tespit edilmiştir. Bahsedilen bu kişilik özellikleri azaldıkça, bireyin yalnızlığı artış göstermektedir. Araştırmada gerçekleştirilen regresyon analizi sonucunda; algılanan aile desteği ile kişilik özelliklerinden başatlık, gösteriş, otokontrol ve kişisel uyumun yalnızlığı %15,6 düzeyinde yordadığı tespit edilmiştir. Yine aynı veri toplama araçlarının kullanıldığı başka bir çalışmada Şentürk (2010); gerçekleştirdiği regresyon analizi sonucunda araştırmanın bağımsız değişkenlerinin yalnızlığın %49,3'ünü açıkladığını tespit etmiştir. Yalnızlığı bu düzeyde yordayan değişkenler ise şu şekildedir: Sosyal beceri boyutlarından duyuşsal duyarlık, sosyal duyarlık, sosyal kontrol; kişilik özelliklerinden başarıma, kişisel uyum ve son olarak benlik saygısı. Başka bir araştırmada Parlak (2018), Beş Faktör Kişilik Envanteri'nden elde edilen kişilik özellikleri puanları ile iş yaşamında yalnızlık puanlarını karşılaştırmıştır. Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda; kişilik özelliklerinden uyumluluk, dışadönüklük, sorumluluk ve açıklığın birlikte yalnızlığın %38'ini açıkladığı bulgusuna erişilmiştir. Bu analizdeki en büyük etkiye sahip kişilik özelliği ise uyumluluk faktörü olmuştur. Son olarak Keldal ve Atlı (2016) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, Beş Faktör Kişilik Envanteri'nden elde edilen kişilik özellikleri puanları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden elde edilen yalnızlık puanları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Kişiliğin yalnızlığı ne düzeyde yordadığını tespit etmek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Kişilik özelliklerinin üniversite öğrencilerinin sahip olduğu yalnızlıktaki varyansın %28'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, nevroitiklik, uyumluluk ve deneyime açıklık faktörleri ise yalnızlığın anlamlı yordayıcısı olan boyutlardır. Keldal ve Atlı tarafından yapılan çalışma ile bu çalışmadan elde edilen bulgular

karşılaştırıldığında; en büyük ortak nokta dışa dönüklük ve deneyime açıklık boyutlarında görülmektedir. Sorumluluk kişilik boyutunda ise elde edilen sonuçlar çelişmektedir. Karşılaştırılan bu üç kişilik özelliği; BFKE ile HEXACO Kişilik Envanteri'nin her ikisinde de yer alan ve benzer kapsama sahip boyutlardır. Bu yüzden karşılaştırılmıştır. Fakat araştırmalarda yer alan diğer kişilik boyutlarının kapsamaları farklı olduğu için tartışmaya dahil edilmemiştir. Sonuç olarak; geçmişte yapılan çalışmaların, bu çalışma ile bazı yönlerden paralellik göstermekte bazı yönlerden ise birbiriyle çelişmekte olduğu söylenebilir.

5.1.11. Araştırmanın On Birinci Alt Problemine İlişkin Sonuçlar

Araştırmanın on birinci alt problemi, “Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, mutluluk korkusunu anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?” şeklindedir. Mutluluk korkusu bağımlı değişken olarak ele alınırken, bağımsız değişken olarak ise HEXACO Kişilik Envanteri'nin altı boyutu olan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özellikleri analize tabi tutulmuştur.

Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerini oluşturan dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık boyutlarının birlikte, mutluluk korkusu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu söylemek mümkündür. Dürüstlük-alçak gönüllülük, duygusallık, dışa dönüklük, uyumluluk, sorumluluk ve deneyime açıklık bağımsız değişkenleri, sosyal yalnızlık bağımlı değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %6,8'ini açıklamaktadır. Modelde analize tabi tutulan bağımsız değişkenlerden duygusallık ve sorumluluğun modele katkısının anlamlı olduğu bulgusuna erişilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre, kişilik özelliklerinden duygusallık ve sorumluluk boyutlarının mutluluk korkusunun yordayıcısı olduklarını söylemek mümkündür. Duygusallık kişilik özellikleri mutluluk korkusuna pozitif etki ederken, sorumluluk ise negatif etki göstermektedir. Kişilik özelliklerinden duygusallığın yüksek olduğu durumlarda bireyin daha hassas, aşırı duyarlı ve endişeli niteliklere sahip olması beklenirken; sorumluluk boyutunun yüksek olduğu durumlarda ise disiplinli, çalışkan ve titiz niteliklere sahip olması beklenmektedir (Schultz ve Schultz, 2007; Ashton ve Lee, 2005; Ashton ve Lee, 2007; Ulu ve Bulut, 2017). Bu

bağlamda mutluluk korkusunun duygusallık ve sorumluluk kişilik özelliği ile olan ilişkisi değerlendirilebilir. Mutluluk korkusu, bazı psikiyatristler tarafından kaygı bozukluğu olarak değerlendirilmektedir (Nall ve Legg, 2017). Duygusallık kişilik özelliği yüksek bireylerin nitelikleri incelendiğinde, kişilerin daha hassas, duyarlı ve endişeli olduğu görülmektedir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, duygusallık kişilik özelliği yüksek bireylerin mutluluk korkularının yüksek olması, beklenen bir durum olarak ifade edilebilir. Öte yandan, mutluluk ve sorumluluk ilişkisi literatürde yer alan bir durumdur. Köroğlu (2019) mutluluk ve sorumluluk ilişkisine dair; mutluluğundan sorumlu bir bireyin mutluluğu dışarıdan beklemeyeceğini, olumsuz durumlardan bağımsız olarak mutluluğu kendisiyle birlikte başarmayı hedefleyeceğini söylemektedir. Mutluluk korkusunun, sorumluluk kişilik özelliğinin yüksek olması durumunda negatif yönde etkileniyor olması bulgusu; bu bağlamda değerlendirilerek açıklanabilir. Literatürde yer alan bu görüş, bu çalışmadan elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Ayrıca yine Gestalt kuramında da kişilerin yaşamlarında kendi yollarını bulmaları gerekliliğinden ve bireyin olgunluğa erişmek için bireysel sorumluluklarını fark edip kabullenmesinin şart olduğundan söz edilir (Corey, 1977; akt. Kunter, 1995). Bu sav ile elde edilen bulgu paralellik göstermektedir.

Mutluluk korkusunun kişilik özellikleri tarafından yordandığı bir çalışmaya literatürde rastlanmamıştır. Elmas (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmada; mutluluk korkusunun ilişkilerde bilişsel çarpıtmalar, yaşam doyumu ve psikolojik kırılganlık değişkenleri tarafından yordandığı regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda bahsedilen değişkenlerin mutluluk korkusunu %20,9 oranında yordadığı tespit edilmiştir. Özkan (2020) tarafından yapılan çalışmada ise kişilik özellikleri ve mutluluk korkusu arasındaki ilişki incelenmiştir. Kişilik özelliklerini ölçmek için Hacettepe Kişilik Envanteri kullanılmıştır. Analiz sonucunda Hacettepe Kişilik Envanteri'nin boyutları olan kendini gerçekleştirme, duygusal kararlılık, nevrotik eğilim, psikotik belirti, aile ilişkileri, sosyal ilişki, sosyal normlar ve anti sosyal eğilimler ile mutluluk korkusu arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak, bahsedilen kişilik özellikleri arttıkça mutluluk korkusu azalmaktadır. Yine başka bir çalışmada Agbo ve Ngwu (2017), mutluluk korkusu ile olumlu ve olumsuz duygulanım arasındaki ilişkiye kişilik özelliklerinin nasıl etki

gösterdiğini incelemiştir. Kişilik özelliklerini ölçmek için Beş Faktör Kişilik Envanteri kullanılmıştır. Analiz sonucunda, kişilik özelliklerinden uyumluluk ve nevrotiklik boyutlarının mutluluk korkusu ve olumlu duygulanım ilişkisini güçlendirdiği sonucu tespit edilirken; yine bu ilişkiyi kişilik özelliklerinden açıklık, vicdanlılık ve dışa dönüklük boyutlarının ise zayıflattığı bulgusuna erişilmiştir. Olumsuz duygulanım ile mutluluk korkusuna; kişilik özelliklerinden uyumluluk, nevrotiklik, açıklık ve sorumluluk faktörleri olumlu etki yaparken; dışa dönüklük boyutu ise bu ilişkiyi zayıflatmıştır. Alanyazındaki bulgular kişilik ve mutluluk korkusu ilişkisinin önemini ortaya koymaktadır. Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular ise zayıf düzeyde de olsa kişiliğin mutluluk korkusuna etki ettiğini göstermiştir. Bu bağlamda, yaygın olarak kültür değişkeni ile ilişkilendirilen mutluluk korkusu kavramının kişilikle de ilgili olduğu, araştırmalarda bu boyutun da dikkate alınması gerekliliği ortaya konmuştur.

5.2. Öneriler

Üniversite öğrencileri örnekleminde sosyal ve duygusal yalnızlık, mutluluk korkusu ve kişilik özellikleri ile demografik değişkenler arasındaki ilişkinin çözümlenmesi; sosyal ve duygusal yalnızlık ile mutluluk korkusunun kişilik özellikleri tarafından yordanması hakkında iki temel amaçtan oluşan bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu bölümde ise çalışmadan elde edilen bulgular doğrultusunda öncelikle çalışmada ele alınan konulara dair uygulamaya yönelik, sonrasında ise bu konulara dair daha sonra yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunulmuştur.

5.2.1. Uygulamaya Yönelik Öneriler

1. Yalnızlığın ve mutluluk korkusunun bireylerde azalması için gerekli önleyici ve gelişimsel çalışmalara kişilik özellikleri bağlamında yön verilebilir. Bu amaç doğrultusunda bireyin çocukluk dönemi dahil tüm eğitim kademelerinde olumlu kişilik özelliklerinin desteklendiği ve yaygınlaştırılmaya çalışıldığı eğitim programları, seminerler düzenlenebilir.

2. Cinsiyete, aile gelir düzeyine ve çocuk doğum sırasına göre farklılaşan yalnızlık ve mutluluk korkusu durumları bu çalışmada tespit edilmiştir. Elde edilen

bulgular doğrultusunda, dezavantajlı olan gruplara rehberlik edilebilir. Örneğin; erkek bireylerin sosyal yalnızlık düzeyleri kadınlara göre daha yüksek olduğu için, okullardaki erkeklere yönelik grupla rehberlik çalışmaları icra edilebilir.

5.2.2. Gelecekte Yapılacak Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Araştırma örneklemini üniversite öğrencilerinden oluşturulmuştur. Bu değişkenlere dair farklı yaş gruplarında yapılacak araştırmalar, bu bulguların güvenilirliği, geçerliliği hakkında bilgi ve daha net bulgular edinilmesini sağlayacaktır.

2. Araştırma nicel yöntemlerle gerçekleştirilmiş kesitsel bir çalışmadır. Bu bağlamda; yalnızlık, mutluluk korkusu ve kişilik üzerine yapılacak boylamsal bir çalışma, bireylerin farklı yaş gruplarında yaşayacağı değişimleri ortaya koyacaktır.

3. HEXACO Kişilik Envanteri ve mutluluk korkusu yerel literatürde şu ana kadar üzerinde çok çalışmanın olmadığı alanlardandır. Mutluluk korkusunun ve HEXACO'nun farklı değişkenler ile ortaya konulacak birçok ilişkisi, alanyazında yer alan boşluğu dolduracak ve bu konularla ilgili çok daha net gelişimler gösterilmesini sağlayacaktır.

4. Bu araştırmada yer alan değişkenlerin Türkiye'de bulunan bölgeler arasında karşılaştırmalı analizleri yapılabilir çünkü Türkiye coğrafyasında çok çeşitli kültürler ve aile yapıları yer almaktadır. Bu sayede coğrafyanın, kültürün, örf ve adetlerin; kişiliğe, yalnızlığa ve mutluluğa nasıl etki ettiği ortaya konulabilir.

BÖLÜM 6

KAYNAKÇA

- Abdurrahimo, V. (2021). *25-30 Yaş Arası Genç Yetişkinlerde Aile Yılmazlık Düzeyinin Travmayla Başa Çıkma Algısı ve Sosyal-Duygusal Yalnızlıkla İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Acaboğa, A. (2007). *Din-mutluluk ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Adler, A. (2000). *Yaşamın Anlam ve Amacı*. (Çeviren: Kamuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Adler, A. (2005). *Çocuk eğitimi*. (Çeviren: Kamuran Şipal). İstanbul: Cem Yayınevi.
- Adler, A. (2018). *İnsanı Tanıma Sanatı*. (Çeviren: Kamuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Adler, A. (2019). *Yaşama sanatı*. (Çeviren: Kamuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Agbo, A. A. ve Ngwu, C. N. (2017). Aversion to happiness and the experience of happiness: The moderating roles of personality. *Personality and Individual Differences*, 111, 227-231.
- Aghababaei, N., Błachnio, A., Arji, A., Chiniforoushan, M., Tekke, M. ve Mehrabadi, A. F. (2016). Honesty–humility and the HEXACO structure of religiosity and well-being. *Current Psychology*, 35(3), 421-426.
- Akgül, H. (2020). Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nin (SELSA-S) Türk Kültürüne Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(21), 54-69.

- Akın, A. (2009). *Akılci Duygusal Davranışçı Terapi Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Psikolojik İyi Olma ve Öz-Duyarlık Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Aktan, C. C. ve Tutar, H. (2007). Bir sosyal sabit sermaye olarak kültür. *Pazarlama ve İletişim Kültürü Dergisi*, 6(20), 1-11.
- Alıcı, A. (2010). *Hayata Yön Veren Sözler*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Allık, J. ve McCrae, R. R. (2004). Toward a geography of personality traits: patterns of profiles across 36 cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology* 35(1), 13-28.
- Altıntaş, E. ve Gültekin, M. (2005). *Psikolojik danışma kuramları*. İstanbul: Aktüel Yayınları.
- Altıparmak, P. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Yaşamda Anlamanın Yordayıcıları Olarak Sosyal Duygusal Yalnızlık ve Öz-Anlayış*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aluş, Y. ve Selçukkaya, S. (2015). Türk ailesinde mutluluk algısı ve değerleri. *Sosyal ve Kültürel Araştırmalar Dergisi (SKAD)*, 1(2), 151-175.
- Amirah, S. (2021). Do You Secretly Fear Happiness (Cherophobia). Psych2go. <https://psych2go.net/do-you-secretly-fear-happiness-cherophobia/> adresinden 16 Ekim 2021 tarihinde alınmıştır.
- Amiri, S., Foroughi, A., Bavafa, A., Bazani, M., Mohammadian, Y., Dorouie, N. ve Khorramnia, S. (2019). Validity and reliability of the persian version of the fear of happiness scale. *Journal of Kermanshah University of Medical Sciences*, 23(1).
- Anlı, G. (2018). İnternet bağımlılığı: sosyal ve duygusal yalnızlık. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 389-397.
- Arı, A. (2017). *Eğitim Psikolojisi*. Konya: Eğitim Yayınevi.
- Aristoteles. (2007). *Nikomakhos'a Etik*. (Çeviren: Saffet Babür). Ankara: Bilgesu Yayıncılık.

- Arslan, M. (2004). Kişilerin batıl inanç kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 2(6), 9-34.
- Ashton, M. C. ve Lee, K. (2001). A theoretical basis for the major dimensions of personality. *European Journal of Personality*, 15, 327-353.
- Ashton, M. C. ve Lee, K. (2005). Honesty-Humility, the Big Five, and the Five-Factor Model. *Journal of Personality*, 73(5), 1321-1354.
- Ashton, M. C. ve Lee, K. (2007). Empirical, theoretical, and practical advantages of the HEXACO model of personality structure. *Personality and Social Psychology Review*, 11(2), 150-166.
- Ashton, M. C. ve Lee, K. (2008a). The HEXACO model of personality structure and the importance of the H factor. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 1952-1962.
- Ashton, M. C. ve Lee, K. (2008b). The prediction of Honesty-Humility-related criteria by the HEXACO and Five-Factor Models of Personality. *Journal of Research in Personality*, 42(5), 1216-1228.
- Ashton, M. C. ve Lee, K. (2009). An investigation of personality types within the HEXACO personality framework. *Journal of Individual Differences*, 30(4), 181-187.
- Ashton, M. C. ve Lee, K. (2009). The HEXACO-60: A short measure of the major dimensions of personality. *Journal of Personality Assessment*, 91, 340-345.
- Ashton, M. C., Lee, K. ve De Vries, R. E. (2014). The HEXACO honesty-humility, agreeableness and emotionality factors: A review of research and theory. *Personality and Social Psychology Review*, 18(2), 139-152.
- Ashton, M. C., Lee, K. ve Son, C. (2000). Honesty as the sixth factor of personality: Correlations with machiavellianism, primary psychopathy, and social adroitness. *European Journal of Personality*, 14(4), 359-368.

- Ashton, M. C., Lee, K., Perugini, M., Szarota, P., De Vries, R. E., Di Blas, L., ... ve De Raad, B. (2004). A six-factor structure of personality-descriptive adjectives: solutions from psycholexical studies in seven languages. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 356.
- Atkinson, R. L., Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B., Bem, D. J. ve Maren, S. (2015). *Psikolojiye Giriş*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Aytaç, S. (2000). *İnsanı Anlama Çabası: (Psikolojiye Giriş)*. Bursa: Ezgi Kitabevi.
- Baiocco, R., Chirumbolo, A., Bianchi, D., Ioverno, S., Morelli, M. ve Nappa, M. R. (2017). How HEXACO personality traits predict different selfie-posting behaviors among adolescents and young adults. *Frontiers in Psychology*, 7, 2080.
- Bakioğlu, A. ve Korumaz, M. (2014). Öğretmenlerin okulda yalnızlıklarının kariyer evrelerine göre incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (39), 25-54.
- Balcı Arvas, F. (2017). Psikolojide ve İslam düşünce geleneğinde mutluluk kavramı: Karşılaştırmalı bir çalışma. *İsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 111.
- Baran, G. ve Bulut, Ş. (2002). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 11-21.
- Baş, Z., Baş, A., Kalafat, A. ve Dilmaç, B. (2021). Ergenlerde duygusal zekâ, mutluluk korkusu ve mizah tarzları arasındaki yordayıcı ilişkinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(33), 154-173.
- Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current directions in psychological science*, 11(1), 7-10.
- Bezmez, S. ve Brown, C. H. (2005). Türkçe-İngilizce Redhouse Sözlüğü. *SEV Matbaacılık ve Yayıncılık, İstanbul*.
- Boeree, C. G. (2006). Sigmund Freud. *Personality Theories*, 1-19.

- Bryant, F. B. ve Veroff, J. (2017). *Savoring: A New Model of Positive Experience*. East Sussex: Psychology Press.
- Buluş, M. (1996). Ergen öğrencilerde denetim odağı-yalnızlık düzeyi ilişkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2000), 165-176.
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 82-90.
- Burger, J.M. (2016). *Kişilik* (Çeviren: İnan Deniz Erguvan Sağıroğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Bülbül, A.E. (2018). Reliability and validity of fear of happiness scale: a case study of university students. *Journal of Education and e-Learning Research*, 5(2), 91-95.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (17. baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). Örneklem yöntemleri.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Crawford, L. E., Ernst, J. M., Burleson, M. H., Kowalewski, R. B., ... ve Berntson, G. G. (2002). Loneliness and health: Potential mechanisms. *Psychosomatic medicine*, 64(3), 407-417.
- Cervone, D. ve Pervin, L. A. (2018). *Kişilik Psikolojisi*. (Çeviren: Mustafa Baloğlu). (12.baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Cevizci, A. (1999). *Felsefe Sözlüğü* (3. baskı). İstanbul: Paradigma Yayınları.
- Chen, Y. H. (2006). Handbook of multicultural perspectives on stress and coping. In T. P. Wong and C. J. Wong (Eds.), *The Way of Nature as A Healing Power*. New York: Springer, 91-103.
- Clinton, M. ve Anderson, L. R. (1999). Social and emotional loneliness: Gender differences and relationships with self-monitoring and perceived control. *Journal of Black Psychology*, 25(1), 61-77.

- Conoley, C.W. ve Conoley, J.C. (2017). *Pozitif Psikoloji ve Aile Terapisi* (Çeviren: Tuğba Sarı). Ankara: Anı Yayınevi.
- Costa, Jr, P. T. ve McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Costa, Jr, P. T. ve McCrae, R. R. (1988). Personality in adulthood: A six-year longitudinal study of self-report and spouse ratings on the NEO Personality Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 853-863.
- Costa, Jr, P. T. ve McCrae, R. R. (1990). Personality disorders and the five-factor model of personality. *Journal of personality disorders*, 4(4), 362-371.
- Costa, Jr. P. T. ve McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory Manual*. Odessa: Psychological Assessment Resources.
- Cömert, E. (2018). *Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde karanlık üçlü: Hexaco kişilik özelliklerinin yordayıcı rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Cüceloğlu, D. (2021). *İnsan ve Davranış*. İstanbul: Remzi Kitap Evi.
- Çalışkan, E. F., Yasul, A. F. ve Ulaş, A. H. (2017). Öğretmen adaylarının sosyal değer algıları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Education Sciences*, 12(4), 133-146.
- Çeçen, A.R. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 180-190.
- Çevik, Ö. (2020). Kültürel bir öğreti: Mutluluk korkusu. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 855-869.

- Çıbık, T. (2019). *Eşini Kaybetmiş Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Destek ile Duygusal ve Sosyal Yalnızlık Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çıblak, N. (2004). Halk kültüründe nazar, nazarlık inancı ve bunlara bağlı uygulamalar. *TÜBAR*, 15, 103-125.
- Çınar, N. S. ve Günal, Y. (2021). Covid-19 döneminde lise son sınıf öğrencilerinin mutluluk korkularının farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Sosyal Bilimlerde Covid-19 Salgını*, 17.
- Çınarbaş, D. C. ve Nilüfer, G. (2019). Adler ve Sulloway'ın Doğum Sırası Kuramları ve Görgül Bulgular ile İlgili Bir Derleme. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 59(1), 125-151.
- Çobanoğlu, K. (2021). *İnsan Kayakları Yönetiminde Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin ve Demografik Değişkenlerin İş Tatmini Açısından İncelenmesi: Bir Vakıf Üniversitesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Dahlberg, L. ve Mckee, K. J. (2014). Correlates of social and emotional loneliness in older people: evidence from an English community study. *Aging ve mental health*, 18(4), 504-514.
- Danış, M. Z., Yıldız, R., Tekin, H. E. ve Alkan, P. (2017). Sosyal hizmet öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve bunu etkileyen faktörler: Sakarya örneği. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 9-22.
- De Jong Gierveld, J. (1988). A review of loneliness: concept and definitions, determinants, and consequences, *Review in Clinical Gerontology*, 8, 73-80.
- Demir, A. (1990). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demir, N. (2018, 10 Ekim). Çok güldük başımıza bir şey mi gelecek? www.milliyet.com.tr

- Demir, Ü. (2020). Aile özellikleri ve mutluluk: Çanakkale’de lise öğrencileri üzerine bir araştırma. *Kastamonu Education Journal*, 28(3).
- Demirci, İ., Ekşi, H., Kardaş, S. ve Dinçer, D. (2016). Mutluluk Korkusu Ölçeği’nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(4), 2057-2072.
- Demirli, A. (2007). *The Role of Gender, Attachment Dimensions, and Family Environment in Loneliness*. Master Thesis. Middle East Technical University, Department of Social Sciences.
- Demirtaş, A. S. (2007). *İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeyleri ile Stresle Başa Çıkma Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W. ve Fujita, F. (1992). Extroversion and subjective well-being in a U.S. national probability sample. *Journal of Research in Personality*, 26, 205-215.
- DiTommaso E., Brannen, C. ve Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119.
- DiTommaso, E. (1997). *Assessing an Attachment Model of Loneliness: The Relationship Between Attachment Style, Chronic Loneliness, and Coping*. Unpublished dissertation, The University of New Brunswick, Fredericton.
- DiTommaso, E. ve Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA). *Personality and Individual Differences*, 14, 127-134.
- DiTommaso, E. ve Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: A re-examination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and individual differences*, 22(3), 417-427.

- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Doğan, T., Sıpmaz, F. ve Akıncı Çötök, N. (2013). Öz-eleştiri ve mutluluk. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(1), 391-400.
- D'raven, L. L. ve Pasha-Zaidi, N. (2015). Happiness in the United Arab Emirates: conceptualisations of happiness among Emirati and other Arab students. *International Journal of Happiness and Development*, 2(1), 1-21.
- Drennan, J., Treacy, M., Butler, M., Byrne, A., Fealy, G., Frazer, K. ve Irving, K. (2008). The experience of social and emotional loneliness among older people in Ireland. *Ageing ve Society*, 28(8), 1113-1132.
- Dugan, E. ve Kivett, V. 1994. The importance of emotional and social isolation to loneliness among very old rural adults. *The Gerontologist*, 34(3), 340-6.
- Duru, E. (2008). Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 15.
- Duy, B. (2003). *Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yaşadığı Yalnızlık ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlarını Azaltmadaki Etkililiği*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Duyan, V., Duyan, G. Ç., Çifti, E. G., Sevin, Ç., Erbay, E. ve İkizoğlu, M. (2010). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150).
- Dykstra, P. A. ve Fokkema, T. (2007). Social and emotional loneliness among divorced and married men and women: Comparing the deficit and cognitive perspectives. *Basic and applied social psychology*, 29(1), 1-12.
- Eid, M. ve Diener, E. (2001). Norms for experiencing emotions in different cultures: Inter- and intranational differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(5), 869-885.

- Eker, S. (2012). Alfred Adler'in kişilik kuramının demokrasi düşüncesi açısından önemi. *Social Sciences Review of the Faculty of Sciences ve Letters University of Uludag/Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(22).
- Ekinci, N. E., Demirel, M., Demirel, D. H. ve Işık, U. (2015). Lise öğrencilerinin yalnızlık algılarının rekreasyonel etkinliklere katılımları ve bireysel değişkenlere göre incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(2), 71-78.
- Ekşi, H., İkiz, K. ve Başman, M. (2020). Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu ve duygularını ifade etme becerileri arasındaki ilişkide öz duyarlılığın aracı rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(2), 820-829.
- Elmas, İ. (2021). *Öğretmenlerin Mutluluk Korkusunu Yordayan Değişkenlerin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Eminoğlu, M. (2018). *Ergenlerde sosyal ve duygusal yalnızlık ile akran zorbalığı arasında psikolojik dayanıklılığın aracı rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bayburt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bayburt.
- Emmons, R.A. ve Diener, E. (1986). An interactional approach to the study of personality and emotion. *Journal of Personality*, 54, 371-384.
- Eraslan Çapan, B. ve Sarıçalı, M. (2016). The role of social and emotional loneliness in problematic facebook use. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 17(3), 53-66.
- Erden, M. ve Akman, Y. (2004). *Gelişim ve öğrenme* (13. Baskı). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Erdoğan, F. (2009). *Conceptualizig Online Enviroments as Third Places: An Analysis on Second Life and Facebook*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Boğaziçi Üniversitesi Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi Enstitüsü, İstanbul.

- Eren, A. (1994). *Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ernst, J. M. ve Cacioppo, J. T. (1999). Lonely hearts: psychological perspectives on loneliness. *Applied and Preventive Psychology*, 8(1), 1–22.
- Eskin, M. (2001). Ergenlikte yalnızlık, baş etme yöntemleri ve yalnızlığın intihar davranışı ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(5), 5-11.
- Ewen, R. B. (2009). *An Introduction to Theories of Personality*, (7th edition). East Sussex: Psychology Press.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS* (3th ed.). London: Sage Publications.
- Fraenkel, J. R. ve Wallen N.E. (2003). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGraw Hill.
- Frey, B. S. ve Stutzer, A. (2010). *Happiness and Economics*. NJ: Princeton University Press.
- Fromm, E. (1995). *Erdem ve Mutluluk*. (Çeviren: Ayda Yörüken), Ankara: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Fromm, E. (1999). *Sevme Sanatı*. (Çeviren: Selçuk Budak). (7. Basım). Ankara: Öteki Yayınevi.
- Gazali. (2000). *Mutluluk ve Saadet Hazinesi, Kimya-yı Saadet*. (Çeviren: Ali Arslan). İstanbul: Merve Yayınları.
- Geçtan, E. (2007). *Varoluş ve Psikiyatri* (7. Basım). İstanbul: Metis Yayınevi.
- Gilbert, P., McEwan, K., Catarino, F., Baião, R. ve Palmeira, L. (2014). Fears of happiness and compassion in relationship with depression, alexithymia, and attachment security in a depressed sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 53(2), 228-244.

- Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J. ve Matos, M. (2012). Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85(4), 374–390.
- Goldberg, L. R. (2001). Analyses of Digman's child-personality data: Derivation of Big-Five factor scores from each of six samples. *Journal of personality*, 69(5), 709-744.
- Gökberk, M. (2016). *Felsefe Tarihi*. Ankara: Remzi Yayınevi.
- Green, L. R., Richardson, D. S., Lago, T. ve Schatten-Jones, E. C. (2001). Network correlates of social and emotional loneliness in young and older adults. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(3), 281-288.
- Güney, S. (2015). *Davranış Bilimleri* (12. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hamarta, E. (2000). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Sosyal Beceri Düzeylerinin Öğrencilerin Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Harris, J. R. (1995). Where is the child's environment? A group socialization theory of development. *Psychological review*, 102(3), 458.
- Hazar, Ç. (2006). Kişilik ve iletişim tipleri. *Selçuk İletişim*, 4(2), 125-140.
- Hefferon, K., ve Boniwell, I. (2018). Pozitif Psikoloji: Kuram, Araştırma ve Uygulamalar (Çeviren: Tayfun Doğan). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Heinrich, L. M. ve Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
- Held, B. S. (2002). The tyranny of the positive attitude in America: Observation and speculation. *Journal of clinical psychology*, 58(9), 965-991.
- Ho, D. Y. F. (2000). Dialectical thinking: Neither eastern nor western. *American Psychologist*, 55(9), 1064–1065.

- Hogan, B. L. (1996). Bone morphogenetic proteins: multifunctional regulators of vertebrate development. *Genes & Development*, 10(13), 1580-1594.
- Ireland, J. L. ve Qualter, P. (2008). Bullying and social and emotional loneliness in a sample of adult male prisoners. *International Journal of Law and Psychiatry*, 31(1), 19-29.
- İlhan, T. (2012). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık: Cinsiyet rolleri ve bağlanma stillerinin yalnızlığı yordama güçleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(4), 2377-2396.
- İmamoğlu, S. (2008), *Genç Yetişkinlikte Kişiler Arası İlişkilerin Cinsiyet, Cinsiyet Roller ve Yalnızlık Algısı Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, İstanbul.
- İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E. (2020). *Kişilik Kuramları* (16. Basım). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- İstengel, A. M. (2006). *Okul Rehber Öğretmenlerinin Kişilik Özellikleri ve İş Stresleri Arasındaki İlişki Düzeyinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Jefferson Jr, T., Herbst, J. H. ve McCrae, R. R. (1998). Associations between birth order and personality traits: Evidence from self-reports and observer ratings. *Journal of Research in Personality*, 32(4), 498-509.
- Johnson, E.T. (2007). Loneliness and aloneness: their relationship to college persistence and high risk behaviors. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 67, 7377-7390.
- Jones, W. H. ve Hebb L. (2003). The experience of loneliness: objective and subjective factors. *The International Scope Review* 5(9), 41-68.
- Jones, W. H., Freemon, J. E. ve Goswick, R. A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality*, 49(1), 27-48.

- Joshanloo, M. (2012). Investigation of the factor structure of spirituality and religiosity in Iranian Shiite university students. *International Journal of Psychology*, 47(3), 211-221.
- Joshanloo, M. (2013). The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale. *Personality and Individual Differences*, 54(5), 647–651.
- Joshanloo, M. (2014). Eastern conceptualizations of happiness: Fundamental differences with western views. *Journal of happiness studies*, 15(2), 475-493.
- Joshanloo, M. ve Weijers, D. (2013). Fear of happiness across cultures: A review of where and why are people afraid of happiness. Unpublished manuscript
- Joshanloo, M. ve Weijers, D. (2014). Aversion to happiness across cultures: A review of where and why people are averse to happiness. *Journal of happiness studies*, 15(3), 717-735.
- Joshanloo, M., Lepshokova, Z. K., Panyusheva, T., Natalia, A., Poon, W. C., Yeung, V. W. L., ... ve Jiang, D. Y. (2014). Cross-cultural validation of fear of happiness scale across 14 national groups. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 45(2), 246-264.
- Kaba, İ. (2019, 25 Ağustos). Hayatını ‘Çok Güldük, Kesin Başımıza Bir Şey Gelecek’ Mottosu Üzerine Kuranların Muzdarip Olduğu Durum: Cherophobia, www.onedio.com.tr
- Karabacak, G. (2010). *İşgören Kişilik Özelliklerinin İş Stresi Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Karaca, F. (2001). Heteredoks inanç ve davranışlar ölçeği üzerine bir deneme. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (15).
- Karaduman, M. (2013). *İş Yaşamında Yalnızlık Algısının Örgütsel Vatandaşlık Davranışı ile İlişkisi ve Öğretmenler Üzerinde Bir Uygulama*. Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

- Karaırmak, Ö. ve Siviş, R. (2008). Modernizmden postmodernizme geçiş ve pozitif psikoloji. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 102-115.
- Kardaş, A. N. (2021). *Kişilik özellikleri ile toplumsal cinsiyet algı düzeyleri arasındaki ilişki: Orta kademe yöneticiler örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi İşletme Enstitüsü, Sakarya.
- Kaya, S. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyum Düzeylerinin Yordayıcısı Olarak Yalnızlık ve Gelecek Zaman Algısı*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Kaynak, M. A. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Yordayıcıları Olarak Otomatik Düşünceler ve Duyguları Yönetme Becerilerinin Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü, Muğla.
- Keldal, G. ve Atlı, A. (2016). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yordayıcısı olarak kişilik özellikleri. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45(2), 131-146.
- Kılıç, M. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kılıç, M. A. (2020). *15-18 yaş arası okul sporlarına katılan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ile sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Kılıç, S. (2014). Etki büyüklüğü. *Journal of Mood Disorders*, 4(1), 44-6.
- Kılıç, Ş. D. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Kırel, Ç, Kayaoğlu, A. ve Gökdağ, R. (2004). *Sosyal Psikoloji* (1. Baskı). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Web-Ofset.

- Kıvılcım, P. (2019). *Genel Aidiyetin Sosyal Görünüş Kaygısı ile Sosyal Duygusal Yalnızlık Algısı Arasındaki İlişkide Biçimlendirici Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kocatürk, M. (2018). *Tek Çocuk Olma Deneyimi: Kişilik Özellikleri, Aile ve Akran İlişkileri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Koçak, E. (2008). *Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Köknel, Ö. (1993). *Davranış Bilimleri:(Ruh Bilim)*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayınları.
- Körler, Y. (2011). *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Yalnızlık Düzeyleri ve Yalnızlık ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Köroğlu, E. (2019). *Mutluluk ve Esenlik: Olumluluk Psikolojisinin Temelleri*. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Köse, E. (2006). *Liseli Ergenlerde Kişilik ve Sosyal Desteğin Yalnızlığa Olan Etkisinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Krause-Parello, C. A. (2008). Loneliness in the school setting. *The journal of school nursing*, 24(2), 66-70.
- Kulaksızoğlu, A. (2020). *Ergenlik Psikolojisi* (21. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kunter, Z. (1995). Gestalt terapisi. *MÜ Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 7, 189-197.

- Kültür, Y. Z. (2006). *Ortaöğretim Kurumlarındaki Yöneticilerin Liderlik Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Lambrou, P. (2014). Is fear of happiness real? *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/codes-joy/201405/is-fear-happiness-real> adresinden 25.09.2021 tarihinde alınmıştır.
- Le Roux, A. (2009). The relationship between adolescents attitudes toward their fathers and loneliness: A cross-cultural study. *Journal of Child & Family Studies*, 18(2), 219-226.
- Lee, K. ve Ashton, M. C. (2004). Psychometric properties of the HEXACO personality inventory. *Multivariate Behavioral Research*, 39(2), 329-358.
- Lee, K. ve Ashton, M. C. (2005). Psychopathy, machiavellianism, and narcissism in the Five-Factor Model and the HEXACO model of personality structure. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1571-1582.
- Lee, K. ve Ashton, M. C. (2014). The Dark Triad, the Big Five, and the HEXACO model. *Personality and Individual Differences*, 67, 2-5.
- Lee, T. J. ve Sohn, H.K. (2012). Relationship between HEXACO personality factors and emotional about of service providers in the tourism industry. *Tourism Management*, 33, 116-125.
- Lemieux, R., Lajoie, S. ve Trainor, N. E. (2013). Affinity-seeking, social loneliness, and social avoidance among Facebook Users. *Psychological Reports*, 112 (2), 545-552.
- Lu, L. (2001). Understanding happiness: A look into the Chinese folk psychology. *Journal of happiness studies*, 2(4), 407-432.
- Lu, L. (2005). In pursuit of happiness: The cultural psychological study of SWB. *中華心理學刊*, 47(2), 99-112.

- Lu, L. ve Gilmour, R. (2004). Culture and conceptions of happiness: Individual oriented and social oriented SWB. *Journal of happiness studies*, 5(3), 269-291.
- Lu, L. ve Gilmour, R. (2006). Individual-oriented and socially oriented cultural conceptions of subjective well-being: Conceptual analysis and scale development. *Asian Journal of Social Psychology*, 9(1), 36-49.
- Lyubomirsky, S. (2000). On studying positive emotions. *Prevention ve Treatment*, 3(1), 1-5.
- Markus, H. R. ve Kitayama, S. (2010). Cultures and selves: A cycle of mutual constitution. *Perspectives on psychological science*, 5(4), 420-430.
- Maslow, A. (2013). *İnsan Olmanın Psikolojisi*. (Çeviren: Okhan Gündüz). İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Menon, U. (2012). Hinduism, happiness and wellbeing: a case study of adulthood in an Oriya Hindu Temple Town. H. Selin ve G. Davey (Ed.), *Happiness across cultures* (s. 417-434) içinde. The Netherlands: Springer
- Mert Şencan, M. N. (2016). Beş faktör kişilik özellikleri ile işkolizm arasındaki ilişkinin incelenmesi: Kamu sektöründe çalışanlar üzerinde bir araştırma. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(3), 229-246.
- Monaghan, J. ve Just, P. (2013). *Sosyal ve Kültürel Antropoloji*. (Çeviren: Hakan Gür). Ankara: Dost Yayınevi.
- Morgan, T. C. (2011). *Psikolojiye Giriş* (19.Baskı). (Çeviren: Rükzan Eski, Sirel Karakaş). Konya: Eğitim Akademi Yayınları.
- Morris, S. (2012). The science of happiness: A cross-cultural perspective. H. Selin ve G. Davey (Ed.), *Happiness across cultures* (s. 435-450) içinde. Netherlands: Springer.
- Muhtar, H. (2016). *Fear of Happiness—Exploring Happiness in Collectivistic and Individualistic Cultures*. Mastes Dissertation. Wesleyan University, Connecticut.
- Murdock, N. (2019). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*. (Çeviren: Füsün Akkoyun). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science*, 6(1), 10-19.
- Nall, R. ve Legg, T. J. (2017). Cherophobia: Symptoms, Causes and Treatments. *Healthline*. <https://www.healthline.com/health/cherophobia-causes-and-treatment> adresinden 16 Ekim 2021 tarihinde alınmıştır.
- Neto, F. (2015). Socio-demographic and subjective well-being predictors of social and emotional loneliness. *Mykolas Romeris University Journal*, 1(1), 13-21.
- Oğuz, E. ve Kalkan, M. (2014). Öğretmenlerin İş yaşamında algıladıkları yalnızlık ile sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki. *İlköğretim Online*, 13(3).
- Oruç, T. (2013). *Üniversite Öğrencilerinde Psikososyal Değişkenlere Göre Yalnızlık ile Otomatik Düşünceler İlişkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Öz, F. (2010). *Sağlık Alanında Temel Kavramlar* (2.Basım). Edirne: Mattek Yayıncılık.
- Özatça, A. (2009). *Ergenlerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Aile İşlevleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Özbek, B. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Düzeyleri Açısından Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, H. (2019). *Yalnızlık, Kişilik ve Ebeveyn Yetkinliği Bağlamında Anne-Babaların Kendileri ve Çocukları İçin Duydukları Suç Korkuları ve Öngördükleri Mağduriyet Riski*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, O., Özdemir, P., Kadak, M. T. ve Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik Gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 4(4): 566-589.
- Özen, F. (2019). *Üniversite Öğrencilerinde Obsesif İnançların Mutluluk Korkusunu Yordayıcılığının İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

- Özensel, E. (2003). Sosyolojik bir olgu olarak değer. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 1(3), 217-240.
- Özgüven, İ. E. (2020). *Psikolojik Testler* (16. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özkalp, E., Arıcı, H., Bayraktar, R., Aydın, O., Erkal, B. ve Uzunsöz, A. (2004). *Davranış Bilimine Giriş* (3. Basım). Eskişehir: Açıköğretim Yayınları.
- Özkan, E. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Mutluluk Korkusu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özkan, H. S. (2019). *Üniversite Öğrencilerinin Sahip Oldukları Değerler ile Sosyal Duygusal Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Özkaya, G. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Umutsuzluk ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özsoy, E. ve Yıldız, G. (2013). Kişilik kavramının örgütler açısından önemi: bir literatür taraması. *İşletme Bilimi Dergisi*, 1(2), 1-12.
- Öztürk, M. (1997). *10-13 Yaşları Arasındaki Çocuklarda Umutsuzluk ve Yalnızlığın Bazı Değişkenlerle İlişkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Parlak, Ö. (2019). *Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin İş Yaşamında Yalnızlık Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Pehlivan, B. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutum İnançları, Bağlanma Stilleri, Yalnızlık Düzeylerinin Yeme Tutumu Üzerindeki Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Peng, C., Zheng, H. ve Zhao, B. Y. (2006). Utilization and fairness in spectrum assignment for opportunistic spectrum access. *Mobile Networks and Applications*, 11(4), 555-576.
- Peplau, L. A., Miceli, M. ve Morasch, B. (1982). Loneliness and self evaluation. L. A. Peplau ve D. Perlman (Ed.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s.206-223) içinde. New York: Wiley.
- Peplau, L.A. ve Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. L. A. Peplau ve D. Perlman (Ed.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s.1-118) içinde. New York: Wiley.
- Perlman, D. (1988). Loneliness: A life-span, family perspective. R. M. Milardo (Ed.), *Families And Social Networks* (s. 190-220) içinde. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Phillips, S.M. (1998). *Birth order and personality-Not again!* Paper presented at the 69th Annual Meeting of the Eastern Psychological Association, Boston, MA.
- Pishva, N., Ghalehban, M., Moradi, A. ve Hoseini, L. (2011). Personality and happiness. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 429 – 432.
- Platon, (2005). *Devlet*. (Çevirmen:Cenk Saraçoğlu ve Veysel Atayman). İstanbul: Bordo-Siyah Yayınevi.
- Polat, T. (2020). *Fiziksel/bedensel/ortopedik engelli bireylerin yaşam kalitesi, sosyal ve duygusal yalnızlık durumlarının saptanması*. Doktora Tezi. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Polatçı, S., Sobacı, F. ve Kaban, İ. (2020). Kişilik Özellikleri ve Kişi-İş Uyumunun İş Tatmini Üzerine Etkileri: Taşeron Çalışanlar Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Organizational Behavior Review*, 2(1), 12-30.
- Ponzetti Jr, J. J. (1990). Loneliness among college students. *Family relations*, 39(3), 336-340.

- Proctor, R. W. ve Capaldi, E. J. (2001). Empirical evaluation and justification of methodologies in psychological science. *Psychological Bulletin*, 127(6), 759.
- Qualter, P. ve Munn, P. (2002). The separateness of social and emotional loneliness in childhood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(2), 233-244.
- Robbins, S. P. ve Judge, T. A. (2012). *Örgütsel Davranış (Organizational Behavior)*. (Çeviren: İnci Erdem). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Roberts, B. W. ve DelVecchio, W. F. (2000). The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: a quantitative review of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 126(1), 3.
- Rogers, C. (1994). *Etkileşim Grupları*. (Çeviren: Erbil Hamdullah). Ankara: Ekin Yayınları.
- Romero, E., Villar, P. ve Lopez-Romero, L. (2015). Assessing six factors in Spain: Validation of the HEXACO-100 in relation to the five factor model and other conceptually relevant criteria. *Personality and Individual Differences*, 76, 75-81.
- Rook, K. (1984). Promoting social bonding: strategies for helping the lonely and socially isolated. *American Psychologist*, 39(12), 1389-1407.
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Ferguson, M. L. (1984). Developing a measure of loneliness. *Journal of personality assessment*, 42(3), 290-294.
- Saghir, S., Amjad, N., Saeed, A. ve Batool, S. (2019). Personality, romantic attitude, and happiness in young adults. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 34(1), 175-189.
- Salimi, A. (2011). Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 292-295.
- Saraçoğlu, Y. (2000). *Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

- Sarı, T. ve Çakır, S. G. (2016). Mutluluk korkusu ile öznel ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(25), 222-229.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Reddedilme Duyarlılıkları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisan Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Saruhan, V. (2018). *Genç Yetişkinlerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Duygu Düzenleme Güçlüğü Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Sav, İ. (2007). *Psikolojik Danışman Rehber Öğretmenlerin Kişilik Özellikleri ile Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Schooler, C. (1972). Birth order effects: Not here, not now. *Psychological bulletin*, 78(3), 161.
- Schultz, D. P. ve Schultz, S. E. (2017). *Theories of Personality* (Eleventh E.). Boston.
- Seligman, M. E. ve Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In *Flow and The Foundations of Positive Psychology* (s. 279-298). Dordrecht: Springer.
- Senemoğlu, N. (2020). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya* (27. baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sevi, E. S. (2009). *Psikobiyolojik Kişilik Modeli ve Beş Faktör Kişilik Kuramı: Mizaç ve Karakter Envanteri (TCI) ile Beş Faktör Kişilik Envanterinin (5FKE) Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Sheldon, K. M., Abad, N., Ferguson, Y., Gunz, A., Houser-Marko, L., Nichols, C. P. ve Lyubomirsky, S. (2010). Persistent pursuit of need-satisfying goals leads to increased happiness: A 6-month experimental longitudinal study. *Motivation and emotion*, 34(1), 39-48.

- Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B. L., Loftus, G. R., Bem, D. J. ve Maren, S. (2015). *Atkinson ve Hilgard Psikolojiye Giriş* (14. Basım). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Somer, O. (1998). Türkçe’de kişilik özelliği tanımlayan sıfatların yapısı ve beş faktör modeli. *Türk Psikoloji Dergisi*, 13(42), 17-32.
- Songar, A. (1981). *Temel Psikiyatri*. İstanbul: Minnetoğlu Yayınları.
- Suh, E. M. (2000). Self: The hyphen between culture and subjective well-being. E. Diener ve E. M. Suh (Ed.), *Culture And Subjective Well-Being* (s. 63-86) içinde. Cambridge, MA: MIT Press.
- Sullivan, H. S. (2013). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: Norton, W.W.& Company, Inc.
- Şahin, F. Y. (1991). *İçsel ya da dışsal denetimli olmanın ve bazı değişkenlerin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Şahin, H. G. (2019). *60-72 Aylık Çocukların Bağlanma Durumları ile Yalnızlık ve Memnuniyetsizlik Duyguları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Şar, V., Türk, T. ve Öztürk, E. (2019). Fear of happiness among college students: The role of gender, childhood psychological trauma, and dissociation. *Indian journal of psychiatry*, 61(4), 389.
- Şentürk, S. S. (2010). *Liseli Ergenlerin Yalnızlık Algısının Sosyal Beceri, Benlik Saygısı ve Kişilik Özellikleri Bağlamında Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şimşek, M. Ş., Çelik, A. ve Akgemci, T. (2015). *Davranış Bilimlerine Giriş ve Örgütlerde Davranış* (9. Basım). Konya: Eğitim Yayınevi.

- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. ve Ullman, J. B. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Tan, D. (2000). *Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Denetim Odaklarının Aile Destek Düzeyleri ve Özlük Nitelikleri Açısından Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Tarhan, N. (2013). *Toplum Psikolojisi: Toplumsal Şizofreniden Toplumsal Empatiye*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taşhan, A. (2019). *Akademik Personelin İşkoliklik ve Narsistik Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki: İnönü Üniversitesi'nde Bir Araştırma*. Doktora Tezi. İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Tatar, A., Saltukoğlu, G. ve Özdemir, H. (2020). Evli çiftlerin kişilik profillerinin karşılaştırılması-II: HEXACO Kişilik Modeli. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 2(1), 5-13.
- Tatar, A., Saltukoğlu, G., Özdemir, H., Bekiroğlu, B., Çelikbaş, B. ve Çamkerten, S. (2019). Altı Faktörlü Kişilik Modeli'ne (HEXACO) dayalı olarak iş performansı ve iş doyumunun yordanması. *İş'te Davranış Dergisi*, 4(2), 68-77.
- Tatlıoğlu, K. (2013). Beş faktör kişilik kuramı bağlamında kişilik kavramına genel bir bakış. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(6), 128-146.
- Taydaş, O. (2009). *Serbest Zaman Etkinliği Olarak Facebook Kullanımının Yalnızlıkla İlişkisi: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- TDK, "Türk Dil Kurumu Sözlükleri", erişim: 19 Ekim 2021, www.sozluk.gov.tr.
- Tekin, T. (1995). *Orhon Yazıtları: Kül Tigin, Bilge Kağan, Tunyukuk*. İstanbul: Simurg Yayınları.

- Tekke, M. (2019). Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin en son düzeyleri: Kendini gerçekleştirme ve kendini aşmışlık. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 1704-1712.
- Tekke, M. ve zer, B. (2019). Fear of happiness: religious and psychological implications in Turkey. *Mental Health, Religion ve Culture*, 22(7), 686-693.
- Tekke, M. ve Yıldız, A. (2020). Benlik saygısı, öz yeterlilik ve içsel motivasyon ile deneyime açıklık arasındaki ilişki: Meta-analiz. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(74), 828-837.
- Tekke, M., Uçman, A. G. ve Suvay, C. (2020). İşsiz olan kişilerin kişilik, yaşam memnuniyeti ve benlik saygısı arasındaki ilişki. *Itobiad: Journal of the Human ve Social Science Researches*, 9(2), 1247-1262.
- Togo, O. T. ve Caz, . (2019). The relationship between positivity and fear of happiness in people applying to graduate programs in physical education and sports department. *Asian Journal of Education and Training*, 5(1), 93-96.
- Topses, G. (2012). Davranışçı ve varoluşçu-hmanistik psikolojik danışma kuramlarının ayırteğici ve rtşen nitelikleri. *International Journal of New Trends in Arts, Sports and Science Education*, 1, 67-75.
- Triandis, H. C., Bontempo, R., Leung, K. ve Hui, C. H. (1990). A method for determining cultural, demographic, and personal constructs. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21(3), 302-318.
- Tunç, A. . (2020). Spor bilimleri fakültesi ğrencilerinin yaşam doyumunu ile mutluluk korkusu düzeylerindeki İlişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 57-68.
- Turan, B. (2021). *Kişilik zelliklerinin İçsel ve Dışsal Whistleblowing Niyeti zerindeki Etkisinde X ve Y Kuşaklarının Düzenleyici Etkisi*. Doktora Tezi. Bilecik şeyh Edebali Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bilecik.

- Turhan, Ö. (2019). Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin İş Tatmini Üzerindeki Etkisinde Depresyonun Aracılık Rolü. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi* (5), 9-21.
- Türk, T., Malkoç, A. ve Kocabıyık, O. O. (2017). Mutluluk korkusu ölçeği Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(1), 1-12.
- Türktaş, M. M. (2018). Gülmek Kitabı. E. G. Naskali (Ed), *Türk atasözleri ve deyimlerinde gülme* (s. 13-20) içinde. İstanbul: Libra Yayınları.
- Uchida, Y. ve Kitayama, S. (2009). Happiness and unhappiness in east and west: themes and variations. *Emotion*, 9(4), 441.
- Ulu, M. (2018). Hayatı anlamlandırma ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki üzerine. *Bilimname*, 36, 165-187.
- Ulu, M. (2018). Mistik tecrübe ve kişilik ilişkisi üzerine: Erciyes üniversitesi ilahiyat fakültesi öğrencileri örnekleme. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 22(1), 33-61.
- Ulu, M. ve Bulut, M. B. (2017). Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin HEXACO ile ölçülmesi. *Bilimname*, 2, 443-463.
- Uzuner, M. E. ve Karagün, E. (2014). Rekreatif amaçlı spor yapan bireylerin yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (27), 107-120.
- Valiyeva, T. (2015). *Tüketici Davranışlarını Etkilemede Yeni Bir İletişim Tekniği Olarak Nöropazarlama İletişimi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Victor, C., Scambler, S., Bowling, A. ve Bond, J. (2005). The prevalence of, and risk factors for, loneliness in later life: a survey of older people in Great Britain. *Ageing&Society*, 25(3), 357-375.
- Wang, J. (2018). *Loneliness and mental health in a randomised controlled trial of a peer-provided self-management intervention for people leaving crisis resolution teams*. Doctoral Dissertation. University College London, London.

- Wasti, S. A., Lee, K., Ashton, M. C. ve Somer, O. (2008). Six Turkish personality factors and the HEXACO model of personality structure. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39(6), 665-684.
- Weiss, R. S. (1973), *Loneliness: The Experience of Emotion and Social Isolation*, Cambridge, MA: MIT Press.
- Weiss, R. S. (1974). The provisions of social relationships. Z. Rubin (Ed.), *Doing unto others* (s. 17-26) içinde. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Weiss, R. S. (1989). Reflections on the present state of loneliness research. Hojat, M. ve Crandell, R. (Ed.), *Loneliness: Theory, Research and Applications* (s. 1–16). London: Sage Publications.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu Psikoterapi*. (Çeviren: Zeliha İyidoğan Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yanbastı, G. (1996). *Kişilik Kuramları* (2. baskı). İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Yaşar, M. R. (2007). Yalnızlık. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 237-260.
- Yaşar, V. (2008). Farklı liselerde öğrenim görmekte olan 16-18 yaş grubundaki öğrencilerin denetim odağı düzeyleri ile bazı kişilik özelliklerinin karşılaştırılması. *Milli Eğitim*, 37(178), 121-138.
- Yıldız, H. (1997). *Kur'an'da Mutluluk*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, E. ve Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 15(3), 451-470.
- Yıldırım, M. (2019). Mediating role of resilience in the relationships between fear of happiness and affect balance, satisfaction with life, and flourishing. *Europe's Journal of Psychology*, 15(2), 183.

Yıldırım, M. ve Belen, H. (2018). Fear of happiness predicts subjective and psychological well-being above the Behavioral Inhibition System (BIS) and Behavioral Activation System (BAS) model of personality. *Journal of Positive School Psychology*, 2(1), 92-111.

Yurtsever, H. (2009). *Kişilik özelliklerinin stres düzeyine etkisi ve stresle başa çıkma yolları: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Zel, U. (2011). *Kişilik ve Liderlik: Evrensel Boyutlarıyla Yönetmel Açından Araştırmalar, Teoriler ve Yorumlar* (3. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.



BÖLÜM 7**EKLER****EK-1: Etik Kurul İzni**

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU KARARLARI

TOPLANTI SAYISI
5

KARAR SAYISI
2021/69

KARAR TARİHİ
12.03.2021

KARAR NO: 2021/ 69

Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi Mustafa EKER'in, "**Kişilik Özellikleri, Mutluluk Korkusu ve Yalnızlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" tez çalışması kapsamında Üniversite öğrencilerinde uygulamak istediği anket araştırma ölçeği Etik Kurulumuzca incelenmiş olup ilgili çalışmanın araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olmak koşulu ile uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna;

Oy birliği ile karar verildi.

EK-2: Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcılar,

Bu çalışmada toplanacak veriler Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne bağlı olarak gerçekleştirilecek bir araştırmada kullanılacaktır. Anket süresince elde edilen bilgiler sadece bilimsel amaçlı kullanılacaktır ve isminiz istenmemektedir. Kişisel bilgi formu ve toplam 80 sorudan oluşan soruları boş bırakmadan dikkatli bir şekilde okuyup cevaplamanızı rica ederim. Toplanan veriler bu araştırma dışında kullanılmayacaktır. Vereceğiniz samimi cevaplar, zaman ayırdığınız ve bilime destek olduğunuz için şimdiden teşekkür eder, saygılar sunarım.

Mustafa EKER

Düzce Üniversitesi PDR Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyet

Erkek () Kız ()

2. Yaş ()

3. Aile Gelir Düzeyi

Düşük(3000 TL ve Altı) ()

Orta(3000TL-5000TL) ()

Yüksek(5000TL ve Üstü) ()

4. Çocuk Doğum Sırası

En Büyük Çocuk ()

Ortanca Çocuk ()

En Küçük Çocuk ()

Tek Çocuk ()

EK-3: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği

Açıklama: Lütfen aşağıdaki 15 ifadeyi okuyunuz ve o duruma ilişkin olarak genelde ne hissettiğinizi değerlendiriniz. Ölçekte her bir madde ile ilgili görüşleriniz için **1'den (Kesinlikle katılmıyorum) 7'ye (Kesinlikle katılıyorum)** kadar olan sayıları dikkate alarak, sayı altındaki boşlukları işaretleyiniz. Cevaplarınızda samimi ve içten olacağınıza olan inancımız tamdır, şimdiden teşekkür ederiz.

Kesinlikle Katılmıyorum > Kesinlikle Katılıyorum

	1	2	3	4	5	6	7
1- Ailemle birlikteyken kendimi yalnız hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
2- Kendimi, arkadaş grubunun bir parçası gibi hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
3- En samimi düşünce ve hislerimi paylaştığım bir sevgilim/ eşim var.	()	()	()	()	()	()	()
4- Ailemde bana destek verme ve beni teşvik etme konusunda güvенеbileceğim hiç kimse yok, ancak olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
5-Arkadaşlarım, davranışlarımın sebeplerini ve düşünlerimi anlıyorlar.	()	()	()	()	()	()	()
6- Bana ihtiyacım olan desteği veren ve beni teşvik eden sevgilim/eşim var.	()	()	()	()	()	()	()
7- Görüşlerimi paylaştığım hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
8- Kendimi aileme yakın hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
9- Yardım alma konusunda arkadaşlarıma güvenebilirim	()	()	()	()	()	()	()
10- Duygusal ilişkimin daha tatmin edici olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
11- Kendimi, ailemin bir parçası gibi hissediyorum.	()	()	()	()	()	()	()
12- Ailem beni gerçekten önemsiyor.	()	()	()	()	()	()	()
13- Beni anlayan hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	()	()	()	()	()	()	()
14- Mutluluğuna katkıda bulunduğum bir sevgilim/eşim var.	()	()	()	()	()	()	()
15- Duygusal gereksinimlerimi karşılayacak yakın duygusal ilişkiye ihtiyacım var.	()	()	()	()	()	()	()

EK-4: Mutluluk Korkusu Ölçeği

Aşağıdaki cümlelerin her birine ne derece katıldığınızı, yanındaki kutucuklarda yer alan rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.																																
<table border="0" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td colspan="2"></td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td colspan="2"></td> </tr> <tr> <td colspan="2"></td> <td colspan="5">Kesinlikle katılmıyorum</td> <td colspan="5">Kesinlikle Katılıyorum</td> </tr> </table>												1	2	3	4	5	6	7					Kesinlikle katılmıyorum					Kesinlikle Katılıyorum				
		1	2	3	4	5	6	7																								
		Kesinlikle katılmıyorum					Kesinlikle Katılıyorum																									
1	Genellikle sevinçlerin peşinden üzüntüler geldiğinden fazla sevinçli olmamayı yeğliyorum.	1	2	3	4	5	6	7																								
2	Ne kadar neşeli ve mutlu olursam hayatımda o kadar kötü şeyler olacağına hazırlıklı olmam gerektiğine inanırım.	1	2	3	4	5	6	7																								
3	İyi talihin/şansın ardından genellikle felaketler gelir.	1	2	3	4	5	6	7																								
4	Fazla sevinç/keyif ve eğlence kötü şeylerin olmasına davetiye çıkarır.	1	2	3	4	5	6	7																								
5	Fazla sevincin birtakım olumsuz sonuçları vardır.	1	2	3	4	5	6	7																								

EK-5: HEXACO Kişilik Envanteri

Takip eden sayfalarda sizi tanımlayan bir dizi ifade bulacaksınız. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve ne kadar katılıp katılmadığınızı değerlendirin. Daha sonra yanıtınızı, ifadenin solundaki boşluğa aşağıdaki ölçeği kullanarak yazın.

1 = kesinlikle katılmıyorum 2 = katılmıyorum 3 = kararsızım 4 = katılıyorum 5 = kesinlikle katılıyorum

- 1 _____ Bir sanat galerisi gezsem oldukça sıkılırım.
- 2 _____ Son anda karışıklık yaşamamak için, işlerimi önceden planlar ve düzenlerim.
- 3 _____ Bana çok haksızlık eden insanlara karşı bile nadiren kin beslerim.
- 4 _____ Kendimden genel olarak oldukça memnunum.
- 5 _____ Kötü havalarda seyahat etmem gerekirse korkarım.
- 6 _____ İşe yarayacağını düşünsem bile zam ya da terfi almak için yağ çekmem.
- 7 _____ Başka ülkelerin tarih ve siyasetleriyle ilgili şeyler öğrenmek ilgimi çeker.
- 8 _____ Bir amaca ulaşmaya çalışırken genelde kendimi çok zorlarım.
- 9 _____ İnsanlar bazen başkalarını fazla eleştirdiğimi söylerler.
- 10 _____ Grup toplantılarında düşüncelerimi nadiren ifade ederim.
- 11 _____ Bazen ufak şeyleri dert etmekten kendimi alamam.
- 12 _____ Asla yakalanmayacağımı bilsem, milyonlarca lira çalmaya istekli olurum.
- 13 _____ Roman, şarkı, resim gibi bir sanat eseri yaratmak hoşuma giderdi.
- 14 _____ Bir şey üstünde çalışırken, ufak detaylara fazla dikkat etmem.
- 15 _____ İnsanlar bazen fazla inatçı olduğumu söylerler.
- 16 _____ Yalnız çalışmadansa aktif sosyal iletişim içeren işleri tercih ederim.
- 17 _____ Acı verici bir tecrübeye maruz kaldığımda beni rahatlatması için birine ihtiyaç duyarım.
- 18 _____ Çok fazla param olması benim için özellikle önemli değildir.
- 19 _____ Radikal düşünceleri dikkate almanın vakit kaybı olduğunu düşünüyorum.
- 20 _____ Eni konu düşünmektense anlık hislerime göre karar veririm.
- 21 _____ İnsanlar benim çabuk öfkелendiğimi düşünürler.
- 22 _____ Çoğu gün kendimi neşeli ve iyimser hissederim.
- 23 _____ Başka insanları ağlarken gördüğümde, benim de ağlayasım gelir.
- 24 _____ Ortalama bir insandan daha çok saygı hak ettiğimi düşünüyorum.
- 25 _____ Fırsatım olsaydı bir klasik müzik konserine gitmeyi isterdim.
- 26 _____ Çalışırken, düzensiz olmaktan dolayı bazen zorluklar yaşarım.
- 27 _____ Bana kötü davranan insanlara karşı tavrım "affet ve unut" olur.
- 28 _____ Popüler olmayan biri olduğumu hissederim.
- 29 _____ Fiziksel tehlike söz konusu olduğunda çok korkağımıdır.
- 30 _____ Eğer birinden bir şey istiyorsam, o kişinin en kötü şakasına bile gülerim.

1 = kesinlikle katılmıyorum 2 = katılmıyorum 3 = kararsızım 4 = katılıyorum 5 = kesinlikle katılıyorum

- 31 _____ Asla bir ansiklopediyi incelemekten gerçekten zevk almadım.
- 32 _____ Sadece idare edecek kadar minimum iş yaparım.
- 33 _____ Diğer insanları yargımlarken yumuşak olmaya meyilliyimdir.
- 34 _____ Sosyal ortamlarda ilk adımı atan genelde ben olurum.
- 35 _____ Birçok insandan çok daha az endişelenirim.
- 36 _____ Çok büyük de olsa, asla rüşvet kabul etmem.
- 37 _____ İnsanlar bana sık sık hayal gücümün geniş olduğunu söylerler.
- 38 _____ Vakit kaybına yol açsa da, işimde her zaman kusursuz olmaya çalışırım.
- 39 _____ Başkaları benden farklı düşündüklerinde genelde fikirlerimde epeyce esneklik gösteririm.
- 40 _____ Yeni bir yerde ilk yaptığım şey arkadaş edinmektir.
- 41 _____ Kimsenin duygusal desteğine ihtiyaç duymadan zor durumlarla başa çıkabilirim.
- 42 _____ Pahalı, lüks şeylere sahip olmak bana çok zevk verirdi.
- 43 _____ Sıra dışı görüşlere sahip insanlardan hoşlanırım.
- 44 _____ Harekete geçmeden önce düşünmediğim için birçok hata yaparım.
- 45 _____ Birçok insan benden daha çabuk kızar.
- 46 _____ Çoğu insan, benim genelde olduğumdan daha coşkulu ve dinamiktir.
- 47 _____ Bana yakın biri uzun süreliğine gideceği zaman çok duygulanırım.
- 48 _____ İnsanların benim yüksek statüde, önemli bir insan olduğumu bilmelerini isterim.
- 49 _____ Sanatsal ya da yaratıcı biri olduğumu düşünmüyorum.
- 50 _____ İnsanlar beni sık sık mükemmeliyetçi olarak adlandırırlar.
- 51 _____ İnsanlar birçok hata yaptıklarında bile nadiren olumsuz bir şey söylerim.
- 52 _____ Kendimi bazen değersiz hissediyorum.
- 53 _____ Acil durumlarda bile paniğe kapılmam.
- 54 _____ Birinin bana iyilik yapması için ondan hoşlanıyormuş gibi davranmazdım.
- 55 _____ Felsefe üzerine tartışmayı sıkıcı bulurum.
- 56 _____ Bir plana bağlı kalmaktansa aklıma esen herhangi bir şeyi yapmayı tercih ederim.
- 57 _____ İnsanlar bana hatalı olduğumu söylediklerinde, ilk tepkim onlarla tartışmak olur.
- 58 _____ Bir grup içindeyken, grup adına konuşan çoğunlukla ben olurum.
- 59 _____ Çoğu insanın çok duygulandığı durumlarda bile duygusuz kalırım.
- 60 _____ Yakalanmayacağımdan emin olsam, sahte para kullanmaya yeltenirim.