



ANKARA
HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**GÜNDELİK YAŞAMDA YALNIZLIK OLGUSU
ÜZERİNE SOSYOLOJİK BİR ARAŞTIRMA**

Ecem ÇEBİ

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Hacer TOR**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
SOSYOLOJİ ANABİLİM DALI
SOSYOLOJİ BÖLÜMÜ**

HAZİRAN 2022



**GÜNDELİK YAŞAMDA YALNIZLIK OLGUSU ÜZERİNE
SOSYOLOJİK BİR ARAŞTIRMA**

Ecem ÇEBİ

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
SOSYOLOJİ ANABİLİM DALI
SOSYOLOJİ BİLİM DALI**

**ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

HAZİRAN 2022

ETİK BEYAN

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Ecem ÇEBİ

16.06.2022

GÜNDELİK YAŞAMDA YALNIZLIK OLGUSU ÜZERİNE SOSYOLOJİK BİR ANALİZ
(Yüksek Lisans Tezi)

Ecem ÇEBİ

ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Haziran 2022

ÖZET

Yalnızlık hemen her insanın deneyimlediği bir duygu ve fiziksel bulunuş olmakla birlikte toplumsal yapıdan ve kültürden etkilenerek farklı anlamlar kazanabilmektedir. Genellikle bir duyguyu anlatan, çoğunlukla edebiyat, sinema, resim gibi çeşitli sanat dalları aracılığıyla romantize edilen veya dezavantajlı gruplarla ilişkilendirilerek dışsallaştırılarak olumsuz anlamlar atfedilen yalnızlık, sosyoloji disiplininde ihmal edilen konulardandır. Belirlenen bu eksiklik doğrultusunda bu çalışma ile gündelik yaşamda yalnızlık olgusunun sosyolojik analizini yapmak amaçlanmıştır. Nitel araştırma üzerinden kurgulanan bu çalışmaya basit rastgele örneklem seçme yöntemi ile Trabzon’da yaşayan 24-82 yaş arasındaki 28 kişi katılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formları aracılığıyla katılımcılarla derinlemesine yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulguları, yalnızlığın anlamlandırılması ve gündelik yaşam deneyimleri temaları altında betimsel analiz tekniği ile yorumlanmıştır. Bulguların analizi sonucunda; yalnızlık algılarının hem kadın-erkek, yaşlı-genç olma bakımından hem de ekonomik duruma bağlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Yalnızlığın anlamlandırılması noktasında katılımcıların modernleşme ile ilişkili olarak gönüllü-zorunlu, fiziksel-duygusal, olumlu-olumsuz gibi ikili kümelerle başvurduğu saptanmıştır. Gündelik yaşamda yalnızlığa atfedilen olumlu ve olumsuz anlamlar doğrultusunda “yalnız kalma” ve “yalnız kalmama” taktikleri açığa çıkmıştır. Yalnızlığın modern toplumsal yaşamda kişiyi geliştiren, özgürleştiren yönleri olduğu saptanmış; bu doğrultuda gönüllü bir seçim olarak yalnız kalma taktiklerinin yalnız yaşamak ve gündelik yaşamdaki etkinliklere yalnız katılmak olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların yalnız kalmama taktikleri ise duygusal ilişkiler kurmak, evlenmek, çocuk sahibi olmak şeklinde aile ve yakın duygusal ilişkiler temelli oluşmuştur. Benzer biçimde katılımcıların “yalnız kişi” tanımlarına bakıldığında, aile merkezli bir söylem üzerinden bekârları, çocuksuzları, yalnız yaşayanları ve kurum bakımı altında olanları öne çıkardıkları görülmüştür. Ayrıca çalışmada toplumsal yaşamda kolektivizmin güçlü olması nedeniyle bireylerin gündelik etkinlikleri tek başına gerçekleştirmelerinin yadırganacak, damgalayıcı bir eylem olarak algılandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bilim Kodu	: 113830
Anahtar Kelimeler	: Yalnızlık, Gündelik Yaşam, Duygular
Sayfa Adedi	: 168
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Hacer TOR

SOCIOLOGICAL ANALYSIS OF LONELINESS IN EVERYDAY LIFE

(M. Sc. Thesis)

Ecem ÇEBİ

ANKARA HACI BAYRAM VELİ UNIVERSITY

THE INSTITUTE OF GRADUATE STUDIES

June 2022

ABSTRACT

Loneliness is an emotion and a physical situation experienced by almost every person, it can gain different meanings by being influenced by the social structure and culture. Loneliness is one of the neglected subjects in the discipline of sociology. It is aimed to make a sociological analysis of the loneliness in everyday life with this study. 28 people participated in this study. Study is based on qualitative research with the usage of simple random sampling method. In depth face-to-face interviews were conducted with the participants. The research findings were interpreted with the descriptive analysis technique under the themes of making sense of loneliness and everyday life experiences. As a result of the analysis of the findings; it has been observed that the perceptions of loneliness differ both in terms of being male-female, old-young and also depending on the economic situation. It has been detected that participants refer to binary clusters such as voluntary-compulsory, physically-emotionally, positive-negative in relation to modernization at the point of making sense of loneliness. In line with the positive and negative meanings attributed to loneliness in everyday life, the tactics of 'being alone' and 'not being alone' have come out. It has been determined that loneliness has aspects that develop and liberate people in modern social life; accordingly, it has been determined that the tactics of being alone as voluntary choice are to live alone and to participate in everyday life activities alone. The tactics of the participants to not to be lonely were based on family and close emotional relations such as establishing emotional relationships, getting married and having children. Similarly, while looking at definitions of 'lonely person', it was seen that participants put forward the singles, the childless person, the people living alone and those under institutional care through a family oriented discourse. Besides, it was concluded in the research that individuals' performing everyday activities alone is perceived as an unhealthy, stigmatizing action due to the strong collectivism in social life.

Science Code : 113830
Key Words : Loneliness, Everyday Life, Emotions
Page Number : 168
Supervisor : Prof. Dr. Hacer TOR

TEŞEKKÜR

Bu çalışma süresince yapıcı, destekleyici tutumlarıyla bana yol gösteren danışman hocam Prof. Dr. Hacer TOR'a; değerli fikirleri ve önerileriyle tezimin gelişmesine katkı sağlayan Prof. Dr. Nevin GÜNGÖR ERGAN'a ve Prof. Dr. Serdar SAĞLAM'a teşekkürlerimi sunarım. Aynı zamanda yüksek lisans eğitimime başladığım günden itibaren çalışmalarını, bilgilerini aktarma biçimlerini örnek aldığım ve öğrencileri olmaktan mutluluk duyduğum AHBVÜ'deki değerli hocalarıma teşekkür ederim.

Lisans eğitimim esnasında; saha çalışmalarında ve analizlerinde yer almamı destekleyerek gelişme imkânının önünü açan, bana bilimsel araştırma yapmayı sevdiren KTÜ Sosyoloji Bölümü hocalarıma, aramızda katı bir hoca-öğrenci ilişkisinden ziyade daha eşitlikçi bir iletişim geliştiren Öğr. Gör. Dr. Elif BAŞ'a ve Öğr. Gör. Dr. Selim KARYELİOĞLU'na teşekkür ederim.

Tezimin son döneminde ve meslek hayatımın ilk yılında tanıştığım, güler yüzüyle güç veren değerli hocam Öğr. Gör. Dr. Kübra YILDIZLAR'a; aynı odayı paylaştığım, her koşulda desteklerini hissettiğim Arş. Gör. Elif ÖNDER'e, Arş. Gör. Aslıhan SAYAN BAYRAK'a ve Öğr. Gör. Ayşenur ÖZKUL'a teşekkür ederim.

Diğer bir teşekkürüm ise bu tezin saha çalışmasının gerçekleşebilmesi için Covid-19 pandemisine rağmen yüz yüze görüşmeyi kabul eden değerli katılımcılara ve onlara ulaşma sürecinde bana yardımcı olan tüm arkadaşlarımdır. Özellikle tüm bu öğrenme ve tez yazım sürecimde yazdıklarımı sabırla okuyup fikirlerini paylaşan, birlikte çalışmaktan, okumaktan, öğrenmekten keyif aldığım sevgili arkadaşım Meryem SARIKÖSE'ye ne kadar teşekkür etsem azdır. Son olarak bu yolda beni yalnız bırakmayan anneme ve aileme teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLoların LİSTESİ.....	x
ŞEKİLLERİN LİSTESİ	xi
1. GİRİŞ	1
2. KURAMSAL ÇERÇEVE	5
2.1. Yalnızlığın Tanımı ve Nedenleri.....	5
2.2. Duygu	12
2.3. Duygular Sosyolojisinin Gelişimi	17
2.4. Gündelik Yaşam Kavramı	26
2.5. Yapılaşma Kuramı.....	30
3. MODERN ÖNCESİ VE MODERN TOPLUMLARDA YALNIZLIK	33
3.1. Gelenek Yönelimli Toplumdan Dışa Yönelimli Topluma Geçiş.....	34
3.2. Modern Öncesi Dönemin Gelenek Yönelimli Gündelik Yaşamında Yalnızlık.....	38
3.2.1. Toplumsal İlişkiler.....	39
3.3. Modern Dönemin Dışa Yönelimli Gündelik Yaşamında Yalnızlık	40
3.3.1. Kent Yaşamı	40
3.3.2. Boş Zamanı Değerlendirme	43
3.3.3. Toplumsal İlişkiler.....	44
3.3.4. Modern Toplumun İnsan Profili	47
4. ARAŞTIRMA TASARIMI.....	51
4.1. Araştırmanın Konusu	51

4.2. Araştırmanın Amacı	52
4.3. Araştırmanın Önemi	53
4.4. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları	54
4.5. Araştırmanın Yöntemi	55
4.5.1. Veri Toplama Tekniği	56
4.5.2. Verilerin Analizi	59
5. BULGULAR	61
5.1. Katılımcılara İlişkin Betimsel Bilgiler	61
5.2. Yalnızlık Tanımına İlişkin Görüşler	62
5.2.1. Duygusal ve Fiziksel, Olumlu ve Olumsuz Yalnızlığa İlişkin Görüşler	63
5.2.2. Kadın ve Erkek Yalnızlığı	71
5.2.3. Genç ve Yaşlı Olma Durumlarına Göre Yalnızlık	79
5.2.4. Yalnızlığın Ekonomik Durum Üzerinden Anlamlandırılması	86
5.3. Toplumda Yalnızlığın Yaygınlaşmasına İlişkin Görüşler	91
5.3.1. Geçmişten Bugüne Yalnızlık Değişimi: “Kentleşme, Dijitalleşme, Pandemi”	97
5.3.2. Toplumda Yalnız Kişi: “Bekâr, Çocuksuz, Dezavantajlı, Aykırı”	108
5.4. Gündelik Yaşam ve Yalnızlık	115
5.4.1. Gündelik Alışkanlıklar	116
5.4.2. Yalnız Kalmama Taktikleri: Sıcak Aile İlişkileri ve Duygusal Birliktelikler	119
5.4.3. Yalnız Kalma Taktikleri: Tek Başına Yaşamak	126
5.4.4. Yalnız Yapılan Etkinliklerin Yadırganması	132
5.4.5. En Yalnız Hissedilen Zaman: Duygusal İlişkilerin Sonlanması	136
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	143
KAYNAKLAR	151

	Sayfa
EKLER.....	165
EK-1. Görüşme Formu	165
ÖZGEÇMİŞ	167



TABLoların LİSTESİ

Tablo	Sayfa
Tablo 2.1. Yalnızlığın nedenleri.....	7
Tablo 2.2. Duyguların oluşum yönleri	14
Tablo 2.3. İkili yapı	19
Tablo 2.4. Plumwood'un eleştirdiği merkezileştirilen ve araçsallaştırılan kavramlar.....	20
Tablo 5.1. Katılımcıların demografik bilgileri	61
Tablo 5.2. Katılımcıların ekonomik durumunun yalnızlığa etkisi	90
Tablo 5.3. Yalnızlığın geçmiş ve şimdi arasındaki farkına ilişkin genel değerlendirme.....	107

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 2.1. Yapı-Fail merkezinde duyguların döngüsellığı	14
Şekil 3.1. Riesman'ın (2019) tanımladığı toplumsal karakterlerin genel özellikleri .	37
Şekil 5.1. Katılımcıların yalnızlaşmanın yaygınlaşmasına ilişkin görüşleri.....	97
Şekil 5.2. Katılımcıların yalnız kişi tanımları	114
Şekil 5.3. Yalnız kalmamak için yapılanlar ve yapılanların ilişkiselliğı	120
Şekil 5.4. En yalnız hissedilen zamanlara sebep olan durumlar	141



1. GİRİŞ

“Ormanlar ve korularda halklar ve aileler halinde yaşayan ağaçlara hayranım ben. Tek başına duran ağaçlara daha da hayranım. Yalnız insanlar gibidir onlar” der Hermann Hesse (2019: 11), ağaçların yalnızlığa nasıl sıkıca tutunduklarını anlatırken. Ona göre her ağacın karakteri birbirinden farklıdır ve bu nedenle gölgeleri kendilerine hastır. Gözlemlerine göre, doğada tek başlarına olan ağaçların ayakta kalabilmesi için bir arada duranlara kıyasla toprağa daha güçlü kök salmaları gerekmektedir. Ayrıca bu ağaçların sert rüzgarlarda aldığı yaralar, bir arada duran ağaçların aldıklarından derin olmakla birlikte hiçbirinin yarası bir diğerrinin tıpatıp aynısı değildir (Hesse, 2019: 41). Hesse’nin (2019) ağaçlar üzerinden geliştirdiği bu düşüncesi insanın yalnızlığını pek çok yönden izah eden bir anlatıma sahiptir. İnsanlar da tıpkı ağaçlar gibi toplumsal yaşamda birbirinden farklı karakterlere veya gündelik hayatta onların izdüşümü olan gölgelere sahiptir. Yalnızlığı deneyimlemeleri de tıpkı ağaçların aldıkları yaraların birbirinden farklı olması gibi değişkendir. Gündelik yaşamdaki yalnızlığın algılanışını ve deneyimlenmesini konu edinen bu çalışmada yalnızlık olgusuna ilişkin Hesse’nin bakışı ve düşünüşünde olduğu gibi farklılıkları belirlemeye ve bunlar arasındaki örüntüyü ortaya çıkarmaya gayret edilmiştir.

İnsanın diğerr insanlardan fiziksel olarak ayrı kalması veya duygusal yakınlık eksikliği, anlamlı duygusal ilişkilerden yoksunluk olarak tanımlanan yalnızlık hemen her insanın ömründe en az bir kez deneyimlediği fiziksel bulunuş ve duygu durumudur. Sosyal bir varlık olan insanların yalnızlık deneyimleri, toplumsal yaşam içinde şekillenen anlam dünyalarına ve yaşam deneyimlerine göre farklılaşmaktadır. Bu bakımdan yalnızlık bireysel olduğu kadar gündelik yaşam içinde şekillenen toplumsal bir olgudur. Yalnızlığın oluştuğu ve deneyimlendiği gündelik yaşam ise en genel haliyle alışkanlıkların, tekrarların alanıdır fakat aynı zamanda bu alan, belirsizliklerle de doludur (Esgin vd., 2016). Belirsizlikleri daha belirgin hale getirmek adına son yıllarda sosyolojide gündelik yaşama ilişkin çalışmalara yer verilmektedir. Bu çalışmalar üzerinde durulmaya başlanmasının nedenin, sosyoloji alanındaki keşfedici mikro çalışmalara yönelmiş olmakla yakından ilişkili olduğu söylenebilir. Yalnızlığı gündelik yaşam akışında ele alan bu çalışmada mikro örüntüler çerçevesinde incelemeler yapılmıştır.

Tarihin en eski dönemlerinde dahi insanın bir topluluk içinde varlığını sürdürdüğü bilinmektedir. İnsanın bu düzen içinde yaşamasını ve uyum göstermesini sağlayan unsur ise sosyalleşme veya toplumsallaşma süreçleridir. Bireyler, bu süreç aracılığıyla toplumun parçası haline gelmektedir (Coştu, 2009). Bu sürecin işlerlik göstermesine rağmen hemen her insan en az bir kez toplumsal yaşamda yalnız kalabilmekte veya yalnızlık duygusu yaşayabilmektedir. Bu bakımdan yalnızlık, tüm birliktelik etkenlerine rağmen toplumsal hayatta vuku bulan bir bulunuş ve duygu durumudur. Yalnızlık, toplumsallaşmanın bütünleştirici, bir araya getirici yönünün dışında kalarak ayırıştırıcı, izole edici, yabancılaştırıcı bir süreç olarak görülmektedir. Bu noktada gündelik hayat içinde idealize edilerek olumlu bir anlam atfedilen “sosyal/toplumsal insan” anlatısının karşısında konumlandırılan “yalnız insan” imgesi olumsuz bir kategori olarak algılanabilmektedir. Bu nedenle gün içerisinde, tek başına eylemde bulunan insanların kendi istek ve arzuları doğrultusunda bunu gerçekleştirdikleri fikri çoğu zaman reddedilmektedir (Şancı, 2015). İnsanın toplumsal yaşamda tek başına veya yalnız olma durumu araştırmacılar tarafından; bir sosyal sorun olarak tanımlanmış ve üzüntü, keder, tasa gibi duygu durumlarıyla beraber değerlendirilmiştir (Killeen, 1998; Snell, 2017; Geçtan, 2020).

Yukarıda söz edildiği üzere, kolektivizmin karşıtı olarak tanımlanabilecek “bireyselleşme” ve buna bağlı görülen “yalnızlaşma” eğilimlerinin modern dönemdeki artışı (Franklin ve Tranter, 2008) toplumsal yaşam açısından bir sorun olarak görülmektedir. Oysa, modern dönem; bireyi sosyal, görünür, denetlenebilir olmaya ve kimi zaman bu denetimden kaçma arzusuna itebilmektedir. Bu durumda yalnızlık köşe bucak kaçılan olumsuz bir şey olmaktan çıkarak olumlu bir anlama bürünebilmektedir. Yalnızlığın bu olumlu anlamını modern dönemdeki mahremiyet arayışı olarak değerlendiren Giddens (2019a) gibi Remaud da (2019: 7) “yalnızlığı sevebilir miyiz?” diye sorarken, mahremiyet arayışını temele koyarak bu soruya “gönüllü yalnızlık” kavramı üzerinden “evet” cevabını vermektedir. Yalnızlık, tek boyutlu bir kavram olmayıp, çok boyutlu, çok yönlü ve birden biçimiyle karşılaşılan bir olgudur. Kimi durumlar, bireyin isteği ve arzusu olarak nitelendirilebilirken kimi yalnızlık deneyimleri bireyin isteği ve arzusu dışında gelişmektedir. Kimi insanlar ise yalnızlığı deneyimlemek istemekte (Remaud, 2019) fakat getirmesi muhtemel sonuçların ağırlığını düşünüp “aykırı” olmamak adına yalnızlığın korkutucu yönünden kaçmaktadır. Ancak her halükârda bu duygu durumu, her insanın deneyimlemiş

olduğu bir durum olarak değerlendirilmektedir. İnsanın yalnızlıkla olan bu tanışıklığı, sosyal ilişkilerin yarattığı gündelik hayata ilişkin çeşitlilik ve değişimle de bağlantıdır. Yalnızlık da tıpkı insanlarla bir arada olmak gibi toplumsal yaşama ait bir davranış biçimidir.

Çoğunlukla modern ve küresel dünyanın önemli meselelerinden biri olan yalnızlık olgusu, sosyolojide dolaylı yollardan tartışılmış olsa da sıklıkla ihmal edilmiştir. Yalnızlığı doğrudan veya dolaylı olarak ele alan bazı çalışmalar şunlardır: *Bireysellik ve Kültür* (Simmel, 2015), *Cemaat ve Cemiyet* (Tönnies, 2019), *Yalnız Kalabalık* (Riesman, 2019), *Kamusal İnsanın Çöküşü* (Sennett, 2019b), *Bireyselleşmiş Toplum* (Bauman, 2018), *Modernite ve Bireysel Kimlik* (Giddens, 2019a), *Soğuk Yakınlıklar* (Iliou, 2018).

Yalnızlık konusuna ilişkin sosyolojik çalışmaların görece az olmasının altında yatan neden, öncelikle gündelik yaşam araştırmalarının sosyal bilimler açısından görece geç bir dönemde başlamış olmasıdır. Diğer bir neden ise fiziksel bulunuşun ve görülen-somut kabul edilmeyen yalnızlık duygusunun nesnelleştirilerek bilimsel araştırmalara dahil edilmekten uzak tutulmasıdır. Çoğunlukla psikoloji alanında yer verilen yalnızlık duygusu UCLA, De Jong-Gierveld gibi geliştirilmiş ölçeklerle araştırılmakta ve somutlaştırılmaya çalışılmaktadır. Oysa sosyoloji alanında duygu araştırmasına imkân sağlayacak nitel araştırmaların geçerliliği bugün sorgulanmaya devam etmektedir ve bu durum yalnızlık gibi duygu içerikli konuların araştırılmasını zorlaştırmaktadır. Nitel araştırmaların bilimsel paradigma içinde güçlenerek gündelik yaşam araştırmalarına yer açmasının ve nihayetinde duygular sosyolojisine yer vermesinin yalnızlık konusundaki çalışmaların sayısını artıracakı düşünülmektedir. Bu araştırma bu alanda yapılan çalışmaların sınırlı hatta yok denecek kadar az olması ve konuya faydalı olacağı düşüncesiyle planlanmış ve gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda şu soruların cevabı aranmıştır: *Toplumsal açıdan yalnızlık nedir? Fiziksel yalnızlık ve duygusal yalnızlık birbirleriyle ilişki içinde midir ve eğer ilişki içindeyse birbirlerini nasıl etkilemektedirler?*

İngilizce literatürde *loneliness*, *alone*, *solitude* olmak üzere üç ayrı yalnızlık tanımından bahsedilirken Türkçe literatürde *yalnızlık* duygusal hisse, *tek başınalık* fiziksel bulunuşa karşılık gelmektedir; buna karşın gündelik dilde yalnızlık sözcüğü her iki durumu da kapsar şekilde kullanılmaktadır. Buradan hareketle ve yukarıdaki

soruların odağında, insanlığın uzunca bir dönem üzerinde düşündüğü, gündelik yaşamda sıkça dile getirdiği yalnızlık olgusu bu tezde hem bir fiziksel bulunuş hem de duygu durumu yönüyle ele alınmıştır. Bu iki yönlü durum; olumlu-olumsuz, zorunluluk-seçim durumları bakımında da değerlendirilmiştir.

Araştırmanın kuramsal ve kavramsal çerçevesi, yalnızlığın tekil ve uzlaşmış bir tanımının olmadığını ancak, benzer örüntülerin insanlığa ait tüm zamanlarda görüldüğünü içeren yalnızlık tanımını ve yalnızlık nedenlerini içermektedir. Daha çok toplumda istenmeyen bir duruma işaret eden yalnızlığın, toplum açısından olumlu yönlerine de yer verilmiştir. Ele alınan bir diğer kavram ise *duygu* olmuştur. Duygu kavramına yer verilmesinin asıl nedeni, bir yönüyle duygu durumunu anlatan yalnızlığın sosyoloji alanına dahil olduğunu göstermektir. Çalışmanın kavramsal çerçevesi içinde yer alan son fakat çalışma açısından merkez kavram; tüm pratiklerin, karşılaşmaların gerçekleştiği ve olağan durumları içeren toplumsal yaşamın mikro örüntülerini açıklayan *gündelik yaşam*dır. Bu bölüm içerisinde yer alan Giddens'in *Yapılaşma Kuramı*, yapı-fail ikiliğini aşmaya yarayan, araştırma açısından önemli bir perspektif kabul edilmiştir.

Aynı zamanda çalışmada yalnızlığın modern öncesi ve modern toplumlardaki durumlarına da odaklanmaktadır. Bu inceleme yapılırken; Riesman'ın (2019) gelenek yönelimli, içe yönelimli ve dışa yönelimli toplum tipolojilerinden yararlanılmıştır. Benzer bir tutum, Tönnies'in topluluk ve toplum anlatısında kendini gösterdiğinden onun görüşlerine yer verilmiş; Giddens'in, Bauman'ın bireyselleşmeyle ilgili düşünceleriyle ve yalnızlık çalışmalarındaki vurgularıyla desteklenmiştir. Araştırmanın tasarısı ve yöntemi bölümünde ise çalışmada neden nitel araştırma yöntemine, fenomenolojik desene ve görüşme tekniğine başvurulduğu açıklanmıştır. Kavramsal-kuramsal ve yöntemsel açıklamaların ardından araştırma bulguları kategorilere ayrılarak yorumlanmıştır.

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Yalnızlığın Tanımı ve Nedenleri

Yalnızlık, insanlığın tüm zamanlarında karşılaşılan ve hemen her insanın yaşamının bir döneminde en az bir kez deneyimlenen duygu durumu ve/veya fiziksel bulunuştur. İnsanlığın duygularını ve düşüncelerini sergileyen; resim, müzik, tiyatro, sinema gibi sanatın çeşitli dallarında konu edilen bu durum hem olumlu hem de olumsuz bir duygu veya fiziksel bulunuş olarak tasvir edilmektedir. Her bir sanatçının yalnızlığı görüş biçiminin birbirinden farklılaşmasına benzer şekilde felsefe, psikoloji ve sosyoloji gibi farklı disiplinlerin yalnızlığa bakışı da hem birbirinden hem de kendi içlerinde ayrılmaktadır.

Genel itibariyle; insanların kendi kendine geçirdikleri vakit, düşünsel durum ve duygu olarak tanımlanan yalnızlık olgusu, kişinin kendi isteği olabildiği gibi kimi zaman hayat şartlarından ötürü zorunlu hallerde de gerçekleşebilmektedir (Larson, Zuzanek ve Mannel 1985; Larson, 1990). Bu anlamda yalnızlık hali, gönüllü-istemli ve istemsiz olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Yalnızlığa ilişkin ikili ayrımlardan bir diğeri de olumlu ve olumsuz olma biçimleridir.

Birçok görüşe göre yalnızlık, tek başına olmayı ifade eden sayısal-fiziksel bulunuş durumundan daha geniş bir tanıma sahiptir (Çakıl, 1998; Svendsen, 2019: 26, 29; Geçtan, 2020). Yalnızlık üzerine düşünceler geliştiren ve yalnızlığı fiziksel boyutundan özgürleştiren Henry David Thoreau (2019: 13); yalnızlığı, insanın “hem cinsinden” yani bir diğer insandan ayrılması olarak tanımlamaktadır. Kendi deneyimleriyle sınırlandığı anlam içerisinde, insanın “ne kadar çabalarsa çabalasın, başka biriyle arasında açılan mesafeyi ona yaklaştırarak kapatamayacağını” ifade ederek yalnızlığın fiziksel olmaktan çok duygusal bir anlamı olduğunu belirtmektedir. Bu anlatıya göre insanı yalnız hissettiren durum, biriyle arasında açılan fiziksel mesafeden değil, duygusal boşluklardan kaynaklanmaktadır. Bu anlatıya benzer olarak çeşitli disiplinlerde yalnızlığın farklı anlamlarıyla karşılaşmak mümkündür.

Düşünsel alanlarda yalnızlığa ilişkin ilk anlatılarla felsefede karşılaşılmaktadır. İlkçağ felsefesinin önemli isimlerinden Platon’un düşüncesinde yalnızlık, olumsuz bir soyutlanma olarak ifade edilmiştir. Aristoteles de benzer şekilde yalnızlığı istenmeyen bir duygu olarak tanımlamıştır. Platon’un mağara alegorisinin doğrudan yalnızlığa atıf

olduğunu ele alanlar (Şancı, 2015: 43), zincir metaforunun insanın toplumsal yaşama bağlı kılınmasının ve toplumun yarattığı bilgiden kaçamama anlamlarına geldiğini savunmaktadır. Böylece insanın yalnızlığı, toplumsal yaşamdan kopmayı anlatması nedeniyle olumsuz bir durum olarak değerlendirilmektedir. Platon'un bu görüşüne benzer şekilde Aristoteles de yalnızlığı olumsuz bir durum olarak değerlendirmektedir. Ancak Aristoteles'in insanın erdemli bir hayat yaşayabilmesinin kendini geliştirebileceği zamana sahip olmasıyla ilişkili görmekte olduğu (Cevizci, 2014: 442) düşüncesinden hareketle ve bahsi geçen bu boş zaman doğrudan kişinin fiziksel ve düşünsel yalnızlık deneyiminin artmasıyla ilişkilenmesi, yalnızlığı olumsuz değerlendirdiği savını kırılmaya uğrattır. Bu bağlam içerisinde Hari'nin (2019: 99) de ifade ettiği gibi yalnızlık bir keder, üzüntü olmaksızın kişinin isteğine bağlı olumlu bir durum olarak değerlendirilir.

Varoluşçu felsefede ise yalnız olmak, insan yaşamının tamamını kapsayan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Yalom, 2013). Bu felsefi akıma göre insan, fırlatıldığı dünyada kendini ve etrafını sürekli sorgulayan, anlamını bulmaya çalışan “tek başına bırakılmış” bir varlıktır (Barbour, 2014; Sartre, 2018: 48). İnsan, varoluşu gereği yalnızdır ve kendini tanıyabilmesinin yolu da yalnızlıktan geçmektedir (Şancı, 2015: 38). Bu bakımdan hayatta kalmanın temel koşulu addedilen yalnızlık; kişinin duygu alanına, entelektüelliğine ve yaratıcılığına olumlu etkide bulunmaktadır. Hatta çoğu zaman bir sanatçının veya entelektüelin üretkenliği tamamen yalnızlığa bağlanmış haldedir (Burger, 1995: 87). Bu bağlamda entelektüel yaratım süreci, insanı düşünsel ve bedensel açıdan yalnızlaştıran bir deneyim olabilmektedir. Bahsi geçen yalnızlık üretme durumu en çok da modern dönemin yaşam tarzı ve çalışma yaşamıyla ilgilidir.

Çalışma yaşamında bir ürünü ortaya koymak veya düşünsel açıdan bir şeyi ortaya çıkarmak cesaret istemektedir. Cesaret edebilmek için içsel bir boşluğa, bağımsızlığa ihtiyaç duyulmaktadır (May, 2018: 41). Bu durumu, Nietzsche'nin üretken yaşamını ele alan Stefan Zweig'in anlatımıyla örneklendirmek mümkündür. Zweig, Nietzsche'nin yalnızlık serüveninin durmaksızın ilerlediğini anlatırken hem düşünsel hem de fiziksel yalnız kalma durumlarının birbirini besleyerek genişlemesiyle açıklar ve üretkenliğinin herkesten tamamen uzak kalmasına neden olduğunu belirtir. Onun üretken bir yaşam sürmek adına deneyimlediği “seçilmiş” yalnızlığını: “[...] hiçbir insan sözünü artık işitemez. Karanlığın bu kadar derininden bakmış olduğu bir insan,

kör kalır” şeklinde izole edici olumsuz bir süreç olarak tanımlamıştır. Nietzsche’nin örneğinden yola çıkıldığında, yaratıcı üretim sürecinin beraberindeki yalnızlığın birtakım psikolojik sorunlara yol açtığı söylenebilmektedir¹.

Yaratım sürecinde veya çeşitli nedenlerle ortaya çıkan yalnızlığın kişinin psikolojisini olumsuz etkilediği düşünülmüş ve ilk çalışmalar olumsuz durumun varlığını ortaya koymak için gerçekleştirilmiştir. Yalnızlığın psikolojideki karşılığı çoğunlukla “sosyal etkileşim eksikliği” ve “acı çekilen durum”a karşılık gelmektedir (Burger, 1995: 86-87; Perlman ve Peplau, 1981). Yalnızlığın bu olumsuz anlamı, depresyonun nedenini konu edinen çalışmalarla pekiştirilmiştir. Bu araştırmalarda katılımcıların kurmak istedikleri iletişimlerini gerçekleştiremediği ve temas eksikliği yaşadıkları görülmüştür. Bu noktada katılımcıların yalnız oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Depresyon ve yalnızlık arasında zorunlu bir bağ olduğu vurgulanmıştır (Hari, 2019: 96). Bu odadaki diğer çalışmalarda, arzu ettiği sosyal ağları ve ilişkileri kuramayan kişilerin kendilerine olan saygılarını kaybettiklerini, giderek daha yalnız hale geldikleri görülmektedir (Brelim, 1985; Wein, 2012). Bu ve benzeri çalışmalar, yalnızlık deneyimi olan kişilerin hayatla anlamlı bir bağ kuramamış olduğunun düşünülmesine neden olmaktadır (Erol, 2018). Genel itibarıyla yalnızlığa ilişkin psikolojideki bu tanımlamalar, iletişim ve etkileşim eksikliğini vurgulaması noktasında; yalnızlığın sadece bedensel durumla sınırlı olmadığını göstermiş, yalnızlığın sonuçlarının sosyal ilişkiler düzeyinde incelenmesi gerektiğini işaret etmiştir. Bununla ilişkili olarak Sadler ve Johnson’a (1980) ve Erol’a (2018) göre yalnızlığa yol açan durumlar Tablo 2.1’de sıralanmıştır:

Sadler ve Johnson (1980)	Erol (2018)
1. Bireysel	1. Bireyin Özellikleri
2. Kişiler arası ilişkiler	2. Kişinin Sosyal Hayatı
3. Kültür	3. Sosyal Çevre
4. Sosyal	4. Kültür

Tablo 2.1. Yalnızlığın nedenleri

¹ Aynı durumu Theo’ya Mektuplar (2017) ismiyle yayımlanan ressam Vincent van Gogh’un mektuplarında görmek mümkündür. Bu eserde üretken sürecin van Gogh’u yalnızlığa sürüklediği sıkça vurgulanmıştır.

Sadler ve Johnson (1980); mikro ölçekte bireysel sebeplerden makro ölçekli sosyal durumlara kadar bir sıralamaya gitmiş, Erol'un (2018) belirttiği durumlar da bireysel özelliklerden kültür, sosyal çevre gibi birçok değişkenle ilişkilendirilmiştir. Yalnızlık hali; insanların sıralanan bu etkenlerden ötürü yalnız kalabileceği veya hissedebileceği vurgusu ile anlamlandırılmıştır. Sıralanan bu durumlar nedeniyle bireyler, öznel yaşantılarında; üzüntü, çaresizlik ve yabancılaşma yaşamak zorunda kalabilmektedir. Bu olumsuz anlamlar doğrultusunda, yalnız kalma korkusu yaşayan kişiler, kendine benzer bir başka kişiyi aramaya yönelerek (Smith, 2018) sorunu aşmaya çalışabilmektedir. Bilindiği üzere insanlar, yalnız kaldıkları için kendilerini tehlikede hissedebilir ve güvensizlik hissi sebebiyle bağ kurmak isteyebilirler (Hari, 2019: 98).

Michela, Peplau ve Weeks (1982) ise yalnızlığın algı düzeyindeki on üç nedenini dört boyutla ele alıp; içsel, dışsal değişken ve kalıcı nedenlerle açıklarlar. Kalıcı ve içsel nedenlerin kesişiminde; reddedilmekten korkma, çekici olmama, sakıncalı kişilik sergileme yer alır. İçsel ve değişken nedenler arasında ise şanssızlık, utangaçlık, deneme eksikliği, bilgi eksikliği ve karamsarlık bulunur. Değişken nedenler ve dışsal nedenlerin kesişiminde kişisel olmayan durumlar ve fırsatların eksikliği vardır. Dışsal ve kalıcı nedenlerin ortak paydasında ise diğer gruplarla ilişkiler, diğerlerinin korkuları, diğerlerinin deneme eksiklikleri bulunur (Çelik, 2021: 36). Bu anlamda yalnızlığın anlamı bireysel olduğu kadar etkileşimsel kurulmaktadır. Bununla birlikte yalnızlık geçici olduğu kadar kalıcıdır.

Açıklamalardan ve çalışma sonuçlarından da görüldüğü üzere yalnızlık, tüm kalabalıktan ve karmaşadan kurtulmaya yarayan bir araçken, kolaylıkla insanların korktuğu bir şeye de dönüşebilmektedir. Şancı (2015: 26) yaratılan bu korkuyu yenmenin ve toplumun bireyselleşmesinin önüne geçmenin en kolay yolunun “aşk”ı icat etmekten geçtiğini belirtmektedir. Modern dönemde aşk, aile kurmak ve insanlığın devamlılığını sağlayacak çocuklar yetiştirme açısından en önemli duygular arasında görülmektedir. Aynı zamanda aşk, yalnızlık duygusunun da yaratıcısıdır. Kadınlar, toplumsal cinsiyet rollerine bağlı olarak aşkı besleyen kişiler olarak görülmüş ve toplumsal yaşamda yuvayı kuran kişilere dönüşmüştür. Kavas'ın (2018) çalışmasında da öne çıktığı üzere kadınlara yönelik “evlen baskısı” erkeklere daha az uygulanmaktadır. Bu anlamda kadınların ve erkeklerin yalnızlık düzeyleri arasında

algısal açıdan bir farklılık bulunması beklenmektedir. Ancak Erpay'ın (2017) çalışmasında cinsiyetler arası tek başına olmayı isteme düzeyleri açısından büyük bir farklılık bulunmadığı öne çıkmıştır. Buna rağmen, pratik anlamda kadınların tek başınalık deneyimlerinin erkeklerinkine kıyasla daha rahatlatıcı olduğu yönündeki sonuçlar, cinsiyetler arasında farklılık olduğu görüşünü desteklemiştir.

Yalnızlığın acı veren, arzu edilmeyen bir durum olarak nitelendirilmesinin haricinde; onun bir ihtiyaç olduğunu düşünen ve deneyimleyenler de bulunmaktadır. Bu talebin ve deneyimin genellikle kamusal yaşamdan ziyade özel hayatla ilişkilendirilmesi söz konusudur. Gündelik yaşam sosyal ve özel olmak üzere ikiye ayrıldığında yalnızlık açısından şu bölünme göze çarpar: Bireylerin sosyal/kamusal yaşamlarında başkalarıyla bir arada olmaları gerektirirken, özel yaşamlarında kendi tercihlerine bağlı olarak yalnız kalmaları mümkündür (Svendsen, 2019: 30).

Yalnızlıkla ilişkilendirilebilecek bir diğer bakış açısı da Abraham Maslow'un gereksinimler hiyerarşisinde bulunabilir. Maslow, insanın kendini gerçekleştirebilmesi için geçmesi gereken basamakları sırasıyla şu şekilde sıralar: Fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, ait olma, saygı görme. Tüm bu merdiven basamağını çıkan kişi, kendini bulur (Shultz ve Shultz, 2007: 673). Kişi, bu basamaklardan birini tamamlamadan ötekine atlarsa, kendini gerçekleştirme noktasından uzaklaşmış olur. Hiyerarşide öne çıkan iki unsurun yalnızlığı desteklemeyen güvenlik ve ait olma noktaları olmasındaki merkezilik, Tönnies'in (2019) çalışmasında da toplumsal anlamıyla yer almaktadır. Onun belirttiği üzere aidiyet, topluluk gibi küçük grupları güvenlik ekseninde kurmanın yanında toplumların temel dinamiğini oluşturmaktadır. Bu anlamda yalnızlık, aidiyetin yokluğu anlamına gelerek güven ilişkilerinin kurulmasını engeller ve aynı zamanda hem bireyin kendini gerçekleştirebilmesini hem de toplum olmayı engelleyen bir durumun yaratıcısı olur.

Tönnies'in (2019) de belirttiği gibi sosyolojik açıdan yalnızlık, sıkça aidiyet hissinin kaybı olarak yorumlanmaktadır. Bu yönüyle yalnızlığı kişinin kendini bir kültüre, topluluğa ve topluma ait hissetmemesi/hissedememesi olarak tanımlamak mümkündür. Bu "yalnız kişiler", sıkça duygusal izolasyon yaşamaktadır (Yahyaoglu, 2019: 227-229). Putnam'a (2000) göre ise toplumsal açıdan yalnız hale gelmek, zayıflamış sosyal sermayeye sahip olmak kadar yalın bir durumla açıklanabilmektedir.

Aidiyetin yanı sıra yalnızlığın sosyoloji literatüründeki yabancılaşma kavramıyla ilişki içinde olduğunu söylemek mümkündür. Her ne kadar yabancılaşma, Karl Marx’a ait bir kavram olarak kabul edilse de zamanı ve dönemleri aşan, dönüşen, yeniden ama farklı biçimlerde toplumu anlatırken başvurulan uzun süreli kaynak kavramdan biridir. Marx’ın oldukça etkisinde kaldığı Hegel düşüncesine göre yabancılaşma, “insanların tümüyle özbilinçlerine kavuştuklarında ortadan kalkacak bir sorundur” (Ergil, 1978). Doğrudan kişinin kendine yabancılaşması olarak algılanan bu durum, Marx tarafından maddesel boyutuyla ele alınmaktadır. Ona göre, yabancılaşma özel mülkiyetin ortaya çıkmasından sonra gerçekleşmiştir. Özel mülkiyet, sermayedar-kapitalist ve işçi-proletarya iki ayrı sınıf oluşturmuştur. Sermayedarlar tüm ayrıcalıklara sahipken üretici konumdaki proletarya ayrıcalıklardan yoksun, yabancılaşmış kimselerden oluşmaktadır. Yabancılaşma, emeğin satılması ile gerçekleşmektedir. Veblen’in ise Marx’a getirdiği eleştiri tam da bu noktada filizlenir ve yabancılaşma farklı bir boyuta evrilir: Yabancılaşma, işçinin emeğini satmasında değil, özgür çalışmanın kaybında gizlidir. Marx’a göre madde nedeniyle ortaya çıkan yabancılaşma Veblen’e göre, insan ürünü olan mala el konulmasından ziyade, doğrudan insanın alıkonulması ile ilgilidir (Ergil, 1978). Bu bağlamda, yabancılaşma yalnızca emeğin ürünü olan maddeye yabancılaşma değil, kişinin kendine yabancılaşması açısından içsel; zihinsel, düşünsel ve duygusaldır. Daha genel bir tanımlamayla modern sanayi toplumunun bir getirisi olan yabancılaşma; “güçsüzlüğü, anlamsızlığı, kuralsızlığı, sosyal tecridi, kültürel uzaklaşmayı ve kendine yabancılaşmayı ifade eder” (Osmanoğlu, 2016: 68). Bu doğrultuda yabancılaşma, içerdiği anlamlar etrafında yalnızlık olgusunu kapsamakta ve kimi zaman yalnızlık olgusu sonucunda ortaya çıkmaktadır.

Yaşar (2007: 240), bir alt kurum olan ekonominin tüm toplumsal kurumlara etki eden yapısına dikkat çekerek yabancılaşma ve yalnızlığın modern kapitalist sistemin bireyi merkeze almasından kaynaklandığını söyler. Aynı çerçevede ekonomik erişimin dışında gıdaya, yaşanabilir çevreye, sosyal ilişkilere vb. pek çok etkene ulaşmanın zor olmasının yoksulluk olarak tanımlandığı göz önünde tutulduğunda, yoksulluğun yalnızlık yaratan toplumsal bir etken olduğu sonucuna varılabilir. Nitekim Tekeli ve Ataöv’ün (2017: 17) dikkat çektiği üzere yoksulluğun aileleri yalnızlaştırdığını destekleyen çalışmalar bulunmaktadır.

Zaman zaman yoksulluk ile ilişkilenen kimi zaman ise farklı boyutlarıyla karşılaşılabilen; toplumun duygu yelpazesinden, kültüründen farklı bir kümeye dahil olan, yabancılaşan kişi, “damgalı” ya da “harici” olarak adlandırılabilir (Becker, 2013; Goffman, 2014). Toplumsal yaşam karmaşık bir organizasyondur ve insanların kendilerine eklemlenmiş rollerini sergiledikleri bir tiyatro sahnesidir (Sennett, 2019b: 53). Damgalı birey, genellikle fiziksel ve ardılı olarak da toplumsal damgayı üzerinde taşıyan kişidir. Onun tiyatro sahnesindeki rolü, bu damgayı üzerinde taşımaktır. Ancak damgayı taşıırken bir yandan da ondan kurtulmaya çalışması beklenmektedir. Bu kısır döngü, kişinin sosyal ilişkilerinin de zayıflamasına ve toplumdan daha çok dışlanmasına, yalnız kalmasına sebep olmaktadır (Goffman, 2014: 37-41). Görüldüğü üzere damga fiziksel durum ile sınırlı olmayıp; toplumsal konuma etki eden cinsiyet, yaş, ekonomik durum gibi birçok geniş kategoriye içermektedir.

Goffman’ın (2014) yalnızlık üreten damga kavramına benzeyen Becker’in (2013) “harici” nitelmesi, sapkın, toplumun kurallarını ihlal eden kişileri anlatmaktadır. Hariciler, normları uygulayan “normal” kişilerin karşısında “anormal” olarak bulunur. Toplumsal açıdan belirenmiş herhangi bir kuralı reddeden bu kişiler yalnız bırakılarak bir nevi cezalandırılmaktadır (Becker, 2013: 37). Bir zamanlar sadece toplumsal normlara uyum göstermedikleri için deli olarak nitelendirilen kişilerin, akıl sağlığı yerinde olmadığı düşünülerek toplumsal yaşamdan dışlanmaları bu duruma örnek olarak gösterilebilir. Öyle ki yapay biçimde oluşturulan bu deli tanımı, kişinin yeniden topluma kazandırılması için uygun görülen rehabilitasyon sürecine yol açarak yeniden ve farklı biçimde yalnız kalmasına neden olmaktadır (Foucault, 2015). Sosyolojik boyutuyla “düzeltilmeye çalışılan” yalnızlık, toplumsal anlamda kişiye verilebilecek en büyük ceza olarak görülmektedir. Bu anlamda, toplumla bütünleşmemiş olma durumu yalnızlık olarak tanımlanmaktadır (Weiss, 1973).

Bu görüşlerin yanında Elias (2021: 58), birey-toplum çatışmasını azaltmaya çalıştığı sosyolojik bakışında, “kapalı”² ve “açık kişilik” tiplerinin varlığından söz etmektedir. Kapalı kişiliğin aksine açık kişilik görece özerk, diğer insanlara ihtiyaç

² Kapalı kişilik, *homoclausus* (kendi başına insan)’un yani dış dünyadan tamamen bağımsız, herkesin kendine ait küçük bir dünyada yaşadığını savunan ve bu şekilde görünürlük kazanan tiplmeyi anlatacak biçimde kullanılmıştır.

duyan ve bağımlık halindeki durumu anlatır. Aynı şekilde toplumdaki diğer insanlar da birbirlerine bağımlılık geliştirerek ve özerkliklerini koruyarak toplumsalı aktif biçimde oluştururlar. Bu bağlamda, kapalı kişilik yukarıda sözü edilen Goffman (2014) ve Becker'in (2013) işaret ettiği toplumdan kopan ve bütünleşemeyen kişiye denk düşer. İki düşünürün aksine bütünleşememe durumu Elias'ın (2021) düşüncesinde pek görünür değildir; ona göre toplumsal yaşamda “açık kişilik” kendi tanımı gereği de farklılık gösterebilecek şekilde varlık gösterir. Bu bağlamda az ya da çok her birey özerk olmanın bir getirisi olarak yalnızlık olgusu ile tanışmıştır. Ancak bu durum doğrudan toplumdan izole olmak, bağımsız olmak, topluma yabancılaşmak anlamına gelmemektedir.

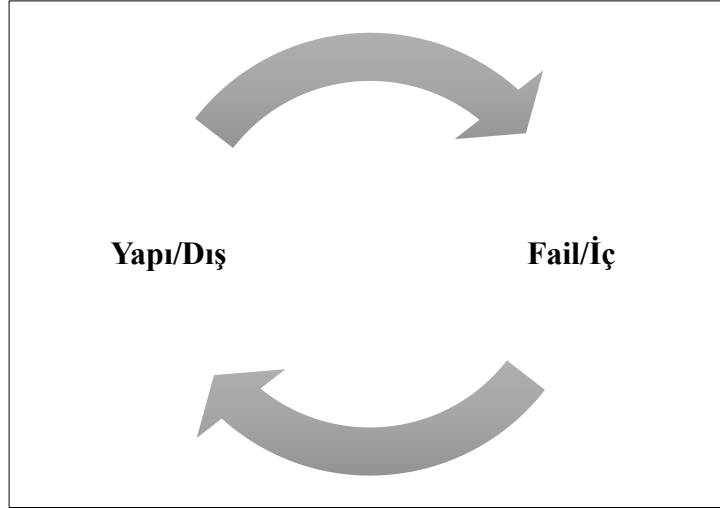
Son olarak yalnızlık olgusunun toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olduğunu da belirtmek gerekir. Toplumsal cinsiyet, biyolojik cinsiyetten farklı olarak idealize edilen “kadınlık” ve “erkeklik” rollerinin tasarısıdır. Bir kadının yalnızlığı deneyimlemesi ve kadının yalnızlığına dışarıdan bakış ile erkeğinki arasında pek çok açıdan fark bulunmaktadır. Toplumsal cinsiyet kurgusu nedeniyle kamusal alanda görünür olan erkek, ev içinde konumlanan kadına oranla daha sık iletişimde bulunurken duygusal olmasının veya duygularını göstermesinin onu “kadını” yapacağı/daha az “erkeksi” kılacağı düşüncesiyle toplumsallaşır. Bu anlamda erkek, iletişimleri esnasında görünmez bir duvar arkasından daha az duygusal ilişkiler kurar. Bu bakımdan erkeğin yalnızlığı daha çok duygusal yoksunluk temelli değerlendirilir. Kadın ise kız çocukluğu döneminden itibaren naif-kırılgan-hassas olarak yetiştirildiği için duygularını göstermesi bilinçli veya bilinçsizce desteklenir. Kamusal alana katılıp sosyalleşmesi ise aynı oranda desteklenmemektedir. Kadınların başkalarıyla fiziksel yakınlık kurmasının engellenmesi ve denetlenmesi nedeniyle yalnızlığı daha çok fiziksel boyutuyla deneyimledikleri kabul edilebilir. Bu noktadan hareketle yalnız bulunuş ve yalnız hissedişin toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkili olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

2.2. Duygu

Yalnızlık sözcüğü, bir bulunuş hali olmanın yanı sıra insana ait bir duygu durumunu anlatmaktadır. Fiziksel bulunuş ve duygu hali birbirini tetikleyebilmekte veya birbirlerinden ayrı bir gerçekliğe sahip olabilmektedir. Daha açık bir ifadeyle, kişi yalnız hissettiği için kendi bedenini diğer bedenlerden soyutlama yoluna

gidebilmekte ve aynı zamanda bedeninin diğer bedenlerle bir arada bulunmamasından ötürü yalnızlık duygusunu deneyimleyebilmektedir. Bu noktada yalnızlık duygusu bedensel bulunuşa etki edebilen itici bir güç olarak da görülebilmektedir. Yalnızlık duygusunu incelemenin önemini ve incelenebilme imkânı göz önünde tutularak, duygu kavramına açıklık getirmek gerekmektedir. Duygular, çoğu zaman sosyoloji disiplininde ihmal edilen ancak bu ihmale rağmen neredeyse her dinamiğe etkisi olan önemli bir konudur. Bu başlıkta, duygu/duygular sosyolojisinin literatürdeki eksikliği gidermek ve ilerleyen bölümlerde sözünü sıkça edeceğimiz yalnızlık duygusu ifadelerini anlamak ve açıklamak için “duygu nedir?” sorusuna yanıt vermeyi hedeflenmektedir.

Duyguların zihinde oluşan pasif, içsel anlamlarına karşın Sara Ahmed (2019: 21), emotion (duygu) sözcüğünün Latince hareket etmek gibi aktif bir anlam taşıyan “emovere” sözcüğünden türediğini ve benzer şekilde Daniel Goleman (2000: 20) “motere” sözcüğünün başına “-e” ön eki koyularak oluşturulduğunu belirtmektedir. Her iki tanımda da duygu; aktif, dışsal ve gözlemlenebilirdir. Kimi zaman bedensel değişimlerle de karşımıza çıkan duygular (Çeçen, 2002: 165), biyoloji ile temellendirildiği kadar (Tomkins, 1962; Ortony ve Turner, 1990; Ekman, 1992; Panksepp, 2007, Izard, 2007) kişilerin etkileşimleri ve iletişimleri esnasında da kendini göstererek sosyal bir karakter kazanabilir. Her iki bakışta da duygular, deneyimleyen dışındaki bir başka kişi tarafından bilinemez, görülemez ve duyulamaz değildir. Onlar kişilerin eylemlerine dökülerek, sözcüklerinin aralarına serpilerek kendilerini açığa vururlar (Cole, Martin ve Denis, 2004: 319; Goleman, 2000: 20). Ayrıca duygular verili olmaktan çok yapının ve failin birbirini etkilemesi sonucu açığa çıkmaktadır. Duyguların oluşumunun yinelenen döngüsü Şekil 2.1’de sunulmuştur:



Şekil 2.1. Yapı-Fail merkezinde duyguların döngüsellığı

Duyguların sosyal olarak inşa edildiğı ve aynı zamanda onların yapıyı inşa ettikleri bugün kabul gören bir anlayıştır. Benzer biçimde duyguların sosyal olduğunu savunan Ahmed (2019: 18-19) de karşılıklı oluşum sürecini “içten-dışa” ve “dıştan-içe” döngüsellğinde açıklamaya çalışır. İçten dışa’nın anlamı, duyguların bireysel hislerle ilişkili olarak geliştiğı ve bedensel bir dışavurum durumunda toplumsallaştığıdır. Dıştan içe anlayışında ise dışsal etkenlerin (yapı ve daha mikro ölçeğe kurumlar gibi) duyguları üreterek bireye/faile dayatması anlatılmaktadır. Bu iki durum birbirini tetikleyecek şekilde sürekli bir döngü halindedir.

Anlatı	<i>Dıştan İçe</i>	<i>İçten Dışa</i>
Ölçek	Toplum, Yapı, Kurumlar	Birey
Geçme Şekli	Dayatılma yoluyla	Bedensel dışa vurum ile ifade etme yoluyla
Akış Yönü	Toplumdan bireye	Bireyden topluma

Tablo 2.2. Duyguların oluşum yönleri

Ahmed’in (2019) duyguların oluşumuna dair yaptığı açıklamalar göz önünde bulundurularak oluşturulan Tablo 2.2 ve Şekil 2.1’de görüldüğü üzere duyguların haritası dışarıdan içeri ve içeriden dışarıya doğru çizilebilmektedir. Her ikisinin de kabul görüyor olmasına rağmen kimi düşünürler yapının duyguları oluşturduğu veya dayattığını kabul ederken, kimi düşünürler failin yapıya etki ederek onu dönüştürdüğünü ifade ederek birini ötekine öncelemektedir. Sosyolojinin

kurucularından Emile Durkheim da *Sosyolojik Yöntemin Kuralları* (2014) kitabında düşüncelerin dışarıdan geldiğini vurgularken yapının güçlü yönüne vurgu yaparak onu incelemektedir. Onun yapının yanındaki güçlü duruşu, toplumun kuralları dayatan yapısını gözlemlemesine dayanmaktadır. Durkheim'ın bu anlatısını ödünç alarak duyguların bu dayatmaların ürünü olduğunu söylemek mümkündür. Ancak Durkheim'ın bireyi toplumsal normların gölgesi altında görünmez kılma düşüncesinin eleştirilecek yönleri (Akpolat, 2010; Taş, 2020) olduğu unutulmamalıdır. Bu noktada yapıyı ya da bireyi incelemeyen duyguların ilişkisellik ilkesi içinde oluştuğunu (Ahmed, 2019: 15, 17) kabul etmek en kapsayıcı seçeneği sunmaktadır.

Yukarıdaki paragrafta sunulanların haricinde iç-dış, dış-iç tartışmasının sosyal bilimler paradigmasında, duyguların bir inceleme alanı haline gelmesinde geç kalınmasının önemli bir nedeni olarak görüldüğünden de söz edilmelidir. İçsel oluşumu kabul etmek duyguların “doğal” veya “genetik” kökenden oluştuğuna ilişkin genel kabulü desteklerken duyguların uzun yıllar boyunca sosyal alanda oluşmuş olma durumundan uzakta tutularak araştırmaya açılmamasına sebep olmuştur. Bu düşünüşün yön değiştirmesi ise kültürel çalışmaların gelişmesiyle gerçekleşmiştir. Kültürel çalışmalar, farklı kültürlerde farklı duygularla karşılaşıldığı bilgisini sunarak duyguların sosyal inşasına gönderme yapmaktadır (Önderman, 2020: 25, 27). Duygular sözlüğü oluşturmaya çalışan Tiffany Watt Smith (2019) de bu görüş ekseninde “duygu nedir?” sorusuna yanıt verirken biyolojik ve psikolojik yanıtların yanında hislerin kültür ile etkileşim halinde işlediğini anlatmaktadır. Duygular; toplumsal beklentiler ve normatif kurallar sonucunda ortaya çıkabilmektedir. Bu noktada çoğu duygunun nasıl adlandırılacağı ve deneyimleneceği kişiye öğretilmiş kabul edilir. Kültürü aktaran dildir ve dil kavramlar üreterek duyguları meydana getirir (Smith, 2019: 19; Parkinson, 1995). Smith'in (2019) durduğu çizgi, kültürün duyguları oluşturduğuna yönelik önemli bir vurgudur.

Duyguların kültürel oluşumlar olduğunu gösteren önemli bir ifade de duyguların toplumsal cinsiyet üzerinden inşa edilmiş anlamlarının olmasıdır. Pek çok çalışma kadınların ve erkeklerin deneyimledikleri duygular arasında ayrımlar olduğunu göstermektedir (Plant vd., 2000; Shields, 2007; Shields ve Bhatia, 2009; Pease, 2012; Shields, 2012; Bağcı ve Seven, 2022). Bu çalışmalar etrafında erkekler duygularını kontrol altına alabilen akılcı-rasyonel, kadınlar ise yalnızca duygusal bireyler olarak

betimlenmektedir. Öyle ki “iyi ebeveynler” olmak için yazılan kitaplarda anneler “aşırı derecede duygusal” olmamaları yönünde uyarılara maruz bırakılırken babalar duygularını göstermemeleri nedeniyle suçlanmaktadır; onlara yöneltilen öneriler duygularını çocuklarına göstermeleridir. Bununla birlikte erkeklerin duyguları güce sahip olma isteği ile açığa çıkan duyguları aktif kabul edilirken kadınların duyguları korumacılık, sevgi gibi daha pasif kabul edilenleri içermektedir (Shields, 2012: 425). Bu ayırım, kültürel kodlar ekseninde belirlenmiş toplumsal cinsiyet rollerinin bireylerin en küçük fakat en derin etki yaratan duygu dünyalarına temas etmesiyle açığa çıkmıştır. Her ne kadar duyguların cinsiyetli bölünmesi biyolojik bir kadermiş gibi sunulsa da gerçekleştirilen pek çok çalışma kadınların duygusallıkla ilişkilenesinin toplumsal normlar etrafında gerçekleştiğini ortaya koymaktadır. Görüldüğü üzere bu düşünsel gelişmeler ve perspektif değişimi, duyguların salt biyolojik bir alan olduğu tezini kültürel kodlar ile açıklayarak dönüşüme uğratmıştır.

Kültürel çalışmaların yarattığı bu kırılmaya rağmen iç-dış tartışması varlığını korumaya devam etmiş, biyolojik-iç bireye, biyolojik-dış ise sosyal olana dönüşerek birbirlerinin karşısında konumlandırılmıştır. Hangi yönün birbirinden üstün olduğunu veya bu iki yönün eşit olup olmadığının bilinmemesinin temel problem alanı, duyguların kısa zaman dilimlerinde kendilerini gösteren bir yandan da yerlerini bir başka duyguya çok hızlı biçimde bırakabilir anlık haller olmasıdır (Baker, 1997; Shields, 2012: 430). Bu durum Eva Illouz (2018: 62) tarafından “gündelik yaşam içinde duyguları paranteze alma” olarak ifade edilmektedir. Sürekli akış içinde olan ve hızla bir diğerine dönüşmesine imkân tanıyan duyguları tanımlamak, sınıflandırmak ve sınırlamak oldukça zor olduğu için gündelik yaşamda onları bir paranteze koymak ve sorgulamaya açmamak alışlagelen bir durumdur. Bu nedenle onu tanımlamak, anlamak ve oluşum dinamiklerini keşfetmek de zordur. Süreklilik ve akış içinde birbirine dönüşen çoğu duygunun toplumsal yaşamın gündelik akışı içinde olduğu göz önünde bulundurularak “sosyal duygular” (*social emotions*) çatısı altında ele alındığı görülmektedir (Hareli ve Parkinson, 2008). Bu kavram, sosyal olarak inşa edilen duygulara işaret edecek biçimde kullanılmaya devam edilmektedir. Yalnızlık duygusu da gündelik yaşamın akışında şekil alan, gündelik yaşamı şekillendiren hem dışsal hem de içsel oluşumun ürünüdür. Kendini hızla bir başka duyguya teslim edebilen ve teslim ettiği yeri geri alabilen yalnızlık, sosyal bir duygudur. Duyguların sosyal boyutuna yapılan bu vurgu, sosyolojik boyutlarıyla ele alınmalarını gösteren

önemli bir konuya işaret etmektedir. Bu noktadan hareketle bir sonraki başlıkta, duygular sosyolojinin ne olduğuna ve gelişim aşamalarına odaklanılmaktadır.

2.3. Duygular Sosyolojisinin Gelişimi

Duygular sosyolojisi; *Toplumsal yaşamda duygular nasıl oluşur? Duyguları kim, nasıl oluşturur? Nasıl bir dinamiğe sahiptir ve duygular topluma ne yapar?* gibi pek çok alt soruyla yola çıkar. Bir duygu sosyolojisi araştırmacısı en temelde bu soruları baz alır ve ilgi odağına göre ek sorular sorarak devam eder. Duygular sosyolojisinin bu ve benzeri alt sorularının artan sayısı; duyguların cinsiyetler, yaş grupları farklı kültürel yapılar açısından, kişi veya kişilerce farklı şekillerde tanımlanabilmesinden ileri gelmektedir. Bu farklılaşmalar uzun bir dönem bireysel farklılıklar olarak kabul edilmiştir. Bu nedenle sosyolojide doğrudan bir *duygular sosyolojisi* gelişimi oldukça geç bir dönemde gerçekleşmiştir.

Her ne kadar *duygular sosyolojisi* ile geç bir dönemde karşılaşılıyor olsa da *duygular araştırmalarının* ve duyguların sosyoloji sınırına dahil edilmesinin eski bir zemini bulunmaktadır. Bu zemin, bilimin neleri inceleyip neleri incelemeyeceğinin soruşturulduğu dönemde oluşmuştur. Bilimin temelini oluşturan ve akli ön plana çıkaran modern felsefenin kurucusu Rene Descartes, yalnızca aklın erdiği, kavranabilir şeylerin incelenebileceğine vurgu yapmaktadır. Ona göre açık seçik olanlar dışındaki yani deneyi kapsamayan her durum inceleme alanı dışında tutulmalıdır (Kızılcılık, 2011: 133-139). On yedinci yüzyılda skolastik felsefenin sınırlarını belirginleştirip onu sınırlandıran ve rasyonalizme yer açan düşünürün bu görüşleri, yirminci yüzyıla gelinceye kadar bilim paradigmasında da kendini göstermiştir.

İnsanlık tarihinin uzun bir dönemi boyunca duygular, yalnızca deneyimlerle sınırlandırılarak anlamlandırılmış ve anlatılmıştır. İncelemeye alınmayan duyguların bu nedenden ötürü sıklıkla ihmal edildiği söylenmektedir (Yıldız, 2007). Şüphesiz ki duyguları ihmal eden ve onu inceleme kısılcasına almayan bakış, bilimsel perspektifin sınırlarındadır. Bilim kendisini, deneye ve gözleme bağlanamayacak akıl dışı alanı konu edinen felsefeden hiddetle koparıırken (Wallerstein, 2018: 17) irrasyonel olarak gördüğü duyguları da inceleme alanı dışında konumlandırmıştır. Bu nedenle duygular, bilimin uzağında, herkes tarafından bilinen ancak herkes tarafından farklı anlatılarla tanımlanan bir anlama sahiptir (Parkinson, 1995: 21). Herkes tarafından tanımlanması

ise çelişik tanımlamalara neden olmuş, üzerinde tekil/uzlaşmış bir tanımın geliştirilmesini giderek güçleştirmiştir.

Duyguların incelemeye açılmamasının ve tekil uzlaşmış tanımlarının olmayışı Calhoun'a (2001) göre yerleşik düalist anlayışın bir ürünüdür. Benzer anlatılar Wallerstein'in (2018) tüm sosyal bilimlerin merkez-çevre üzerine kurulmuş olması fikriyle paralellik göstermektedir. İkicilik anlamı taşıyan felsefi bir sözcük olan düalizm, hiçbir alan fark etmeksizin birbirine indirgenemeyecek iki karşıt kavramın varlığını ileri sürme anlamı taşımaktadır (Hançerlioğlu, 1979: 201). Gerçekte, ikiliğin olup olmadığı tartışması uzun yıllar boyunca tartışılan ve hala tartışılmaya devam eden bir felsefi soruşturmadır (Boran, 2018). Tartışmanın uzun yıllar boyunca devam edişi ikiliklerin, Batı felsefesinin düşünce tarihinde önemli bir yer edinmesi ve insanlığın tüm düşünme biçimlerini (basit-kompleks) etkilemesiyle ilişkilidir. Bu anlamda, kimi durumlar rasyonel olacak şekilde tanımlanmakta (Koçak Kurt, 2021), duygu gibi karmaşık alanlar ise incelemeden uzak irrasyonel görülmektedir.

İkilikler üzerine geliştirilen tartışmayı *batı metafiziği* veya *mevcudiyet metafiziği* olarak nitelendiren Jacques Derrida, birbirine *iki zıt kutup (binary opposition)* oluşturacak şekilde, düşüncelerin bu kutuplar üzerinden eşitsizlikler yarattığını savunmaktadır. Bir merkez etrafında kurulan yerleşik düşünce mantığını eleştirmek ve bu yerleşikliği göstermek adına *dekonstrüksiyona (yapısöküm)* başvurmuştur (Küçükalp, 2008; Acar, 2014; Rutli, 2016). Derrida'nın düşüncesinde Batı kültürünün düşünce zemini ikili karşıtlıklar üzerinden geliştiği görüşü, Craig Calhoun'un *Putting Emotions in Their Place* (2001) yazısında da kendini göstermektedir. Bir merkez kavram karşısında "öteki"nin tasarlandığı bu düşünme biçimi içinde, düşünce ve aklı merkezleştirilerek duygular, onlar karşısında daha irrasyonel, değersiz veya daha az değerli görülen bir zemine yerleştirmiştir. Birbirinin karşısında konumlandırılan kavramlar Calhoun (2001) tarafından şu şekilde tanımlanmaktadır:

Birinci-Öncelenen	İkinci-Ardıl
1. Düşünce	1. His/Duygu
2. Akıl	2. Beden
3. Kamusal	3. Özel
4. Erkek	4. Kadın
5. Gurur	5. Utanç
6. Kontrol edilen	6. Kontrol edilemeyen
7. Bilinçli	7. Bilinçsiz
8. Yüksek	8. Alçak

Tablo 2.3. İkili yapı

Kaynak: Calhoun, 2001: 51-52

Tablo 2.3'te; aynı satırlarda karşımıza çıkarılan ikiliklerin ilk ve merkez kısmını düşünce, akıl, kamusal, erkek, gurur, kontrol edilen, bilinçli ve yüksek kavramları oluştururken; ikinci ve merkezin karşısında daha değersiz görülen; his, beden, özel, kadın, utanç, kontrol edilemeyen, bilinçsiz, alçak kavramları oluşturmaktadır. Bu doğrultuda duyguları biyolojik yani bedensel kısmına yaklaştıran bu düşünüş, duyguların akıl karşısında öncelenmemesinin temeli olur. Sosyoloji ise sosyal ilişkilere odaklanarak bu merkezi yeniden sorgulamaya açar ve duyguların doğrudan kişilerarası ilişkilerde önemli bir dinamik olduğunu vurgular (Calhoun, 2001: 53). Bu noktada, gündelik yaşamda ilişkilerin düşünmeyi temel alan rasyonel eylemlerden oluşmadığını ve bu durumun da duygular araştırmalarına önemli bir yer açtığını belirtmemiz gerekir.

Calhoun'un oluşturduğu eleştirel tabloya benzer bir diğer ikilikleri eleştirel boyutta kurgulayan tablo da Val Plumwood (2017: 65) tarafından oluşturulmuştur. Plumwood, Batı düşüncesinin yerleşik yapısının bir merkez fikri üzerine kurulu olduğunu belirtir. Merkez fikri, erkek ile ilişkilendirilen kültüre, akla bağlı gelişmiştir. Diğer tüm kavramların anlamları ise bu merkeze göre konumlandırılmış, sindirilmiş ve araçsallaştırılmıştır. Bu anlamda erkek, merkez kavram içinde yer alarak kültürü, akıllı, rasyonelliği simgelemekte; kadın ise erkeğin karşısında konumlandırılarak duygusallık, ilkelik ile açıklanmaktadır. Bu taraflı kurgu, yerleşik bir sistem oluşturarak tüm düşünce sistemlerine etki etmektedir. Modern dünyanın yerleşik

“akılcı” kurgusu, duyguları akıl ve rasyonalite karşısında önemsizleştirmekte, kadınsılık ile özdeşleştirmekte ve bu yolla her ikisini de ikinci plana atmaktadır.

Merkez	Araçsal
Kültür	Doğa
Akıl	Doğa
Erkek	Kadın
Zihin	Beden
Efendi	Köle
Akıl	madde (fiziksellik)
Rasyonalite	hayvanlık (doğa)
Akıl	duygu (doğa)
zihin/tin	Doğa
Özgürlük	zorunluluk (doğa)
Evrensel	Tikel
İnsan	doğa (insan dışı)
Medeni	ilkel (doğa)
Üretim	üreme (doğa)
Kamusal	Özel
özne	Nesne
Benlik	Öteki

Tablo 2.4. Plumwood’un eleştirdiği merkezileştirilen ve araçsallaştırılan kavramlar

Kaynak: Plumwood, 2017: 65

Tablo 2.4’te görüldüğü üzere; ikilik sistemine göre erkeğin bulunduğu küme öncelenmektedir. Kadın da erkeğin karşısında konumlanarak var olmaktadır. Ataerkil sistem ile oluşturulan bu düzende “[k]adın arızı olandır, asli olan değil önemsiz olandır. Erkek Öznedir, Mutlaktır- kadın Ötekidir” (de Beauvoir’dan aktaran Plumwood, 2017: 76). Öncelenen kısım, birincil olarak belirlenir ve bu doğrultuda ikincil kısmın içsel bir varlık değeri olmadığı kabul edilir. Bu anlamda ikincil sayılan kadının, doğanın, bedenin ve *duyguların* bulunduğu kısmın araçsallaştırılarak inşa edildiği görülmektedir (Plumwood, 2017: 77). Araçsallaştırılan hiçbir kavramın zıddının bir ürünü olmadığı (kadının erkeğin varlığına muhtaç olmadığı, duyguların aklın karşısında önemsizleşmediği) adı geçen çalışmacıların eleştirel yaklaşımlarının

etkisiyle bugün kabul gören bir gerçek olmasına rağmen, Derrida'nın da belirttiği gibi ikilik sisteminin köklü yapısı bu eşitsizliği üretmeye devam etmektedir (Küçükalp, 2008).

İkilik sistemin ürettiği eşitsizliklere bakıldığında akla takılan önemli bir soru 'duyguların rasyonel olup olmadığı'na ilişkindir. Bu noktada Anne Kane'in; Bourdieu'nün, Elias'ın ve Soussa'nın fikirleri temelinde inşa ettiği "duygusal habitus" anlatısı yol göstericidir. Bourdieu'nün bakışıyla "yatkınlıklar seti" olarak anlatabileceğimiz habitus, gündelik yaşamda çoğu zaman bilinçsiz gibi gözükken eylemlerin yer aldığı bir alandır. Alandaki oyunun yöneticisi ise habitustur. Habitus kimi zaman kendini dayatan bir yapıya sahiptir ancak habituslar salt değişmez verili durumlar olarak da görülmemelidir (Bourdieu, 2016: 121) Bourdieu, habitusu açıklamak için sıklıkla oyun metaforuna başvurur. Çünkü oyunlar kendi içinde kuralları barındırarak bir nevi habitus oluşturarak aktörü buna bağlı kılıp belirlenmiş hareket ve strateji alanı ortaya koymak zorundadır (Dursun, 2018). Duygular da bilişsel süreçlere sahip olmalarıyla yol haritaları kısmen belirlenmiştir. Ancak bu yol haritası her zaman bilinçli kurallar setinden ibaret değildir (Calhoun, 2001: 53). Sağduyu yani ortak akıl üzerinden, herkesin kabul ettiği "aşıkarlık havuzu" oluşmaktadır. Ortak aklın en işlevsel yönü, yüksek-alçak, üst-alt gibi karşıtlık içerek şemaları mümkün kılması söz konusudur. Kimi zaman karşıtlıklar değişmesi muhtemel olmayan kutsallıklar olarak anlatılmaktadır. Onlara kutsallık atfeden bu anlayış ise kendi doğalarından ötürü bu anlama sahip olduklarına ilişkin genel kanıdan doğar (Bourdieu, 2016: 119-120, 123).

İkili mekanizmanın düalist anlayışın oluşumu doğal değil; kültürel, toplumsaldır. Calhoun (2001) bu kavramlar arasına *doğal-toplumsal/doğal-kültürel* şeklinde tire koyarken ikiliklerin suni biçimde oluşturulduğunu ifade etmektedir. Duyguları tanımlanamaz kılan durum onu bilimin sınırından uzakta konumlandırıran "düalist düşünce mekanizması" olarak tanımlanmıştır. Bu anlamda duygular sosyolojisinin gelişimi de gecikmiş ve ihmal edilmiştir.

Duygu sosyolojisi, toplumsal yaşamın ve kültürün duygular üzerindeki etkisini ve onun toplumsal yaşama nasıl etkide bulunduğunu konu edinerek 1970'lerin ortalarından itibaren gelişme göstermiştir (Yıldız, 2007). Yirminci yüzyıla gelindiğinde sosyologların ilgisini çeken duygular, artık sosyolojinin diğer araştırma

konuları gibi merceğe alınmaya başlanmıştır. Duyguları inceleyen sosyologların büyük bir kısmının sembolik etkileşimci gelenekten geldiği görülmektedir. Bir diğer kısmı ise kültürel çalışmalara yoğunlaşarak duyguları kavramaya çalışmıştır. Her iki gelenek de dikkatini bilişsel süreçlerden ziyade sosyal yöne vermiş ve duyguları bu bağlamda ele alıp anlamaya gayret etmiştir (Calhoun, 2001: 45).

Calhoun (2001) da duyguları sosyolojik açıdan inceleme tarafına yaklaşarak sosyal fenomeni açıklamanın ancak bu yolla mümkün olduğunu savunmuştur. Çünkü ona göre duygular içsel fenomenler değildir ve hem sosyal etkileşim hem de kültürel süreçler içinde üretilerek şekil almaktadır. Fakat yine de duyguların bedenle olan bağının da koparılması gerektiğini belirtmektedir. Çünkü duyguların bedenden tamamen soyutlanması gerektiğini savunan bir bakış, duyguları oldukları gibi anlama ve anlatma merkezinden uzaklaştıracaktır. Oysa duyguları sosyolojik açıdan ele almaktaki esas amaç bir duygular sosyolojisi oluşturmak değil, duyguların sosyolojik açıdan izah edilmesindeki ihtiyaçtır. Bu noktada duygulara yönelirken, yerleşik anlayışın savlarından ve doğrularından kopup daha tarafsız bir gözle bakabilmeyi sağlayan eleştirel bir göze ihtiyaç vardır (Calhoun, 2001: 47).

Sosyoloji tarihinde görece yeni bir alan olan duygular sosyolojisi, doğrudan bu isme gönderme yapmasa da klasik sosyoloji içinde varlığını sürdürmektedir. Klasik sosyolojinin temsilcileri olarak görebileceğimiz; Durkheim'in kolektifliğe/bir arada olma duygusuna yaptığı vurgu, Marx'ın işçi sınıfına ilişkin eleştirilerinde görülen “yabancılaşma” veya Weber'in demirkafes içine sıkışan insan anlatılarında duygular yer almıştır. Bu düşünürlerin özellikle bu sosyolojik fikirleri incelendiğinde; duyguların nasıl dönüştüğü, nasıl şekillendikleri, duyguların birey ve kurumlar üzerinde nasıl etkiler bıraktıkları, toplumsal yaşamda duygularla nasıl/neden tepkiler verildiğine ilişkin sorulara modernizm ile ilişkili olacak şekilde yer verdikleri görülmektedir. Toplumsal yapıların duygular üzerindeki etkisi bu anlatılarda örtük bir biçimde de olsa yer almaktadır. Aynı zamanda düşünürlerin yaptıkları bu analizlerin “duyguların” toplumsal yapıyı açıklamada ve anlamada ne kadar önemli olduğunu kanıtlar nitelikte olduğunu belirtmek gerekmektedir.

Duygular sosyolojisinin gelişiminin önemli bir durağı, gündelik yaşam araştırmalarının başlangıcı kabul edilebilir. Gündelik yaşamın inceleme alanı halini almasındaki önemli isimlerden Norbert Elias, bugün sosyologların sıkça atıfta

bulunduğu iki ciltlik *Uygarlık Süreci (The Civilizing Process)* kitabını 1939'da Almanca yayımlamıştır. İlk kez İsviçre'de yayımlanan bu kitap, gündelik yaşamı kapsayan ve gündelik yaşam içindeki olağan fakat dile getirilmekten imtina edilen “geçirmek, sümkürmek” gibi “uygarlık dışı” kabul edilen durumları içermesi nedeniyle İngiliz matbaalarında yer bulamamıştır. 1940'ların İngiltere'sinde reddedilerek saf dışı tutulan *Uygarlık Süreci*, 1977'de ödüle layık görülmüş ve ilk kez bu ünü gerekçesiyle 1980'li yıllarda İngilizceye tercüme edilmiştir (Öncü, 2000: 8; Taş, 2020). 1940'lı yıllardan 1980'li yıllara kadar bu kitaba karşı durulmasının bir diğer önemli nedeni de “utanma” gibi elle tutulamaz, oldukça soyut kavramların kitapta yer almasıdır. Görüldüğü üzere Elias'ın çağının paradigmasının dışına çıkıp, gündelik yaşamdaki pratiklerin içine hapsedilmiş ve bilimden dışlanmış duyguları konu edinmesi; eserinin önemsizleştirilmesiyle sonuçlanmıştır. Bununla beraber dönemin pozitivist paradigma anlayışının duyguları akılcı olmamak ile özdeşleştirdiğini de vurgulamak gerekmektedir. Bir anlamda Elias utanç duygusunu akademik yönden konu edinerek, duyguları “uygar” veya “medeni” kabul edilen akılcılık ile aynı potaya koymuş, örtük biçimde pozitivist paradigmanın sorgulanması gerektiğine dikkat çekmiştir. Nitekim, *Uygarlık Süreci*'ni uygar olmayan konuları konu edinmesi gerekçesiyle ciltleştirmeyen düşünce hem duyguları sistematik olarak “uygar” ve “uygar olmayan” olarak ayırmış hem de duyguları irrasyonel olacak şekilde sabitlemiştir.

Aynı zamanda Elias (2021), kaleme aldıklarının “anlaşılmadığı” düşüncesiyle kitabın ikinci cildine bir giriş eklemiştir. Bu bölüm, duygular incelemesinin sosyoloji disiplininde neden gelişemediğinin altını çizmektedir:

[duygulara] ilişkin sayısız gözlemlerde bulunmak mümkündür [...] ancak bu sözlerin dayandırıldığı nesnel gerçekler yeterince belirgin değildir. Bu durum kısmen, sosyolojik araştırmanın bugün ulaştığı düzey ile, kişilik yapılarının ve özellikle duyguların düzenlenişine ilişkin uzun süreli dönüşümler üzerine ampirik incelemeler yapılmasının oldukça zor olmasına bağlıdır (Elias, 2021: 9, 10).

Sosyolojide duygu araştırmaları uzunca bir dönem “duygular sosyolojisi” isimlendirmesinden uzak tutulmuş olsa da; bu alt disiplin *Amerikan Sosyoloji Derneği* (ASA) tarafından mikro sosyolojideki gelişmeler aracılığıyla gelişmiştir. Bu alanda incelemelerde bulunanların büyük bir kesimi gündelik hayatı araştıran sosyologlardır. Bu girişim ile birlikte, duygular sosyolojisi organik ve inşacı olarak iki ana tema

altında incelemeye alınmıştır. Duygunun organik (organistic/voluntaristic) temeline odaklanan ilk yaklaşım bireyin biyolojik (içsel) durumlarını duyguların ana kaynağı olarak görür. Bu perspektife göre duyguların oluşumu ve dışa vurumu içsel durumlar sayesinde gerçekleşmektedir. İçsel durumların etkisi altında gelişen duygular, rasyonel düşünceyle oluşmaktan uzaktır. Fakat bu bakış açısı altında, duyguların sosyal yaşama etkide bulunup bulunmadığı tartışmasına cevaben “duygular sosyaldir” vurgusunun yapıldığını da belirtmek gerekir. Sosyal yöne vurgu yapan inşacı (constructionist) analiz ise duyguların biyolojik oluşumlar olduğunun karşısında konumlandırılan ve duyguları ele alan ikinci yaklaşımı oluşturmaktadır. İçsel kaynaklardan ziyade sosyal süreçleri öne çıkaran bu yaklaşım, kültürel faktörlerin duyguların hissedilmesi ve sergilenmesine etkide bulunduğunu belirtir (Adler, Adler ve Fortana, 1987).

Duyguların sosyal zeminde incelenmesine imkân tanıyan önemli bir düşünür de *duygusal emek* kavramını geliştiren A. R. Hochschild’dir. Atlanta Havayolları’ndaki hosteslerle yaptığı görüşmeler sonucunda “duygusal emek” kavramı üzerine yoğunlaşan Hochschild, duygulara yabancılaşma yaşandığı sonucuna ulaşır³ ve onların mikro düzeyde kopyalanabilir, yeni anlamlar kazandırılabilir olduğunun altını çizer (Hochschild, 1990).

Hochschild’ın emek ve yabancılaşma kavramları üzerinden incelemeye aldığı duygusal kontrolü veya duygusal inşayı konu edinen diğer bir düşünür N. Elias’tır. Elias utanç duygusunu uygarlaşma sürecindeki çeşitli kontrol mekanizmalarıyla bugünkü şeklini aldığını belirtmiştir. Utanç, toplumsal hiyerarşiden, kültürden ve toplumsal yapılardan ayrı bir yerde değildir (Elias, 2021) ve duyguların davranışlar aracılığıyla ortaya konulması veya hissedilmesi belirli toplumsal statülerle ilişkilidir (Önderman, 2020: 37). Anlaşıldığı üzere Elias’a (2021: 9) göre, duygular iktidar ile ilişkili olarak veya olmayarak toplumsal koşullardan etkilenerak karakter kazanır. Bu bağlamda duygular zaman içerisinde dönüşüm geçirir.

Önderman’ın (2020) da belirttiği üzere duygu, fizyolojik ve bilişsel bir tepkidir ancak bu biyolojik tanımlamanın yanında duyguların anlamlarının sabit kalmadığı, kültürden kültüre farklılaşmış olduğu da göze çarpar (Önderman, 2020: 20-21).

³ Hochschild’ın bu çalışması, hosteslerin istemedikleri halde iş kuralları nedeniyle sürekli gülümsediklerini gözlemlemesinin bir ürünüdür. Satın alınan emekleri nedeniyle gülümsemeleri kendilerine ait değildir. Bu anlamda kapitalist sistem, emeği metalaştırarak kişilerin duygu durumlarına dahi yabancı olmalarına neden olmuştur (Giddens, 2012: 59).

Sosyologlar, duyguların biyolojik etki alanlarını kabul ederler. Çünkü duygular, somutlaşarak insan bedeninde görünür hale gelirler. Ancak bunun yanında sosyal bağlamların duygularla olan karşılıklı etkileşim alanını da işaret ederler (Yıldız, 2007: 134-135).

Hem duyguların bedensel varoluşa nasıl etki ettiğini göstermek hem de toplumsal yaşamdan nasıl etkilendiğini anlatmak adına Durkheim'ın *İntihar* eserindeki anlatısına bakmak açıklayıcı olacaktır: Durkheim bu eserinde, dünyanın her yerinde erkeklerin kadınlara oranla daha fazla intihar ediyor oluşunun dikkat çekici olduğunu sıkça vurgular (Durkheim, 2013: 153). Bunun alt sebeplerinden biri, erkeğin kamusal alanda kadına oranla daha fazla bulunuyor olmasıdır. Erkeklerin toplumsal yaşamdaki görünürlüğü, rol ve sorumlulukları kadınlara oranla daha fazla olduğu için sürekli bir kıyaslama ve beklentiye uyma gayreti onu intihara daha yatkın hale getirmektedir. Durkheim'ın belirttiği üzere, kadınlar erkeklere oranla bir birliktelik duygusuna daha az ihtiyaç duyan kesimi oluşturur. Onlar kendilerini denetleyip şekillendirecek herhangi bir kimseye bağlı değildir. Oysa erkekler, kendilerini denetleyen onlara şekil veren bir kadın olmadığında sıklıkla intihar etmekte veya kırılgan hale gelmektedir. Bu durum, Önderman'ın (2020) işaret ettiği kültürel unsurların duygular üzerindeki etkisini örneklemektedir.

Duyguları anlamlandırma gayretinde olan bir diğer düşünür de Eva Illouz'dur. Ona göre duygular psikolojik öğelerdir fakat aynı oranda -belki daha yoğun bir biçimde- kültürel ve sosyal öğelerdir de (2018: 14-15). Çünkü duygular toplumsaldır ve aynı zamanda her biri, bir diğeriyle ilişki içindedir. Bu ilişki ise kültürel anlamların ve sosyal ilişkilerin gölgesi altındadır. Duygular yalnızca sosyal alanda oluşturulmakla kalmaz; dönüşlü olarak sosyal düzenlemeler de onlar üzerinden gerçekleştirilir. Utancın kontrol mekanizması olarak kullanılması bunun önemli bir örneğidir. Bu yönüyle duygular, kişinin üzerindeki toplumsal baskılardır (Elias, 2021; Önderman, 2020). Modern dönemde duygusal kapitalizmin üretilmesi ise meselenin görünen diğer bir yüzüdür. Duyguları araçsallaştıran duygusal kapitalizm, önce benliği duygusal hale getirmiş bu sayede duygusal kültürü yeniden üretmiştir, duyguları denetime açmış ve onları manevi projelere dönüştürmüştür (Illouz, 2018: 42, 56).

Tüm anlatılarda da görüldüğü üzere, duygular dönemden döneme, toplumun yapısı ve kültüründen etkilenecek farklı anlamlara bürünmektedir. Bu anlamda

duyguları tanımak, toplumu anlamak ve ona ilişkin duyguları açıklamak adına önemli konumdur. Toplumsal açıdan duyguların dönüşümü ve etkisinin fark edilmesi duygular sosyolojisi araştırmalarının son dönemlerde artış göstermiş olması bu yönüyle anlam kazanmıştır. Duygular, gündelik yaşamın toplumsal ilişkilerinde şekillenmeye, ilişkileri şekillendirmeye devam ederken duygular sosyolojisi bu ilişkiselliği sağlamaktadır.

2.4. Gündelik Yaşam Kavramı

Yalnızlık olgusunu konu edinen bu çalışmanın temel kavramlarından biri de gündelik yaşam/hayattır. Bu kavram tıpkı duygular araştırmalarında olduğu gibi, sosyoloji literatüründeki mikro ölçekli ve kültürel çalışmaların artışıyla merkezi bir hal almaya başlamıştır. Öyle ki bugün sosyolojinin alt kollarından biri haline gelen “gündelik hayat sosyolojisi”nin varlığı, konunun önemine gönderme yapmaktadır. Gündelik yaşam, toplumsal ilişkilerin nasıl kurulduğunu toplumun parçası olan faillerin/bireylerin eylemlerini gösteren en geniş ve akışkan (Bauman, 2020) alandır. Bu anlamda yalnızlığın algılandığı ve deneyimlendiği yer gündelik yaşamdır ve yine bu alan, algılanış ve deneyimlerin görünebilir, okunabilir ve araştırılabilir boyutunu oluşturur. Nitekim insanlar, gündelik yaşam içerisinde etkileşimde bulunur, duyguları deneyimler, düşünür, eyleme geçerler. Toplumsal ilişkilerin olduğu yer de yine burasıdır.

Gündelik hayat, düzenlerin, aynılıkların, düzensizliklerin ve farklılıkların alanıdır. Sınırları belirsiz, müphem ve sıklıkla belirlenemez haldedir (Lefebvre, 2004: 6, 25; Bennet, 2018: 11-15). Bu nedenle, hayatın hangi bağlamda ele alınıyor olduğu tanımlamayı farklı bir noktaya taşımaktadır. Onun sıklıkla tanımlanmasının önüne engel koyan “aşına” olma hali, olanı görememenin en belirgin yüzüdür. Gündelik yaşamın aktörleri, yaşama aşına olan kişiler olduğundan durumları anlama ve anlatma noktasında zorluk yaşarlar. Ayrıca gündelik yaşam araştırmacıları da gündelik yaşama aşına haldedir. Bu sebepten ötürü gündelik olanı tanımlamak, bilimsel olarak onu incelemek, bu yoldaki en büyük engellerdendir (Lefebvre, 2010: 22-24). Bu güçlüğü ve engellere rağmen, gündelik olana dair getirilen her çözümleme ve çıkarım, insanın dünyayı anlamlandırması ve deneyimlemesiyle aynı anlamı taşır (Elias, 2021). Bir diğer anlatımla; her an gözün önünde olan ancak içinden sıyrılmadan görülmesi mümkün olmayan geniş bir anlatı sahası olan gündelik hayat, yaşananın anlamını

veren ve ona anlam katan önemli bir inceleme alanı olması sebebiyle bilimsel konu haline gelmelidir. Ayrıca o, toplumsal yaşamın fail ve yapı uçları arasındaki geçişlerle şekillenir (Şentürk, 2016: 235). Onu tanımlamanın zorluğu da tam olarak bu iki ucun tanımlama zorluğuna ilişkindir. Bu denli çoklu eylemi barındıran gündelik yaşamın tek bir tanımına ulaşma oldukça güçtür ancak birbirine paralel anlatılara yer vermenin kavramın neyi ifade ettiğini anlamaya yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Birbirine paralel görülebilecek en genel tanım gündelik hayatın doğal tutumların ve davranışların gerçekleştiği yaşam alanı olmasıdır. Bu alan içindeki aktör, uzlaşılmış olanın farkına varmaksızın yaşamını sürdürürken varoluşsal parametreleri sorgulamaz haldedir. Bir diğer ifadeyle gündelik yaşam, tiyatro sahnesine benzer bir yanılsama, serap halidir (Lefebvre, 2015: 141-142; Giddens, 2019a: 58). Aynı zamanda gündelik hayat, fikirlerin ve duyguların birbirini izlediği çağrışımlar silsilesidir (Baker, 1997). Pratik bilincin hakimiyetindeki gündelik hayat, her daim oluşta ve akıştaadır. Tıpkı Antik Yunan filozoflarından Herakleitos'un *her şeyin aktığı* ve *her şeyin geçtiği* anlatısında olduğu gibi gündelik hayattaki eylemler görünen aynılığın altında farklılaşabilir ve aktör o eylemlere yabancılaşabilir. Bu anlamda gündelik hayat, alışkanlıkların toplamından ibaret olmayan, dip akıntılara sahip ve ilk bakışta gözlemlenmesi güç olan bu akıntıların farkında olunması gereken bir alandır (Şentürk, 2016: 238-239).

Giddens'in (2019a) da söz ettiği üzere bu alan içinde varoluş parametreleri sorgulamaya açılmaz, eylemler hızlıca gerçekleştirilir. Bu durumu modern dönemin bilinmezliklerin, hızlı değişimlerin yaşandığı risklerin bulunduğu (Beck, 2014), bir tarihsel çizgisi olması noktasında yeniden anlamlandırmak mümkündür. Tüm bilinmezlikler ve riskler karşısında modern insan, gündelik yaşamını kaygıdan kaçabileceği ve bilinmezlere karşı güvende hissedeceği alışkanlıklar ile oluşturmaktadır. Gündelik alışkanlıkların veya gündelik yaşamın değişmeksizin, sorgulanmaksızın yerine getirilmesinin altında yatan sebep budur. Bu durum gündelik hayatın, sürekli güvende hissetme ve kaygıdan kaçınma kıskaçında döngüsel şekle bürünmesine ve alışkanlıklar alanı olmasına yol açar (Giddens, 2019a: 69, 77). Bu yönüyle gündelik yaşam, güvende hissetmenin de alanıdır aynı zamanda.

Güvende hissetmenin bir koşulu da bireylerin diğer insanlara yabancı hissetmemelerine yarayan ve bu yolla benzer rutinleri örmelerini sağlayan ortak

kültürün varlığıdır. Modern dönem, birbirine benzer kalıplaşmış davranış kümeleri üretme noktasında “hayat tarzı” kavramıyla bir tasarı yaratmıştır. Hayat tarzı; zevkleri, alışkanlıkları kapsayacak şekilde kişinin sosyal statüsüne gönderme yapan bir kavram olarak görülmektedir. Modern dönemin insanı da idealize edilmiş hayat tarzı tasarısı üzerinden kurgulanmaktadır. Modern öncesi dönemdeki geleneklerin aksine hayat tarzı olarak adlandırılan rutinleşmiş pratikler; kuşaktan kuşağa aktarılmaz, kişinin kendi tercihine bağlı olarak çoklu seçenekler içinden seçilir, deneyimlenir ve belki de benimsenir. Refleksif bir durumu içeren bu tutum, hayat boyu benimsenmesi zorunlu olmayan bir duruma işaret etmektedir (Giddens, 2019a: 115). Böylece hayat tarzı, modern toplumların daha bireysel olmasına imkân tanır. Gündelik yaşamın etkinlikleri, rutinleri daha az kolektif daha fazla bireysel olacak şekilde yeniden tasarlanmıştır.

Hayat tarzının ayırıştırıcı, yalnızlaştırıcı, bireyselleştirici etkisinin karşısında birleştirici yönü de bulunmaktadır. Nitekim aynı hayat tarzını benimseyen insanlar, aynı zamanda, aynı etkinlikleri, beğenileri oluşturarak aşinalık kümesi oluşturur. Tönnies’in (2019: 65) sözünü ettiği üzere aşinalık, samimiyet ve sevgiden türemektedir. Hayat tarzını ve rutinleri dayatmacı kimlikten uzaklaştıran aşinalık, samimiyet yaratır ve aynı zamanda kişi aşına olmadığı durumlardan kaçınma ihtimalini değerlendirebilir konumda olmasına yarar. Hayat tarzı, kişiye sunulan, öğretilen verili şekliyle kabul edilmek durumunda değildir. Üzerinde oynamalar yapılarak aşına olunan bir şeye dönüştürülebilir ve diğerleri tarafından benimsenebilir.

Yukarıda yer verilen aşinalık sözcüğü, gündelik yaşamı açıklarken önde gelen kavramlardan biridir. Aşinalık, ayrışma ve bütünleşme olmak üzere iki yönlüdür ancak aşinalık kavramı genellikle bütünleşmeyle açıklanır olmuştur. Halbuki kişiyi yalnız ve yabancı hissetmekten koparan aşinalık, aynı oranda kişinin gündelik yaşama, kendi alışkanlıklarına yabancılaşmasına veya körleşmesine neden olabilir. Gündelik yaşamın yabancılaşma sahası olduğu fikrine yakın bir duruşu olan Henry Lefebvre (2015: 136-138), bu durumu açıklarken “Hepimiz Fransa’nın kırlarında defalarca gezmişizdir” der ve şehirden kaçanların, entelektüellerin, kırlarda görmeyi bilmeden sadece bakarak “oyalandıklarını” söyler. Tıpkı kırları görmeyi bilmeyen insanlar gibi, insanı anlamak için de daha uzaklara bakıp gündelik hayatın içinde neler olduğunu görmeyi ihmal edildiğini belirtir. Oysa görebilmek için yalnızca gözlerimizi açmamız

yeterlidir. Sahte derinlikleri bir kenara bırakıp, gündelik yaşamın mütevazı aralarında dolaşmaya başladığında, görebilmenin imkânı yakalanacaktır. Gündelik hayata bakmak, bir keşif sürecidir ve bu keşif süreci meşakkatlidir çünkü görebilmek için gözler her zaman hızla ve dikkatsizce aşına olana çevrilir. İnsanlığa ait bilimsel bilgiler, kaynaklarını sıradan olanlardan, olağan kabul edilenlerden alır. İnsan bilincini oluşturan bilginin kaynağı da gündelik hayattır.

Gündelik yaşamın *ne olduğuna, nasıl şekillenip süreklilik gösterdiğine* odaklanan De Certeau (2009: 74-75) ise *Gündelik Yaşamın Keşfi* isimli kitabında ilk olarak toplumsal yaşamda uzmanların giderek arttığını belirterek, gündelik dilin dönüşüm geçirmesine dikkat çeker. Tam da bu noktada uzmanlaşmanın getirdiği bilgiye sahip olmak ve şeyleri bu doğrultuda açıklayabilmenin gücü üzerinden otoritenin açığa çıktığını belirtir. Gündelik yaşamın *güç* üzerine temellendiğini işaret eder. Modernist ve kapitalist idealler ile açığa çıkan güç “Emeğin karşılığında ücretine ulaşabilen işçi gibi bilginin karşılığında otoriteye ulaşabilen sıradan insan”ı yaratmıştır.

Bahsi geçen bu konu yalnızca iş-çalışma hayatındaki uzmanlaşma ile sınırlı tutulmamaktadır De Certeau’ya göre. Bir tür yabancılaşma olarak ele alınabilecek olan bu durum, insanın doğaya-kendine yabancılaşmasının da ön koşulu kabul edilir. Gündelik yaşamdaki insan, kendi bedenine ve duygularına yabancılaşmış; onları tanıyan bir ötekinin otoritesini uzmanlıkları doğrultusunda kabul etmiştir. Kendi duygu durumunu, hislerini dahi tarif edemeyen ve çözümleyemeyen insan, otorite yoksunluğunu bir uzmana başvurarak aşmaya çalışmaktadır.

Gündelik yaşam düzeni, bir oyun gibi kurulur. Oyunculara göre başkalarının kurduğu oyunu oynarken bu kuralları ve oyunu bozmanın yolu “inançlı ve dirençli” etkinliklerden geçmektedir (De Certeau, 2009: 88). Oyun; kurallarının güçlü tarafından konulduğu, zayıfın ise türlü dolaplar çevirerek oyunu bozduğu veya ötekinin alanında yaptığı manevralar üzerine kurulmuştur (De Certeau, 2009: 117). Oyuna ilişkin anlatılar, oyunun kuralları ile örtüşmektedir. Oyunun devamlılığına imkân tanıyan anlatımlar, oyunun kurallar ve hamleleri yineleyerek sürekli oynanmasına yardımcı olurlar. Böylece oyun, *eylem şemaları repertuarına* bağlı olarak gelişirken bellekte bir yer edinir. İşte tüm bu öğretiler oyuna ilişkin toplumsal sistemde işleyen *taktiklere* ilişkindir (De Certeau, 2009: 95). Modern dönemde bireyin

gündelik yaşamda nasıl mücadele edeceği, hangi yollara başvuracağı hemen her yerde karşısına çıkacak şekilde oluşturulmuştur: Medyada yer alan dizi, film, televizyon ve dijital programlar, edebiyat ve sanat eserleri taktikleri başka karakterler üzerinden genellikle örtülü biçimde okuyucuya/izleyiciye sunarlar. Böylece taktikler aktararak oyunun sürekliliği sağlanmaktadır. Taktiklerin işlemesi açısından aktörün ve yapının uzlaşma halinde olmasının gerektiğini de belirtmek gerekmektedir. Taktikler ancak aktörlerin yapı kadar aktif olmalarıyla işlerlik kazanabilmektedir. Yapı-fail arasındaki bu dengeyi önceleyerek açıklama getiren yapılaşma kuramı bir sonraki başlıkta açıklanacaktır.

2.5. Yapılaşma Kuramı

Anthony Giddens tarafından sosyolojideki yöntem problemlerini azaltmak ve teorik bakışı güçlendirmek için oluşturulan *yapılaşma kuramı* (Esgin, 2016: 373) hem yapıyı hem de faili eşit derecede önemli görmektedir. Yapılaşma kuramına göre toplumsal yaşamın parçası olan birey, etkin bir öznedir. Bu çerçevede insanlar “dışsal yapılar tarafından belirlenen kuklalar değildir”. Fakat aynı zamanda sınırsız bireycilik ve öznelcilik fikri de Giddens tarafından destek görmemektedir (Smith ve Riley, 2016: 205). Ona göre eyleme vurgu yapanlar her zaman şu görüşlerin destekçisi olmuştur: “failler kendi koşullarını anlayabilirler”, “niyetli davranabilirler”, “yaptıkları konusunda sebeplere sahiplerdir”. Bu görüşe göre bireyin özne olduğu düşüncesi kabul görür ancak onun eylemlerini de sınırlandıran, kontrol dışı kılan birtakım sınırlar olduğu fikri ihmal edilir. Oysa yapının eylemlere etki ettiği pek çok durum vardır. Giddens bu durumu niyetlenilmemiş (unintended) sonuçlar olarak ifade etmektedir (Binay, 2014). İnsanlar her zaman eylemlerinin karşılığında istedikleri sonuçları elde edemezler. Bu durum failin sonsuz seçme gücüne sahip olmayacak şekilde yapı tarafından kısıtlandığını göstermektedir. Bu yönüyle *yapılaşma kuramı* yapısalcıların ve sembolik etkileşimcilerin yaptığı gibi indirgemeci/sınırlandırıcı olmaktan çok olarak sağlayıcı bir zemin oluşturmaktadır (Smith ve Riley, 2016: 206).

Yalnızlık olgusunu fiziksel olduğu kadar duygusal yönüyle de ele almayı hedefleyen bu çalışmada, yukarıdaki açıklamaların ışığında yapılaşma kuramına başvurulmuştur. Bu kurama başvurulmasının birkaç temel sebebi bulunmaktadır. Bunlardan ilki, gündelik yaşamın yapı ve failin eylemlerini içine alan yapısıdır. Daha farklı bir anlatımla, gündelik yaşamda yerine getirilen her bir etkinlik hem yapıdan

etkilenerken hem de yapıyı etkileyerek varlığını sürdürmektedir. Toplumsal yaşamı yapının baskın ve birey üzerinde dikte eden özelliğinden sıyırmaya yardım eden, bireyi topluma ve aynı oranda toplumu bireye yaklaştırmaya zemin oluşturan bir bakış, gündelik yaşamın mikro incelemelerinde anlaşılmaktadır. Ancak gündelik yaşam incelemeleri salt failin aktif/bilinçli eylemleriyle açıklanamayacak kadar karmaşıktır. Bu noktada yapının birey üzerindeki aktifliğinin de aynı oranda ele alınması gerekmektedir. Yalnızlık olgusu özelinde bir araştırma tasarlarken ne yapının ne de failin aktif eylemlerini dışlayarak ve aynı oranda her birini önemsizleştirmeden bir araştırma tasarısına gitme fikri, bu çalışmanın yapılaşma kuramına yaslanmasını öncelemiştir.

İkinci boyut ise yapılaşma kuramının yalnızlığın duygu boyutuna odaklanmayı mümkün kılmasıdır⁴. Bu duruşun önemli bir basamağı, yapılaşma kuramının pozitivistliğe yönelttiği eleştiridir. Eleştiri şu yönden filizlenmiş ve gelişmiştir: “Pozitivist sosyal teori okullarında benlik-bilinci her zaman basit bir ayrıntı olarak görülmüştür; bu okullar ‘içebakış’ yerine dış gözlemi geçirmeye çalıştılar” (Giddens, 2019b: 37). Pozitivist paradigmanda, içe bakış sistematığının reddedilmesi ve hatta hiç gündeme alınmaması, salt somut, gözle görülebilir ve elle tutulabilir şeylere yönelme düşüncesini güçlendirmektedir. Hatta bu görüşün yöntemsel açıdan yalnızca sayıları, oranları içermesi kaçınılmazdır, harici bir durum ise bilimsellikten uzak tutulur. Elbette içe bakışın reddi duyguların araştırılmadığı anlamına gelmemektedir. Daha çok duyguların dışavurumları, davranış boyutları ele alınmıştır, ancak bireyin anlam dünyası içindeki yeri, bireyin duygularının biricikliği, oluşumu ve diğer duygularla olan etkileşimleri göz ardı edilmiştir. Buradaki duyguların tekilliğinden kasıt, duyguların her bireyde farklı yaşadığı anlamına gelmemektedir. Nitekim *yapılaşma kuramı* (Giddens, 2019b: 36), bu çıkmazdan sıyrılmak adına rölativizmi reddeder fakat bireyi ihmal etmeyecek biçimde görelilik ilkesini korur.

⁴ Bu noktada bir parantez açıp; Zeynep Kurnaz’ın (2016) “Türkiye’de Siyasal Korku ve Akademik Hayatın İnşası” başlıklı doktora tezinin yol gösterici olduğunu belirtmek gerekmektedir. Korku duygusunun içsel-dışsal oluşum dinamiklerini vurgulayarak yapılaşma kuramından destek alan bu çalışma, sosyoloji disiplininde duygu araştırması yapılması yönünde önemli bir kaynak konumundadır.

Yukarıda sözü edilen ‘çabanın’ doğrudan sosyolojide aşılması güç yapı-fail ikiliğinin çıkmazlarına yönelik olduğu anlaşılabilir. Toplumun yapı tarafından mı yoksa failin aktif/bilinçli katılımıyla mı kurulduğu sorusu sosyolojinin temel kuramsal problemlerindendir. Yapısalcılar; sert ve değişmez bir tavır takınarak yapıyı öncelerken, faili yani toplumun en küçük parçasını görmezden gelmektedir. Onların eylemlerini görmezden gelen bu duruşa karşı çıkan sembolik etkileşimciler ise toplumun faillerin eylemleriyle, onların oluşturduğu sembollerle kurulduğunu söylerken yapıyı yok saymaktadırlar. Elbette bu iki görüşün de kabul edilebilir yönleri vardır ancak yapısalcılığın faili, sembolik etkileşimcilerin ise yapıyı yok sayması, toplumu açıklama noktasında önemli bir eksiklik yaratır. Bu açıdan yapılaşma kuramı bu eksikliğin sonucunda meydana gelebilecek olası durumları yumuşatma noktasında önemli bir bakış açısına sahiptir.

3. MODERN ÖNCESİ VE MODERN TOPLUMLARDA YALNIZLIK

İlk insanlar, dışarıdan gelebilecek herhangi bir tehlikeye karşı savunmasız oldukları fikriyle kendileri ve diğer insanlar arasında fiziksel mesafe oluşturmuşlardır (Weiss, 1973). Bürokrasi ve kurumların sistematik şekilde organize edilmediği modern öncesi dönemin toplulukları da bireysel duruma benzer şekilde her an bir düşman tehdidine açıktır. Bu tehdit, topluluk açısından korunan güçlü duygusal bağlar aracılığıyla azalmaktadır. Grubu dışarıdan gelecek herhangi bir tehlide karşı koruma altına almış olur (Tönnies, 2019: 45). Bu açıdan modern öncesi topluluklarda duygusal bağlar fiziksel saldırılar karşısındaki en büyük güvence ve koruyucudur. Ancak bu dönemde de tehdit anında kaçma refleksinin güçlü olduğu görülmektedir. Bu döneme kıyasla modern dönemin refleksi ise bir arada olmayı içermektedir. Savunma ve güvende olmanın bir aradalığına bağlı olan günümüz modern toplumu, yalnızlığı tabu ilan etmektedir. Ancak tabu olarak algılanmasına rağmen, modern dönemde yalnızlık bir salgın gibi yayılım göstermektedir (Killeen, 1998). R. Keyes (1973) de benzer biçimde, modern toplumlarda insanların bir arada olmaya daha az ihtiyaç duyduklarını ancak hala topluluğun varlığının devamına ihtiyaç duyulduğunu belirtmektedir.

Yukarıda kısaca açıklandığı üzere yalnızlık olgusu, modern öncesi ve modern dönemlerde farklı anlamlara sahiptir. Gündelik yaşamda yalnızlık olgusunun bu iki dönem açısından görünür farklılığı göz önünde bulundurularak çalışmanın bu bölümünde modern öncesi dönem ve modern dönem ayrımına gidilmiş; yalnızlığın bu dönemlerde nasıl algılandığı ve deneyimlendiği ortaya konulmaya çalışılmıştır. Dönemler arası incelemeye geçmeden önce bir konuya açıklık getirilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu konu, modern öncesi dönem ve modern dönemin ‘geleneksellik’ kavramıyla ayrışmaya uğramadığına ilişkindir. Daha açık bir ifadeyle; modern öncesi dönem, “gelenekli toplumlara” ve modern dönem de “geleneksiz toplumlara” karşılık gelmemektedir. İlk sosyologların toplumsal değişmeye zemin hazırladığı düşüncesiyle dikkat kesildiği modernite, 1950 ve 1960’larda da sosyologlar tarafından ilgi görmeye devam etmiştir. İlk dönemlere benzer şekilde 1950 ve 1960’ların düşüncesi de modernitenin gelenekselin tam zıttı olduğu ve gelenekseli yok ettiğini ortaya koymaktadır. Ancak Ulrich Beck ve Anthony Giddens gibi çağdaş teorisyenler; modernitenin tekil görünüşü olmadığını, zamana, toplumlara ve durumlara göre farklılaştığını ileri sürmüşler; yaşanan dönem bağlamında erken

modern dönemin gelenekselle çatışan görüntüsünün yerini geleneksel ve modernin kaynaştığı, iç içe geçtiği bir evreye geçildiğini belirtmişlerdir (Thompson, 2019: 227). Bu düşünüş bağlamında; modern dönemde tekil bir modern toplum şekli olmadığını, bundan ziyade gelenek yönelimli, içe yönelimli ve dışa yönelimli karakterlerin barındığını belirten David Riesman'ın (2019) ayrımlarına bakmak yalnızlaşmayı, yalnızlık algı ve deneyimlerini anlama noktasında önemlidir. Riesman'a göre toplumlar, moderniteyle ilişkili olarak uyum kalıplarına göre farklılaşmakta ve farklı karakterlere bürünmektedir. Riesman'ın anlatısı modern dönemin nüfus yapısı, bireyselleşme şekli ve yeniliklere açıklık ile ilişkilidir.

3.1. Gelenek Yönelimli Toplumdan Dışa Yönelimli Topluma Geçiş

Riesman'ın, *Yalnız Kalabalık* kitabını Amerika'nın 19.yy'dan günümüze geçirdiği toplumsal karakter değişimlerini ve bu değişimin nedenlerini ortaya koymak, açıklık getirmek için kaleme aldığı anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle Riesman'ın soruşturması, Amerika'daki baskın karakterin nasıl dönüştüğüne ilişkindir. Sosyal bilimler paradigmasına göre toplumsal karakterler, genetik aktarımlarla oluşmak yerine toplumsal deneyimler ve toplumsal alanda vuku bulmuş olaylar toplumsal karakteri meydana getirir. Bu karakterlerin değişmelerine engel olan yapı; sınıfların, grupların, bölgelerin, ulusların anlaşılmasına ve diğerinden ayrılmasına imkân veren özelliklerle ilişkilendirilir. Tanımlayıcı karakterin kaybı arzu edilmez ve onu muhafaza etmek için çaba sarf edilir. Dolayısıyla toplumsal karakter, mevcut toplumsal yapının değişmemesine hizmet ederek uyum sağlama aracı haline gelir. Riesman'ın “toplumsal karakter” kavramı yerine “uyum kalıpları”nı kullanması bu noktada anlamlıdır. Ancak, uyumun her zaman toplumsal karakterin belirleyicisi olmadığının altını da çizmiştir. Her toplumsal karakter uyum kalıplarının görünüşüne sahip değildir (Riesman, 2019: 23-26).

Riesman'ın uyum kalıpları ve toplumsal karakter arasında kurmaya çalıştığı ilişkinin nihayetinde üç toplumsal biçimi ortaya çıkarmasından söz edilebilir. O, ekonomik temelli “gelişmemiş”, “gelişmekte olan” ve “gelişmiş” modern toplum tanımlamalarından uzakta durarak; nüfusu odağına aldığı üç toplum tipinden söz eder. Bunlar:

1. Yüksek nüfus potansiyeli olan “gelenek-yönelimli”,
2. Geçici nüfus artışı yaşayan “içe-yönelimli”,
3. Nüfus gerileme başlangıç evresinde olan “dışa-yönelimli” toplumlardır.

Demografik veriler ve nüfus eğrisinden yararlanarak ortaya konulan tipolojiler içinde dolaylı da olsa ekonomi, kentleşme ve rasyonalizasyon gibi kurumsal öğeler vardır (Riesman, 2019: 29). Riesman, bu kurumsal öğeleri öne çıkararak bir tanımlama yapmaktan ziyade toplumsal karakteri “davranışlar”, “aidiyet” veya “aidiyetin kaybı” üzerinden tanımlamaya gayret etmiştir. Gelenek yönelimli toplumlarda, ölüm oranlarının fazlalığına karşın doğum oranlarının ölüm sayılarını aştığı görülür. Bu tip toplumlar, aidiyetin yüksek olduğu ve bireylerin yerlerinin kolay kolay bir diğeriyle değişmediği toplumlardır. “Gelenek-yönelimli” toplumları kapitalizm öncesi toplumlarla karıştırmamak önemlidir çünkü kapitalizmin bulunup bulunmaması bu toplumun karakterini önemli ölçüde değiştirmemektedir. Aynı zamanda yüksek doğum oranlarını gelişmemişlik ile açıklamak da hatalı olacaktır. Yüksek doğum oranlarının görülüyor olmasının sebebi basitçe yaşam tarzı ve düşünüşle ilişkilidir. Bu toplumlarda doğurganlığa müdahale etmek ise ekonomik ölçütlerle veya sayısal verilerden uzakta tutularak, istek ve duygusal bağlarla ilişkilendirilir (Riesman, 2019: 31-33). Gelenek-yönelimli toplumlarda bireyler, kendini bir birey olarak görmemekte, hatta kendi geleceğini tayin etme yetisine sahip olduğunu keşfetme yoluna dahi gitmemektedir. Bu sebeple içine doğduğu ve dahil olduğu gruptan ayrılmayan birey, kendi hayatının kontrolüne sahip değildir. Sahip olduğu tek güçlü duygu, aidiyet hissidir (Riesman, 2019: 37).

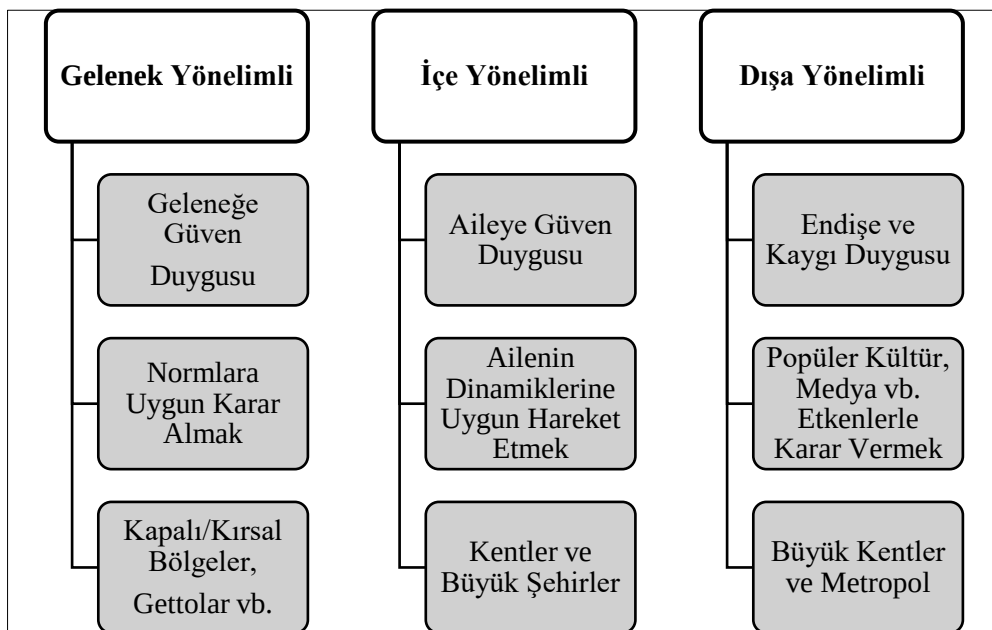
Gelenek yönelimli toplumlardaki mutlak uyum arayışı, bireyselleşmenin gelişimini yavaşlatır veya tamamen durdurur. Bu toplumsal örgütlenmede, verili rollerin geliştirilmesine, yeni karakterlere büründürülmesine dair bir ihtiyaç yoktur. Oysa “içe-yönelimli” toplumlarda, gelenek yönelimli toplumlardaki durağanlığa yer yoktur. Her an bir değişim yaşanabilir. Bu nedenle yeniliklere verilebilecek herhangi

bir belirlenmiş toplumsal karşılık bulunmayabilir. Bu noktada birey, tercihte bulunacağı bireysel bir karakter tercihinin ihtiyacı duyar. Bireyi yönlendiren durum, “içsel” dinamiklerle ilişkilidir (Riesman, 2019: 34-35). Fakat içsel dinamiklerden söz etme noktasında kısa bir soruşturmaya girmek meselenin anlaşılması için anlamlı olacaktır. Toplumsallaşma süreciyle birey haline gelen insan, içsel dinamiklerini nereden kazanır veya ne kadar özgür iradesiyle davranışta bulunur sorusu belki de bilince dair en eski sorulardan biridir. Her ne kadar sorunun kesin bir yanıtının olmadığı üzerine odaklanılmış olsa da büyük bir kesim, toplumsal normların insanı baskılayan ve özgür iradede uzaklaştıran yapısı olduğunu savunmaktadır. İşte Riesman’ın “içe-yönelimli” olarak nitelendirdiği toplumdaki içsel dinamikler, bu doğrultuda oluşur. Bilinmeyenler karşısında bireysel karar alma mekanizması ve bu mekanizmayı oluşturan yollar, sıklıkla toplumsal dinamiklerin gölgesi altında gerçekleştirilir. Kısaca bu toplum yapısında, kısmî bireyselleşmenin görüldüğünden söz edilebilir. “İçe-yönelimli birey, çevresinin zorlamaları ile yaşam hedeflerinin gerektirdikleri arasında hassas bir denge kurabilme becerisi geliştirir.” (Riesman, 2019: 36).

Dışa yönelimli karakter ise büyük kentlerin (genellikle metropollerin) orta-üst sınıflarda görülmektedir (Riesman, 2019: 39). Riesman’ın dışa yönelimli karakter anlatısından anlaşıldığı üzere, toplumlar kendi içlerinde farklı karakterlere sahip grupları barındırabilirler. Bu durum aynı zamanda toplumsal tabakalaşmayla ve sınıfsal yapıyla ilişkili bir meseledir. Endüstrileşmiş ve kapitalist sisteme uyum sağlamış ülkelerin metropollerinde insanların giderek daha dışa-yönelimli hale geldiği görülmektedir. Riesman, insan biçimini yalnızca Amerika’da yaşayanlarla sınırlı tutmayacak, modern insanı da bu kısıpca dahil edecektir. Ancak yine de vurguladığı nokta, dışa yönelimli karakterin oluşum noktasının Amerika olduğudur. Feodal toplum aşamasına sahip olmayan ve göçlerle oluşan nüfus, dışa yönelimli olmaya elverişlidir (Riesman, 2019: 40). Amerika’nın dışa yönelimli yapısı, tüm toplumsal yaşamda görülmeyen fakat geniş bir kesimi kapsayan boyuttur. Riesman’ın teorisine göre Amerika dışa yönelimli karakteri anlamının en iyi örneğidir. Dışa yönelimli karakteri, içe yönelimli ve geleneksel olandan ayıran en önemli nokta şüphesiz içe yönelimli ve geleneksel olanın duygular ve duygusal kararlar kümesinde yer alması ve dışa yönelimli karakterin, fikirlerle ve akılla ilişkilendirilen kümede yer alıyor oluşudur. Bahsi geçen bu iki ana küme hiçbir zaman birbirileriyle kesişmemektedir. Bu nedenle,

dışa yönelimli karakteri mekanik, yapay ve duygulardan ziyade rasyonel aklın egemenliğinde bir işleyiş dahilinde değerlendirmek mümkündür. Dışa yönelimli karakter her ne kadar aile gibi duygu bazlı bir toplumsal yapıya dahil ve yeni bir aile kurma yoluna gidiyor olsa da “özgürlükçü çocuk yetiştirme”ye, romantik aşk evliliklerinden ziyade “mantık” temelli evliliklere yönelmektedir. Toplumsal yapıdaki dışa yönelimli çocuk yetiştiren “yeni nesil”, özgürlükçü sınırsızlıklarıyla çocuğun akran ve medya vb. kanallar aracılığıyla eğitilmesine imkân tanır. Bu noktada popüler kültürün etkisi altında bir işleyiş oluşur (Riesman, 2019: 40-42).

Riesman’ın üç toplumsal karakterini özetleyecek olursak; gelenek yönelimli karakter, her şeyi denetleyen karakterinin kontrolü altındadır. İletişim ve etkileşimde bulunduğu kişi sayısının az olması güven duygusunun yüksek olmasına sebep olmaktadır ve bu kişiler davranışlarının şekillenmesinde rol sahibidir. İçe-yönelimli karakter ise kültür gibi makro bir sistemden ziyade daha mikro ölçekte karşımıza çıkan aile bireylerine bağlılık geliştirmiştir. Aldığı kararlar, bu kişilere olan bağlılıkları tarafından şekillenmektedir. Dışa-yönelimli karakter ise aile bağlarının gevşekliğiyle aidiyet hissini en aza indiren kişiyi betimler. Bu karakterin geniş sosyal çevre ağı, onu dışa-yönelimli karakter olmaya yönlendirmektedir. Sıklıkla yabancılarla karşılaşılıyor olması sebebiyle aldığı kararlar, bireysel düzeyde olamaya yatkındır ve bu kişiler bilinmezlikle daha fazla mücadele etmek durumunda kaldıkları için “endişe” içinde olarak tanımlanır (Riesman, 2019: 45-46).



Şekil 3.1. Riesman'ın (2019) tanımladığı toplumsal karakterlerin genel özellikleri

Bu üç yapının varlığı bir kesişim noktasıyla birleştirilmek istenirse, *uyum* sözcüğünü merkeze yerleştirmek açıklayıcı olacaktır. Toplumun devamlılığının sağlanmasındaki ana unsur toplumun uyumluluğunu sağlayan koşullardır. Bu koşullar, bilinçsizce ve aktarımları da aynı bilinçsizlikle gerçekleşir. Topluluklar çatışmayı uyum sayesinde giderirler. Ancak, çatışmanın bulunduğu toplumların ayakta kaldığından da söz etmek mümkündür. Çatışmaya rağmen ciddi bölünmelere ve zarara uğramadan ayakta kalan toplumlar da mevcuttur. Bu nedenle mevcut uyum tartışması, toplumsal karakterlerin ne denli birbiriyle uyumlu olduğuyla alakalıdır çünkü toplumsal yaşamda bir kişinin doğrudan içe-yönelimli, gelenek-yönelimli veya dışa-yönelimli olarak tanımlanması mümkün değildir. Verili ve edinilen toplumsal roller, bireyi birden fazla karaktere dahil eder (Riesman, 2019: 49-51). Öyleyse bu üç karakter biçiminin aslında birer uyum mekanizması olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

3.2. Modern Öncesi Dönemin Gelenek Yönelimli Gündelik Yaşamında Yalnızlık

Modern öncesi veya geleneksel toplumlar, aidiyetin yüksek olduğu ve bireylerin yerlerinin kolay kolay bir diğeriyle değiştirilmediği toplumlardır. Bu toplumları “gelenek-yönelimli” olarak adlandıran Riesman (2019: 31-37), *mutlak uyum arayışının* temel karakter olduğunu belirtmektedir. Mutlak uyum, insan ilişkilerinin yapılanmasından daha büyük organizasyonlara kadar her alanda geçerlidir. Aynılık, benzerlik, homojenlik gibi kavramlarla açıklanabilecek olan mutlak uyum sonucunda bireyselleşmenin önüne bir set çekilir ve kişi uyum gösterdiği toplumsal yaşamda, bir arada olduğu kişilerle derin duygusal bağlar geliştirerek hiçbir zaman yalnız kalmamayı hedefler.

Bu açıklamalara benzer şekilde örnek verebileceğimiz daha eski bir anlatı Emile Durkheim’ın *Toplumsal İşbölümü* (2018) adlı eserinde karşımıza çıkmaktadır. Uyum sözcüğünü *dayanışma* ve *işbölümü* kavramlarıyla ifade eden Durkheim, modern öncesi toplumların mekanik dayanışmaya sahip olduğunu belirtmiştir. Toplumsal işbölümünün yakın ilişkiler kuran aile üyeleri ve akrabalar arasında gerçekleşmesinin bir ürünü olarak ortaya çıkan mekanik dayanışma, insanları sıkıca birbirine bağlamaktadır. İşlerini, ortak zamanlarda ve mekanlarda gerçekleştiren bu kişiler, ortak hayat tarzına, ortak duygulara sahip olmaktadır. Bu yönüyle, geleneksel toplumlarda karşılıklı bağımlılığın çok yüksek olduğu görülmektedir. Riesman’ın

(2019) mutlak uyum kavramıyla anlattığına benzer şekilde; bağımlılık, mekanik dayanışma, yalnızlığı ve yalnızlaşmayı engelleyen durumlardır.

Geleneksel toplumlarda uyumun ve bağımlılığın gerçekleşmesi açısından aile üyeleri hayati öneme sahiptir. Her bir aile üyesinin bir diğerine güçlü bağlarla bağlı olduğu modern öncesi toplum, duygusal bağlar aracılığıyla organize edilmektedir (Putnam, 2000). Yüz yüze ilişkilerin hakim olduğu duygusal ilişkilerde insanların kimlikleri giderek birbirine benzemeye başlamaktadır (Sennett, 2019a: 212). Bu benzerlik ilk araştırmalara göre kan bağına bağlı bir gelişim olarak görülmüş olsa da kimliklerin aynı mekân, zaman ve zihniyet ekseninde sosyal olarak inşa edildiği artık kabul görmektedir. Nitekim herkesin birbirini tanıdığı organizasyonları toplumdan ziyade topluluk olarak nitelendiren Tönnies (2019: 52-53), kan bağının önemini vurgularken ikincil olarak komşuluk ve arkadaşlık ilişkilerini de topluluğun ilişki türleri olarak görmüştür. Topluluklarda aynı mekânı ve zamanı paylaşan insanların manevi birliktelik oluşturduğunu vurgularken, güçlü bir otoritenin bulunduğunu belirtmektedir. Yaş, rütbe, bilgelik gibi kıstaslarla otorite sahibi olan kişi, kurallara uyulmasını denetleme gibi rollere sahiptir. Bu kişi, bir yandan korku diğer yandan saygı üretirken topluluğun bütünleşmesi için çalışır. Dolayısıyla, duygusal bağlar giderek güçlendirilir ve bir aradalık önem kazanır. Bu durum basitçe yalnızlığı engelleyen durumlara işaret etmektedir.

3.2.1. Toplumsal İlişkiler

Riesman (2019: 61-62), modern öncesi topluma atıf yapan gelenek-yönelimli karakter açıklamasında, *geniş aile* modelinin yaygın olduğunu belirtmektedir. İkinci, kimi zaman üçüncü dereceden akrabaların bir arada aynı haneyi paylaştığı geniş ailedeki çocuk, bir yetişkin gibi algılanmaktadır. Bir yetişkinin aileye uyum sağlamasını beklemek kadar olağan bir şekilde çocuktan da aynı şeyler beklenir. Çocuğun ebeveynleri arasındaki ilişki ise “çiftlerin birbirini tamamlaması” anlayışına dayanmaktadır. Diğer aile üyeleri de birbirlerini tamamlama girişimi neticesinde mutlak uyum sağlayarak güçlü duygusal ilişkiler ve bağlar geliştirirler. Aynı zamanda geniş aile bireyleri, aynı hanede yaşayan kalabalığı meydana getirerek özel alanın sınırlarını daraltmaktadır. Bu anlamda hane içinde tek başına bulunmak oldukça güçleşmektedir.

Geleneksel toplumlardaki duygusal ilişkiler, yalnızca aile üyelerini kapsamakla kalmamakta; akrabalık, komşuluk ve arkadaşlık olmak üzere üç ilişki türünü de beraberinde getirmektedir. Bu noktada ön plana çıkarılması gereken ilişki biçimi, komşuluk ve arkadaşlık olmaktadır. Herhangi bir organik bağ taşımayan arkadaşlık ve komşuluk ilişkileri, topluluk sınırları dahilinde kişinin en özgür davrandığı ilişki biçimidir. Arkadaşlık, komşuluğu da aşarak daha özgür bir seçimin ürünü olarak okunabilir⁵. Özgür seçimin ürünü olarak görülebilecek bu ilişki biçimlerini sürdürmek; anne-çocuk, kadın-erkek ve kardeş ilişkilerini sürdürmekten zordur. Bu ilişkiler, yalnızca olumlu ifadeleri barındırmamakta; aynı zamanda çatışmaları, birbirini sınırlandırmayı zorunlu kılmaktadır. Sınırlandırılmış mekânda yoğun temasların getirdiği zorluklardan biri bu çatışmalardır (Tönnies, 2019: 53-58). Ancak arkadaşlık ve komşuluk ilişkileri sonucunda ortaya çıkan uyum bozucu çatışmalar dahi tanıdıklar vasıtasıyla hızlı biçimde çözüme kavuşturulmaktadır. Aynı toprak parçasında birbirine yakın yaşayan ve yüz yüze ilişkiler geliştiren bu kişilerin ortak değerleri benimsediği göz önünde bulundurulduğunda uyumun yeniden sağlanması kaçınılmaz hale gelmektedir. Bu anlamda birliktelikler, duygusal bağlar oldukça güçlüdür.

3.3. Modern Dönemin Dışa Yönelimli Gündelik Yaşamında Yalnızlık

Modern dönemin gündelik yaşamındaki yalnızlığı birden fazla unsurla açıklamak mümkündür fakat bu başlık altında yalnızca “kent yaşamı”, “boş zaman” ve “toplumsal ilişkiler” başlıkları üzerinden konuya açıklık getirmeye çalışılmıştır.

3.3.1. Kent Yaşamı

Kent, geçmişten günümüze farklı sözcüklerle dile getirilmesine rağmen oldukça eski bir oluşumdur ve Wirth (2002) tarafından şu şekilde tanımlanır: “görelî olarak büyük, yoğun ve toplumsal olarak heterojen kişilerin yerleşmesidir” (Topal, 2004: 280). Heterojen nüfusu bir araya getiren kent bu yönüyle bir karşılaşma ve farklılıkların sergilenme sahası olarak tanımlanabilir. Nitekim bu görüşü destekler şekilde “Kent havası insanı özgür kılar⁶” diyen Alman atasözü, kentin bir özgür paylaşım alanı olduğunu apaçık ortaya koyar. Ancak, fiziksel bir mekân olmanın

⁵ Tönnies açısından anne-çocuk, kadın-erkek, kardeşlik ilişkileri topluluğun birinci tortusu; akrabalık, komşuluk ve arkadaşlık ikinci tortusu olarak görülür.

⁶ *Stadtluft macht Man frei*

ötesinde kent, kendine has bir kültüre sahip olan ve kentlilerin bu kültürü paylaştığı kompleks bir yapıyı anlatması (Keleş, 2005: 10, 16) nedeniyle kimi zaman birey üzerinde baskı kurabilmektedir. Tüm bunlarla beraber toplumsal koşullardan etkilenen kent, insanların üretim ilişkileri ile iç içedir.

Dünyada kentsel yaşama geçişin hız kazandığı 18.yüzyıl; tarımsal üretimde kullanılmaya başlanan buharlı makinelerin, hayvan veya insan kas gücüne ihtiyacı azaltmış olması ve bunun sonucu olarak Avrupa'nın hakim feodal yapısını dönüşüme uğratmış olmasıyla ilişkilidir. Köle veya toprakta çalışan köylü ihtiyacını en aza indiren bu devrim, 19.yy'ın ortaları ve 20.yy'ın başlarından itibaren meydana gelen ikinci sanayi devrimini tetiklemiştir (Pamuk ve Soysal, 2018). İkinci Sanayi devrimi yalnızca üretim ilişkilerini etkilemekle kalmamış, toplumun dinamiklerinde ve buna bağlı olarak sosyal yaşantıda da derin etkiler yaratmıştır. Kırdan kente gerçekleşen yoğun göçler neticesinde yabancılaşma ve yalnızlaşma sorunu ortaya çıkmıştır. Bu dönemde insanların yalnızlaşması büyük oranda sanayi devriminin yarattığı gündelik yaşam ilişkileri ile ilişkilidir.

Sanayi devriminden önce toprağı ekip biçerek üretim yapan ancak sanayi devrimiyle işsiz kalan köylüler, kentlerde kurulan fabrikalarda işçi olarak çalışmaya başlamışlardır. Bu durum onların ait oldukları topraktan kopup, yeni bir kimlik kazanarak başka bir yere ait olmaya çalışmaları olarak da görülebilir. Yaş ve cinsiyet fark etmeksizin; 14-18 arası değişen uzun çalışma saatleri nedeniyle gününün neredeyse tamamını fabrikada geçiren yeni işçiler, sınırlı sayıda iletişim kurarak eski güçlü duygusal bağlarını kaybetmişlerdir. Hem emeğine hem de insan ilişkilerine yabancı hale gelen bu insanlar, geleneksel toplumlardakinin aksine daha çıkarıcı kişiler haline dönüşmüştür. Aynı zamanda aidiyetlerini yitirerek daha yalnız hale gelmişlerdir. Bilindiği üzere bir yeri terk eden ve bağlarını yitiren insan artık ne terk ettiği yere ne de yeni girdiği ortama aittir (Hari, 2019; Gürbilek, 2020). Bu durum derin bir yalnızlık yaratır.

20. yüzyıldaki modern kentler ise bir merkez ekseninde kurulmaktadır. Bu kentlerin genel karakterleri ise yüksek katlı binalar ve tabelalarla ışıklanmış caddelerdir⁷. Birçok insanın geçimi sağlayacak kadar iş kolu ve fırsat sunan kentler,

⁷ Featherstone (2005), postmodern kent anlatısında (yalnızca bu yönüyle modern kenti de içine alacak şekilde) bu durumu *yolboyu ekletizmi* olarak tanımlar. Ona göre kentler, yolculuğa başlanılan nokta ile

birbirini tanımayan kişilerle doludur. Bu kişilerin bir araya geldiği alanlar; toplu taşıma araçları, alışveriş merkezleri gibi iletişim kurmayı gerektirmeyen, kısa zaman diliminin mekânlaşmasından ibaret yerlerdir. Böylesi anlık rasyonel temasların gerçekleşiyor oluşu topluluğun yitirilişi ve bireyselleşmenin artışına neden olur (Talu, 2010: 146). Byung Chul Han (2018: 43) anlık temasların bulunduğu kentin, toplumu yorgun hale getirdiğinden söz etmektedir. Ona göre bu yorgunluğun sebebi 21.yüzyıl'ın insanı topraktan bağıni koparan gökdelenin kasvetli duvarlarıdır. Artık yaşanan alan yeşil yer yüzü mavi gök yüzünü içermemektedir. Metropoller, soğuk ve kasvetli gri rengine boyanmıştır. Caddelerde yürüyen insanı gün ışığından mahrum ederek onu gölgede bırakan ve bir nevi görünmez kılan kasvetli gri duvarların altındaki hızlı kentsel hareketlerde sıcak ve samimi ilişkiler kurmak pek mümkün değildir.

Ayrıca modern kentin caddeleri hızlı olmayı gerektirir. Sürekli akış halinde olan caddelere, sokaklara uyum sağlayan kent insanı, bir süre sonra yalnızca koşuşturmasına odaklanır (Sennett, 2020: 89) ve hızla değişen birden fazla dış uyarıcıya maruz kalarak kendine yönelen, gergin insan tipolojisini sergiler (Frisby, 2012: 98). Simmel'in (1996: 82) belirttiği üzere “[k]ırdaki yaşamın ritmi [...] çok daha yavaş, çok daha alışılmış ve çok daha düzgün akar”. Oysa kentsel yaşamda hemen her şey en hızlı şekilde akış içindedir ve bu çoklu uyaranlar bireyi daha akılcı olmaya, hızlı kararlar almaya yöneltir. Bu nedenle kentsel yaşamda bireyler kırsal yaşamın aksine “[y]üreği yerine beyniyle tepki verir” (Simmel, 1996: 82). Kentin bu hızlı yaşam tarzı, insanların da birbirleriyle olan ilişkilerini hızlı ve sayısal hale getirmektedir. Ayrıca, nüfus yoğunluğunun en fazla olduğu ve buna bağlı olarak kültürel çeşitliliğin üst seviyede olduğu kentler, yabancılarla bir arada yaşamayı ve onların davranışlarının anlamlandırıldığı yer olmasıyla da ön plana çıkmaktadır. Jestleri, giyim tarzı, dinlediği müziğe varıncaya kadar her şey yabancıyı tanımak için bir gösterge kabul edilmektedir (Sennett, 2019b: 61). Yabancıyı tanıma ve yabancıyla karşılaşma mekânı olan kentler aynı zamanda “boş zaman”ın da değerlendirilme alanlarıdır.

varılacak nokta arasındaki tabelaların toplamından ibarettir. Kentin yapısını ortaya koyan tüm bu görünüşlerden, temsillerden ibaret hale gelmiştir. Kentsel semboller tek tek fakat aynı şeye işaret eden yapıda kurulurlar. Aynı zamanda araba yolculuğunda bir yol boyu kimseyle temasa geçilememesi gibi ilişkilerin dönüştüğü yerlerdir.

3.3.2. Boş Zamanı Değerlendirme

Boş zaman kavramının ortaya çıkmasının modern döneme denk düşmesi bir tesadüf değildir. 20.yüzyılda işçiyi aynı zamanda tüketici haline dönüştürmek isteyen kapitalist sistem, boş zaman kavramını icat ederek onları eğlence sektörüne yöneltip işçilerin tüketici haline gelmelerini sağlamıştır. Böylece boş zaman, basitçe iş dışında geçirilen zamana gönderme yapacak şekilde kurgulanmış olur (Aytaç, 2002). Ancak bu basit anlamla sınırlı kalmayarak kişinin kimlerle, ne kadar süre ve nerede bulunacağı aynı sistem tarafından belirlenmektedir. İşten ayrı geçirilen bu zamanın insan ilişkilerini güçlendirmeye yönelik olmadığını savunanlardan biri de Putnam'dır. 2000 yılında kaleme aldığı *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community* (Yalnız Bowling: Amerikan Toplumunun Çöküşü ve Dirilişi) isimli kitabında söz konusu durum anlatılmaktadır. Bu kitap, Amerika'da yalnızlığın artışı ve boş zamanın “kendi kendine” gerçekleştirilen etkinliklerle dolu olduğunu gözler önüne sermektedir.

Kimi zaman ise çalışma yaşamı kişinin yalnız kalamamasının önünde bir engele dönüşmektedir. Eğlence anlayışının ve tüketim pratiklerinin giderek çeşitlendiği modern dönemde “iş”, “çalışma” kavramı önem kazanmıştır. Riesman (2019: 143-155) metaforik olarak; işi ana yemek, eğlence ve tüketimi ise ara sıcak olarak değerlendirir. Tüketime katılabilmeyi sağlayan iş yaşamı insanlığın yaşam süresinde merkezi bir konumda, uzunca bir zaman dilimini kapladığı gibi haftalık döngülerde ve gün içinde büyük bir zaman dilimini işgal etmektedir. Modern dönemde gerçekleştirilen işler uzmanlaşmış ve parçalara bölünmüş olduğu için bir arada çalışmayı, etkileşimde bulunmayı gerektirmektedir. Nitekim bu dönemde işe ayrılan zamanın ve iş süresince yalnız kalmanın mümkün olmadığı düşünüldüğünde, insanların tek başına etkinlikte bulunmaya yönelmesi anlaşılmalıdır. Geleneksel toplumda doğadan kopuk olmayan ve istediği zaman orada tek başına olmayı deneyimleyebilen insan, modern dönemin kapitalist örgütlenişinde kaçabileceği zamanı ve sığınakları aramaktadır. Bu sığınaklar genellikle hazcı tüketimle ilişkilendirilir. Fakat hazcı tüketimle ilişkilendirilen yalnızlığı yalnızca istemli bir kaçış olarak görmemek gerekir, zira insan, duygusal bağlarını yitirdiği için de bunu deneyimleyebilir.

3.3.3. Toplumsal İlişkiler

20.yüzyıldaki toplumları dönüşüme uğratan I. ve II. Dünya savaşlarının etkileri duygusal ilişkiler açısından da oldukça önemlidir. 1914-1918 yılları arasında meydana gelen birinci dünya savaşının yıkıcı etkisini henüz üzerinden atamayan insanlık, ikinci dünya savaşında (1939-1945) daha karamsar bir hale bürünmüştür. Kıtık, yoksulluk, uzun yas süreçleriyle beraber anlamlandırabileceğimiz bu yüzyıl, insanların bireysel ve yalnız hale gelmesinin önemli tetikleyicisidir. İlk ayrılıklar ve yalnızlıklar, erkeklerin savaşmak için evden ayrılmalarıyla meydana gelmiştir. İkinci sarsıntı ise savaş nedeniyle ölümlerin gerçekleşmesi ve bunun neticesinde gelişen ayrılıklara ilişkindir. Ayrıca savaşların uzun sürmesi nedeniyle dünyadaki doğum hızı giderek düşmüş; nüfus ve aileler küçülmeye başlamıştır. Bu durum 1946 yılından sonra gerçekleşen bebek patlamasına kadar devam etmiştir. Savaşların bitmesi, insanların bu sorunlardan tamamen kurtulduğu anlamına gelmemektedir. Sorunlar; ekonomik, psikolojik ve toplumsal koşullarda süreklilik göstermiştir. Nitekim 1950'lerden sonra gelişen varoluşçu felsefeyi buna örnek gösterebiliriz. Varoluşçuluk, hayatın anlamsızlığı ve saçmalığı üzerine görüşler getirirken dünyadaki gelişmeleri, çöküntüleri dile getirmekteydi. Neticede kendilerini dünyaya atılmış, fırlatılmış, terk edilmiş gören insanlık; derin yaralar alarak yaşadığı dünyaya, çevrelerindekiyle yabancılaşmış ve yalnızlaşmıştır.

Duygusal ilişkilere etki eden önemli bir diğer durum ise 21.yüzyılın genel portresini çizen internet tabanlı teknolojik gelişmelerin insanları dünyanın diğer ucundaki insana bağlama konusunda oldukça hızlı bir ilerleme kaydetmiş olmasıdır. Ancak sanal ağlar ve telefonlar aracılığıyla iletişim kuran insanlar, konuştukları kişileri hızlı bir şekilde görmezden gelme, iletişimi sonlandırma şansına da sahiptir. Üstelik bu durum karşıdaki insanın bunu bilmemesi sebebiyle ilişkilerde sorun yaratmayarak kişiye avantaj sağlamaktadır. Ancak yine de iletişimlerin telefonlar aracılığıyla istendiği zaman hızla cebe konulması ve arzu edildiğinde cepten çıkarılması, samimi ve sıcak ilişkileri giderek zayıflatmaya yetmiştir. Bu durum insanın nicelik açısından çok sayıda bağa sahip olmasını sağlarken, nitelik açısından bağların her an kopacak kadar incelmesine neden olur. İkili ilişkilerde her iki taraf da sessizce gitme, iletişimi bitirme hakkına sahip kabul edilmektedir (Bauman, 2017: 39). Bu durumu güvencesiz iletişimler olarak nitelendirmek de mümkündür.

Modern dönemin krizlerle dolu olduğunu belirten Giddens (2019a), insan ilişkilerinin de aynı güvensizlik yüzeyinde yer aldığını ifade etmektedir. Bu dönemde hiçbir ilişki modern öncesi dönemdeki gibi olmuş ve bitmiş değildir. Oluşu devam eden ilişkilerde en ufak bir hata, bu ilişkiden kopmak için yeterli sebep kabul edilir. Bu nedenle modern dönemin ilişki biçimi olarak görülen “saf ilişki” güvencesizliği anlatmaktadır. İlişkilerde bireyci anlayışın ön plana çıkması, kişinin yalnızlığı deneyimleme konusunda oldukça etkin bir işleve sahiptir. Modern döneme ilişkin tüm bu anlatılarda görüldüğü üzere kişinin giderek bağısız, güvensiz ve yalnız hissetmesi toplumsal yaşamdaki temel problemlerden biri haline gelmektedir.

Giddens’in anlatmak istedikleri “saf ilişki” parantezinde yeniden incelemeye alındığında; geleneksel toplumların benimsediği kan aktarımıyla geliştiği var sayılan organik ilişkisel bağların modern toplumun çoklu yapısında kendini göstermediği fark edilmektedir. Bu boşluk, saf ilişki pratikleriyle doldurulur. En basit tanımıyla saf ilişki, bağ kurulmaya özgürce karar verildiği ve bu karar doğrultusunda özgürce kurulduğu ilişki türüne gönderme yapar. Giddens, bu tanımı yedi madde altında genişletir:

1. Geleneksel bağlara bağlı kalmamak
2. Bağların sunulan imkanlara göre oluşması
3. Refleksif düzene sahip olma
4. Bağlılığın karşılıklılığa dayanması
5. Mahremiyet odaklılık
6. Güvenin karşılıklılığı
7. Bireysel kimliğin ve mahremiyetin keşfi.

Yukarıdaki yedi maddeden de anlaşıldığı üzere modern dönemin genel karakteri; güvencesizlik, karşılıklılık, gizlilik, fırsatları değerlendirme gibi unsurlara bağlanmıştır. Tüm maddeleri kapsayan en geniş kümenin güvencesizlik ve rekabet olduğunu belirten Giddens’a (2019a) benzer bir çizgide duran Tiffany Watt Smith (2020), başarı hikayelerinin günümüz modern dünyasının en önemli itici gücü olduğunu ifade etmektedir. Ona göre insanlar, birbirlerinin başarısızlıklarından, yakın ilişkiler olsun veya olmasın, içten içe keyif duyarlar. Hiçbir zaman güçlü ve anlamlı

bir birliktelik kurmaya imkân sağlamayan bu durum, yalnızlığın deneyimlenmesi için güçlü bir temel inşa etmektedir.

İnsanı, duygularıyla hareket etmesinden ziyade daha akılcı davranmaya yönelten bitmemiş modernleşme tasarısının (Lyotard, 2000; Frisby, 2012: 23-27), geleneksel düzenin eskimiş veya kalıplaşmış düzenine karşı bir tavır takınarak yaşamın hemen her alanında farklılaşma yarattığının (Featherstone, 2005: 21-22) altı iyice çizilerek belirginleştirilmelidir. Modernleşmenin toplumsal yaşamda meydana getirdiği farklılaşmalardan birinin toplumsal ilişkilerin samimi ve sıcak ilişkilerden çıkarak, soğuk ve çıkara dayalı hale gelmesi olduğu ortadadır. Bu dönemde toplumsal yaşamın rasyonelleştirilmesi, ilişkilerin ürünler gibi öneminin derecelendirilmesine imkân tanıyarak insan ilişkilerinde “sahip olma” (Fromm, 2017) dinamiğini meydana getirmiştir. Bunun neticesinde duygulardan ziyade rasyonel akla, çıkarıcılığa kapılan insan, yalnız bir görünüş sergilemektedir. Yalnızlıklarından rahatsız olan insanların imdadına “eğitici” kitaplar koşmaktadır. Bu kitaplar onlara yalnız kaldıklarında nasıl mutlu olacaklarının reçetesini sunmaktadır⁸. Bu reçeteler arasında; yalnızlıklarının görüntüsünü örtecek kalabalıklara karışmak vardır (Riesman, 2019: 183-184). Ancak fiziksel olarak bir arada bulunmak kişinin yalnızlığını yok etmemektedir. Bu durumu, Henry D. Thoreau’nun deneyimlerinin kelimelere dökülmüş halinde görmek mümkündür: “İnsanı hemcinslerinden ayıran ve ona yalnızlık çektiren mesafe, fiziksel bir mesafe midir? Ben, yaşadıklarım sayesinde kişinin, her ne kadar çabalarsa çabalasın, başka biriyle arasında açılan mesafeyi ona yaklaşılarak kapatamayacağını öğrendim” (Thoreau, 2019: 13).

Ancak tüm bu düşüncelerin yanında yalnızlığın fiziksel mesafeyi anlattığının da kabul edilmesi gerekmektedir. Nitekim birbirine yakın fiziksel mesafede bulunma sonucu bulaşan covid-19 virüsü; 21. Yüzyılın bilinen ilk ve tek pandemisini meydana getirmiştir. Tüm dünyadaki insanları fiziksel olarak birbirinden ayırmaya iten bu pandemi, yalnızlığı üreten yeni bir durum yaratmıştır. Fiziksel mesafeyi içeren bu yalnızlığın ne denli yıkıcı olduğunu anlamak için bakışları 2 Kasım 2020’de İtalya’nın huzurevlerinde kurulan sarılma odalarına çevirmek yardımcı olacaktır. İki kişi arasına

⁸ Jennifer Taitz tarafından kaleme alınan ve 2018 yılında yayımlanan *How To Be Single and Happy: Science-Based Strategies for Keeping Your Sanity While Looking for a Soul Mate* isimli kitap Riesman’ın söylediklerine örnek niteliğindedir. Taitz, gündelik hayatta ve sanal ortamda ruh eşini bulmaya çalışan yalnızlar için olumsuz duyguları rafa kaldırıp hayatlarında yalnız olmanın güçlü yapısına odaklanmalarını öğütler.

girecek şekilde plastik bölmeler ile kurulan bu odalar, yakınların virüs bulaşma ihtimalini en aza indirerek sohbet etmelerine ve sarılmalarına olanak sağlamıştır (BBC, 2020)⁹. Dokunabilmenin, görebilmenin yalnız hissetme üzerindeki etkisi hayata geçirilen bu proje sayesinde tüm insanlığın görüş açısına dahil edilmiştir. Bu yönüyle 21. yüzyılın sosyal ve fiziksel yalnızlıkları bir arada deneyimleme açısından oldukça fazla örüntüye sahip olduğu fark edilmektedir.

3.3.4. Modern Toplumun İnsan Profili

Modern dönem; geleneksel toplumdaki kopuşun, rasyonel örgütlenmenin, büyük kentleri içeren büyük bir anlatıdır. Köklü dönüşümlere sahip olan bu dönemde toplumsal yaşama dahil olan insanın tanımı, dünya algısı, davranışları da değişime uğramıştır. Büyük ve homojen olmayan nüfusu bir araya getiren kentler (Sennett, 2019b: 78), bu dönüşümün bilinen en önemli kaynaklarından biridir. Farklı kültürleri, hızlı akışları, yüksek katlı birbirine yakın binaları, ışıkları ve daha birçok uyarıcı bünyesinde barındıran kentlerin insan karakteri; bıkkın veya sinirli (Simmel, 2015), kaygılı (Giddens, 2019a), kayıtsız (Goffman, 2017), özgür (Riesman, 2019) bir hal almıştır. Bu bölümde, bahsi geçen bu karakterlerin toplumsal yaşamda çizmiş olduğu yalnız insan görünüşüyle olan ilişkisi gösterilmeye çalışılmıştır.

1800'lerin sonunda dünyaya gelen ve 20. yüzyılın başlarında kültür üzerine düşünceler geliştiren Georg Simmel (1996), metropol yaşamına geçen insanı geleneklerinden sıyrılmış, bunun yerini alan birçok uyarıcının varlığından bıkmış/sıkılmış hale geldiğini anlatmaktadır. Bıkkın/sıkılmış insan anlatısı ise onun düşüncesi içinde merkezi bir yerde duran 'bireyselleşme' kavramıyla izah edilmektedir (Swingewood, 1998: 193-194). *Paranın Felsefesi* isimli kitabında, modern toplumun giderek aile, akrabalık gibi organik bağlarından koptuğunu ve buna bağlı olarak insanların daha bireysel hale geldiğini ifade eder. Modernleşmenin temel dinamiklerinden rasyonelleşme, akrabalık ve ailenin boşluğunu doldurmak üzere yakınlık ilişkilerinden daha çok sayısal ilişkileri ön plana çıkarmaya başlar. Karmaşık kent yaşamında, karmaşık bir iş bölümü bulunduğu için insan, her işi için bir başkasını tanımak durumundadır. Bu nedenle kişi, hesaplanabilir niceliksel değerlere sahip bir hal alarak; hızlı ve geçici toplumsal ilişkilerde bulunan bir görünüş sergilemektedir

⁹ BBC, 2020, <https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-54943521> (Son Erişim tarihi: 07.12.2020).

(Swingewood, 1998: 194-195; Turner vd., 2015: 308-311; Simmel, 2015: 318). Ancak Simmel, insanın bu hale gelene kadar olan gelişim evresini anlatmayı da ihmal etmemektedir.

Simmel'e göre (2015: 317-318, 322) doğayla temas halinde olan "ilkel" insan, bedensel varoluşunu devam ettirebilmek için onunla bir savaşa girer. Aleti ve ardılı olarak teknolojiyi geliştirerek doğaya karşı avantajlı konuma geçtiğinde ise bu savaşın galibi olur. Bahsi geçen bu galibiyetin en son formu ise modern dönemde görülür. Doğayla bağlarını en aza indirerek metropolün duvarları arasında gezinen insan, bireyselleşir. Organik tüm bağlarından sıyrılmaya başlayarak doğadan kopuk yaşamak insanın, metropolün birçok insanı barındıran caddelerindeki akışına dahil olmasına, dış uyarıcılara sürekli maruz kalmasına sebep olur. Birden fazla uyarana maruz kalan ve kimi zaman onlarla mücadele etmesi gereken insan, sinirli/bıkkın insan halini almıştır. Ayrıca doğada kendini değerli gören, üretmek ürününe sahip olan kişi; metropol yaşamında her zaman ürettiğini görememekte, anlamlı ilişkilere sahip olamamaktadır. Bu anlamda bıkkın insan, doğal bağlarından sıyrılarak değersizlik hissi içine gömülen bir insandır. Simmel'in bu noktada yaptığı değersizlik vurgusu insanın yalnızlaştığına ilişkin oldukça önemli bir ifade olmuştur. İnsanlar; birliktelikleriyle, ürettikleriyle kendilerini değerli görmektedir. Fakat yaşam akışındaki bu anlamlı bağları kaybedip, gelip geçici uyaranlara maruz kalmaları, onları daha yalnız hale getirmektedir. Bu anlamda, bıkkın/sıkılmış insan anlatısı, yalnız insan anlatısıyla paralellik gösterir.

Simmel'in (1996) metropol yaşamına katılma olarak gördüğü durum Sennett (2019b: 169, 194) tarafından kamusal alana katılım olarak adlandırılmaktadır. Ona göre kamusal alana giren insanların uyaranlar karşısında korkuları vardır. Yakın ilişkilerin bulunduğu özel alanda duygularını perdelemeyen, kendi fikir ve düşüncelerini özgürce ifade edebilen insanın tanışık olmadığı bu yeni durumda; dışlanma, yanlış anlaşılma, sırlarının zarar görmesi gibi sebepler ön planda tutularak kamusal insan sürekli sessiz kalmaya çalışan, korkan insana dönüşmüştür. İçini dökmekten, duygularını sergilemekten korkması ise insanlarla kurduğu etkileşimlerin yüzeysel hale gelmesine neden olmaktadır. Diğer yandan kamusal insan, kent yaşamının içinde varlık göstererek sürekli akışa maruz kalmaktadır. Bu durum onu

kaygılı olmaya itmektedir (Sennett, 2019b: 29). Kaygılı insan, bu kaygıdan kaçınmak için kendine görünmez duvarlar örer ve yalnız hale gelir.

Sözü edilen kaygılı insan modeli Giddens'in (2019a) ifadelerinde yer almaktadır. Giddens'a göre belirsizlik ve risklerle dolu olan modern dönemin kaygı halinden kaçınmaya çalışan modern insan, gündelik yaşamını kaygıdan kaçınma refleksine göre düzenlemektedir. Benzer şekilde kaygıdan kaçınma refleksini *uygar kayıtsızlık* veya *medeni kayıtsızlık* olarak ifade eden Erving Goffman (2017) ise kent yaşamında sürekli bir yere yetişmesi gereken aceleci insan portresini de çizmeyi ihmal etmez. Bu aceleci insanların, sokakta karşılaştıkları kimseleri önemsemeye yeterli zamanı ve enerjisi bulunmamaktadır. Ayrıca bu insanlar yardıma ihtiyaç duyan birine rastladıklarında o durumu uzmanlara veya bir başkasına, bakış yoluyla dahi olsa, hızla devrederek yollarına devam etmektedir. Böylece kaygı ve korku hali dindirilir. Goffman'ın ve Giddens'in "ne yapacağını anlık olarak belirlemek zorunda kalan insan" şekli, birbirine uyan yapboz parçaları gibidir.

Modern dönemin temel insan karakterinden söz edilen bu satırlarda bir parantez açarak ünlü düşünür Albert Camus'nün (2016) modern insanın anlık durumlara ne tepki verdiğini *Düşüş (La Chute)* eserinden bir anlatıyla renklendirmek mümkündür. Kitapta, gece yürüyüşüne çıkan *modern insan*, köprüde birinin suya düştüğünü görür ve daha önce rastlamadığı bu durum karşısında takınacağı tavrı düşünmeye başlar. Suyu atlayıp atlamamak konusunda yaşadığı çelişki, duruma karşı kayıtsız, eylemsiz kalmasıyla sonuçlanır. Anlaşılabileceği üzere; Camus'nün anlattığı eylemsiz insan, Giddens'ın kaygı halinden kaçınma isteği ve Goffman'ın uygar kayıtsız tanımı bir tesadüf değildir. Aksine bu anlatılar, modern dünyanın gündelik yaşamında şekil alarak insanın yalnız hale gelmesinin nedenlerine ve yalnız bir görünüşünün tasvirini yapma noktasında aynı duruma gönderme yapar. Modern dönemin insanı yalnız, bağısız ve özgürdür. Ancak kaygıdan kaçınmak için yalnız kalma durumu onu yeniden kaygılı hale getirmektedir. Bu anlamda modern dönemdeki kişi, yalnız kalmanın değerine ve gücüne kendini teslim edip özgürlüğünü korurken bir yandan da yalnızlıktan kaçmak adına kalabalığa karışmaktadır (Riesman, 2019: 304). Duygularını yitirerek, rasyonel akıl üzerinden ilişki geliştiren insanlar, kısır döngü yaratarak kalabalık içinde dahi yalnız kişi kümesine dahil olmaktadır.



4. ARAŞTIRMA TASARIMI

4.1. Araştırmanın Konusu

Bu araştırma, gündelik yaşamda yalnızlığın anlamlandırılmasını ve pratik anlamda deneyimlenmesini konu edinmektedir. Günümüzde yalnızlık hem önemli bir problem alanı hem de altında yatan sebeplerin anlaşılması gereken önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Toplumsal yaşamda görünürlüğü olan bu kavramı daha detaylı incelemek, sosyolojinin önemli meselelerinden biri kabul edilebilir. Toplumsal fenomen olarak kabul ettiğimiz yalnızlık kavramının araştırılmasına en geniş imkânı sağlayan alan ise hiç kuşkusuz gündelik yaşamdır. Dolayısıyla kavram, gündelik yaşamın olağan akışı içinde anlaşılmaya ve olası tüm örüntüler bu doğrultuda ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Genel anlamda; modern dönemin gündelik yaşamında bireyin birden fazla statüsünün bulunması durumu, onun çok boyutlu rollere sahip olmasını gerektirmiştir. Bu nedenle bireyin işlerini tamamlaması, tanımlanmış rollerini yerine getirmesi ise bir diğerine ihtiyaç duymasıyla sonuçlanmakta veya bireyin istemli bir biçimde yalnızlıktan kaçınmasına, kendini “anamlı” bir parça görmesi adına sürekli iletişim ve etkileşim ağında kalmasına neden olmaktadır. Ancak gündelik yaşamın çok boyutluluğunda birlikte olmak kadar yalnızlığın da deneyimlendiğini görmek mümkündür. Yalnızlık, kimi zaman en az birlikte olmak kadar gerekli görülen kimi zaman ise istenmeyen veya arzu edilmeyen bir durumdur. Bir kişinin kendisini yalnız hissettiğini söylemesi veya yalnız görünmesi çoğunlukla aykırı kimse olarak nitelendirilmesine, damgalanmasına dahi sebep olabilmektedir. Modern dönemin gereği gündelik yaşamında bireyler çeşitli etkenlerden ötürü sıklıkla yalnız kalma isteği duyarlar. Modern dönemin sınırları içindeki dijital toplum yapısı da bu durumu yaratmaktadır (Lupton, 2015). Bauman’ın (2018) da sözünü ettiği üzere dijital ağlarla örülmüş bir dünyada iletişime girmek ve iletişimden kopmak en kolay ve en güvencesiz ilişkileri doğurabilmektedir. Haliyle son dönemde her an iletişimde veya etkileşimde bulunabilen insanların kaçacakları ve sığınacakları bir kendilik inşa sürecinin başladığı söylenebilir. Bu durum kimi zaman kişinin köşe bucak kaçtığı kimi zaman ise sıkı sıkı sarıldığı yalnızlığın toplumsal algılanışının sorgulanmasına neden olmuştur.

Yukarıda bahsi geçen noktalardan hareketle; gündelik yaşam içinde gizlenmiş veya açık ancak fark edilmeyen yalnızlık anlatıları araştırmamızın konusunu oluşturmuş ve yalnızlığın anlamı-deneyimi fenomenolojik bir bakışla ortaya konulmaya çalışılmıştır. Çalışma konusu dahilinde yalnızlık kavramı toplumsal bir fenomen olarak ele alınmış olup fiziksel yalnızlık veya duygusal açıdan yalnız hissetme arasında bir ayrıma gidilmemiştir. Eğer fiziksel veya duygu olarak ikili bir ayrıma gidilecek olursa fenomenolojik anlatıya ters düşüleceği ve meselenin altındaki derin yapının keşfedilmesinin güçleşeceği düşünülmektedir. Bu amaç doğrultusunda öncelikli olarak yalnızlığın sosyolojik görünümüleri konusunda literatür taraması gerçekleştirilmiş ve gündelik yaşamdaki yalnızlık bulgularına yer verilmiştir. Gündelik yaşamın duygularla örülü yönü doğrultusunda yalnızlık, yalnızca fiziksel bir bulunuş olarak ele alınmamış, aynı zamanda bir duygusal olarak ele alınarak tartışılmıştır.

4.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, insanların gündelik yaşam içindeki yalnızlık biçimlerinin ortaya konulması ve buna ilişkin algı ve deneyimlerin incelenmesidir. Yalnızlık; toplum açısından değerli görülen sosyalleşme, dayanışma gibi kavramların karşısında istenmeyen ve arzu edilmeyen olarak işaretlenerek “doyum verici toplumsal ağ eksikliği” şeklinde tanımlanmaktadır (Şancı, 2015; Yahyaoğlu, 2019: 216). Modern dönemle birlikte gündelik yaşam içindeki sosyal ilişkilerin yapısı, insanların sosyal yaşam içindeki anlam dünyaları değişime uğramış (Aydoğan, 2013) ve buna bağlı olarak yalnızlık deneyimleri de farklılaşmıştır. İnsanlar, sürekli iletişim kurabilmeye imkân tanıyan kanallar yoluyla kesintisiz iletişim halindeyken bir yandan da aynı kanallar aracılığıyla yalnızlığa sürüklenmiştir. Bu durum sosyalleşmenin aksine yalnızlığı deneyimleyen insan sayısını artırmıştır. Gündelik yaşamda insan ilişkilerinin giderek kırılgan hale gelmesi ve yüzeysel ilişkiler çokluğunda yalnızlaştıkları gözlemlenmektedir (Putnam, 2000; Bauman, 2017; 2018; Illiouz, 2018; Hari, 2019). Gözlemlenenler haricince yalnızlık, yüzeyde görünenden farklı anlamlar ve deneyimlerle örülü haldedir. Mevcut algı ve deneyimi görebilmek, farklı anlamları keşfedebilmek amacıyla aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Gündelik yaşam içinde yalnızlığın anlamı nedir?
2. Yalnızlık deneyiminin nedenleri nelerdir?
3. Hangi toplumsal koşullar yalnızlığı üretmektedir?
4. Yalnızlık toplumsal yaşama ne gibi etkilerde bulunabilir/bulunmaktadır?
5. Yaş, cinsiyet, sosyo-kültürel, sosyo-ekonomik vb. değişkenlerin yalnızlığın anlamlandırılışı ve deneyimlenmesi açısından meydana getirdiği farklılıklar var mıdır? Varsa nelerdir?
6. Toplumda kimler yalnız olarak nitelendirilmektedir? Sebepleri nelerdir?
7. Yalnızlığın oluşum yönü bireyselden toplumsala mı yoksa toplumsaldan bireysele doğru mudur?
8. Fiziksel yalnızlık ve duygusal yalnızlığın birbirine etkisi, birbirini üretmedeki rolü nasıldır?

4.3. Araştırmanın Önemi

Bu çalışmanın kuramsal boyutunu, modern dönemin toplumsal ilişkilerini izah eden bireyselleşme düşünceleri ve bireyselleşmenin yalnızlaşma üzerindeki etkisi oluşturmuştur. İkinci adım ise, mikro bağlamda yalnızlık algılarının ve deneyimlerinin yapısını ortaya koyan nitel araştırma anlatılarıdır. Mikro bağlamdaki bu odak; toplumsal yaşamdaki yalnızlığın anlatılmayan yönlerini ortaya koymak, yalnızlığa ilişkin olumlu ve olumsuz anlatıları setler halinde ve bir örüntü oluşturmak, yalnızlığı sessiz uzlaşmışlığın ötesine taşımak istemektedir. Araştırma konusu ve yazımı bu noktalara dikkat çekmeyi hedeflediğinden önem arz etmektedir.

Konuyla ilgili literatür incelendiğinde bugüne kadar yazılmış yalnızlığa ilişkin çalışmaların sayısının az olmakla beraber son yıllarda araştırmacılar tarafından üzerinde çalışılmaya başlanmıştır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde psikoloji ve sosyoloji alanında olduğu görülmektedir. Psikoloji alanında yapılmış olan çalışmalar, öğrenci yalnızlığı (Buluş, 1997; Saraçoğlu, 2000; Kozaklı, 2006; Karaoğlu vd., 2009; Seçim, Alpar ve Algür, 2014), yaşlılık ve yalnızlık (Akbaş, Taşdemir-Yiğitoğlu ve Çunkuş, 2020) gibi konuları ele almıştır.

Sosyoloji literatüründe ise yalnızlığı doğrudan ve kuramsal açıdan ele alan araştırma *Sosyolojik Kuramda Yalnızlık: Modern Toplum ve Mesafe Kültürü* (Karaca, 2019) isimli yüksek lisans tezidir. Bu konuda yazılan bir diğer kuramsal çalışma *Toplum Tipleri ve Yalnızlık Halleri* (Ulutaş ve Gökçen, 2019) isimli makaledir. Nicel yöntemle tasarlanan ve 1900 kişinin katılımıyla gerçekleşen, *Yalnızlığın Sosyolojik ve Psiko-Politik Sonuçları: İstanbul Örneği* (Öztürk vd., 2020) isimli çalışma haricinde sosyoloji alanında çalışmalara rastlanamamıştır. Ayrıca nitel yöntemle tasarlanan ve uygulamaya dönük bir çalışmanın olmaması önemli bir eksik olarak kabul edilmiştir. Bu tez, gözlemlenen eksikliği gidermeyi hedeflemektedir.

4.4. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları

Killeen'e göre (1998) yalnızlık, bir fenomen ve öznel bir deneyim olduğu için nitel yöntem ile araştırılmalıdır çünkü ancak bu yolla yalnızlığın ne ifade ettiği anlaşılabilir. Bu durum göz önünde bulundurularak araştırma nitel yöntemle tasarlanmıştır; bu doğrultuda çalışmanın ilk sınırlılığı araştırmanın genellenebilirliğini gözetken nicel yöntemle değil, keşfedici tasarıya, yani nitel yöntemle yönelmek olmuştur.

Araştırma Trabzon ilinde gerçekleştirilmiş olup; araştırmanın bulgularını araştırmacının ikamet ettiği Trabzon ilinde yaşayan ve ulaşılabilir durumda olan ve araştırmaya dahil olmayı kabul eden kişilerin ifadeleri oluşturmuştur. Araştırma yarı yapılandırılmış görüşme formlarında yer alan sorularla sınırlı olacak şekilde görüşmelerle gerçekleştirilmiştir.

Görüşmeler, Mart 2021-Mayıs 2021 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Covid-19 salgınına bağlı olarak bu zaman diliminde sokağa çıkma kısıtlamaları yapılmış olup; okullar online eğitime devam etmiş, kafe vb. işletmeler geçici süreyle kapatılmıştır. Bu bakımdan kişilerin yüz yüze görüşmeyi kabul edip etmemesi hassas bir zemine oturmuş ve bu durum araştırmayı sınırlandırmıştır. Salgın sebebiyle her kesime ulaşmanın zor olduğu göz önünde bulundurularak *kolay ulaşılabilir (convinient) durum örnekleme* yöntemine başvurulmuştur. Kolay ulaşılabilir durum örnekleme, çoğu zaman araştırmacının diğer örnekleme yöntemlerine başvurması mümkün olmadığında kullanılan bir yöntemdir (Yıldırım ve Şimşek, 2013: 141). Bu örnekleme seçme işlemi, araştırmacıya çoğunlukla çevresi ve referanslar aracılığıyla

kolay ulaşılabilir kişilere yönelmesini sağlamaktadır. Dolayısıyla sözü edilen şartlardan ötürü örneklemdekilerin büyük oranda benzer yaşam tarzlarına sahip olması bir diğer sınırlılığı oluşturmaktadır.

4.5. Araştırmanın Yöntemi

Kavramsal çerçevesi “yalnızlık”, “duygular”, “gündelik hayat” kavramlarıyla çizilen ve kuramsal temelini yapılaşma kuramından alarak yalnızlık fenomenine yönelen bu çalışma; derinlemesine bilgiyi elde etmek için nitel araştırma yöntemi üzerinden kurgulanmıştır. Nitel araştırmalar; sosyal olguları, bağlı oldukları koşullarla ele alarak araştırmayı ve anlamayı ön plana koyan kuram oluşturma yöntemidir. Bu çalışmaların güçlü yönü; çevreyle, süreçle ve algılarla ilgili verileri araştırmanın merkezine koyabilmesidir (Yıldırım ve Şimşek, 2013: 45-46; Böke vd. 2014: 287). 1960’lı yıllardan itibaren insan davranışlarına yönelen sosyal bilimlerin yorumsamacı paradigmasının (Poloma, 2017; Ritzer, 2012; Giddens, 2012) ön plana çıkardığı keşfe dayalı mikro ölçekli çalışmalar, nitel araştırmaları ön plana çıkarmaktadır.

Çalışmanın konusu ve kapsamı açısından, bir şeyin nasıl deneyimlendiğini ortaya çıkarmaya çalışan fenomenolojik (olgubilim) nitel araştırma desenine başvurulmuştur. Fenomen kavramı, görüngü veya olgu/olay anlamı taşıyan, onu tanımlayan sözcükler ve işaret ettiği durumların muğlaklığı nedeniyle karmaşık bir anlama sahiptir. Bu kelime yalınca; görülen, duyulan ve hissedilenleri içine alan sıradışı ve tanımlaması güç bir şeye işaret etmektedir. Duyumları ve aynı zamanda içsel olarak değerlendirilen hisleri içine alan bu iki boyutlu anlatı, “görünen” ve “görünen şey” arasında ayrıma gidilmesinde kendini gösterir. Bu anlayışta insanlar, duyuları aracılığıyla şeyleri anlama yoluna gidebilir ve gerçeğin farkına varabilir konumda değerlendirilirler (Şentürk, 2016: 239). Duyular aracılığıyla gerçekleştirilen bu etkinlik, gözlem yapmayı gerekli kılmaktadır.

Görünen ile gören arasındaki ilişkiyi anlamaya yönelik bakışı anlatan fenomenoloji, felsefi açıdan Husserl’in öncülüğünde gelişmiştir. Sosyolojideki zeminini ise Alfred Schütz’ün çalışmaları oluşturmuştur (Şentürk, 2016: 236). Schütz, gündelik hayatın yorumlanmasına gözlerini çevirdiğinde dil ve toplumsal bilginin alanına bakar hale gelir. Toplumsal olarak türetilmiş bilgi, gündelik yaşamın sınırlarında üretilmiştir. İletim kanalı ise, gündelik dilin sözcük dağarcığı ve ona bağlı

olan sözdizimidir. “Gündelik yaşamın anadili, temel olarak adlandırılmış şeylerin ve olayların bir dilidir” (Schütz, 2018: 111). Dil, kültürle yüklenmiş olan anlamlı bir bütünlük, bir simgeler kümesidir (Bates, 2009). Bu bağlamda Schütz (2018: 117-119) simge ve simgelenen şey arasındaki bağlantının nasıl kurulmuş olduğuna yönelir. Simgelerin birer nesne olarak algılanmasından öte onların temsiller olarak görüldüğünden söz eder. Nesne ve temsillerin birbirinden ayrılması önemli bir noktayı oluşturur.

Bu çalışmada gündelik yaşamda alışlagelen veya aşına olunan, kanıksanan yalnızlık fenomeninin insanlara ne hissettirdiğini, neyi anımsattığını ve bu kavrayışa ilişkin anlam dünyalarının ne olduğuna; insanların gündelik yaşam deneyimlerini keşfetmeye imkân tanıyan fenomenolojik desen (Cropley, 2002; Mohajan, 2018) ile ulaşılmaya çalışılmıştır. Bu desende fenomene ilişkin deneyimi olan kişilerden görüşmeler esnasında veriler toplanır ve her bir veri, araştırma sürecinde öteki anlamlarla birlikte değerlendirilmeye çalışılır. Buradaki temel hedef, bütüncül bir betimleme yapmaktır (Creswell, 2016: 77). Böylece fenomene ilişkin bir harita oluşturulmaya çalışılır, ancak bu desenle ortaya çıkarılmaya çalışılan konunun araştırmacıyı bir sonuca götürme gayreti yoktur (Büyüköztürk vd., 2017: 20) çünkü olgular, toplumsal koşullarla etkileşim içinde olduklarından dolayı çok boyutludur ve bu nedenle yalnızca anlama yolunda olmayı içerirler.

4.5.1. Veri Toplama Tekniği

Araştırma konusu doğrultusunda kitaplar taranmış, süreli yayınlar incelenmiş, internette var olan güncel kaynaklar edinilmiş, makaleler ve var olan tezler incelenerek gerekli bilgilere ulaşılmıştır. Konuyla ilgisi olacak şekilde elde edilen bilgiler üzerinden yarı yapılandırılmış görüşme formu (EK-1) oluşturulmuştur. Araştırmacı tarafından yarı yapılandırılmış formların kullanılması, katılımcıların konudan bağımsız cevaplara yönelmesini engellemektedir (Büyüköztürk, 2017; Yıldırım ve Şimşek, 2013). Bu form temel olarak üç bölümden oluşmuştur. Birinci bölüm demografik soruları içerirken, ikinci bölüm yalnızlık algılarını ve üçüncü bölüm ise yalnızlık deneyimlerine ilişkin sorulardan oluşmuştur.

Yalnızlık olgusunun, kişinin öznel deneyimini içermesi nedeniyle katılımcıların paylaşımlarında çekinceler yaratabileceği düşüncesiyle katılımcıların isimlerinin

paylaşılmayacağı, verilerin yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacağı bilgisi verilmiştir. Bu bilgilendirmeye olan güveni artırmak adına Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi'nden alınan etik kurul belgesi de katılımcılara sunulmuştur. Aynı zamanda görüşme mekânları katılımcıların tercih ettiği yerler olarak belirlenmiştir. Pandemi nedeniyle görüşmecilerin çoğu açık alanda görüşmeyi tercih etmiştir.

Görüşmelerden önce katılımcılara görüşme süresinin yaklaşık olarak bir saat süreceği bilgisi verilmiş, uygun zaman belirlenmeye çalışılmıştır. Aynı zamanda araştırmanın neden yapıldığı, araştırma kapsamında ne gibi sorulara yer verildiği de anlatılmış, katılımcının rahatlığı ve güveni gözetilmiştir. Kişinin kimlik bilgilerinin gizli kalacağı, araştırmada yer verilen ifadelerin kişiye atanan kodlama ile gerçekleştirileceği beyan edilmiştir. Kadın katılımcılar **K** harfi ve görüşme sırasını belirten rakam ile (**K1, K2, K3...**) erkek katılımcılar ise **E** harfi ve görüşme sırasını belirten rakam ile (**E1, E2, E3**) kodlanmıştır.

Veri toplama aracının görüşme olarak belirlenmesinin sebebi, fenomen olarak ele alınan yalnızlığa ilişkin derinlemesine bilgi edinmeyi mümkün kılacağı düşüncesi olmuştur. Görüşme, en az iki kişi arasında sözlü olarak sürdürülen bir iletişim sürecini anlatır. Belirli bir araştırma konusu veya bir soru hakkında derinlemesine bilgi sağlar. Esnek bir araştırma aracı olduğu için örnekleme küçük olan çalışmalarda sıkça tercih edilmektedir. Aynı zamanda bu araç, araştırma sürecinin her basamağında kullanılabilir (Büyüköztürk, 2017: 158).

Her durum bir evrende gerçekleşir ve bu evrende gerçekleşen bir konun araştırmaya açılmasının en önemli engeli evrenin büyüklüğüdür. Bu anlamda, evrenin büyüklüğü nedeniyle araştırmalarda onu temsil edecek bir örneklem grubuna ihtiyaç duyulmaktadır. Bu yönüyle örneklem, çalışılabilir bir büyüklük (Yıldırım ve Şimşek, 2013: 129) ve evrenin küçültülmüş bir temsiline benzer. Evrene benzerlik taşıması ve onu anlatması bakımından örneklem grubunun seçimi oldukça önemlidir. Bu anlamda gündelik yaşam içerisinde ve konu dahilinde her bir karaktere ulaşmak önem arz etmektedir. Örneklem veya çalışma grubunu gündelik yaşam içerisinde aramak, gündelik yaşamın 'ben' ve 'öteki'nin karşılaştığı bir yer olmasıyla ilişkilendirmek mümkündür. Gündelik yaşam içinde konumlanan olguların araştırılmasında "ben" ve "ötekinin" görüşleri bir arada sunulmadığında özdeşleşme hatasına düşülmekte ve araştırmacının kendi anlatılarından bir adım öteye gitmek mümkün olmamaktadır

(Sennet, 2019a: 59). Bir diğ er deyişle, aynı anlatılar kümesi evreni temsil etmemektedir. Kendi anlatılar kümesinin belirli bir durumu tek veya kısıtlı yönüyle ortaya koyduğu durum, Bourdieu’nün sosyoloji içinde konumlandırığı habitus kavramıyla açıklanabilir: “Pierre Bourdieu’ye göre habitus, bireylerin sosyalleştikleri süre içinde [...] az çok bilinçsiz bir şekilde içselleştirilmiş ve benimsenmiş olduğu idrak [...], değerlendirme [...] ve eylem şablonlarından meydana gelir” (Jourdain ve Naulin, 2020: 42).

Alıntıda da görüldüğü üzere habitus, kişinin yaşamının her yönüne temas eden ve onu şekillendiren bir anlayıştır. Benzer sosyalleşmeler, yakın çevreler kişilerin yatkınlık setlerini birbirine benzetmektedir. Covid-19 sürecinin yarattığı fiziksel mesafe ve kişilerarası yeni bağ kurma sürecinin zorluğu, bu araştırmanın en zorlayıcı kısmını oluşturmuştur. Bu durum, örneklemin çeşitliliğini artırmak yakın çevreden çıkmayı zorlaştırmıştır, bir diğ er anlamda benzer habituslar, benzer anlatıları devam ettirmiştir. Kısır döngü yaratan ve araştırmanın ilk basamağı olan ulaşılabilir yakın çevredeki insanlarla gerçekleştirilen görüşmeler, aynı söylemlerin birbirini takip etmesiyle devamlılık göstermiştir. Ancak bunun bir doyum noktası olmadığının fark edilmesi ve yeni çevrelere ulaşmanın gerekliliği düşüncesiyle bundan sonraki süreç, yakın çevredeki insanların kendi çevrelerindeki insanlara ve onların da kendi çevrelerindekiyle ulaşmasıyla devam etmiştir. Bu noktada kolay ulaşılabilir örnekleme yönteminin yanında kartopu  rneklemeye de başvurulmuştur. Her bir katılımcı referans noktası kabul edilmiştir. Yalnızlık  znel ve kimi zaman da paylaşması zor anlarda açığa çıktığı düşüncesiyle araştırmaya katılmak istemeyenler olmuştur. Bu noktada araştırmaya dahil olmayı kabul eden katılımcılarımızdan biri “*şöyle bir tanıdığım var. Sen bir de ona sor yalnızlığı*” dediğinde referans ile ilerleme yoluna gidilmiştir. Görüşmeler devam ederken araştırma için bir başkasını önerme davranışı devamlılık göstermiştir. Bu durum araştırmacı açısından hem sahaya girmeyi hem de araştırmanın çalışma grubu çeşitliliğini artırmayı kolaylaştırmıştır.

Araştırmada kolay ulaşılabilir durum örneklemiyle seçilen 28 katılımcıyla yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 14’  kadın, 14’  ise erkektir. Görüşmenin uzunluğu ise 25-50 dakika arasında değişmiştir. Katılımcıların rızası dahilinde ses kaydı alınmış ve bu kayıtlar yazıya geçirilmiştir. Görüşmeler esnasında

elde edilen verilerin çeşitliliği, önsel kategori oluşumunun ve söylemlerin tekrarlılığı gözetilerek doyum noktasına ulaşıldığı kabul edilmiş ve görüşmeler sonlandırılmıştır.

4.5.2. Verilerin Analizi

Araştırma verileri derinlemesine mülakat tekniğiyle elde edildikten sonra yazıya geçirilmiş, kategorileştirilmiş ve kategoriler altında yorumlanmıştır. Derinlemesine bilgi elde etmek ve örüntüleri keşfetmek için betimsel analiz tekniğinden yararlanılmıştır. Betimsel analiz yönteminde veriler, görüşülen kişiden elde edildiği şekliyle değiştirmeden alıntılar halinde okuyucuya aktarılmakta ve daha önceden belirlenen temalara göre özetlenmekte, yorumlanmaktadır. Bu yöntemde farklı kişilerin aynı soru hakkındaki farklı düşüncelerinin görüşlerden elde edildiği tarzda aktarılması esastır. Bu tür analizde amaç, elde edilen bulguları düzenlemiş ve yorumlanmış bir şekilde okuyucuya sunmaktır (Böke, 2014: 313; Yıldırım ve Şimşek, 2013: 256). Bu doğrultuda; yalnızlık tanımı, toplumsal ve gündelik yaşamda yalnızlık biçimindeki üç genel kategori içindeki benzer söylemler belirlenmiş, ilişki içinde incelenmiştir. Aynı zamanda veri analizinde Miles ve Huberman'ın (1984) ve Dey (1993)'ün analiz aşamaları gözetilmiştir. Miles ve Huberman'a göre (1984), nitel veri analiz süreci şu üç basamağı izler:

1. Gözlem, görüşme ve doküman incelemesi gibi araçların kullanılması ve veri elde edilmesi,
2. Verilerin grafikler, tablolar ve şekiller eşliğinde görsel hale dönüştürülmesi,
3. Şekiller, tablolar ve grafikler aracılığıyla verilerin bütünlüklü sergilenişi sonrası sonuca varma.

Dey (1993) ise buna paralel bir tasarı geliştirir ve “betimleme, sınıflandırma ve ilişkilendirme” olmak üzere üç kısımdan söz eder (Özdemir, 2010: 330). Her iki sınıflandırma biçiminde de var olan durum, *temaların gizli* olduğu, araştırmacı tarafından açığa çıkarılması gerektiği düşüncesidir. Bu anlamda araştırma sürecinde, görüşme sürecinde elde edilen verilerdeki kodlar keşfedilmiş, benzer veya aynı kodlar bir araya getirilmiştir. Bu yolla örtük temalara ulaşılmıştır.



5. BULGULAR

5.1. Katılımcılara İlişkin Betimsel Bilgiler

Bu başlık altında araştırmaya dahil olan yirmi sekiz katılımcının betimsel özelliklerine Tablo 5.1’de yer verilmiştir. Katılımcıların kodları, cinsiyetleri, eğitim durumları, meslekleri, medeni durumları ve hanede yaşayan kişi sayısına ilişkin demografik veriler tablodadır.

Cinsiyet	Kod	Yaş	Eğitim	Meslek	Ekonomik Durum ¹⁰	Hanede Yaşayan Kişi Sayısı
Kadın	K1	24	Lisansüstü	Çalışmıyor	Düşük	5
	K2	25	Üniversite	Avukat	İyi	4
	K3	58	Üniversite	Emekli	İyi	3
	K4	25	Üniversite	Çalışmıyor	Düşük	3
	K5	23	Üniversite	Çalışmıyor	Düşük	4
	K6	38	Üniversite	Hemşire	Orta	3
	K7	25	Üniversite	Öğrenci	Düşük	4
	K8	54	Üniversite	Avukat	Yüksek	2
	K9	59	Lise	Emekli	Yüksek	Tek
	K10	70	Üniversite	Emekli	Orta	Tek
	K11	33	Lisansüstü	Hemşire	Orta	3
	K12	27	Lisansüstü	Akademisyen	Yüksek	Tek
	K13	41	Üniversite	Özel Sektör	Orta	3
	K14	28	Üniversite	Avukat	İyi	2
Erkek	E1	83	Lise	Emekli	Orta	Tek
	E2	25	Üniversite	Öğretmen	Orta	6
	E3	38	Lise	Çalışmıyor	Düşük	Tek
	E4	37	Üniversite	Mühendis	Yüksek	Tek
	E5	23	Üniversite	Çalışmıyor	Düşük	3
	E6	23	Üniversite	Öğrenci	Düşük	4
	E7	24	Üniversite	Özel Sektör	Orta	3
	E8	27	Önlisans	Özel Sektör	Orta	Tek
	E9	43	Lise	Özel Sektör	Yüksek	Tek*
	E10	38	Üniversite	Memur	Orta	3
	E11	44	Önlisans	Özel Sektör	Orta	4
	E12	24	Üniversite	Öğrenci	Orta	2
	E13	62	Lise	Özel Sektör	İyi	2
	E14	29	Üniversite	Avukat	İyi	2

Tablo 5.1. Katılımcıların demografik bilgileri

¹⁰ Katılımcıların ekonomik durumları tabloda düşük, orta, yüksek ayrımı ile gösterilmiştir. Düşük (0-1500), Orta (1501-3000) İyi (3501-5000) ve Yüksek (5001 ve üzeri) şeklinde belirlenen ekonomik durum aralıkları 2022 asgari gelir düzenlemesinden önce yapılmıştır.

*Katılımcı E9’un çalıştığı ve ailesinin yaşadığı il birbirinden farklıdır. Zaman zaman ailesinin yanına giderek onlarla yaşadığını belirtmiştir. Bu bakımdan hanede yaşayan kişi sayısı tek ve 3 olarak değişmektedir.

Araştırmaya katılan katılımcıların 14'ü kadın, 14'ü erkektir. 18 katılımcının üniversite mezunu olduğu ve bunların 10'unun kadın, 8'inin ise erkek olduğu görülmektedir. 1 kadın ve 4 erkek katılımcı ise lise mezunudur. Erkeklerden ikisi önlisans mezunu olduğunu, kadın katılımcılardan üçü lisansüstü eğitim aldığını belirtmiştir.

Herhangi bir işte çalışmayan kişi sayısı 3 kadın, 3 erkek olmak üzere toplamda 6 kişidir. Bu kişilerin yaş dağılımları 23 ile 38 arasında değişmektedir. Katılımcıların sosyo-ekonomik durumlarına bakıldığında; düşük ekonomik düzeyde 7, orta düzeyde 11, iyi düzeyde 5 ve yüksek gelir durumunda 5 kişi yer almıştır. Düşük düzeyde yer alan katılımcıların çoğunun öğrenci olduğu gözlemlenirken orta düzeyde yer alanlar memur ve emeklilerdir.

Tabloda verilen bilgilere ek olarak, gerek görüşme öncesinde gerek görüşme esnasında, yalnız yaşayan orta ve düşük gelir grubundaki katılımcıların aile desteği aldıkları bilgisi edinilmiştir. Tek yaşayan 8 katılımcıdan biri olan ve kendi evinde yaşayan **E1**, çocuklarının mutfak ve bakım ihtiyaçlarına yardımcı olduklarını dile getirmiştir. Bir diğer örnek, pandemi nedeniyle işinden ayrılan **E3**'tür. Salgın öncesi kendi geçimini sağlayacak durumda olmasına rağmen “Evde Kal!¹¹” sürecinde devlet desteği yanında ailesinden de maddi destek almaya başlamıştır. Bunun dışında tek yaşayan katılımcıların sosyo-ekonomik durumlarına bakıldığında, genellikle orta ve yüksek gelir grubu olduğu görülmektedir.

Katılımcıların demografik bilgilerini içeren Tablo 5.1'de hanede yaşayan kişi sayısı yönünden bakıldığında, tek yaşayan 3 kadın katılımcının dışında beş erkek katılımcı yalnız yaşadığını belirtmiştir. Diğer kadın katılımcılar 3, 4 ve 5 kişilik hanelerde yaşamaktadır.

5.2. Yalnızlık Tanımına İlişkin Görüşler

Bu başlık altında katılımcıların ifade ettikleri “yalnızlığın anlamları”na yer verilmiştir. Görüşler arası benzerlikler ve ayrışmalar gözetilerek ilk alt başlık; duygusal-fiziksel ve olumlu-olumsuz yalnızlık anlatılarını içermiştir. Diğer alt

¹¹ Covid-19 pandemi sürecinde gönüllü ve zorunlu karantina veya evde kalma uyarılarında bulunulmuştur. İş yerlerinde geçici kapanmalar meydana gelmiştir. Kimi işletmeler ise ekonomik koşullardan ötürü tamamen kapanmıştır. Tüm bu sosyal süreç *Evde Kal!* Sloganı ile özetlenmiştir.

başlıklar sırasıyla; erkek ve kadın, genç ve yaşlı olma bakımından, ekonomik durum ile yalnızlık ilişkisini konu edinmektedir.

5.2.1. Duygusal ve Fiziksel, Olumlu ve Olumsuz Yalnızlığa İlişkin Görüşler

Katılımcılar yalnızlığı *olumlu veya arzu edilen*, idealize edilen bir şey ve *olumsuz, arzu edilmeyen* şeklinde iki ana parça ile anlamlandırmaktadır. Katılımcıların yalnızlığı olumlu veya olumsuz olarak değerlendirmelerinin nedenini anlamaya çalışırken, yalnızlığı nasıl tanımladıklarına bakmanın açıklayıcı olacağı düşünülmüş ve katılımcılara “yalnızlık nedir?” şeklinde genel bir soru yöneltilmiştir. Alınan cevaplar; *duygusal-fiziksel, olumlu-olumsuz, gönüllü-zorunlu* şeklindeki ayrımları içermektedir. Bu farklılaşmaya rağmen katılımcıların büyük çoğunluğu yalnızlığın tanımını *duygu yönü ve fiziksel* bulunuş açısından yapmıştır. Bu noktada belirtilmesi gereken önemli bir durum; duygusal yalnızlığın daha çok geleneksel, fiziksel yalnızlığın ise modern toplum karakterinde görüldüğüdür (Riesman, 2019). Nitekim geleneksel-modern ikiliği katılımcıların yalnızlık tanımlarında duygusal-fiziksel ikiliğini açığa çıkarmıştır:

“Yalnızlığın bence iki tanımı vardır biri genel olarak etrafında kimsesi olmayan bir bağlamda tek başına bulunan kişiye denir. Bir diğeryse bireyin çevresi kalabalık olsa da kendinizi çevresinde kimse yokmuş gibi hissetmesidir. Bunun sebebi de çevresi ne kadar kalabalık olsa da çevresindekiler onu anlayamadığı için bu şekilde hissetmesi...” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

*“Bence hem **duygusal** hem de **fiziksel** anlamda bir yalnızlıktan söz edilebilir. İkisi de insan hayatında olan şeyler”* (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Duygusal anlamı ve fiziksel anlamı var bence” (E14, 28 Yaşında, Üniversite Mezunu).

*“**Fiziksel** ve **duygusal** yalnızlık... Bunlar hem benziyor hem de ayrı şeyler. Ailesinden uzak adam yalnızlık çekerken etrafında çok kişi olabilir. Ama çok kişi içinde olmak yalnızlık çekmemek demek değil. Bazıları, her şeyi var hayatta, herkes yanında, ailesi de ama yalnızım diyor. İstedğin kişi yoksa yanında yalnız hissediyorsun. ‘A’ olsun ‘B’ olsun ‘C’ olsun fark etmez onun için”* (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Modern dönemde insanlar arasındaki ilişkiler duygusal yakınlık ile tarif edilmekten ziyade sayı ile ölçülmektedir. Katılımcıların yalnızlığı fiziksel boyutuyla değerlendirmesi bireyselleşme ile ilişkili olup yakın ilişkilerin gelip geçici bir diğer anlamda akışkan hale geldiğini ortaya koymaktadır (Giddens, 2019a; Bauman, 2017; Bauman 2018). Nitekim modern dönemde geniş aileden çekirdek aileye geçilmiş, bu dönüşümün ardından duygu yoğunluğu fazla olan çekirdek aile ise üyelerinin birbiriyle daha az iletişim kurduğu bir yapıya dönüşmüştür. Ailedeki bu değişime benzer biçimde akrabalık, arkadaşlık, komşuluk ilişkileri de zayıflamıştır. Bu bakımdan modern dönemin yakın ilişkilerinde yaşanan sayısal azalma, duygusal ilişkilerin niteliğini de zayıflatmış; zayıflayan duygusal bağlar gelip geçici ve sayıyı ifade eden ilişkileri arttırmıştır. Modernleşmenin önemli bir sonucu olan insan ilişkilerinin niceliksel hale gelmesi durumu katılımcılar açısından doğrulanmakta olduğu halde, yalnızlığın asıl olarak duygusal yakınlık eksikliği olduğunun altı çizilmiştir. Bir diğer anlamda yalnızlık yalnızca sayısal açıdan az insanla birlikte olmak değil, birlikte olunan insanlarla gelişen duygusal bağın niteliksiz olmasından da kaynaklanmaktadır. Bu durum Türkiye’de modernliğin ve gelenekselliğin bir arada bulunmasıyla, Riesman’ın (2019) tanımıyla *dışa ve gelenek yönelimli* toplum olması özelliğiyle ilişkilendirilebilir. Nitekim ne tam anlamıyla modern ne de geleneksel olan bu toplum yapısı, yalnızlık tanımlarında niceliksel-niteliksel ayrımını ve çelişkisini ortaya koymuştur. Bu noktada tanımlamalarda açığa çıkan ikilem geleneksel-modern ikileminin bir sonucu gibidir.

Yalnızlığı daha geleneksel bir noktadan değerlendiren E2 ve E7, fiziksel mesafenin yalnızlık deneyiminde önemli bir yeri olmadığını belirterek farklı bir yöne vurgu yapmıştır. Katılımcılar; Thoreau (2019)’nun yalnızlığın fiziksel mesafe ile ilişkili olmadığını anlatmasına benzer bir tutumla; yalnızlığı, duygusal ilişki kurma yoksunluğu, niteliksiz iletişim şeklinde bir anlama yaklaştırmıştır:

*“Yanımızda-yakınımızda yaşamış olduğumuz duyguları anlatacak birisini bulamama durumunu yalnızlık olarak tanımlayabilirim. Günümüzde insanlara yalnızlık sorulduğu zaman akıllara sadece kız-erkek arkadaş, eş geldiğini görüyorum. Ancak ailemiz, dostlarımız, arkadaşlarımız varken yalnızım demek yanlış geliyor. Bu genel algının en büyük neden olduğunu düşünüyorum [...] Duygusal bağ ile bağlı olduklarıyla bir arada olmana gerek yok. **Mesafenin***

sadece bir kelime olduğunu düşünüyorum” (E2, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

*“Fiziksel değil de daha çok duygusal bir yalnızlık geliyor. Duygusal yalnızlıktan dolayı fiziksel bir yalnızlığa da dönüşebilir. Olumlu tarafları da var olumsuz tarafları da var. Eee kendimden örnek vereyim, ben mesela çok fazla, arkadaşım yok. Yalnızlık derecesinde değil ama **seçicilik** diyelim. Seçiciyimdir. Ne kadar insanı sokarsam hayatıma o kadar çok sorunum oluyormuş gibi geliyor. Çünkü herkesin istekleri, senden beklentileri farklı oluyor ve ben o beklentileri karşılayabilecek bir insan değilim de istemiyorum açıkçası. O yüzden belli başlı insanlar vardır hayatımda” (K11, 33 Yaşında, Önlisans Mezunu).*

“Yalnızlık bence kişinin kendisi ile baş başa kalmasıdır. İnsan sosyal bir varlık olsa dahi bazen kalabalık onu sıkabilir ve bu durumda biraz tek kalmaya yol açar. Kendini dış dünyadan soyutlayabilir. Yalnızlığın birden fazla nedeni var mıdır bilmiyorum ama bildiğim iki temel nedeni birisi kişinin kendi isteği diğeri ise sosyal olarak tek kalmak. Çok sevdiğin fantastik filme gitmek istersin birçok arkadaşın vardır ve onlar bu temayı sevmiyordur, mecburen tek kalırsın o koskoca kalabalıkta [...] Yalnızlık kişi sayısı ile ilgili değildir. Yani kişi kalabalıkta bile kendisini yalnız hissedebilir. Bu tamamen o anki ruh haliyle ilgilidir” (E7, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Fiziksel olarak birisiyle diyaloga girmemen değil yalnızlık, duygusal olarak hissettiklerin” (E3, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

“Şöyle diyeyim yani ben tek kalabilirim evet ama bu yalnızlık değil eğer duygusal yakınlık kuramıyorsam mesela sevdiğimi hissetmiyorsam ne bileyim hayatımda bir şey olduğunda anlatacak birisi yoksa o işte [yalnızlık]” (K14, 28 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Aslında duygusal bir yalnızlık geliyor aklıma” şeklinde bir tanımlamaya giden E3, E7 ve E2’ye paralel bir anlatımda bulunmuştur. Katılımcıların ifadelerinin birbirine benzediği bir diğer nokta da yalnızlığın seçimsel olduğudur. Katılımcılarca “seçme” veya “gönüllülük” esasıyla gerçekleştiği düşünülen yalnızlığın bireysel bir eylem olması beklendiğinden, tanımın bireyciliği yansıtan modernleşme ile ilişkili olduğunu söylemek gerekmektedir (Remaud, 2019). Ancak çelişen bir durum olarak; katılımcılar yalnızlığın seçime dayalı olduğunu anlatırken modern, fiziksel durumdan

ziyade duygusal bir eksiklik olduğunu ifade ederken ise geleneksel bir çizgide durmuştur.

Modern dönemin bireyci karakteri (Bauman, 2018; Giddens, 2019a) yalnızlık tanımlarının da bireyselleşmesine yol açmıştır. Bu anlamda yalnızlık deneyimi özgürce seçilen, kişiye özgü ve biricik, tekil anlamlara sahiptir. Yalnızlığın herkes için değişen anlamları olduğu görüşü **K2**, **E5** ve **K4** tarafından şu şekilde açıklanmıştır:

“Yalnızlığın tanımı kişiden kişiye göre değişir bence. Kimi insan yanında bir başkası olmadan geçirdiği zaman için yalnızlık diyebilirken kimi insan da başkalarının yanında ama onlarla birlikte hissetmediği durumlar için bu tanımı kullanabilir” (K2, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yalnızlığın nedeni insanların bunu tercih etmesi olabilir ayrıca bireyin kişilik özelliklerinden dolayı yalnız kalabilir. Birey arkadaş edinmede çekingen davranan biriye sürecin sonunda yalnız kalabilir” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yalnızlık bence seçilen bir şeydir. Gönüllü yalnızlığın olduğuna inanıyorum. İnsan kendi çevresindeki insanları kendi seçer aynı zamanda kendi o insanlardan uzaklaşır. Bazı insanlar ise yalnız doğar onlar için durum daha farklı tabi. Genel olarak yalnızlık gönüllüdür” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“İstenilerek yaşanan bir şey yalnızlık. Yalnızlık bir kader değil bir seçiciliktir. Kimi zaman insanlar bunu bilerek yapar kimi zaman ise bilmeden. Bilerek yapanlar benim gibi mesela seçici olursun ne bileyim o kadar çok insanı hayatına almak istemezsin, sadece ailenle belli kişilerle olmak istersin. Bence şöyle bir şey de vardır, insanlar değersizleştiriyor kendisini insanları da bu yüzden uzaklaştırıyor. Kendine olan özgüven yetersizliğine çıkıyor aslında. Özgüveni az olduğu için kendisinin diğer insanlar tarafından yalnızlığa mahkum edildiğini düşünüyor” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

“Kimse istemedenden yalnız kalamaz. İnsan ancak isterse yalnız kalabilir. Duygusal ve fiziksel. İkisi için de böyle” (E12, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Kişinin kendi isteği ve arzusu doğrultusunda gerçekleştirilen “gönüllü yalnızlık” deneyimleri “[i]nsanın kendisine çok yakın yaşaması için birer fırsat” (Remaud, 2019: 45) olarak görülür. Bağımsızlık ve özgürlük hissiyle kişinin kendine kalma, kendini dinleme noktasına geldiği anlaşılmaktadır. Nitekim bu düşünsel aşamanın hayata geçebilmesi için toplumsal şartların elverişli olması gereklidir. Görece bireyselleşmeyle özgürlük vadeden modernleşme, yalnızlık kültürünün oluşumunu sağlamış ve sağlamaya devam etmektedir. Modern zamanlarda bireyselleşmenin pek çok nedeni vardır; kişinin gündelik yaşamında daha karmaşık ilişki ağları kurması da bunlardan biridir (Giddens, 2019a). Yalnızlık isteminin ve deneyiminin özgürlük olarak tanımlanması bu ilişki ağlarının yorucu yapısıyla ilişkilendirilmektedir:

“Dünyanın en güzel şeyi bence. Özgürlük diyebiliriz. Kısıtlamalardan kurtulmanı sağlıyor yalnızlık. İhtiyaç gibi. Fiziksel olarak çok fazla insanla muhatap olmaktan yoruluyorum. Hem fiziken hem de ruhen. Yalnızlık bu yorgunluğu alıyor” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).

“Bana göre bir ihtiyaç, yeri geldiğinde yalnızlık. Bazen o kadar çok hayat içinde insanlarla bir arada olunuyor ki yorucu oluyor. Kişilerin istekleri, tatmin noktaları, e belli bir yere kadar cevap verebiliyorsunuz. Uzaklaşmadığınız müddetçe yorucu oluyor” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Bir kaçış olabilir yani, insanlardan bıktığında yalnız kalabileceğini bilmek özgürlük” (K13, 41 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Sıcak-samimi-yüz yüze ilişkilerin yoğun olduğu geleneksel toplumlarda yalnızlık bir lükstür. Bu tip toplumlarda kişi yalnız kalmayı talep ettiğinde, sembolik olarak karşısındaki kişi ile ilişkisinde bir sorun olduğunu ifade etmiş sayılabilmektedir. Modern topluma geçişle eş-dost-akrabasından koparak kentsel yaşama katılan, güven ilişkisi kuramadığı için kentsel mekânı güvenli sitelerle deneyimleyen insanlar bunun en somut değişim örneğini sunmaktadır (Ulutaş ve Gökçen 2019; Alver, 2007). Modern toplumlar ise bireyselleşme düşüncesi ile bu görüşü kısmen terk etmiştir. Türkiye gibi geleneksel-modern değerlerin bir arada yaşandığı ülkelerde ise yalnızlık özgürlük gibi algılanırken diğer elden üzüntü duyulacak ve hatta ayıplanacak bir şey olarak kabul edilebilmektedir. Aynı vurgu bu çalışmada da açığa çıkmıştır. K1 ve K3 yalnızlığı, kısıtlamalardan kurtularak özgürleşmeyi sağlayan bir şey olarak görürken

E4 aynı özgürlük vurgusunu yapar; ancak, ona göre yalnızlığın başlangıç noktası gönüllülük değil, samimiyet içermeyen ilişki ağlarının varlığıdır:

“Kendine yettiğini görüyorsun yalnız kalınca. İşe başladığım zamanlar güvenim azdı kendime. Piyasaya girdiğinde anlıyorsun ki herkes birbirinin kuyusunu kazıyor. O zaman diyorsun ki tek başımayım, kimseye güvenmeden devam. Arkanda dağ, bir dağ yoksa hele alışıyorsun [...] Olumsuz gibi gözükebilir bu dediklerim ama aslında iyi bir şey. Bir şeyi tek başına başardığında kendinle gurur duyduğun o an...” (**E4**, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

İnsanın kendine yetmesi fikri, **E4** tarafından yalnızca tek başına veya yalnız kaldığında fark edilebilen bir şey olarak tanımlanmaktadır. Aynı zamanda “herkes birbirinin kuyusunu kazıyor” ifadesi, insanların güvenilmez olduğunu göstermektedir. Beck’in (2014) ifade ettiği üzere modernleşen, küreselleşen dünya risklerle doludur. İnsan ilişkileri de bu risklerle çevrilmiş, güven anlayışı temelden sarsılmıştır (Beck ve Beck-Gernsheim, 2012). Güven ilişkilerindeki bu yoksunluk, kişilerin yalnızlığı seçmesinde rol oynayabilmektedir. Buna istinaden yalnızlık, her ne kadar seçime dayalıymış gibi gözükse de risklerle örülü modern dünyada kişinin kendini güvende hissedebilmesinin koşulu olan bir zorunluluk halidir. **E4** bu anlatısının yanında; kişinin tek başına olduğu halde kendisini yalnız hissetmeyebileceğini; aynı zamanda çevresi insanlarla çevrelenmiş olsa dahi yalnızlığının son bulmayabileceğini belirtmiştir. **E3** ise yalnızlığın seçim ile başlayıp, zorunlu yalnızlığa döndüğünü ifade etmiştir:

“Yalnızlığın nedeni, seçim. Daha sonra şöyle bir şey var ama, o tercih bir mecburiyet oluyor sonra. Zaman içerisinde insanlar seni yalnız bırakmaya başlıyorlar. Onlardan koptuğun için böyle oluyor ama kendinden daha rahat etmeye başlıyorsun. Başkasının yanındayken davranışlarımı kontrol etmek zorunda kalıyorum, muhakkak herkesin oluyordur. Hayvani içgüdüleriyle tetiklediğin şeyler konuşmada bile fark ediyor o. Ses tonunda bile fark ediyor” (**E3**, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

Gündelik yaşamın deneyimlendiği kamusal alan Sennett’e (2019b) göre tiyatro sahnesine benzer. Aynı düşünce kendini Goffman’ın (2017) gündelik yaşamı karşılaşmalar alanı olarak yorumlayışında da gösterir. Birbirinden farklı dinamiklerle açıklanan fakat aynı noktada eşitlenen bu iki görüş gündelik yaşamdaki insan ilişkilerini performans olarak nitelemektedir. Herkes kendine yöneltilen bakış ve aldığı

geri dönütler ekseninde “kim” olduğunu sergiler (Poloma, 2017: 213-217). “Kim” olduğunun belirlenme süreci, ötekinin kendisi hakkında ne düşündüğüyle ilişkili olması nedeniyle başkası tarafından inşa edilir. Ancak bu inşa tek elden gerçekleştirilmez; hareketlerin kontrolü ve davranışların belirlenmesi ilişkilerin “karşılıklılık” ilkesi bağlamında, bakan ve bakılan kişi ile iki yönlü tasarlanır. Toplumsal yaşamdaki bu kontrolcü tasarı, E3’ün gündelik yaşamda ses tonunun dahi kontrol edildiğini ifade ettiği satırlarda kendini gösterirken, bu vurgusu ile kontrolcü mekanizmanın sürekli işleyişi nedeniyle yalnızlığın bir gereklilik olduğu fikrini pekiştirir.

Fiziksel-duygusal, gönüllü yalnızlık anlamlarının yanında anlatıların kesiştiği bir diğer durum da yalnızlığın olumlu-olumsuz bir durum olarak tanımlanmasıdır. Kimi katılımcılar duygusal ve fiziksel yalnızlığın olumlu-olumsuz olma bakımında farklılaştığını belirtirken kimileri, bu ayrıma gitmemiş; ayrıca, bir kısmı yalnızlığı tamamen olumsuz veya tamamen olumlu olacak şekilde tek boyutlu tanımlamıştır:

“Fiziksel olarak güzel, duygusal olarak kötü, insanın kendini dinlemesi iyi bir şey. Özel alan yarattığını düşünüyorum yalnızlığın. Yalnız kaldığında her şey senin bir şey paylaşmana gereksinimin yok” (K7, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

*“Yalnızlık bence insana hem bir şeyler katan öğreten **olumlu** bir kavram hem de onu bazı yönlerden **güçsüzleştiren** bir duygudur” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).*

“Yalnızlık, kişinin maddi ve manevi herhangi bir konuda iletişim halinde olabileceği kişilerin olamaması durumudur [...] bir noktaya kadar insanı tatmin edeceğini, bir noktadan sonra insanı psikolojik olarak yoracağını düşünmekteyim. Kişinin kendiyle olması, kendine vakit ayırabilmesi kişiye iyi gelmekle birlikte belirli bir noktadan sonra bunun kişiyi olumsuz etkileyeceğini düşünmekteyim. İnsan sosyal bir varlık, bu yüzden iletişim halinde olabileceği herhangi bir sosyal varlığa daha ihtiyacı var, buna evcil hayvan örneğini bile verebiliriz. Kişinin bir insanla, bir canlıyla etkileşimde olması kişiyi mutsuzluğa iten sebepleri aza indiriyor” (K5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Kişinin yalnızlık deneyiminin olumlu veya olumsuz olarak değerlendirilmesindeki nedenler ise K2 tarafından yetkinlik kazanma sürecinde

zorunlu olarak toplumdan izole olma durumu ile açıklanmıştır. Hatırlatmak gerekir ki Killeen'in (1998) da belirttiği üzere bir kişiye veya bir şeye bağlı olmak, tek başına üretmek, bir başına olmak olumlu; sosyal izolasyona, yabancılaşmaya uğramak olumsuz addedilir. Bu bakımdan yalnızlık olumlu ve olumsuz iki uç arasında salınır:

“Yalnızlık insanı düşünmeye iter. İnsan yalnız kaldıkça düşünmek istemediği şeyleri bile düşünmek zorunda kalabilir. Fakat aynı zamanda yalnız kalan insan vaktini değerlendirmeyi öğrenebilir, yeni uğraşlar ve hobiler edinebilir ya da yalnızlığı yaşadktan sonra yalnız kalmamaya karar vermiş de olabilir. Yalnız kalan insan bu süreci nasıl geçirdiğine bağlı olarak toplumdan soyutlanmış da olabilir. Bu da onun karakter gelişimine olumsuz bir etkide bulunabilir” (K2, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yani seni özgür hissettirdiği gibi bazen de uzak hissettiriyor. Eğer çok uzun zamandır yalnızsan istesen de yeniden biriyle muhabbet edemiyorsun. Her şeyin dışında kalmış oluyorsun falan böyle bir sıkıntı da var hani” (K13, 41 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K2'nin ifadelerinde karşılaşılan durum, kişinin yalnızlığı zorunlu veya gönüllü olarak deneyimlemesindeki ayrımdır. Ona göre yalnızlığın nedeni bireyselleşmenin yükselişi ile ve buna bağlı olarak kişinin kendi deneyimleriyle ilişkilidir. Yalnızlığın bu oluşum sürecindeki bireyselliğin nedeni olan modernleşme, yalnızlığı istemenin yalnızlığı istememeye dönüşmesinin de nedenlerindendir. Nitekim modern toplumlar Bauman'ın (2020) tanımıyla akışkan toplumlardır. Her şey hızla birbirine dönüşebilir. Bir şeyin anlamı olumsuzken hızla olumlu hale getirilebilir; bir bakıma her şey moda olabilir (Featherstone, 2015). Bu bakımdan K4, modern dönemin akışkan gündelik yaşamında yalnızlığı üretkenliğini artırmak için bir araç olarak kullanır:

Ben yalnızken daha doğru düşünme fırsatı yakalarım ya da işlerimi daha hızlı hallederim. Yalnızken kafamı toplamaya, dinlenmeye, düşünmeye, hayatın yorgunluğundan ve yoğunluğundan kaçırım ve ruhen rahatlarım” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Yaşlılık dönemi ölüm düşüncesinin daha sık düşünüldüğü ve kaygı yaratıldığı bir süreç olarak görülmektedir. Bu açıdan gençler yalnızlığı bir ihtiyaç olarak hissederken yaşlılar için yalnızlık, olumsuz durumların sıkça düşünüldüğü bir zaman dilimi yaratmaktadır (Engin vd., 2016). K4 yalnızlığı hem fiziksel hem de duygusal

bir dinlenme olarak istemli ve arzu edilen bir şey olarak tanımlarken 82 yaşındaki E1, çocuk yaşta annesini, babasını; ilerleyen yaşlarda ise eşini, dostlarını kaybetmesinden ötürü yalnızlığı *ıssızlık*, *sessizlik* ve *kimsesizlik* olarak tanımlar:

“İssızlık demek. Sessizlik demek yalnızlık. Kimsesizlik. Sınandığımız en zor sınav kızım. Kötü bir şey. Nasıl anlatayım başka. Burada şu koltukta odanın bir ucunda tek başına oturmaktır [...] Sevdiklerini kaybetmektir nedeni yalnızlığın” (E1, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

Katılımcıların ifadelerinden anlaşıldığı üzere yalnızlığa ilişkin tanımlamalardaki farklılaşma bir yandan modern-geleneksel çizgisinden kaynaklanmakta diğer yandan ise bireysel yaşam deneyimleriyle ilişkili olacak şekilde; duygusal ve/veya fiziksel, olumlu-olumsuz veya her iki durum birlikte, gönüllü-zorunlu vb. etkenlerle açıklanmaktadır. Araştırmada, tanımlar arasındaki farklılaşmanın kaynaklarından bir diğeri de toplumsal cinsiyet rollerine bağlı olarak gelişen erkek veya kadın olma değişkeniyle ilişkilidir. Bu durum bir sonraki başlık altında ele alınmıştır.

5.2.2. Kadın ve Erkek Yalnızlığı

Bir topluma kadın veya erkek olarak doğmak, sosyalleşme sürecinde öğrenilen rollere ve işleyişlere bağlı haldedir. Toplumsal düzen açısından kadın ve erkeklerin farklı rol dağılımlarına ve buna bağlı olarak da farklı anlamlara, kimliklere, temsillere sahip olduğu görülmektedir. Bu düzen; *biyolojik cinsiyet (sex)* kavramından çok bireyin rol, statü gibi durumlarına işaret eden *toplumsal cinsiyet (gender)* kavramı ile açıklanmaktadır (Connell, 2019). İki kavramın oluşumunu veya cinsiyet kavramının *biyolojik* ve *toplumsal* ikiye ayrılmasının nedenini anlamak, düzenin işleyişini anlamak ile eşdeğerdir. Kişi, belirlenmiş biyolojik cinsiyeti ile doğduğu andan itibaren salt erkek veya kadın olarak gelişim göstermez. Cinsiyetine eklenilen toplumsal rol ayrımlarını da taşımak zorunda kalır. Bu durum fiziksel işlerin gerçekleştirildiği alanlarda kendini göstermekle kalmaz, ayrıca kişinin yalnızca kendisine ait olması gereken ve özel-özel olduğu düşünülen duyguların örgütlenişine sirayet eder. Bu duygusal örgütlenişlerden biri de yalnızlıktır. Toplumdaki “erkek yalnız kalmaz”, “kadın erkeksiz olamaz”, “kadın yalnızlıktan kaçır” ifadeleri kalıplaşmış, cinsiyetlendirilmiş anlatılardan yalnızca ilk etapta akla gelen birkaçıdır.

Fiziksel alanlar açısından bakıldığında bu geleneksel yerleşik düzen içerisinde kadınlara ayrılan işlerin erkeklerinkine kıyasla daha az önemli görüldüğü fark edilmektedir. Ev içi işler, bakım sağlama gibi görünmez emeğin üreticisi olan kadınlar (Acar-Savran ve Demiryontan, 2016), kamusal alanda kendilerine yer bulan, seslerini duyuran, daha sosyal gözükten erkeklerden çoğu açıdan daha pasif, sessiz kabul edilirler. Erkekler ise görünür sosyalliklerinden ötürü kendilerini duygusal açıdan başkalarına açma konusunda zorlanan kişiler olarak tanımlanır (Hooks, 2020). Bunu destekler biçimde Vatandaş'ın (2007: 47) gerçekleştirdiği çalışmada da hem kadın hem erkek katılımcılar tarafından kadınların daha duygusal oldukları vurgulanmaktadır. Bu durum kadının ve erkeğin yalnızlık deneyimlerini birbirinden farklılaştıran önemli bir ayrımın göstergesidir:

“Bence erkekler yalnız kalmaya ihtiyaç duymuyor. Çünkü erkekler duygusal olarak kapalılar. Köydekileri düşünüyorum, kahvede oturup siyaset konuşuyor başka ne konuşuyor ki... Hiç... Kadın öyle değil. Kadın duygularını konuşuyor. Deneyimlerini anlatıyor. Kadın anlatmayı biliyor. Erkek bilmiyor, paylaşmaktan yoksun zaten. Onun için duygusal olarak yorulmuyor. Duygularını anlatmayınca ilişkileri de o kadar derin olmuyor tabi. Onun için yalnız değiller çünkü yalnızlığı bilmiyorlar. Kadınlar yalnızlığı talep edebiliyor. Bir arada olmayı bildiği ve paylaşmayı, nitelikli iletişim kurabilmeyi bildiği için” (K1, 25 Yaşında, Lisansüstü).

“Medeni durum açısından düşündüğümde bence bir erkek bunu kaldırmada daha çok zorlanıyor. Bir erkek daha çok yükünü paylaşmak istiyor. Ruhani de değil fiziksel yükünü paylaşacak birini arıyor ve onu bulamadığı için bu durumdan çok mutsuz oluyor. Kadın ise tam tersi ruhani yükünü kaldırarak birini arıyor. Ee ama onu da başka şeylerle doldurabiliyor bence” (K12, 27 Yaşında, Lisansüstü).

K1'in ifadelerinde görüldüğü üzere, kadınların duygusal olarak kendilerini daha iyi ifade ettikleri, erkeklerin ise dertlerini ve duygularını paylaşmayı yeterince bilmediği düşünülmektedir. Ataerkil kültürde öğrenilmiş erkeklik rolleri gereği erkekler, kadınlara kıyasla daha rasyonel davranmaya çalışmaktadır (Demren, 2008). Ataerkil pazarlıklar (Kandiyoti, 1988; Kandiyoti, 2013) içindeki kadınlar ise erkekliğin rasyonelliği ele geçirmesi sonucu kendilerine bırakılan duysal olma rolünü

yerine getirmeye çalışırlar. Dolayısıyla yalnızlığın duygusal anlamı kadınlar için daha belirgin, erkekler için ise üzerine pek düşünülmeyen, dile getirilmeyen bir duygudur. Kimi zaman ise erkekler arasındaki güç mücadelesi nedeniyle paylaşımların sınırlanması söz konusudur. Bir erkeğin diğer erkek karşısında güçlü olması ve erkekliğini kanıtlaması duygusal davranmamasıyla sağlanmaktadır. Bu bakımdan erkekler birbirlerine duygularını göstermemekte, bu durum da erkeklerin daha yalnız hale gelebilmesine sebep olabilmektedir (Cengiz vd., 2004: 64). Ancak buradan da anlaşılacağı üzere erkekler erkekliklerini duygularından daha önemli kabul ederek ve adeta erkekliklerini kaybetmemek adına rasyonelliği seçmektedir. Bu bakımdan yalnızlığın duygu boyutu erkeklerce yaşamın her aşamasında dışlanmaktadır. Bu bilgiler ışığında **K1**'in ifadesine geri dönüldüğünde kadınların yalnızlığı bilmesi, arzu etmesi ve zaman zaman bunu talep etmesi; erkeklerin ise yalnızlığı bilmemeleri nedeniyle yalnızlığa ihtiyaç duymamaları fikrinin var olduğu göze çarpmaktadır. Öte yandan duyguların ifadesinden yoksun bir ilişki, **K1**'e göre yalnızlığın sürdürülebilirliğiyle sonuçlanmaktadır. Kişi ancak duygularını açığa çıkarttığında görünür hale gelir ve bu görünürlük yalnızlık talebine yol açar. Ona göre kadınlar duygularını ifade etmekte daha başarılı olduklarından, yalnızlık talepleri de benzer doğrultuda daha görünür haldedir. **K1**'in söyleminin aksine işaret eden **E4** ise toplumsal yaşamda erkeklerin kadınlara oranla daha “özgür” ve “istedikleri gibi” yaşamalarına izin verildiğini belirterek, erkeklerin yalnızlığı deneyimlemesinin kadınlara oranla çok daha kolay ve seçilebilir olduğunun altını çizer:

“İkisine de (kadın, erkek) kötü bakılıyor. Kusurlu gibisin. Sanırım erkekler daha şanslı ama. Bana bir şey söyleseler kapıyı çeker çıkarım ama kız kardeşim öyle değil daha hassas her söyleneni dinliyor. Biri ona neden yalnızsın dese ya da kalkıp ben yalnız hissediyorum dese saatlerce söylenseler karşısında kapıyı çekip çıkamaz. En basitinden ben ayrı eve çıktım o çıkamadı. Öyle yetişmedi çünkü. Ben diyorum bazen söyle istediğini kaç yaşında insansın diye. Yaşın bir önemi yok ama bu durumda kadın olmakla ilgili tamamen” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Dowling (2020)'in *Sindrella Kompleksi (Cinderella Complex)* kitabında öne sürdüğü gibi, bir kadının bağımsız olmasının önünde pek çok engel vardır. Kız çocuklarına anlatılan masallar, kralın kızı olduklarının altını çizerek kurtarıcı prensin

onları bulmasını ve kurtarmasını öğütler. Prenseslerin kendilerinin çabaladıkları pek az şey vardır; güzel ve bir erkeğe yakışır olmak kadının en önemli özelliği olarak ilk sırayı kapar masallarda. Bu öğretiler kadınlarca içselleştirilerek gündelik yaşamın her alanına sirayet etmiştir. Halbuki sanayileşme ve modern dönem, kadınların da en az erkekler kadar -ve hatta onlardan daha çok- üretmelerini gerektirmiştir. Buna rağmen kadınlar bir erkek himayesine sığınmayı, erkekler tarafından korunma isteğini muhafaza etmiştir. Dowling (2020) kadınların bu gerilim üzerinden inşa ettikleri bağımsızlık korkularını ve yalnız güçlenmeleri karşısındaki engellenmelerini *sindrella kompleksi* olarak tanımlamaktadır. Günümüzde kadınlar bekârsa, kendi paralarını kazanıyor olsalar dahi baba otoriteli aile evinde yaşamak zorunda hissetmeleri (Lordoğlu, 2018) tam da bu korkuyu betimler. **E4** de bu doğrultuda kız kardeşiyle yalnızlık anlayışlarını kıyaslamış; kendi yalnızlığını fiziksel yalnızlıkla taçlandırabilirken, kız kardeşinin yalnızca cinsiyetine bağlı olarak fiziksel yalnızlıktan mahrum olduğunu ifade etmiştir. Dahası kız kardeşine yine yalnızca cinsiyetine bağlı olarak yalnızlık söylemini dile getirme hakkı verilmemiş, baba otoritesinin hakim olduğu aile evinde veyahut evlenip başka bir erkeğin otoritesi altındaki evde yaşaması uygun görülmüştür. Neticede söylemin arka planında kadınların fiziksel yalnızlığı kusurlu, güçsüz, eksik kavramlarına; erkeklerin fiziksel yalnızlığı ise aksine güç, özgürlük kavramlarına işaret etmektedir.

Yukarıdaki **E4**'ün *kapıyı çekip çıkma* söylemindeki durum, orta gelir grubuna dahil olan **K6**; erkeksiz, çocuksuz ve boşanmış bir kadın olmasına rağmen boşandıktan sonra ailesinin yanına dönmesi durumuna ışık tutmaktadır. **K6**'nın aile yanına dönmesi ataerkil değerler nedeniyle “kadının erkeksiz yaşamaması gerektiği” fikri ile çevrelenmiştir. Dolayısıyla kadının erken yaşlarda olması, bir erkek tarafından korunmasını gerektirmiş ve yalnız yaşama deneyimini engellemiştir. *Türkiye’de Farklı Olmak: Din ve Muhafazakarlık Ekseninde* Ötekileştirilenler (Toprak vd., 2008) proje raporunda da belirtildiği üzere, ailesi ile aynı kentte yaşayan kadınların, çalışıyor olsalar dahi ayrı bir eve çıkmalarının normal karşılanmadığı fark edilmektedir. Modern dönemde yalnız yaşamaları konu edinen Erdoğan’ın (2021: 311) makalesinde de yalnız yaşayan kadınların mahalle ortamlarından uzak, kimsenin kendilerini tanımayacağı ve kendilerine karışılmayacak kentsel mekânları tercih ettiklerini belirtmektedir. Aynı zamanda bu kadınların ekonomik açıdan yüksek gelir grubuna dahil olduklarından söz eder. Aksi halde bir kadının özerk yaşama sahip olması pek

mümkün değildir. **K6**'nın örnek olarak gösterilebileceği bu durum, diğer kadınların yalnız yaşama deneyimlerinin engelleriyle paralellik taşımaktadır. Bir diğer durum ise kadının ileri yaşlarda olması ve özellikle cinselliğinin çocuk doğurabilme fonksiyonundan ayrılmış olmasının onu görece olarak özgürleştirilmesi (Hooks, 2020: 20) ile ilgilidir. **K9** ve **K10**'un tek yaşama durumları bu anlatı ile ilişki içindedir. Dolayısıyla kadınların yalnız yaşama deneyimleri, toplumsal cinsiyet rollerinin kadına biçtiği anlamlar ile örülüdür. **K4**'ün çizdiği “kadın” portresi tam da bu örüntüyle ilişki içindedir:

“Toplumumuzda kadının yalnızlığı daha zor gibi düşünülüyor çünkü kadına her zaman korunmaya muhtaç biri olarak bakılır. Bence durum böyle değildir ben eşit olduğunu düşünüyorum” (**K4**, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Kadın olman var tabii ama bir de nasıl bir kadın olduğun da önemli. Bekar mısın? Dul musun? Eğer öyleysen sosyal açıdan sorun yaşayacağını düşünüyorlar. Tabi bu, kadının erkek yoksa korunamaz, o düşünceden böyle” (**K9**, 59 Yaşında, Lise Mezunu).

Sezen'in (2020: 77) çalışmasında da belirtildiği üzere toplumu yansıtan çoğu eserde kadının yalnızlığı “çaresizlik” veya “umutsuzluk” gibi karamsar kavramlar ile karakterize edilmiştir. Aynı vurgu bu çalışmada da desteklenmekte olup, nedenleri **K4**'ün toplumun kadını nasıl tanımladığını anlattığı satırlara benzer bir açıklama yapan **E4**'ün kadınların hassas ve duygusal yetiştirilen kişiler olduğunu ifade etmesinde göze çarpmaktadır. Aynı zamanda kadınların erkeklere kıyasla yalnız kalmaktan daha çok korktuklarını belirtmektedir. Bu anlamda onun gözünde yalnızlık, kadınların korktuğu ve bu korku ekseninde kendilerini ilişki kurmaya yönelten bir duygu durumudur. Kadının nereye gidip gidemeyeceğine karar veren daha genel açıdan kontrol edilmesine bağlı gelişen yalnızlık duygusu, kadın üzerinde kontrol edici bir baskı yaratır. Kimi zaman bu baskı biçimi görünür değildir. “Şunu yapma” demek yerine yapılmak istenenin önüne konulan engelleri aşmak zordur. Bu durum katılımcılar tarafından doğrudan yetiştirilme biçimleriyle ilişkilendirilmiştir:

“Kısıtlandığım bir nokta olmamasına rağmen, dindar ve ataerkil bir ailede yetiştim. Kız kısmı bunu konuşmaz böyle konuşmaz, sen hiçbir şey yapamıyorsun yani böyle olunca. Üniversiteye gittikten sonra bunu anladım. Birbirimizi

anlama noktasında uzaklaştık. Onların yanında kendimi daha yalnız hissediyorum bunun için” (K7, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Hassas yetiştiriliyorlar. Birisi onlara ilgi göstermediğinde de üzüyorlar. E insansın üzülsün normal de kadınlar daha çok düşünüyor böyle şeyleri. Çevremdeki kadın arkadaşlar da böyle hep [...] Kadınlar kesinlikle daha sosyal zaten yalnız kalınca daha çok üzüyorlar bunun için. Her şeylerini anlatıyorlar kadınlar birbirlerine. Küstüklerinde de üzüyorlar. Ama arkadaşsız da kalmıyorlar hiç” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Kadınlar hemen üzülp, kırılabilir. Bu benim görüşüm kesinlikle, gözlemim. Kesinlikle öyledir diyemem ama yalnızlık kadınlara göre değil. Mesela kadınların hep en yakın arkadaşları vardır küçüklüklerinde bile ama erkeklerin öyle değil. Bir tane varsa garip bakarlar örneğin anlatabildim mi?” (E11, 44 Yaşında, Önlisans Mezunu).

“Ben kadınların daha duygusal oldukları görüşündeyim. Kadınlar daha hassas, naif oldukları için daha çok olaylar karşısında güçsüz durumdalar bence. Erkekler daha umursamazken kadınlar daha detaycı. Bu da kadını daha duygusal olmaya itiyor. Kadınlarda bağlılık duygusu daha çok var. Bence kadınlar yalnızlıktan daha çok korktuğu için duygusallar. Bunun da küçükten beri süregeldiğini düşünüyorum” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Görüldüğü üzere dört katılımcı da (K4, K7, E4 ve E11) yalnızlık tanımının cinsiyetlere göre ayrışmasını yetiştirilme tarzı ile başka bir deyişle küçüklüklerindeki deneyimleriyle açıklamaktadır. Kız çocuklarına yalnızlıktan korkması, üstelik belirli bir yaşa kadar ev dışı alanda yalnız vakit geçirmemesi öğütlenir zira erken yaşamı bir erkek tarafından zarar görebileceği anlatılarıyla sosyalleşerek başlamaktadır. Kız çocuklarının aksine erkek çocukları ev içi ya da dışı fark etmeksizin özgürdürler çünkü zarar görebilecekleri bir başka cinsiyet bulunmadığı savunulur (Özkazanç ve Yetiş, 2016). Bu nedenle kız çocukları yine zarar verme potansiyeli bulunan başka bir erkek tarafından korunmalı, yalnızlığı güvenilir hale getirilmelidir. Kaba ve Emekli'nin (2018) yalnız seyahat eden kadınları konu edinen araştırmasında, kadınların çevresindeki insanların tek başına seyahat etmelerinin güvenli olmadığını ifade ettikleri görülmektedir. Kadınların seyahat etmesi şöyle dursun evden sokağa çıkması dahi başlıca bir performanstır (Kearney, 2014). Kiminle, nerede, ne kadar süre

buluşacağı önceden hesaplanmaktadır. Ailesi tarafından tanınmayan bir erkekle buluşması veya birlikte görülmesi söz konusu dahi edilemezken tek başına olması da güvensiz kabul edilir (Çelik ve Lüküslü, 2012). Hatta bir kadının, kente kıyasla daha güvenli kabul edilen mahalle deneyimi dahi çoğu zaman evde olmakla sınırlandırılır. Sokak güvenli kabul edilmemekle birlikte kadının sokakta olması bir erkeğin namusuna laf gelmesiyle ilişkilendirilerek engellenebilmektedir (Demren, 2008). Erillik sokakları kuşatarak kadının tüm yaşamına sirayet edebilmektedir. Bu bakımdan kadının yalnız kalması veya yalnız kal(a)maması çoğu zaman bir erkek tarafından belirlenir. Katılımcılar bu bakış açısıyla yetiştirilmenin hasarlarını fark etmelerine karşın yetişkinlik sürecinde yalnızlık anlayışlarını belirlediğini dile getirmektedirler. **K4**’ün *kadınlarda bağlılık duygusu var* söylemi bahsedilen anlayışı destekler niteliktedir: Erkeksizken güvencesiz, her zarara açık olduğu öğretilen kız çocukları; büyüdüklerine yalnızlığı güvensiz, riskli kabul etmekte neticede bir erkeğe bağlılıkla sonuçlandırmaktadır.

Bunun yanında, kadınların ev içi bakım işlerini üstleniyor olması, erkeklerin ise ev içi işlerden uzak tutulmaları/durmaları, olası bir yalnızlık deneyiminin erkekleri zorlayacağını düşünülmesine neden olmuştur. **K7** (25 Yaşında, Üniversite Mezunu), *“Kültürümüzden dolayı erkekler kadınlara daha bağımlı yaşıyorlar. Erkekler yemek yapamıyor vesaire”* şeklinde durumu açıklarken **E1** kendi deneyimini şu şekilde anlatmıştır:

“Erkeklerin zor. Kadın yalnız kalmaz. Erkek kalır. Karım öldü, kızlarım sordu baba evlenmek ister misin diye. Ne işim var dedim bu yaştan sonra benim acım bana yeter. Yapabilir miyim öyle şey. Zoruma gitti. Dedim beni istemiyorlar herhalde. Sonraları sonraları dediler işte falancının babasını evlendirmişler adam istemiş, sen utanır söyleyemezsin, söyle dediler. Bak. Bak buradan anla. İstemem dedim. Evim var şükür, işimi de yaparım, beceririm de yemek, temizlik, çamaşırdır” (**E1**, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

Yukarıdaki ifadeden de anlaşıldığı gibi, toplumsal cinsiyet rollerinin erkeği kendi bakımını sağlamaktan uzaklaştıran ve bu bakımı kadına yükleyen anlayış (Acar-Savran ve Demiryontan, 2016), **E1**’in deneyiminin kaynağı olmuştur. Ev içi işler “kadın işi” olarak tanımlanmakta ve bu sınırlandırma dahilinde erkekler yemek, ütü, temizlik “yapamaz” veya “yapmamalı” kalıp yargılarıyla bu “kadınsılaştırılmış”

işlerden uzaklaştırılmaktadır. Bu anlamda toplumsal cinsiyet rolleri ekseninde bir erkeğin yalnız olması, yalnızlığın anlamını olumsuzlaştırır. Bir erkeğin yalnızlığının kabul edilebilir boyutunu, her temel ihtiyacının karşılandığı veya istediği an karşılanabileceğinin garanti altına alınması oluşturur (Cengiz vd., 2004: 64). Kadının yalnızlığı ise eş, anne-baba, kardeş gibi bir başkasının bakım işlerini sağlamayacak olması bakımından olumsuz görülür. Eş kaybı yaşamış ve yeniden evlenmemiş erkek sayısının aynı durumu deneyimleyen kadın sayısından az olması (TÜİK, 2020) ikinci evliliklerin erkekler tarafından daha çok yapılıyor olması bunun önemli bir örneğini oluşturur. Bu noktada adının fiziksel yalnızlığı erkeğinkine oranla daha olumlu bir noktaya yaklaşmaktadır. **E8**'in ifadelerinde bu durum şu şekilde görünürlük kazanmıştır:

*“Bence erkekler kadınlara oranla daha yalnızdır, ilişki anlamında düşündüğümüzde. Erkeğin her zaman bir **potansiyeli var** yalnız olmakta istenmemek nedeniyle ama **kadınunki bir tercihtir** diye düşünüyorum. Kadınlar yalnız kalmak istemediklerinde kalmıyorlar”* (**E8**, 28 Yaşında, Önlisans Mezunu).

“Kadınlar isterse hemen birini bulur. Erkek öyle değil. Bence erkekler arasında çekişme çok. Yani kadınlarda da vardır ama erkeklerinki daha fazla. Erkek yalnızsa ya bir kusuru var denir, kimse yanaşmaz” (**E11**, 44 Yaşında, Önlisans Mezunu).

E11'e göre erkeklerin yalnızlıkları kusurlu olmak üzerinden tanımlanmaktadır. **E8**'in ifadesinde ise erkeklerin yalnızlığı kadının seçimine dayalı ve kadınunki ise özgür “tercih” ile ilişkilendirilmiştir. Bu durumun nedenini ise “*Bir kadın istediği zaman istediği bir erkeği elde edebilir ama bir erkek istediği zaman bir kadınla olamaz*” (**E8**, 28 Yaşında, Önlisans Mezunu) şeklinde kadınların eş seçiminde erkeklere oranla “aktif özneler” olmalarına bağlamıştır (Apostolou, 2022). Buna karşılık yalnız kalmayı engelleyecek durum Baudrillard'ın (2019) tabiriyle “baştan çıkarma oyunu”dur. Kadınlar ve erkekler duygusal ilişkilerde birbirlerini tüketimde olduğu gibi “elde etme”, “sahip olma” dinamikleriyle ele alırlar, hesaplarlar ve yer yer stratejiler geliştirirler. Ancak **E8**'in belirttiği üzere oynanan oyunun sonucunda elde edilenler cinsiyetler açısından aynı değildir. Erkeğin yalnız kalmaması kadının edimine bağlıken kadın yalnızlığı seçme noktasında erkekten bağımsızdır. **E8**'in bu

görüşüne rağmen çoğu katılımcının da desteklediği üzere, kadınların fiziksel yalnızlıklarına karar veren kişi otorite kabul edilen erkektir. Duygusal açıdan ise erkek yalnızlığı nötrdür. Kadın ise erkeğe oranla daha duygusal olarak nitelendirilmekte ve buna bağlı olarak yalnızlığı isteme ya da istememe bakımından duyguları ekseninde karar vermektedir. Erkek ve kadın deneyimleri açısından farklılaşan yalnızlığın bu anlamı genç ve yaşlı olma durumlarına göre de farklılık kazanmaktadır.

5.2.3. Genç ve Yaşlı Olma Durumlarına Göre Yalnızlık

Literatürde “yaşlılık” ve “yalnızlık” anahtar kelimeleriyle araştırma yapıldığında dünyanın hemen her yerinde araştırmaya açıldığı ve *problem* zeminine oturtulduğu görülmektedir (Donaldson ve Watson, 1996; Rokach, 2001; Caplan, 2006; Yang, 2016; Morningstar vd., 2020; Misirlis vd., 2020 Şentürk, 2019: 506). Yalnızlık olgusunu ele alan gençlik çalışmalarında ise aynı durumun geçerli olmadığı fark edilmektedir. En genel haliyle referans gösterilen bu çalışmalar, yaşlıların ve gençlerin yalnızlık deneyimleri arasında farklılık olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmadaki katılımcıların söylemleri de bu durumla paralellik gösterir. “Yaşlıların ve gençlerin yalnızlıkları arasında farklılık olduğunu düşünüyor musunuz?” sorusuna yanıt aldığımız ve farklılığın olduğunu ifade eden doğrudan söylemlerden bazıları şöyledir:

“**Evet** düşünüyorum” (E2, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yaşlıların ve gençlerin yalnızlık deneyimleri **tabii ki** farklıdır” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yaşlıların durumu gençlerden çok farklı bence” (E10, 38 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Söylemlerde de görüldüğü üzere katılımcıların soruya verdikleri yanıtlar, farklılığın “kesinlikle” olduğunu anlatır niteliktedir. Aksi bir durumun mümkün olmadığını net biçimde ortaya koyan bu düşüncenin kaynağının ne olduğu ise soruşturmaya açıktır. Bu bulanıklığı gidermek için sorulması gereken temel soru, “yaşlıların ve gençlerin yalnızlık deneyimlerini farklılaştıran durum veya durumlar nelerdir?” olmuştur. Bu başlık altında değerlendirilen ifadeler, yaşlıların ve gençlerin yalnızlık deneyimleri arasındaki farkın varlığını kabul ederek, farklılığın kaynaklarını ortaya çıkaran yanıtları içermektedir.

İleri yetişkinlik dönemindeki veya yaşlıların yalnızlık deneyimleri¹², sosyal yaşamdan izole olma bağlamında fiziksel boyutuyla ele alırken; gençlerin yalnızlığı¹³, sosyal yaşama katıldığı halde anlamlı sosyal ilişkiden yoksun olma nedeniyle duygusal yönlü kabul edilmektedir. Katılımcılardan **K4 ve E10** kalıplaşmış bu görüşe yaşlıların duygusal yalnızlığı da deneyimlediğini ekleyerek görüşü şu sözleriyle sürdürmüştür:

“Bence yaşlılar iki taraflı yalnızlığı da yaşamaktadır. Hem duygusal yalnızlık hem de fiziksel yalnızlık. Oysa gençler daha çok duygusal yalnızlıkla karşı karşıya kalır” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yaşlılar yalnızlığı istedikleri için yaşamıyorlar. Kendilerini hem fiziksel hem de ruhani eksik görüyorlar” (E10, 38 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Kapıkıran’ın (2016: 20) çalışmasında yaşam doyumu açısından tek yaşayan yaşlılarla eşi ile yaşayanlar arasında anlamlı fark saptanmıştır. Çalışmadan da anlaşıldığı üzere yaşlılık tek başına bir ölçüt olmayıp nasıl bir yaşlılık geçirildiği de yalnızlığı algılamak açısından önem kazanmaktadır. Diğer bir açıklayıcı unsur ise yaşlılığa ilişkin kalıp yargıların varlığıdır. Bu yargılar; yaşlının bağımlı, bakıma muhtaç, yetersiz (Buz, 2015: 270) şeklinde stereotipleştirildiği gözükmemektedir. Benzer bir durum da **K4**’ün sözlerinde öne çıkardığı, yaşlıların yalnızlığı iki boyutuyla gençlerin ise tek boyutuyla yaşıyor olduğu anlayışı, **K7** tarafından yaşlıların yalnızlıklarının daha “üzücü” olarak nitelendirilmesinin kaynağına dönüşmesinde açığa çıkmıştır. Ayrıca üzücü olma hali, gençlerin yalnızlığı seçmekte özgür olması yaşlıların ise bunu zorunlu olarak deneyimlemesiyle açıklanmıştır:

“Yaşlıların yalnızlığı beni üzüyor. Çocukları gidip görmüyor vs. Gençlerinki daha isteğe dayalı” (K7, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yaşlı kesimler için farklı. Yalnızlığa itiliyorlar. Onların ailelerinin ona karşı olan seçimlerinden kaynaklanıyor. Onlar seçilen kurban bizler ise seçiciler

¹² Türkiye özelinde Aylaz, Aktürk, Erci, Öztürk ve Aslan (2012), Akgül ve Yeşilyaprak (2015); Akgül ve Yeşilyaprak (2018); Şentürk’ün (2019) yayımlanmış çalışmaları, yalnızlığın ağırlıklı olarak fiziksel yönüne vurgu yapan çalışmalardan birkaçıdır. Çalışmalarda tartışılan konular arasında, yaşlıların yalnızlık deneyimlerinin beraberinde gelişen olumsuz duyguları içerdiği görülmektedir. Fakat başlangıç noktalarının yalnızlığın fiziksel boyutu olduğu gözlemlenmiştir.

¹³ Aral ve Gürsoy (2000); Rokach (2001); Caplan (2006); Yang (2016); Ümmet ve Ekşi (2016). Morningstar, Nowland, Dirks ve Qualter (2020), Misirlis, Zwaan, Sotiriou ve Weber (2020) bu çalışmalar arasında sayılabilir.

oluyoruz. Gençler kendi hayatlarını idame ettiriyorlar ama yaşlılar için öyle değil” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

Konuyu duygusal-fiziksel yönüyle ele alış biçimindeki ayrışmanın yanında gençlik ve yalnızlık konusunun araştırmaya açılmasının yaşlılık ve yalnızlık ilişkisine oranla oldukça yeni olduğu belirtilmelidir¹⁴. Bu durumun altında yatan neden, internetin yaygın kullanımı ve sosyal medya hesaplarının yeni ilişki biçimlerini oluştururken ileri yetişkin ve genç olma açısından farklılaşmasıdır. İleri yetişkinlik dönemindekiler, sosyal medyayı yaygın kullanmamakla birlikte, bu platformlarda mevcut ilişkilerini sürdürmeye devam ederken; gençler, mevcut ilişkilerini güçlendirmeye çalışıp diğer elden yeni ilişkiler kurmaktadır (Becerikli, 2013). Bu anlamda, ileri yetişkinlik dönemindekilerin mevcut ilişkilerini koruması ve sürdürmesi, gençlerin daha kaygan zeminde bulunan bir platformda bu ilişkileri korumaya çalışmasına oranla daha az risk doludur. Oysa gençlerin birden çok riskle karşı karşıya kaldığını ve bu riskler arasında yalnızlaşmanın da bulunduğunu söylemek mümkündür. Bu ve benzeri etkenler göz önünde bulundurulduğunda gençlik ve sosyal medya çalışmalarında yalnızlık olgusunun sıkça ele alınması anlam kazanmaktadır. Katılımcılardan **K4** ve **E6** gençliğin sosyal medya üzerindeki yalnızlık deneyimlerini şu şekilde ifade etmiştir:

“Örnek verecek olursam benim bir arkadaşım sürekli internet üzerinden benimle diyalog kurar. Fakat normalde görüşmeyiz bile. Yolda görse iki kelime zor eder fakat internette yazar statüsünde. Yani hem sosyalleştiriyor hem hayattan koparıyor. Belki kendi içinde kurtuluyor yalnızlıktan ama reelde hala yalnız” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Birey başkalarıyla artık çok daha kolay iletişime geçmekte. İçinde bulunduğu durumdan planlarına kadar her türlü faaliyetini artık insanlara daha kolay ulaştırarak yalnızlık duygusundan uzaklaşmaktadır günümüzde” (E6, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

¹⁴ Yaşlıların yalnızlık sorunu ile karşı karşıya kalmalarını ele alan çalışmalar 1990’lardan bu yana aktif biçimde devam etmektedir. Oysa genç yalnızlığı ile ilgili literatür, internetin yaygınlaşmasına bağlı olarak 2000’lerin başlarında, oldukça seyrek şekilde gelişmiştir. Yaşlı yalnızlığı çalışmaları katlanarak artarken genç yalnızlığı çalışmaları aynı hızla ilerlememektedir. Bu durumun altındaki neden, yalnızlığın literatürde bir gereklilikten ziyade problem/olumsuz bir durum olarak nitelendirilmesidir. Bununla beraber, yalnızlık sıkça fiziksel bulunuşu anlatmaktadır ve buna bağlı olarak fiziksel yalnızlıktan ziyade duygusal yalnızlığı deneyimleyen gençliğin durumu ihmal edilmektedir.

Kendileri de birer genç olan **K4** ve **E6**'nın anlatılarından anlaşıldığı üzere, gençlik sosyal medyada yalnızlıktan kurtulabildiği gibi doğrudan samimiyetsiz, yüzeysel ilişkiler nedeniyle yalnız kalabilmektedir. Kùltürlerin ve kimliklerin giderek görünürlük kazandığı internet, gençler açısından kendini gösterme ve bu yönüyle sosyalleştiği bir mekâna dönüşmüştür (Güzel, 2006: 13). Bu anlamda yalnızlığı ve sosyalleşmeyi aynı yerde gerçekleştiriyor olmaları, gençlerin kendilerini mekânda nasıl sergiliyor olduklarıyla da ilişkilidir. **E3** yaş ayrımına gitmeden sosyal medyada oluşturulan kimliklerin gerçek yaşamla uyuşmamasının yarattığı yalnızlığı şu şekilde açıklar:

“[...] sosyal medyayla birlikte insanlar rahatlıkla anonim bir hesap açabiliyor. Hiç olmadığı bir karaktere bürüyor. Başka bir insan olarak orada kendini ortaya koyuyor ama gerçek anlamda dışarı çıktığında o duvarın içine kendisini hapsediyor” (**E3**, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

Sosyal medya **K4** ve **E6**'nın değindiği üzere iletişimi kolaylaştırdığından, yalnızlığı hasır altı etmektedir. Bu bağlamda **E3** sosyal medyayla üstü örtülü yalnızlığın sahte olduğundan dem vurmakta, temelde kişiyi olduğundan daha da yalnızlığa mahkûm ettiğini belirtmektedir. Zira derinliksiz, salt yazı diliyle, uzaktan kurulan iletişim aracılığıyla sosyal medya yalnızlıktan çıkış yolu gibi görünmesine karşın; aynı zamanda sosyalleşme ihtiyacını bulanıklaştırdığından yalnızlığa sürüklemektedir.

İleri yetişkinlik dönemindeki bireylerin ve/veya yaşlıların yalnızlıkları ile gençlerin yalnızlıkları arasındaki fark, sosyal medya etkeniyle sınırlı değildir. Farklılaşmanın temel kabul edilebilecek boyutu, yaşlı kimliğinin tanımı ve gençlik tanımıyla yakından ilişkilidir. Fiziksel, psikolojik ve sosyal yönlerle ilişkili olan yaşlılık kimliği, çoğunlukla tek başına fiziksel boyutuyla ele alınarak 65 yaş üstü bireyleri anlatacak şekilde tanımlanmıştır (Beğ'er ve Yavuzer, 2012). Her ne kadar yaşam süresinin uzaması ve hayat kalitesinin artışına bağlı olarak yaşlılık 65 yaş ile başlayan dönem tanımını geçersiz bırakıyor olsa da “yaşlı” tanımı hemen her zihinde sayısal olarak tasvir edilen bir kategoridir. Yaşlılığı fiziksel olarak kendi işlerini gerçekleştirmekte zorlanma veya gerçekleştirememesi olarak tanımlayan **E4**, yaşlıların fiziksel bağımlılık durumlarını yalnız kalamamalarıyla ilişkilendirmiştir:

“Yaşlıların yanında hep birileri var kendi işini yapamıyor diye. Biz daha yalnızız onlarla göre” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Yaşlılığı tek boyutlu ele alan bu bakış, yaşlılığa sosyal yönüyle yaklaşan çalışmalarda, yaşlılığın durağan bir dönem olmaması bakımından kabul görmemektedir. Yaşlılığı, toplumsal değerleri kendinden sonraki kuşaklara aktaran fonksiyonel bir kategori olarak değerlendiren Canatan’ın (2008) çalışması bu örneklerden biridir. Bu bakış açısı değişiminin gerçekleşmesinde insan yaşam süresinin artması ve yaşam kalitesinin yükselmesi etkili olmuştur (Beğer ve Yavuzer, 2012). Biyolojik yaşlanmadan ziyade toplumsal yaşlanma ile açıklanan bu durum, her toplumun refah düzeyiyle ilişkili olacak şekilde yaşlılığın anlamını ve deneyimlenişini farklılaştırmaktadır (Giddens, 2012: 223-224). Bu anlamda, yaşlıların yaşama katılım açısından önlerindeki tek engelin, fiziksel koşullar olmadığı kabul edilerek, sosyal ilişkilerden yoksun kalma yönüyle doğrudan duygusal yalnızlığı deneyimledikleri söylenebilir:

“Gençler yine yalnızlıklarında ümit ediyorlar, hayal kuruyorlar, kendilerini bir şekilde var etmeye çalışıyorlar. Yaşlılar önlerindeki zamanı kısıtlı görüyorlar ve daha fazla ilgi bekliyorlar. Aranalım, sorulsun nasıl olduğumuz. Bunları bekliyorlar. Gençler yalnız kaldığında bile talep edebiliyorlar pek çok sosyal şeyi ama yaşlılar daha sınırlı bir çevre ve daha sınırlı isteklerle varlar. Yemek yemek, bir şey içmek... bu kadar sınırlı” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K3, yaşam akışı içerisinde değerlendirdiği yaşlılığın sosyal yönüne vurgu yapan katılımcılardandır. Gözlemlerine göre; gençlik bilinmeyen bir zamanı düşlemeyi, yaşlılık ise yaşanmış zamanları hatırlamayı anlatır. Gençlerin sosyal hayatın içinde olması, yaşlıların ise bu akışın dışında kalmaları onları daha yalnız ve kırılgan hale getirmektedir. Yaşlıların gündelik yaşam örgüsü fiziksel ihtiyaçların tatminiyle oluşurken, gençlerinki sosyalleşme ve gelecek beklentisiyle doludur. Yalnızlıklar arasındaki farklılaşmanın kaynağı sosyal ilişkilerin ve sosyal yaşam beklentilerindeki farklılık olarak saptanmıştır. Beklentilerin farklılaşması ise zamana yöneltilen bakışın, şimdi odaklı ve gelecek odaklı olması bakımından ikiye ayrılmasıyla açıklanmaktadır. 1960’lardan sonra gelişen “tüketim” vurgusu zamanın da “hızlı yaşa”, “şimdiyi yaşa” anlık söylemleriyle dönüşmesine neden olmuştur (Wittmann, 2018: 25). Bu anlamda bugünün “yaşlı” kategorisine dahil edilen birey, gençliğinde geleceği beklemek

üzerine eğilmekteyken; bugünün “genç” kişisi, şimdiyi tüketmeyi düşünmektedir. Aynı zamanda gençlik, şimdiyi yaşamakla meşgulken anlamlı ilişkileri geliştirmeyi de ihmal eder. Ona göre ilişkiler de tüketim nesneleri gibi işlemektedir. Akın’ın (2021) da vurguladığı üzere ileri yaş grubundaki bireyler ise artan yalnızlıkları nedeniyle aidiyet arayışındadır. Bu açıdan yaşlılar gençlerin bireyciliği güçlendirdiği dünyada, kendi zamanlarındaki güçlü kolektif duygudaşlıkla yol almaya devam ederler. Gençlerin yalnızlıklarını anlık/geçici olarak, yaşlılarınkini ise kalıcı olması yönüyle nitelendiren E6’nın ve gençlik öğretileri nedeniyle yalnızlığı farklı deneyimlediklerini söyleyen K2’nin ifadelerinde bu durumun izleriyle karşılaşmak mümkündür:

“Yaşlılar eski hayatlarında toplumun ihtiyaç duyduğu sosyallikle büyümüşler. Günümüze göre eskiden daha sosyal bir hayat vardı. O yüzden yaşlılar eskiden yalnız değilken şimdi daha yalnız hissetmektedirler. Çünkü değişen dünya insanları bireysel olarak yaşamaya olanak sağlamakta. Ailesi vesaire olan yaşlılar bile, çocukları kendi hayatlarını sürdürdükleri için genellikle kendileri tek başlarına yaşamaya mecbur kalıyorlar. Bu da biraz yalnızlığa itilme durumu oluyor. Gençler ise aslında sosyal bir hayata doğmuşken bir bakıma yalnızlığı daha farklı yaşıyorlardır. Kendi istekleriyle veyahut belli bir nedenden dolayı dışlanma olduğu takdirde” (K2, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yaşlıların ve gençlerin içerisinde bulundukları dönemden dolayı kişisel özellikleri değişeceğinden dolayı yaşanan yalnızlık deneyimi de muhtemelen farklılaşıyor. Gençlerin daha anlık duygular neticesinde yalnızlaşacağını, yaşlılarınsa daha somut nedenlerden dolayı yalnızlaşabileceğini düşünüyorum” (E6, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

İfadelerde göze çarpan ayrışmalardan biri de yaşlıların ve gençlerin yalnızlığının bir seçim olup olmadığıdır. Katılımcılardan E5 ve E3, bu konuda ifadelerde bulunmuştur. E5’e göre yaşlılar yalnız kalmayı tercih edebildikleri gibi yalnız kalmayı da seçebilirler. Üstelik bu seçimleri gençlerinkine kıyasla daha görünürdür:

“Yaşlı bireyler gençlere kıyasla daha az yalnız kalmayı tercih edebilirler. Yaşın ilerlemesi ve artan ölüm korkusuyla beraber kişiler yalnız bir şekilde ölmekten korkabilirler bunun sonucunda da yalnız kalmak istemeyebilirler” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Yaşlılık, gençlik dönemi ile kıyaslandığında durağanlığı anlatır. Aynı zamanda yaşlıların yetenekleri ve yeterliliklerinin azalması kendinden başkasına ihtiyaç duyması, özgür karar verme süreçlerine de etki eder. Bu bakımdan gündelik hayat, yaşlının dışında akıştadır ve sosyal izolasyona maruz kalarak yalnızlık duygusunu yaşadıkları göze çarpar (Akbaş vd., 2020). Evcil'in (2020) çalışmasına göre ise yaşlıların ev dışındaki fiziksel aktivitelere katılmalarının yaşam kalitelerini arttırdığı ve bununla beraber yalnızlık algılarında azalma yarattığı gözlenmiştir. Anlaşıldığı üzere yaşlıların yalnızlık biçimleri büyük oranda duygusaldan ziyade fizikseldir ve seçime dayalı değildir. Bu durum çalışmada E3 açısından yaşlıların yalnızlığının zorunlu bir durum olduğu düşüncesi ile açıklanmıştır. Gençler, yaşlılardan farklı olarak yalnızlık kalmak veya kalmamak, yalnız hissetmek veya hissetmemek konusunda seçim şansına sahiptir:

“Gençken yalnızlık cool bir şey, çok havalıym ben demek aslında. Gençken çok kolay oluyor tüm yaşadıkların. Zaten tüm dünya seni anlamıyor diye geçiniyorsun. Çok üstün bir varlık olarak görüyorsun kendini ve soyutlaman çok kolay oluyor. Bu soyutlama zamanla kalıcı hale geliyor. Kronikleşiyor. Yaşlılar zaten yalnız bırakılıyor bir yerde çocuklar başka bir hayata yöneliyor ve anne, baba yalnız kalıyor. Yaşlandıkça ama yalnızlık da koymaya başlıyor. Onu da söyleyeyim” (E3, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

Bir birey çocuk sahibi olduğunda “çevresindeki toplumsal ortamla olan ilişkileri anlaşılır bir şekilde çoğalır ve belirginleşir” (Halbwachs, 2019: 152). Ancak, çocuk büyüüp yetişkin olduğunda kendi çevresi genişler, evlenir, çocukları olur ve kendi ilişkileri yeni ailesi üzerinden kurulur. Bu noktada, kendi anne ve babasıyla olan ilişkilerinde ve birlikte geçirilen zamanlarında azalmalar meydana gelir. Yaşlanan birey çoğu zaman artan ilgisizlik karşısında zamanı daha yavaş deneyimlemeye başlar (Halbwachs, 2019: 113). Onun yaşadığı yalnızlık deneyimi daha uzun süreli hale gelir ve E3'ün anlatısında da görüldüğü üzere yalnızlık yaşlandıkça bir probleme dönüşür. Oysa gençlik için problem olmaktan uzakta, “havalı” olmakla ilişkilendirilir. Çünkü onun için yalnızlık istenildiğinde hızlıca terk edilebilecek bir şeye dönüşür.

5.2.4. Yalnızlığın Ekonomik Durum Üzerinden Anlamlandırılması

Yirminci ve yirmi birinci yüzyılın karakteri, modernizm (Wagner, 2005), küreselleşme (Slattery, 2010: 418) ve üretim toplumundan tüketim toplumuna geçiş gibi çok boyutlu şekilde tanımlanmaktadır. Betimlemeler yapılırken, bu üç durumun birbirini tetikleyerek devam ettiği vurgulanmaktadır. Modernizm, toplumların gelebileceği en ideal, en üst seviye olarak kabul edilirken bu fikri ülkelerin sınırlarından içeri sokan küreselleşmedir. Aynı durum, malların dünyanın farklı bölgelerinde üretilerek, farklı merkezlerde birleştirilmesi ve tüm dünyaya dağıtılmasında da mevcuttur. Üç kilit kavramın birbirine bağlanarak ortaya çıkardığı oluşum, bugün dünyanın hemen her yerinde kabul görmüştür. Bu anlamda gündelik yaşamın ideal formu; küreselleşme ekseninde modernleşmiş ve tüketim toplumuna evrilmiş olmasıdır. Gündelik hayatı çepeçevre saran bu etkenler ekonomik koşullarla yakından ilişkilidir. Diğer bir anlatımla, gündelik yaşam büyük ölçüde kapitalizm tarafından inşa edilir ve tüketim, gündelik yaşam içinde gelişir (Baudrillard, 2012: 27). Gündelik etkinlikler ve rutinler, kapitalizmin “kâr” odağında bireyleri sürekli tüketime evirerek sosyalleşmelerini bu minvalde gerçekleştirmeye yönelmektedir. Bu durum başlı başına ekonomik ölçütlerle saptanmaktadır. Bireyin içerisinde aktif rol aldığı gündelik yaşamı büyük ölçüde kuşatan bu durum, yalnızlık olgusunun üzerinde büyük rol oynamaktadır. Nitekim yalnız kalmanın, hissetmenin ve yalnız kalmamanın, hissetmemenin ölçütlerinden biri de ekonomik koşullardır. Ekonomik koşullar; kişinin özgür kalabileceği mekâna sahip olmasına ve/veya geçiminin başkasından bağımsız olmasına etki edebilmektedir:

“Paran yoksa eğer biri seni bakacak demek. Onun için ne kadar paran varsa o kadar yalnız kalabilirsin istersen de sohbet muhabbet edersin insanlarla zaten” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Ekonomik durumun ne kadar iyiye o kadar çok seçeneğin var. Ne yapmak istersen yaparsın neyi almak istersen alırsın. Birine bağımlı olman gerekmez. Böyle düşünüyorum” (E12, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

E4 ve E12’nin sözünü ettiği durum, bireylerin ekonomik bağımsızlığa sahip olmalarının yalnız kalmaları için temel yol olduğunu işaret etmektedir. Ona göre yalnızlık bir ihtiyaçtır. Bu ihtiyacı karşılamamanın yolu ise kimseye bağlı/bağımlı olmadan özgür eylemlerde bulunmak olarak belirlenmiştir. Kişinin ekonomik

özgürlüğe sahip olması, yalnız kalmak ve yalnız kalmamak arasında yapılan seçimin de özgürce gerçekleştirilmesini sağlamaktadır. Aynı durum **E1** tarafında da dile getirilmiştir:

“Var tabi olmaz mı? Paraya geçer hükmün. Evim olmasa, emekliliğim olmasa nasıl dururum kendi kendime. Gençliğinde de başka türlü olur. Paran olmadığına kimsen olmaz. Paran vardır dolar çevren” (**E1**, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

E1 ve **E4**’ün ortak şekilde anlattıkları, ekonomik durum ve arasındaki ilişkinin varlığı *“Çok fakir insanlar genelde kimsesizdir terkedilmiştir. Zenginlerin ise çevresinde dört dönerler”* şeklinde **K4** (25 Yaşında, Üniversite Mezunu) tarafından da ifade edilmektedir. Bu ifadeleri destekleyen bir çalışma olarak, Karasoy (2021) yalnızlığı yoksulluğun nedenlerinden biri olarak görmektedir. Sennett (2020) bu durumu *Kamusal İnsanın Çöküşü* eserinde refah içinde yaşayan insanın toplumsal yaşama uyum sağlamasının daha kolay olduğu düşüncesi üzerinden açıklamaktadır. Kamusal insan; kamusal alana katılabilen, kapitalizmin isteklerine yanıt veren kişidir. Ekonomik bağımsızlığı bulunmayan veya sosyal yaşama katılacak maddi gelire sahip olmayan kişiler kapitalist sistemde görünürlüklerini kaybederler. Modern dönemin en önemli görülen ve kendilerine gösterilmediği düşünülen saygı duygusu onlar için yoksun kalınan bir diğer eksikliktir (Sennett, 2020: 15-18). Bu bağlamda modern ve tüketim toplumunda ev dışı aktivitelerde kendi gösteremeyen kişinin sosyal etkinliklerini gerçekleştirdiği yer eve dönüşür. Kamusallaşamayan insan, kapitalizmin ev dışına taşıdığı etkinliklerden giderek uzaklaşır. Bu bağlamda **K4**’ün *zenginlerin çevresinde dört dönerler* ve **E1**’in *paran vardır dolar çevren* söylemleri ekonomik durumu iyi olan kişilerin yalnızlığı tanımadığını vurgulamaktadır. Zira görece daha yoksul kişiler, onları yalnızlıktan uzaklaştırır. Zygmunt Bauman “yeni yoksul” kavramıyla bu fikri desteklemekte, küreselleşmenin etkisinin zengin ve yoksul kesim arasındaki ilişkileri dönüştürdüğünü vurgulamaktadır. Onun yeni yoksulları işsiz değil, aksine bahsedilen kamusal alana ve bilhassa bu alandaki tüketim pratiklerine ulaşamayanlardır. Eski zenginler ise zenginliklerini elde etmek ve korumak, istihdam yaratmak, çalışanlarını yönetmek gibi birçok sorumluluğa sahiptir. Bu sorumluluk onlarda acıma ve merhamet duygularını tetiklediğinden, çıkar çatışmalarının boyutunun derinleşmesine engel olmaktaydı. Bauman’a göre çıkar çatışmasını

yumuşatan bu görünmez bağ günümüzde tamamen kopmuştur. Zira eski zenginlerin, yoksullara ihtiyacı kalmamış ve bu nedenle çıkar çatışmaları had safhaya ulaşmıştır. Yeni zenginler özgürlüklerini kısıtlayan bağlardan kurtulmuşken, yeni yoksullar daha da kısıtlanmış bir hale bürünmüş, yoksulluğa mahkûm olmuşlardır (Doğan, 2011). Bir taraftan da mahkûmiyetleri hem zenginlerle kurulan ilişkileri hem de birbirleriyle olan ilişkileri zayıflatmış, yoksulun tek sorunu açlık ve işsizlik sorununa indirgenmiştir. Oysa yoksulluk, dışlanmayı ve yalnızlığı kaçınılmaz kılmaktadır. Zira yeni yoksulların, yeni zenginlerle iletişim kuracak ortak kamusal alanları oldukça sınırlandırılmıştır çünkü çıkar çatışmaları derinleşmiştir. Dahası kendi aralarında sosyalleşme mekanları ve imkanları da sınırlıdır. Yeni yoksullar dışlanmaktan ve yalnızlıktan kurtulma umudu taşımadıklarından, çaba sarf etmek yerine durumlarını kabullenmeyi tercih ederler. Ancak bu, ekonomik düzeyi yüksek kişilerin, yalnızlığı tanımadığı anlamına gelmemelidir. Toplumun her kesimi yalnızlıkla karşılaşabilmekte fakat yoksulluk bu karşılaşmayı kolaylaştırmakta ve sürekli hale gelmesine neden olmaktadır. Burada altı çizilmesi gereken nokta, tıpkı E5'in aşağıda aktardığı gibi ekonomik uçurumlardaki insanların birbirleriyle bağ kuramadığında yalnız kalmasıdır:

“Bireyin bulunduğu gruptaki bireylerin ekonomik durumu farklıysa yalnızlık olabilir. Örnek olarak ekonomik durumu iyi olanlar dışarı çıkarken ekonomik durumu kötü olan her zaman çıkamayabilir. Ancak benzer ekonomik durumu olan kişilerin yalnızlığında fark olduğunu düşünmüyorum. Evet dışarıda geçirdikleri zaman zengine göre az olabilir ancak kendi evlerinde zaman geçirerek de yalnız kalmaktan kurtulabilirler” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yalnızlık bir nevi sosyal olarak aktif olmaktır ya ekonomik durum, maddiyat bozuldukça insanların sosyal aktiviteleri azalıyor bence. Bir tatil bile insanın yeni insanlarla tanışması demek. Beraber tatil yaptığın kişiler oluyor. Gidemediğinde evde kalıyorsun. Bu da bir yalnızlık bence, sosyalleşemiyorsun. Sosyalleşemeyince insanlar uzaklaşıyorlar” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

“Belki ekonomik olarak iyi durumda olmayan insanlar çok fazla sosyal etkinliklere katılamadıkları için daha yalnız kalıyor olabilirler” (K2, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Sosyal etkinliklere katılmayı engelleyen bir unsur olarak düşük ekonomik gelire sahip olmak, insan ilişkilerine etki etmektedir. Nitekim ev dışındaki etkinliklere katılmanın bir diğer anlamı sosyal ilişkiler kurmaktır. Sınırlı sayıda etkinliğe katılmak, bağ kurmayı güçleştirmekte ve kişinin yalnızlık duygusunu, fiziksel yalnızlıktan daha çok hissetmesine neden olmaktadır:

“Özellikle günümüz şartlarında ekonomi hemen hemen her alanı etkilemektedir. Ekonominin merkezde olduğu bir yaşam sürdüğümüzü düşününce, ekonominin böylesine önemli olduğu bir dönemde, yalnızlık üzerinde ekonominin etkisi büyüktür. Ekonomik şartları istenilen seviyede olmayan bireyler daha çok yalnızlaşabilirler. Düşük ekonomik koşulların getirdiği bazı problemler bireyi daha çok yalnızlık duygusuna iter” (E6, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Tüketim pratikleri yalnızca ev dışındaki etkinlikleri içermemektedir. Ek olarak dış ortamda kişinin giyim kuşamı da bir o kadar önemlidir. Etkinliklere katılmak, giyim kuşamı girilen ortama ve gösterişçi tüketime uygun olacak şekilde, tam anlamıyla gerçekleştirilmelidir. Aksi halde dışlanma ile karşılaşmak kaçınılmaz olur. Samimi ilişkilerin yitimine sebep olan bu durum E3 tarafından şu şekilde anlatılmıştır:

“Ergenler çok acımasızlar. Mesela fiziksel bir zaafın olsun korkunç derecede alay ediliyor. Hatta fizikseli geçtim ailenin maddi durumu olmadığı için ayakkabın farklı olsun dışlanabiliyorsun. O çocuk ister istemez kendini geri çekiyor. Kendimden örnek vereyim mesela yıl 1996, 1999, [...] basketbol oynuyorum, çok da iyi oynuyorum ama ayakkabım patlak. [...] doksanlardaki insanlar bu konuda belki internet olmadığı için ya da iki üç kanal olduğu için mi bilmiyorum, daha mütevazı daha paylaşımcı. Ben lise hayatım boyunca benimle alay eden birini hatırlamıyorum. Dışarda da öyle. Şu an için baktığım zaman, çalıştığım yerde gelen gideni gözlemlediğim için korkunç birbirlerini kesiyorlar yani. Bir de arkadaşlar kendi aralarında bunu yapıyorlar yani. Taklit giyiyorsun, şunu yapıyorsun bunu yapıyorsun. Bu çocuklar bir topluma girmeye çalışıyorlar ergen oldukları için, başlangıçları bu şekilde kesildiği zaman dışarı doğru gidiyorlar. Biz yaş grubu insanlarda ise çalışmamak gerçekten yoruyor. Bir yerde bir kahve içelim desen çok büyük bir para en basitinden” (E3, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

Katılımcıların çoğunun da belirttiği üzere ($f=6$), sosyal yaşam kamusal arenada gerçekleştirilir. Gündelik yaşamın çoğu, kapitalist sistemin örgütlediği biçimde ev dışı alanda kişiler arası etkileşimler ve tüketim kalıplarıyla sağlanır. Bu gibi nedenlerle, gündelik yaşam ekonomiden bağımsız değildir. Kişilerin yalnız kalma istemlerini gerçekleştirmeleri ekonomik özgürlüğe sahip olmalarıyla sağlanır. Ayrıca kim olduklarının diğerleri tarafından tarif edilmesi ve diğerleriyle kurulan ilişkiler, kişinin satın alabildikleriyle yakından ilişkilidir. Veblen bu durumu ilk kez 1899 yılında yayımladığı orijinal adıyla *The Theory of The Leisure Class (Aylak Sınıfın Teorisi)* kitabında dile getirir. Ona göre gösterişçi tüketim, “üst sosyal sınıf ve bunlara benzemeye çalışan diğer sınıflar” arasında yaygındır (Güleç, 2015: 63). Kişilerin ihtiyaçları dışında gerçekleştirdikleri ve bulundukları sınıfın görünüşünü yanılsama yoluyla değiştirmeye çalıştıkları “gösterişçi tüketim” bugün de toplumsal yaşamda öncelenen kavramlar arasındadır. Bu durum ekonominin yalnızlığa etkisinde de kendini gösterir. Katılımcıların ekonomik durum ve yalnızlık arasında kurduğu ilişki tablolastırılmıştır (Tablo 5.2). Katılımcılara göre ekonomik açıdan bağımsız olmak ve bağımlı kalmak gönüllü ve zorunlu birtakım ilişkiler geliştirmeyi gerektirir:

Ekonomik Açıdan Bağımsız			
Yüksek/Orta Ekonomik Gelir		Düşük Ekonomik Gelir	
Gönüllü	Gösterişçi Tüketim	Zorunlu	Sınırlı Tüketim
	Duygusal Yalnızlık		Duygusal Yalnızlık
	Fiziksel Yalnızlık		Fiziksel Yalnızlık
	Kamusal Yaşama Katılım ve Sosyalleşme		Kamusal Yaşama Katılamama ve Sosyalleşememe
Ekonomik Açıdan Bağımlı			
Yüksek/Orta Ekonomik Gelir		Düşük Ekonomik Gelir	
Gönüllü Zorunlu	Gösterişçi Tüketim	Zorunlu	Sınırlı Tüketim
	Duygusal Yalnızlık		Duygusal Yalnızlık
	Fiziksel Yalnızlık		Fiziksel Yalnızlık
	Kamusal Yaşama Katılım ve Sosyalleşme		Kamusal Yaşama Katılamama ve Sosyalleşememe

Tablo 5.2. Katılımcıların ekonomik durumunun yalnızlığa etkisi

Katılımcıların anlatılarından hareketle (Tablo 5.2); ekonomik açıdan bağımsız kişiler, yüksek veya orta ekonomik gelire sahiplerse; yalnızlığı seçmek veya

seçmemek kendi inisiyatiflerindedir. Aynı şekilde kamusal yaşama katılmaları ve gösterişçi tüketimde bulunabilmeleri gönüllülük esastır. Düşük ekonomik gelirli olanlar ise gündelik yaşamda sınırlı tüketimde bulunan, kamusal yaşama ekonomik koşullar nedeniyle katılmakta güçlük çeken ve her şeyden önce bunu bir zorunluluk içinde gerçekleştiren kişilerdir. Bu anlamda, ekonomik açıdan geliştirilen bağımlılık, duygusal ve fiziksel yalnızlıklarını kendilerinin belirlemesinin önündeki engeldir. Bir diğer ana kategori, ekonomik açıdan bağımlı olan kişiler olarak sunulmuştur. Bu kişiler yalnızlığı, başkaları sayesinde edindikleri para ile yüksek/orta ekonomik gelire sahip olduklarında ekonomik açıdan bağımsız kişilerin gönüllülük çerçevesinde deneyimleyebildikleri gibi zorunluluk ekseninde de deneyimleyebilirler. Buna karşılık Çelik'in (2021: 60) çalışmasında açığa çıkan gelir düzeyi ve yalnızlık arasında ilişki olmadığını saptayan sonuç ile bir uyumsuzluk göze çarpmaktadır. Çelik'in çalışmasında bağımsız olarak bu çalışmaya dahil olan katılımcılar ekonomik açıdan başlamasına bağımlı ve düşük gelirli kimseler ise sınırlı tüketim, kamusal alana katılım yoluyla sosyalleşmekten uzak kalmaktadır. Bu nedenlerle yalnızlığı tercih etme noktasında özgür olmadıkları söylenebilmektedir. Ayrıca araştırmaya katılanların ekonomik durumları baz alındığında yüksek/orta ve düşük düzeyler arasında farklılık gözlemlenmemektedir. Tanımlamalar birbirine yakın ve neredeyse aynı şeyi işaretlercesine tektir.

5.3. Toplumda Yalnızlığın Yaygınlaşmasına İlişkin Görüşler

Toplumun, çoğunlukla ortak bir zeminde uzlaşmayı, bir arada olmayı anlatması bakımından yalnızlığı dışlayan bir yapısı olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Bu genel fikrin ne denli geçerli olduğunu anlamak adına katılımcılara, “Toplumsal yaşamda yalnızlığın artışı mümkün müdür?” sorusu yöneltilmiştir. Bu soruya gelen yanıtların bir kısmı K2'nin ifadesinde olduğu gibi yalnızlığın yaygınlaşmasının mümkün olmadığı şeklindedir:

“Belki sosyal hayatta azalmalar olabilir ama insan toplumsal bir varlık olduğu için toplumdan dışlanamaz zaten. Yalnızlık ne kadar yaygınlaşırsa da zarar vermez, aksine toplumsal yaşamda verimli ilişkilerin daha düzgün bir hayatın oluşabilmesi için insan öncelikle yalnız olarak varlığını sürdürmeyi öğrenebilmeli” (K2, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Zannetmiyorum. Yani çok zor. Yalnızlık olacak zaten ama insan başkasına ihtiyaç duymaya devam eder. Çıkarıcı çünkü...” (E10, 38 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K2’ye göre toplumsal yaşamda yalnızlığın artışı mümkün değildir. Böyle bir durum yaşanacak olsa dahi, geçici bir süreliğine olacaktır. Bunun nedeni, bireyin toplumdan tamamen sıyrılmasının ihtimal dışı olmasıdır. Ayrıca, toplumsal yaşamda yalnızlığın gözle görülebilir derecedeki artışının olumsuz bir sonucu olmayacağını da belirtmektedir. Yalnızlığın artışıyla toplumsal yaşamdaki ilişkilerin daha iyi hale geleceği belirtilmektedir. Benzeri bir görüş E4’te öne çıkmaktadır:

“Vermez. Aksine insanlara birbirlerinin hayatına daha saygılı yaklaşmasına yardım eder. Hep aynı çevreden insanlarla bir aradaysan başka hayat tarzlarını reddetmeye başlarsın” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Saygının modern gündelik yaşamdaki ilişkiler açısından merkez konumda olduğunu belirten Sennett’e (2019: 77) göre saygı kazanımının ilk yolu toplumda yaşayan kişinin kendini geliştirmesinden; ikinci yolu kişinin kendini önemsemesinden geçer. Üçüncü yol ise kazanılan yeterliliğin dışarıya verilmesidir. Öne çıkan unsura dikkat edildiğinde, öncelikle kişinin kendi kendine yetebilmesi ve bu yeterliliği paylaşması beklenmektedir. Sennett’in (2019) vurguladığı toplumsal yaşamdaki saygıyı oluşturan bu durum tıpkı Ahmed’in (2019) belirttiği gibi dıştan içe ve içten dışa akışlı dinamiktir. E4 buna benzer bir bakışla yalnızlığın bir başkasının alanına ve özellikle kişinin kendi alanına saygı duyması anlamına geldiğini ifade etmektedir. Dolayısıyla E4’ün tanımıyla yalnızlık, kişinin saygınlık kazanmak adına toplumun dışarıdan bireyin duygularına yani içeriye bir yaptırımı olabildiği gibi başkasının alanına saygı duymayı içselleştirerek tercih ettiği, içten dışa yönelen bir duygu olarak tanımlanmıştır. Ayrıca E4’ün bu yalnızlık yorumu Sennett’in (2019: 77) saygınlık kazanımı tanımlarına paralellik göstererek başkasına saygı duymayı yalnızlık ile ilişkilendirmesi, kişinin önce kendini geliştirmesi ardından bu bilgi ve deneyimi paylaşarak saygı kazanması açısından tutarlı gözükmektedir. Kişi, kendini tanımayı öncelediğinde, başkasına benzemek için uğraşmadığında ve kendi değer yargılarını yalnız kalarak oluşturduğunda kendine benzemeyenlere karşı bir duruş sergilemeyecektir. Aksine, kendini anlama ve/veya tanıma sürecinde başkalarının bilgilerinden yararlanacak, kendini geliştirecek; ortaya çıkan yetkinlik ile başkalarıyla

paylaşımında bulunacaktır. Bu durum yalnızlığın toplumsal yaşamda yaygınlaşmasıyla mümkün olacaktır ancak katılımcılara göre Türkiye özelinde bu durumun gerçekleşmesi kültürel kodlar ve toplumsal yapı gereği güçtür:

“Bence bizim toplumumuza çok uygun değil, kültürel geçmişimiz olabilir, sürekli yardımlaşma, özellikle köylerde daha fazla oluyor, insanlar daha iç içeler” (K7, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Toplumun büyük kesimi muhafazakâr olduğu için çok zor olduğunu düşünüyorum” (E8, 28 Yaşında, Önlisans Mezunu).

“Bizde yaygınlaşması zor. Japonya’ya baktığında, insanlar orada kendini nedensizce raylara atıyor, metroyu beklerken. Neden yaptığının bir açıklaması yok ilk bakışta ama bunun yalnızlıktan, o boşluk hissinden kaynaklandığını ortaya koyan çalışmalar var. Bizde bu kadar uç durumlar yok. Aile hala değerli. Aile üyeleri seni yalnız bırakmıyor. En azından çoğunluk bu şekilde. Yalnızlık düzeyi “yeteri sayıda arkadaş iyidir” şeklinde devam edecekse herhangi bir sorun yaratmaz. Ama eğer tüm bağların yitiminden konuşuyorsak o zaman farklı. Suç oranı artabilir mesela. Ya da intihar oranlarında artışlar görebiliriz, ekonomik anlamda da böyle. Nice insan ailenin gelirine bağlı yaşıyor. Bu açılardan büyük bir sorun olurdu. Şimdilik yalnızlığın yaygınlaşacağını düşünmüyorum” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).

*“Yalnızlık duygusu ruhsal bir eksikliktir aslında. Yalnızlık arttıkça ruhlar beslenemez. İletişim, dayanışma azalır diye düşünüyorum. Yalnızlık bir süre sonra bunalıma iten bir kavramdır bence [...] Bence **toplumsal yaşam düzeninde yalnızlık mümkün değil**. Bir toplumda beraber yaşamak için illaki iletişim, yardımlaşma içerisindeyiz. Kimse bir işini tek başına yapamıyor illaki çeşitli insanlardan yardım alacağımız konular oluyor” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).*

“Mümkün değil kesinlikle, değil yani. Bu kadar garip bakarken herkes birbirimize müdahale ederken nasıl yaygınlaşsın ki? Bence olamaz” (K6, 38 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Katılımcılardan **K6** yalnızlığın Türkiye’de gerçekleşmesinin mümkün olmadığını ifade ederken, bunun nedenini ‘insanların birbirlerini denetleme’ kültürüne

sahip olmaları ile ilişkilendirmektedir. Aynı zamanda yukarıda verilmiş olan ifadelerde katılımcılar Türkiye’de yalnızlığın yaygınlaşmasını engelleyen sebebin, *yardımlaşma* olduğunu belirtmişlerdir. **K4**, **K1** ve **K7**’den farklı olarak duygusal eksikliğin boy gösterebileceğini ifade etmiş ve bununla birlikte maddi birtakım eksikliklerin oluşabileceğinden söz etmiştir. Her ne kadar 18. ve 19. yüzyılda endüstri devrimi ile yaşam koşullarının değişmesi Avrupa’da bir takım sosyal politikaların devreye girmesini beraberinde getirmiş ve buna bağlı olarak ekonomik eşitsizliği, adaletsizliği en aza indirmek adına geliştirilen sosyal politikalar modernleşme ile merkezi bir hal almaya başlamışsa da (Koray, 2007) devletlerin zaman zaman eksik kaldığı noktalarda aile başat rolü üstlenmeye devam etmiştir. Aile, akrabalar ve yakın çevrenin gönüllü yardımları eksikliği telafi etmede veya bir tampon kurum (Kıray, 2000) olarak varlığını korumaktadır. Bu anlamda yakınlık, duygusal bağ kuran kişilerin birbirine maddi açıdan destek olmasıyla da ilişkilidir ve bu durum geçmişten bugüne varlığını sürdürmektedir. Yalnızlığın önüne set çeken aileciliğin sosyo-ekonomik ve psiko-sosyal destek sağlama yönü olduğunu vurgulayan **K1**’in ve **K7**’nin bulunduğu ortak noktalardan bir diğeri de yalnızlaşmanın yaşanması durumunda ekonomik açıdan geçinemeyecek kişilerin görünür hale gelecek olmasıdır. Bunun ardılı olarak toplumda suç ve intihar oranlarının artabileceği belirtmişlerdir. Katılımcıların bu anlatıları, *anominin* tanımını çağrıştırmakta ve yalnızlık; düzensizlik, bilinmezlik ve kaos yaratarak toplumu parçalayan, olumsuz bir durum olarak tasvir edilmektedir:

*“Yalnızlığın yaygınlaşması bizi **toplum olmaktan uzaklaştırır**. Belli bir yerde yaşayan, birbirinden haberi olmayan tipler oluruz. Bu durum hem insanlık için hem toplum için zararlıdır” (E2, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).*

*“Kurt vurmuş tahta gibi **yavaş yavaş toplumu parçalar**. Sosyal varlık olan insan birbirine muhtaçtır. En basit olan işler bile en az iki kişi ile yapılır. İnsanların birbirini yalnız bırakması toplumu dağıtır. Fakat bir de çıkarları için yanımızda görünen insanlar vardır bunlar bizi yalnız bırakırsa hiçbir sorun olmaz” (E7, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu)*

“Her insanın içinde gizli güçleri vardır, her birey topluma iyi anlamda bir şeyler kazandırabilir. Yalnızlaşan bireyler topluma bu noktada zarar verecektir. Toplumun gelişmesi ve daima gelişen bir yapıda olması için her bireye ihtiyaç

*vardır. Yalnızlaşarak topluma kendilerinden bir şeyler katamayan bireyler doğal olarak **topluma zarar vermiş oluyor***” (E6, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Bireyin kendi yetkinliğini topluma katmıyor oluşu, toplumu dağıtan temel unsur olarak gösterilmektedir. İnsanın gündelik yaşamında radikal bir farklılaşma yaratan Covid-19 pandemisinden önce benzer düşüncelere sahip olan fakat bu süreç ile yalnızlığa yönelik algısında farklılaşma yaşayan **K8** durumu şu şekilde ifade etmektedir:

“Hele bu dönemden sonra daha da artacak yalnızlık. Artmalı da. Anlatamıyorsun ki salgın var virüs var bulaşıyor. Abimin kızını bana yolladılar. Kendileri yoğunmuş diye. Bu kadar birbirimizin hayatında hak talep edebiliyoruz, herkes ediyor bir biz etmiyoruz. Pandemi süreci bitince de bence bu mesafeyi koruyacağız. Çünkü zihnimize eklendi bu anlayış. Bir içe kapanma oldu. Bakıyorum tüm arkadaşlarım bunu konuşuyor. Bize yük olan insanların farkına vardığımız içe kapanma oldu, kaç sene olmuş yeter, kaç sene daha taşıyacağız bu yükü” (K8, 54 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yani şimdi bir sokağa çık işte ne bileyim başında daha kötüydü tabi, komşum ya kapıdan çıkarken günaydın demiyordu. Kınadığımı sanma yani ben de yaptım. Torunum getiriyorlardı ama getirmeyin dedik. Hastalık var diye. Sevmiyor muyum torunumu hem nasıl seviyorum ama her şeyin düzeni değişti birden” (E13, 62 Yaşında, Lise Mezunu).

Toplumsal yaşamda insan ilişkileri pandemi süreciyle beraber gündelik yaşam yeniden düzenlenmeye başlamıştır (Karakaş, 2020). Aktif eylemlerle gerçekleşmiyor olsa dahi Covid-19 salgını, pandemiye deneyimleyen kişilerce insan ilişkilerinin ve gündelik yaşam pratiklerini sorgulanmasına yol açmıştır. Virüs bulaşma ihtimali, “risk almaya değer mi?” sorusunu insanlar arası yakın ilişkilere de taşımıştır. Bunun örneğine E13’ün ve K8’in yukarıdaki doğrudan ifadelerinde rastlanmaktadır.

Pandemiden bağımsız olarak günümüzde, kentsel ve bürokratik kurumsal iş hayatını terk ederek kırsal yaşama yönelen insanların örnekleri de mevcuttur. Kentin imkanlarından yararlanmak adına gerçekleşen kırdan kente göç hareketinin tersine

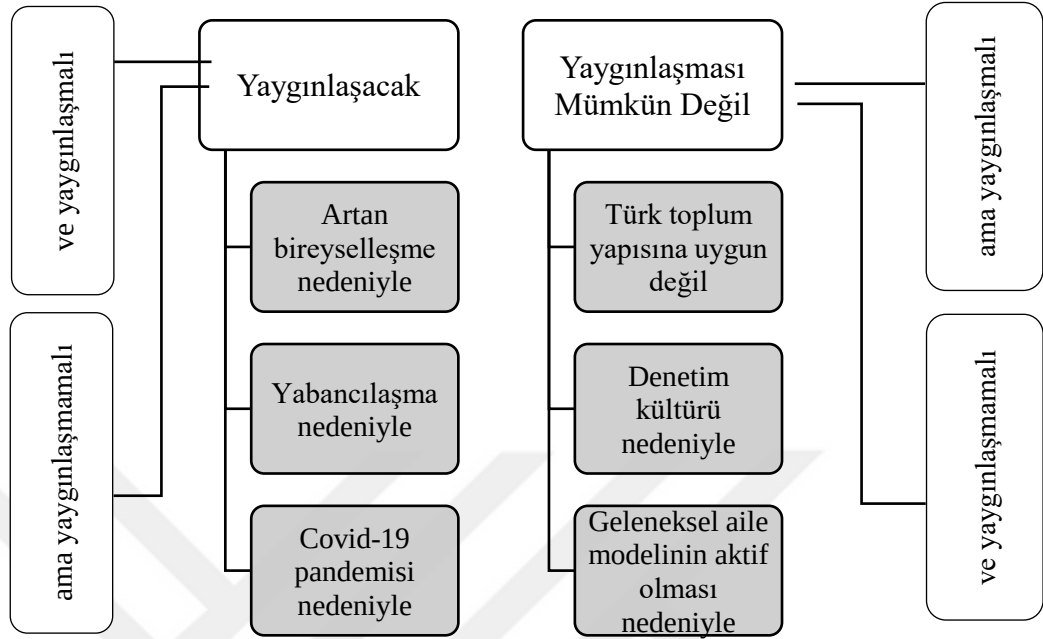
dönmüş olması 2000’lerde araştırmacıların dikkatini çeken bir unsur olmuştur¹⁵. Bu araştırmacıardan biri olan Sürmeli’ye (2017) göre kırdan kente doğru olan iç göç dalgası bugün kentten kıra doğru evrilmiştir. Bu tersine göç olgusu, yoksulluk nedeniyle olabildiği gibi (Hovardaoglu ve Çalışır-Hovardaoglu, 2018) kentin olumsuz koşullarından, karmaşasından kaçmak ve daha izole bir yaşama sahip olmak için de gerçekleştirilebilmektedir (Sürmeli, 2017). **K2**’nin yakın çevresinde gözlemlediği kentten kıra göç durumu, Sürmeli’nin (2017) yalnızlığı tercih etme bağlamındaki göç etme biçimi olduğu görüşünü destekler niteliktedir:

“Eniştemin yeğeni iyi bir üniversitede iyi bir bölümde okudu, mezun oldu geldi burada köyde yaşıyor resmen. 30 yaşında falan tek başına evde yaşıyor yürüyüşe falan gidiyor. Evden internet üzerinden iş yapıyor, alışverişi falan da öyle bazen ilçeye inip oradan da yapıyormuş ama asla şehre gelmiyor. Ailesi yılda bir iki kere gelip görüyor onu” (**K2**, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K2 bu söylemiyle modern gündelik yaşamda yalnızlığın yaygınlaştığını belirtmektedir. Katılımcının sözünü ettiği kırsala göç eden kişinin aile üyeleriyle ilişkilerinin zayıf olduğu anlaşılmaktadır. Bu noktada kentsel yaşamın niceliksel, daha rasyonel (Riesman, 2019) yapısından ayrılıp kırsala yerleşmiş olması yapay-akışkan ve soğuk ilişkilerden, yakın ve sıcak ilişkilere dönüşü anlamına gelmemiştir. Yalnızlık anlayışı kentsel yaşamda kişiye sirayet etmiş ve kırsala kadar onunla taşınmıştır. **K2**’nin ifade ettiği yalnızlığın yaygınlaştığı fikri, tam da bu yayılmacı durumun yaşanmasından kaynaklanmaktadır. Belirtmek gerekir ki **K2** verdiği bu örnek ile yalnızlığın yaygınlaşması gerektiğini “en okumuş insan”lardan birinin dahi yalnız kalmayı tercih etmesi üzerinden idealize ederek anlatmaktadır. Katılımcılardan çoğu bu görüşü desteklerken yalnızlığın yaygınlaşmaması gerektiğini, diğer kesim ise yaygınlaşmasının mümkün olmadığını belirtmiştir. Her iki grup arasında bakış açısı farklılığı olduğu göze çarpmaktadır. Örneğin giderek artan bireyselleşme, yabancılaşma ile yalnızlığın yaygınlaşacağını belirtenler “ama yaygınlaşmalı” veya “ve yaygınlaşmalı” gibi destekleyici ifadelerle yer vermişlerdir. Benzer durum

¹⁵ Pandemi döneminde apartmanlarda yaşayan insanların bir kısmı, zorunlu karantina sürecinde sıkılmamak ve kendi yiyeceklerini topraktan almak adına kentten köye göçü farklı boyutuyla gündeme taşımışlardır. Albayrak’ın (2021) Artvin özelinde gerçekleştirdiği çalışmasında kırsalda evi olmasa dahi kiralama yoluna giden kişiler olduğunu belirten çalışması bu göç biçimini açıklar niteliktedir. Bu noktada pandemi nedeniyle meydana gelen yalnız kalma anlayışının doğa ile iç içe olmaya çalışılarak aşılması çalışıldığı göze çarpmaktadır.

yaygınlaşması mümkün değil diyen katılımcılarda da gözlemlenmektedir. Bu durum Şekil 5.1’de gösterilmiştir:



Şekil 5.1. Katılımcıların yalnızlaşmanın yaygınlaşmasına ilişkin görüşleri

Anlatılarda öne çıkan noktalara bakıldığında, yalnızlaşmanın topluma zarar vereceği genel kabulüyle karşılaşılmaktadır. Bununla beraber, yalnızlaşmanın olumlu bir durum olacağı fakat yaygınlaşmasının mümkün olmayacağını savunanlar da bulunmaktadır. Katılımcıların çoğu için asıl konu, insanların yalnızlaşması, birbirinden uzaklaşması sonucu yardımlaşmayla sağlanan düzenin bozulacak olmasıdır. Karşılaşılan bir diğer bulgu da yalnızlaşmanın hali hazırda başlamış olmasıdır. Katılımcılar bu örnekle henüz toplumsal yaygınlık kazanmamış, bireysel düzlemde karşılaşıldığından söz edilse dahi, bu durumun gelecekte yaygınlaşacağını belirtmektedir. Bu noktadan hareketle yalnızlığın ne denli yaygınlaşacağı konusuna dair yorumda bulunabilmek adına “yalnızlık olgusu geçmişten günümüze ne gibi değişimler gösterdi?” sorusuna yanıt aramak gerekmektedir.

5.3.1. Geçmişten Bugüne Yalnızlık Değişimi: “Kentleşme, Dijitalleşme, Pandemi”

Yirminci yüzyılın ilk yarısında ortalama yaşam süresinin artışı sağlayan kentleşme, endüstrileşme ve beraberinde gelen “zenginlik” aynı oranda nüfus artış hızının yükselmesini sağlamıştır. Göreli refah artışıyla yaşanan nüfus artışı, artan

doğum oranları, yüzyılın ikinci yarısından itibaren düşük ölüm ve doğum oranlarının yaşandığı bir aşamaya geçilmesiyle beraber ilerlemiştir. Demografik dönüşümün bu denli hızlı yaşanması yalnızca nüfusun sayısal yaşam süresini değil aynı zamanda sosyo-ekonomik, kültürel pek çok dönüşümü de beraberinde getirmektedir (Yüceşahin, 2011). Bu noktada öne çıkan asıl unsur yaşlanan nüfusun genç nüfus ile daha uzun süre bir arada yaşıyor olmasıdır (McCrindle ve Wolfinger, 2009). Daha geniş ölçekte bakıldığında yaşlı nüfusun geçmiş hafızası, anıları, yaşantıları bugünün veya *şimdinin* içine sızmıştır fakat bu sızıntı geçmiş ve şimdinin homojen bir karışımı olmadığından içinde bulunan zamanın yadırganması ile sıkça karşılaşılmaktadır. Aynı durum genç kuşakta da karşılaşılan bir durumdur. Aynı zaman diliminde farklı kodların, yaşam tarzlarının yaşandığını anlatan X (1965-1979), Y (1980-1995) ve Z (1996-2020) kuşağı ayrımları bu bağlamda bir anlatı içermektedir.

Yaşam süresinin artışına bağlı olarak X, Y ve Z kuşaklarının bir arada yaşamaya başlamasıyla yaşam akışı ve anlayışlarında bu yön üzerinden çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Her ne kadar bu üç kuşak aynı dünyada yaşıyor olsa da hayata bakışları ve yaşamı anlamlandırışları genel olarak birbirinden farklıdır. Her bir jenerasyon aynı beğenilere, yaşam tarzlarına ve benzer algılara sahip olanlar olarak tanımlanır (McCrindle ve Wolfinger, 2009: 2-3). Taş ve Kaçar'ın (2019: 645) da belirttiği üzere bir kuşak “takriben aynı yıllarda doğmuş, aynı çağın şartlarını yaşamış ve birbirine benzer sorumluluklarla yüklenmiş kişiler topluluğu” olması bakımından, aynı toplumsal yapıyı da işaret etmektedir. Bu anlamda, geçmişin organizasyonu ve şimdinin organizasyonu arasındaki fark toplumsal alanlardaki insan ilişkilerinde yaşanan değişimle de yakından ilişkilidir. Geçmişin yalnızlık görüntüsü ile bugünün yalnızlık görüntüsü arasındaki fark da bu bağlamdan ayrı değildir. Katılımcılar da bu ifadeyi destekleyerek geçmiş ve bugünün yalnızlık olguları arasında farklılık olduğunu anlatmaktadır:

“Dünyanın ve insanların ihtiyaçlarının değişmesi. Eskiden insanlar daha komün bir hayat yaşayıp birbirlerine muhtaçken günümüzde insanlar bireysel olarak da hayatlarını geçirme imkanlarına sahip” (K2, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Dünya şartlarının ve buna bağlı olarak insan ihtiyaçlarının değişmesini yalnızlaşmanın nedeni olarak gören K2 gibi E4 de günümüzde insanların daha yalnız

olduğunu belirtmektedir. Bu durumu Giddens'ın (2019a) ve Bauman'ın (2018) modern toplumsal yaşamda bireyselleşmenin duygusal ilişkilerde zayıflık yarattığı teorileri ile desteklemek mümkündür. Ancak duygusal ilişkilerin zayıflaması ve gündelik yaşamdaki “yalnız insan görünümündeki artış”; modern dönemde acınası bir durum olmaktan ziyade, “rasyonellik” ve “özgürlük” gibi olumlu görülen durumlarla ilişkilendirilerek pozitif bir anlama bürünmektedir. Yalnızlığı tam da bu doğrultuda kişilerin kendi kendilerine yetebilmesi olarak yorumlayan K2 gibi E4 de yalnızlığın bugünkü anlamını insanların birbirine muhtaç olmaması bakımından olumlu bulmaktadır:

“Şimdi herkes daha yalnız. Ama kötü anlamda değil. Birbirine daha az müdahale ediyorlar. Eskiden herkes birbirine karışmış. Bu da hakkı gibi davranmış. Neyse ki eskidi bunlar bugün” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

E4, yalnızlığın bugünkü anlamının modernleşme ile kazanılan özel alan hakkı olduğunu belirtmiştir. Geçmiş olarak tanımladığı dönemlerde yalnızlık arzu edilmeyen bir duygu olarak tanımlandığından, bireylerin birbirlerinin alanlarına müdahalesi daha yoğundur (Riesman, 2019: 107). Geçmişte insanların kurdukları samimi, sıkı ve yoğun ilişki biçimlerinin bireyin yalnızlık tercihiyle engel olduğunu belirten E4, yalnızlığı gerekli görerek bu durumun geçmişte bırakılması gerektiğini ifade etmiştir. Bu tanımıyla yalnızlığın anlamında meydana gelen değişimin olumlu yönde olduğunu anlatmıştır. Tam da bu noktada akla gelen soru şudur: “Yalnız geçirilen zaman, yüz yüze gelişen insan ilişkileri ile doldurulmuyorsa nasıl doldurulmaktadır?” K14 ve E5, görüşme sırasında bu soruya yanıt niteliğinde şunları söylemiştir:

“İşten çıkınca halim kalmıyor ama yine de arkadaşlarımla iletişime geçmekten geri kalmıyorum. Telefonla konuşuyorum, konuşmak istemiyorsam mesajlaşıyorum. Günüm nasıl geçti en kötü bunu anlatıyorum. Aynı anda dizi izleyip görüntülü konuştuğum da oluyor” (K14, 28 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Bireysel olarak yapılabilecek hobilerin artmasıyla insanlar eskiye oranla daha yalnız zaman geçirmekte. Ancak bu hobiler artsa bile insanlar bir grup içine dahil olmaya çalışıyor. Online oyunlarda bir gruplara dahil olarak oyun oynamaya çalışmak buna bir örnektir...” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Gün içerisinde tek başına kaldıkları zamanları nasıl doldurduklarını anlatan **K14** yüz yüze geliştirdiği sıcak samimi ilişkileri dijital ortamda sürdürdüğünü ifade ederken **E5**, tanımadığı insanlarla dijital ortamlarda sosyalleştiğini belirtmiştir. Bu farklılığın yanı sıra katılımcıların yüz yüze ilişkilerin dijitale taşındığını anlatmalarıyla ortak bir noktada birleştikleri görülmektedir. Her ikisi açısından da yüz yüze sohbetlerin yerini görüntülü, sesli veya yazılı konuşma almış; dijital ortamda gerçekleştirilen etkinliklerin yine sanal ortamda bir arada gerçekleştirilebildiği görülmüştür. Bu anlamda dijitalleşmenin yalnızca soğuk (Illouz, 2019) ve akışkan ilişkileri (Bauman, 2017) yaratmadığını; aynı zamanda, sıcak ilişkilerin gelişmesini ve devamlılığını sağlayabildiğini söylemek mümkündür¹⁶.

Bilindiği üzere modern dönemde bireyselleşme ve bireycilik anlayışı yaygınlık kazanmıştır. Özellikle tüketimin kişinin ihtiyaçlarını aşarak ihtiyaç yaratmaya yönelik yapısı (Özcan, 2007) gündelik yaşam akışında kişinin tek başına gerçekleştirebileceği etkinliklerdeki artışı meydana getirmiştir. Bunun örneğini tüketim toplumu özelliklerinin en yoğun görüldüğü Amerika'yı analiz ederek veren Putnam (2000), kapitalizmin boş zamanı bireysel etkinlikler aracılığıyla yeniden kurguladığını anlatırken; kolektif bir etkinlik olan bowlingi yalnız oynayan kişi sayısının arttığına dikkat çekmiştir. Aynı durum, kapitalist sistemin destek verdiği kişisel gelişimin “kendini tanı”, “yalnızlığıyla barış”, “kendini sev” öğretilerinde de mevcuttur. Bu öğretilerde kişinin kendini tanıması, kendi kendine geçirdiği zamanı artırmasını sağlamaktadır. Tüketim şekli, örgütsel olmaktan çok bireysel hazza, öznelliğe bağlı geliştirilmekte ve kişilerin bu doğrultuda hobiler edinmesi sağlanmaktadır. Zamanın tüketimi de hedonizme/hazza dayalıdır. Tüketiciler onları mutlu eden ve onlara haz veren her türlü etkinliğe veya düşünceye yönelir. Yeni sosyal deneyimler, macera arayışı, neşelenme isteği kişilerin tüketim bilinçlerine işlemiştir (Odabaşı, 2019: 152-155). Bu tanımlara paralel olarak **E5**, boş zamanın; bireysel gerçekleştirilen hobiler, kişinin gelişimine katkı sağlayabilecek ve yalnız gerçekleştirilebilecek etkinlikler ile doldurulduğunu ifade etmiştir. Bu etkinliklerin çoğunun (diziler, filmler, kitaplar, oyunlar vb.) dijitalleşmiş olduğu göze çarpmaktadır. Dijital ortamlarda kişinin tek

¹⁶ Snell (2017: 6), bu durumu kapitalizmin belirlenmesi güç ve karmaşık yapısıyla açıklamaktadır. Kapitalizm bir yandan atomik, hareketli ve bireyci eğilimleri artırarak yalnızlığı ve ekonomik kırılganlığı artırmakta, diğer elden insan etkileşimlerini teknolojiye taşıyarak ve dijital ortamlara taşınmasını sağlayarak yalnızlığı azaltabilmektedir.

başına gerçekleştirdiği bu etkinliklerin mutluluğa ve hazza dayalı olduğunu da belirtmek gerekmektedir. Birey dijital ortamda haz alamamaya başladığı an, hiçbir açıklama yapmaksızın ağdan kopma özgürlüğüne sahiptir (Bauman, 2017). Kişiyi daha fazla dijital ortamda tüketime sürüklemek adına dijital hobiler gibi bir başkasıyla sosyalleşmeyi sağlayan dijital-sanal ortamlar da “haz” odaklıdır. Özellikle kişinin haz alamayıp sıkıldığı sırada ağdan kopması ve ağa yeniden bağlanması mümkündür. Haz odaklı tüketimin yükselişinin yanında dijitalleşme ile fiziksel sınırlar büyük oranda ortadan kalkmıştır. İstenilen her an, istenilen yerde bağlantıda olmak ve etkileşim kurmak çok kolaydır. Bu durumu teknolojinin avantajı olarak yorumlayan **K1**, dijitalleşmenin fiziksel bir aradalığı azalttığını belirtirken şu noktalara dikkat çekmiştir:

“Eskiden daha yalnız olduklarını düşünüyorum. Birini görmek için fiziksel mesafeyi aşman gerekiyor çünkü. Şimdi salgın dönemindeyiz mesela. Herkes birbirleriyle telefon aracılığıyla iletişim kurabiliyor kolayca. Eskiden fiziksel bir arada olmak bir zaruriyetken şimdi o durum ortadan kalktı” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).

Bu anlatıdan da görüldüğü üzere, geçmişte fiziksel mesafenin aşılması iletişim kurmak açısından bir zorunluluktur. Mevcut fiziksel mesafe aşılmadığında yalnızlık meydana gelmektedir. Ayrıca, **K1**’e göre, iletişimin dijitalleşmesi yalnızlaşma yaratmamış, aksine yalnız kalma ihtiyacını doğurmuştur:

“Ama eskisine kıyasladığımda şu da var; bir işte çalış ya da çalışma fark etmez, insanların tek başlarına geçirdikleri zaman arttı. Kadınlar ev dışında da ücretli işlerde daha çok çalışıyor artık. Ev zamanı giderek azalınca, dışarıdaki sosyalleşme de artmış oluyor ister istemez. Onun için günümüzde insanların yalnızlığı değil, yalnız kalma ihtiyaçları arttı bence” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).

K1 evi, kişinin kendine kaldığı özel bir yer olarak görmektedir. Nitekim yalnızlık üzerine çalışan Svendsen (2019: 165) de evi, kişinin tek başına kalabildiği, kendini dinleyebildiği ve özel yaşam kurduğu mekân olarak tanımlar. Ev, ilk çağlarda doğadaki tehlikelerden korunmayı sağlayan bir sığınak iken ilerleyen çağlarda kültürü yansıtan ve aile yaşamını sürdürülen fiziksel ve duygusal mekâna dönüşmüştür. Öyle ki eşlerin birlikteliğini anlatan “evli” kelimesi dahi duygusal bir mekânı ifade eder hale

gelen evden türemiştir (Duben, 2016). Bu duygusal mekân modern yaşamda kentsel hayata geçiş ve bireyselleşme ile daha rasyonel bir hale bürünerek duygusal anlamını yitirmeye başlamıştır. Yalnızca bir kişinin barınmasını sağlayan, kişiselleştirme yapılmadan çoğunlukla eşyalı kiralanan 1+1 ve tek odadan oluşan stüdyo daireler bunun örneğidir (Ünlü, 2015). İnsanların yalnız yaşamalarının arttığı modern dönemde (Snell, 2017; Erdoğan, 2021) ev, özel zamanın daha da bireyselleştiği, yalnızlık ihtiyacının karşılandığı bir mekâna dönüşmüştür.

Modernleşme ile gerek kadınların gerek erkeklerin ev dışında uzun saatler boyunca çalışmaya başlaması, ev içinde kişinin gönüllü olarak seçtiği yalnız kalınan veya kalınabilecek süreyi kısıtlamıştır. Çalışma hayatı iş bölümlerinden ötürü bireyi zorunlu olarak iletişim kurmaya ve sosyalleşmeye itmektedir. Diğer yandan iş yaşamında gerçekleştirilen zorunlu ilişkiler dışında kişiler, sıcak-duygusal ilişkileri geliştirmekte zorlanabilmektedir. Bu bakımdan fiziksel olarak yok olan yalnızlık, duygusal açıdan daha belirgin bir hal alır. Nitekim literatürde iş arkadaşlığı konulu çalışmaların iş verimini artırıcı boyutuyla çalışılması iş yerlerinde yakın-samimi iletişimler kurulmadığını göstermekte ve duygusallığın araçsallaştırıldığını ortaya koymaktadır (Yılmaz ve Aslan, 2013; Oğuz ve Kalkan, 2014). Benzer biçimde evden çalışma da kişinin yalnızlığını artırmaktadır (Kıcıır, 2019). Bu noktalardan hareketle çelişkili biçimde; yalnızlığı duygusal boyutuyla ele aldığımızda, duygusal bağın kurulmadığı, resmi ilişkilerin geçerli olduğu iş yaşamında insanların daha “yalnız” kaldığı ve bir arada olmak-çalışmak zorunda kalmaları sebebiyle yalnız kalamamalarının söz konusu olduğu görülmektedir. **K1** iş yaşamında fiziksel mesafe koymanın giderek güçleştiğini belirtirken, **E1** de insanların iş yaşamı nedeniyle duygusal olarak yalnızlaştığını belirtmektedir:

“Şimdiki gençlerin gençliğiyle bizim gençlik bir mi? Ha dedik ordayız, söylemek gülmek. Şimdi herkesin hayat derdi koşturmacası. Biz çok çalıştık ama yaşadık da. Şimdiki ne neşe ne başka bir şey. Çalışıyorlar hep. Daha zor şimdide yaşamak herhalde. Yalnızlar gençler de yalnız. Çocuklar da yalnız. Biz büyük aile idik. Şimdikilerin kardeşi bile yok doğru düzgün. Hele onların yaşlılığı daha da ıssız olacak” (E1, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

E1’in anlatısında öne çıkan bir diğer durum da ailenin küçülmüş olması ve aile ilişkilerinin günümüzde giderek çözülüyor olmasıdır. Benzer biçimde **K5**’e göre,

günümüzde herkes daha yalnızdır. Bunun nedenlerini ise şu şekilde sıralamıştır: “Şehirleşme, kadının iş hayatına girmesi, köyden kente göçler, çekirdek aile, kültürel gelenek ve adetlerin önemini kaybetmeye başlaması ve benzeri şeyler” (K5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu). Değindiği üzere, K5 tıpkı K1 gibi kadının kamusal alanda daha aktif yer aldıktan sonraki dönem olan günümüzde, yalnızlaşmanın arttığını vurgulamaktadır. Bir bakıma geçmiş ve günümüzün cinsiyet rolleri değişime uğramış, kadın ve erkeğin yerine getirmesini gerekli gören toplumsal beklentiler dönüşmüştür. Kadının kamusal alana eklemlenmesi, kendisine atanmış ev içi rollerinden uzaklaşmasını ve ev içi sorumluluklara erkeğin dahil edilmesini sağlayacak şekilde düşünsel olarak tasarlanmış; hem ev içi hem de kamusal alandaki sorumluluklar cinsiyet farkı gözetmeksizin pay edilmeye çalışmıştır. Bu durum büyük oranda tasarı olarak kalsa da durumun bir çıktısı olarak, geleneksel ve geniş aile kavramı giderek yerini görece eşitlikçi modern çekirdek ailelere bırakmıştır (Canatan, 2016). Çekirdek ailelerin kişi sayısındaki sınırlılığı ise, K5’e göre yalnızlığı doğurmaktadır. Öte yandan çekirdek aileler K5’in nezdinde, kültürel örf ve adetlere geniş ailelere nazaran daha az bağlı görülmektedir. Bilhassa Türkiye’de yaygın olan bayramlar, ziyaretler gibi aileleri bir araya getirme özelliği olan özel günler günümüzde giderek kaybolmaktadır. Çekirdek ailelerin diğer aile üyeleriyle daha az bir araya gelmesi; genç kuşak için yalnızlığın aileler tarafından öğrenilmiş bir alışkanlığa dönüşmesine yol açmasının yanı sıra bireyciliğe, kimlik çatışmalarına, kuşak problemlerine de neden olmaktadır. Bir başka deyişle, çekirdek ailelerin yaygınlaşması gençliği “yalnızlığının kronikleşmesine” itmiş; geleneksel ailelerin işlevleri teknolojiye ve sosyal medyaya devredilmiştir. Kişilerin birbirlerine olan gereksinimleri teknoloji ve sosyal medya üzerinden sağlanmaya başlamıştır (Sarı, 2016: 96-97). Böylece yalnızlık günümüzde normal bir form olarak görülmeye başlamış, çekirdek aile bu durumun itici gücü haline gelmiştir.

Araştırma bulgularında yalnızlaşmanın kaynağını kentlileşen aile yapısındaki değişim olarak görenlerin yanı sıra, kentin kendisine yabancılaşma ile de ilişkilendirenler olmuştur. 58 yaşındaki K3 hem mahalle hem de hızlı kentleşme ve kırdan kente göç sonrası değişimleri deneyimlemiştir. Hızlı kentsel değişimlerdeki yalnızlık anlamları arasındaki farklılaşmayı ve ilişkiyi bu açıdan değerlendirmiştir:

“Şimdi herkes daha yalnız. Benim çocukluğumdaki mahalle kültürü, mahalle yaşantısı insanları daha bir arada tutuyordu. Şimdi apartman yaşayışı insanları birbirinden uzaklaştırıyor. Çocukluğumda, mahallemde bütün evler bahçeliydi ve bahçelerden birbirlerine açılan bahçe kapıları vardı. Çocukluğumuzda biz, sokak aralarında oynardık ve herkes birbirini tanırdı. Kimsenin kimseden üstün bir yanı yoktu. Aynı mahallede zengin bir tüccar da otururdu, işte, geçimi daha dar olan ailelerin oturduğu bir mahalleydi aynı zamanda ama kimsenin kimseyi hiçbir şekilde ezmezdi. Korurdu. Birbirine bakan camlardan sohbetler edilirdi, birbirine gitmek gerekmezdi. İletişim şekli de farklıydı” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Tamamen yabancılaştık birbirimize kentleşmeyle. Ben en son hatırladığım, kapı kapı dolanır şeker toplardım. İşte bütün köyde, akraba da değil sadece. Ne zaman o bağ kopmaya başladı biliyor musun anneannem öldüğünde. Bizi bir araya toplayan anneannemdi. Hep orda toplanırdık anneannemin evinde, işte dayılar teyzeler vs. yine babaannem de aynı şekilde. Ne zamanki o en büyükler vefat ediyor artık insanlar böyle çil yavrusu gibi saçılmak derler ya... işin içine bir de şu giriyor şimdi biz küçüktük, hepimiz bekârdık, gelinlik çağına gelip, evlilik çağına gelip ayrılanlar da evden uzaklaşıyorsun ya ilişkilerin azalıyor. Gittiğin yerde evlendiğin kişinin ailesiyle bir şey kuruyorsun. O zamanlardan çok yabancılaştık. Önceden kapılar açık kalırdı, gelen giden olur diye, şimdi kapıların arkasından bakıyoruz” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

Anlaşıldığı üzere kentsel yaşama geçiş, mekânsal farklılaşmanın yanında duygusal ilişkilerde de değişimler yaratmıştır. K3 duygusal ilişkilerdeki değişimini yaşam alanının farklılaşması açısından anlatmıştır. Kentsel yaşama bağlı ilişkiler, müstakil evlerin bulunduğu ve mahalle kültürünün hâkim olduğu yapıdan, yüksek katlı binalardaki komşuluk ilişkilerine evrilmiştir. Mahalle kültürü bir geçiş niteliğinde yüksek katlı bina yaşamına da taşınmıştır. Ancak bu durum belli bir süre sonra yok olmuştur:

“Ne zaman ki büyük katlı binalar inşa edilmeye başladı, mahalle kültürü geride kalmaya başladı ondan sonra bizim için değişmeye başladı. Aynı mahallede kalan kişiler için ne şekilde devam etti onu bilmiyorum ama gerilediği kesin. Komşuluk ilişkileri yakınlıklar değişti illaki ama apartmana ilk taşındığımızdaki

komşuluk ilişkisi yine de çok iyiydi. Çok canlıydı her şey, bir apartman boyunca. İnsanlar birbirini seviyor ve birbirleriyle iletişimde bulunmak istiyorlardı. Günlerini güzel geçirmek, birbirine gerçekten zaman ayırmak ve öğrenmek için bir araya geliyorlardı. Şimdi ona ihtiyaç yok pek. Bir televizyon açınca bile bunlar kendiliğinden oluyor artık. İnsanlar birbirlerine ihtiyaç duymuyorlar. En basitinden bıçkı dikiş için bile bir komşu ötekine gider bunu ondan öğrenir ve yapardı. Şimdi öyle değil ki, al eline (telefonu), aç bak, öğren yap ama iyi olur ama olmaz. Bir şekilde herkes bir şeylere ulaşabiliyor artık” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K3’ün belirttiğinin dışında kentin belli alanlarında duygusal bir aradalığın güçlü olduğu mahalle kültürünün devam ettiği görülmektedir. Bu kültürün çevre illerden veya kırsal alanlardan göç edenler arasında yaygın olduğu E3 tarafından şu şekilde ifade edilmiştir:

“Gümüştaneliler çok ya burada örneğin, bunların hepsi belli mahallelerde toplanıyorlar. Toplanmalar belli mekanla sınırlı kaldığı için küçük çaplı değişimler yaşıyor” (E3, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

E3’ün anlatısından anlaşıldığı üzere, bir yere dışarıdan gelmek ve dahil olmaya çalışmak ilk etapta içe kapanmayı, dışarıdan gelen “ötekiler” ile birlik olmayı gerektirmektedir. Bu anlamda “ötekiler” bu kimlik altında duygudaşlık yaşarken; geçmişten beri kentin sakini olan kişi sayısının azalması duygudaşlığın azalmasına neden olabilmektedir. Her iki durumda da kenti paylaşan sakinler, yabancılaşmayı farklı boyutlarıyla deneyimlerler. Bu bakımdan göç olgusu, bireyi yabancı, yalnız ve kırılgan kılmaktadır; buna ek olarak kentsel yalnızlığın kaynağı ekonomik koşullar da olabilmektedir:

“Eskiden parası olan esnaflık yapabiliyordu. Mahallelerdeki küçük bakkal dükkanlarını söylemiyorum. Ama mesela merkezde bir ayakkabıcı, bir kumaş mağazasının sahibi bunlar hep kalburüstü kimselerdi. Seçkinlerdi. Hepsini tanırdın. Şimdi öyle değil. İsteyen kredi alabiliyor, açabiliyor, batıyor belki yerine başkası açıyor. Onun için tanıımıyorsun kimseyi, simalar yabancı olmaya başlıyor. Zaten artık kendi zamanımızdaki arkadaşlarımızı aynı yaş grubumuzdakilerle bile karşılaşmıyoruz artık. Eskiden yolda yürürken bir yere gidemezdik 2000’lerin başlarında, adım başı bir tanıdık görüp sohbet eder yola

öyle devam eder ama dura dura giderdik. Her yüz tanıdıktı” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Tek başınıza geçinmeniz bile zor. Bir evde en az iki maaş olmalı ki o bile zor. Ekonomi yalnızlık ilişkisi böyle bence. Bunun için evlenen insanlar var” (K12, 27 Yaşında, Lisansüstü).

Görüldüğü üzere katılımcılar kentin ekonomik koşullarında meydana gelen yabancılaşma ve yalnızlıktan söz etmiştir. **K3** bunu, kentteki iş yerleri sahiplerinin ekonomik koşullar nedeniyle sürekli değişmesi üzerinden ve duygusal ilişki kurmanın güçlüğü ile anlatırken; **K12** kentsel yaşama katılım ve sosyalleşme açısından ekonomik durumun önemi ile açıklamıştır. Ekonomik durumun kaynağı gibi görülen kentleşme, katılımcılarca tıpkı dijitalleşme ve pandemi gibi yalnızlık nedeni olarak görülmüştür.

Sonuç itibariyle, geçmişten günümüze yalnızlık tanımında meydana gelen değişimlerin genel olarak değerlendirildiği bu başlık altında, yalnızlık açısından geçmiş ve bugün ayrımının gerek kent gerek pandemi gerekse dijitalleşme ile açıklandığı görülmektedir. Bu bakımdan araştırma açısından geçmiş-bugün ifadeleri önemli birer ayrımı vurgulamıştır. Katılımcıların bu ayrıma ilişkin genel ifadeleri Tablo 5.3’te işaretler ile verilmiştir:

<i>Kod</i>	Eski-Şimdi Karşılaştırması		Yalnızlaşmanın Olumlu-Olumsuz Değerlendirmesi		Değerlendirmenin Fiziksel veya Duygusal Açıdan Yapılması	
	<i>Eskiden Fazlaydı</i>	<i>Şimdi Fazla</i>	<i>Olumlu Yönde</i>	<i>Olumsuz Yönde</i>	<i>Fiziksel</i>	<i>Duygusal</i>
K1	+			+	+	
K2		+	+		+	+
K3		+		+		+
K4		+	+		+	+
K5		+	+			+
K6		+	+		+	+
K7		+	+		+	+
K8		+		+		+
K9	+	+	+	+	+	+
K10	+	+	+	+	+	+
K11		+		+		+
K12	+		+		+	+
K13	+	+	+	+		+
K14		+	+	+	+	+
E1		+		+		+
E2		+	+			+
E3		+		+		+
E4		+	+		+	
E5		+	+			+
E6		+	+			+
E7		+		+	+	+
E8	+	+	+	+	+	+
E9	+	+	+		+	+
E10	+	+	+	+		+
E11		+		+	+	+
E12		+		+	+	+
E13		+	+	+		+
E14		+	+	+		+

Tablo 5.3. Yalnızlığın geçmiş ve şimdi arasındaki farkına ilişkin genel değerlendirme

Tablo 5.3'te sıralananlara bakıldığında her katılımcı yalnızlığın geçmiş-şimdi açısından farklılaştığını belirtmiştir. Eskiden yalnızlık daha fazlaydı diyen katılımcı sayısı ($f=8$), şimdi daha fazla diyen katılımcıdan ($f=26$) daha azdır. Yalnızlığın artışının olumlu olduğunu belirten katılımcılar ($f=19$) ise olumsuz olduğunu belirten katılımcılardan ($f=17$) fazladır. Ayrıca katılımcılar bu karşılaştırmayı yaparken fiziksel ve/veya duygusal yalnızlık açısından tanımlamalara gitmiştir. Yalnızca fiziksel yalnızlık tanımı yapan 2, yalnızca duygusal tanıma giden 13 kişi vardır. Her iki yönüyle yalnızlık tanımı geliştiren kişi sayısı ise 13 olmuştur.

5.3.2. Toplumda Yalnız Kişi: “Bekâr, Çocuksuz, Dezavantajlı, Aykırı”

Toplumda kimin yalnız, kimin yalnız olmayan olarak tanımlanacağını belirlenmiş bir kuralı, değerlendirme ölçütü yoktur. Buna rağmen tıpkı toplumdaki diğer normatif kurallar gibi yalnız kişi tanımının da sessiz bir kabul ile oluşturulduğunu söylememiz mümkündür. Hemen her insanın zihninde *yalnız kişi kimdir?* sorusunun bir karşılığı bulunmakta ve bu tanımlar çoğu zaman toplumdaki yaygın bakış açısından, değer yargılarından, anlatı şemalarından oluşturulmaktadır. İşte tam da bu noktada, herhangi bir yazılı kural olmamasına rağmen bir özelliği itibarıyla öne çıkan birilerinin ‘yalnız’ kişi olarak tasvir edilmesindeki ortak nedenin ne olduğu ve neden bu özelliğin seçildiği sorgulamaya açılmalıdır. Tüm bu sorgulamalar gerçekleştirilirken, yalnız kişi tanımının oluşum dinamiğinin toplumsal kökenli olmadığı düşünülemez. Nitekim; yalnız kişilerin, yakın ilişkilere sahip olmayan kimseler olduğunu belirten katılımcılar aynı zamanda toplumsal yaşamda tasarlanan yakın ilişki tanımını gündelik dil üzerinden oluşturur, yine dil üzerinden bir örneğini sunarlar. Bu dilsel ifadelerden biri olan; gündelik yaşamda bireyin karşılaştığı önemli sorulardan biri kişiyi tanımlayan cinsiyetinden hemen sonra gelen medeni durumunun ne olduğudur. Bu iletişimlerde evli olmak arzu edilen konumda, bekâr olmak ise küçümsenecek bir durumu anlatmaktadır (Lahad, 2013). Bu durum evli olmayanlar tarafından gündelik deneyimlerine dayanarak eleştirilebilmektedir. Özellikle evli olanların evli olmayanları dışlayan söylemleri (Budgeon, 2008) toplumsal açıdan yalnız kişinin kim olduğunu işaret etmektedir. Bu durum, evli olmayan **E9**, **K13** ve **E4**’ün toplumda genel kabul gören *yalnız olmak eşittir evli olmamak* denklemini vurgulayan evli bireylere getirdikleri eleştirilerde görülmektedir:

“Bekârlar yalnızdır. Böyle tanımlanıyor. İşte kimse yok yanında ya ondan. Düzensiz gibi görüyorlar seni hele erkeksen ve bekârsan. Hep duyduğum şey bu, evlen düzenini kur, bir düzenin olsun. İstedğin kadar kendi evin olsun paran olsun, akraba eş dost arkadaşın olsun, evli değilsen yalnızsın. Bekarlara sor hepsi aynı şeyi söyler eminim [...] Ben kendimi yalnız bir insan olarak görmüyorum ama çevredekiler görüyor. Kime göre tanımlayayım şimdi? Ben görmüyorum çünkü istediğimde insanlara ulaşabiliyorum. Annem bekârım diye yalnız olduğumu iddia ediyor ama ona göre yalnızım” (**E4**, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Kesinlikle evli değilsen ve çocuğun yoksa. Çevremdeki tüm arkadaşlarım değişti evlendikleri için, o kadar yani sen düşün. Baktım tüm muhabbetlerimiz işte şu var o da bekâr bir görüşsen mi ne dersin hı? Başta iyi niyetle başlayan sonra dalgaya döner... Yalnız olmayı bırak, hani o en iyi şeyi diyelim, etkisi, insanların seni eksik görmesi. İstersen en iyisi ol her şeyin, Everest’e çık, dünyaları kazan o evli olan yine sana bakıp ‘ama bir ailesi olamadı yazık’ der. Der yani emin ol. Evliliği çok kötü olanlar da böyle. Neden ama diyeyim mi işte çocuğu var diye ya da yalnız kaldığında birisi ona sırt çevirdiğinde eşine gidiyor. Yalnız olmadığını sanıyor. Aslında öyle değil. Onun yalnızlığı görülüyor sadece, evli olmayanın görülüyor. Benimki görülüyor. O üstünü örtüyor böyle sadece” (E9, 43 Yaşında, Lise Mezunu).

“Kendimden örnek vereyim hiç evlenmemiş olanlar. Mesela kardeşim boşandı ama çocukları var yani o yalnız sayılmıyor” (K13, 41 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Bekârlık ve yalnızlık ilişkisini inceleyen çalışmalar, yalnız yaşayan bireylerin eşi olanlara oranla daha fazla kişiyle ilişki kurduğunu ve etkileşime sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Erdoğan, 2021: 300). Bu açıdan E9’un da “benimki görülüyor. O üstünü örtüyor” şeklindeki şu sözleriyle evli-bekâr bireyler arasına çektiği sette, aynı görüşü desteklediği göze çarpmaktadır. E4 ve E9 bahsettiği durumu bizzat deneyimlemiştir. Benzer bir tanımlama, E1’in (82 Yaşında, Lise Mezunu), “*evlenir çoluk çocuğa karışırsın*” söyleminde de açığa çıkmaktadır. Bu durum tüm toplumda, erkek ve kadın için ayrılmaz ortak bir beklenti olarak görülmesine karşın, erkek açısından tamamlayıcı olarak değerlendirilmektedir. E4’ün evlilik ile belirttiği ve ortaya çıkardığı durum “erkeklik” ile de yakından ilişkilidir. Tıpkı kadın olmanın belli ritüelleri olduğu gibi erkek de toplumsal cinsiyet tanımı altında; biyolojik varlığının ötesinde sosyal anlamda tasarlanır, inşa edilir ve anlamlar kazanır. Erkek, toplumsal yaşamda, “*mertlik, dürüstlük, cesur, dayanıklı ve güçlü olma, aile reisi olma ve namusunu koruma*” gibi bir dizi toplumsal cinsiyet rolü ile anlatılır. Bu bağlamda öğretiler, sosyal rolleri biyolojik özelliklere yapıştırır ve doğal bir bütünlük gibi sunar (Arık, 2016: 230). Erkeklik, bu özelliklere sahip olmakla özdeşleştirilerek tek tipleştirilir. Ritüeller bağlamında erkek doğar, sünnet edilir, askere gider, iş bulur ve evlenir (Selek, 2018: 19). Evlilik neticesinde baba olarak evin reisi konumuna gelir ve

güçlenir. Bu anlamda erkeklik, toplum tarafından inşa edilmiş bir kategoridir. Bu ritüellerden birini evlenmediği için gerçekleştirmemiş olan **E4**, “*düzensiz görüyorlar seni hele erkeksen ve bekârsan*” derken bu noktaya işaret etmektedir. Çünkü, erkek kimliğinin tamamlanması evlilikten geçmektedir. Bir diğer anlatımla erkeklik, “kadınsı” kabul edilen ev işleri, bakım işleri gibi bir dizi işlemi dışlamayı gerektirir (Sancar, 2014: 24). Bu örülü kurallar çerçevesinde bakıldığında; eğer erkeklikten söz edilecek olursa “erkek adam kendi işini yapamaz” yargısıyla karşılaşmak kaçınılmazdır. Bekâr bir erkek olması nedeniyle **E4** de çevresindeki insanlar tarafından bu kıstasa sokulmuş, gündelik ilişkilerinde kendine yetemeyeceği vurgusuyla sürekli olarak karşılaşmıştır. Arkadaşlarının olması, hayatında değer verdiği insanların olması, insanlarla sürekli iletişim ve etkileşim kurması onun ailesindeki kişilerce “yalnız” olarak nitelendirilmesinin önüne geçememiştir. Çünkü ataerkil kodları benimsemiş aile üyelerine göre bekâr bir erkek, gerek fiziksel gerek duygusal açıdan yalnızdır.

E4’ün yalnız kişi tanımında öne çıkardığı evlilik söylemini destekleyen diğer katılımcı **K3** olmuştur. **K3**’e göre erkek ya da kadın olmak fark etmeksizin evli olmamak toplumsal yaşamda kişilerin “yalnız” olarak tanımlanmalarına sebep olmaktadır:

“Evlenmemiş olanlar yalnız olarak tanımlanıyorlar. İleri yaşta olan insanlar bir de. Çocukları olmayanlar da yalnız sayılıyorlar. Hem ileri yaşta hem de çocuksuz olanlar. Bunlar...” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Çocuksuz olmak, evlenmemek ile doğrudan ilişkili gibi görünse de evlenip çocuğu olmayan veya gönüllü olarak çocuk yapmayan (Lahad, 2013; Sever, 2015; Salman Yıkıms, 2018; Önder Erol, 2018) kişilerle karşılaşmaktadır. Tıpkı evliliklerin yalnız kalmamak için önemli bir adım olduğu fikrindeki gibi çocuk sahibi olmak da aynı kuldardadır. Evli olmamak ve çocuksuz kişi olmak tanımlarının dışında karşılaştığımız bir diğer anlatı, ailesiz ve/veya kimsesiz olmaktır:

“Hayatınızda biri yoksa, ailenizi kaybetmişseniz, arkadaşlarınızı kaybetmişseniz veya arkadaşınız yoksa yalnız sayılırsınız [...] Bence toplumda kimsesizler yalnız olarak tanımlanır. Her şeyini kaybetmiş kimsesi kalmamış insanlara yalnız deniyor bence. Etrafında bir kişi olsa bile toplumda o yalnız değil. Bir başına yaşayan insanlar ya da ailesini kaybetmiş kişiler yalnız olarak

değerlendirilmekte bence toplumda. Her işlerini kendileri yapmak zorunda oldukları ve yanlarında onlara destek yardımcı kimse olmadığı için böyle nitelendiriliyorlar bence” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Toplum genelde çevresinde arkadaşı olmayan, sevgilisi veya eşi olmayan kişileri yalnız olarak tanımlar” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Aile kurmaya, toplumsal anlamda büyük önem atfedilen perspektifin gelişiminde tıbbi bakış açısının da fazlasıyla etkisi vardır. Günümüzün hakim tıbbileş(tir)me söylemleriyle duygusal ilişkilerin yapısı ve kişinin duygu repertuarı , kişilerin ne kadar sağlıklı olduğunu gösteren önemli bir ölçüt haline gelmiştir (User, 2020). Sağlıklı-yakın ilişkiler kurmak, evlenmek, çocuk sahibi olmak ve onu büyütmek, aile olmak sağlıklı olmanın devamlılığını sağlayan ana unsurlardır. Bu durum, toplum olmanın da temeli kabul ediliyor olup pronatalist¹⁷ ve aileci kültür ile temellenmiştir. Ailecilik, ailenin her şeyin temeli olduğu kadın-erkek ilişkilerinin ve rollerinin bunun üzerinden tasarlanmasını anlatan bir ideolojidir. Pronatalist kültür ise benzer biçimde, doğumu ve nüfus arttırmayı hedefleyen; erkeğe ve kadına belirli roller sunan ancak bu rolleri evliliği zorunlu tutarak geliştiren anlatıları ve yaşayışları kapsar. Her ne kadar demografik veriler 1990’lardan sonra evlilik ve doğum oranlarının azaldığını gösteriyor olsa da Türkiye hala aileci ve pronatalist kültür eksenli toplum yapısına sahiptir (Öztan, 2014: 179). Türkiye’de ilk evlenme yaşının ortalamasının erkeklerde 27,9 kadınlarda ise 25,1 (TÜİK, 2021) olduğu göz önünde bulundurulduğunda Öztan’ın (2014) söyleminin geçerliliğini koruduğu söylenebilir; nitekim 25-27 yaş arasında değişen ilk evlilik yaşı, eğitim yaşamının bittiği erken bir zaman dilimine denk düşmektedir. Bu düşünceler ekseninde E5, K4 ve K3’ün; bekâr, duygusal ilişkisi ve çocuğu olmayan kişilerin toplumdaki yalnız kişiler olarak damgalandığını belirtmesi anlamlı bir zemine yerleşmektedir. Bir diğer anlatımla toplumdaki ailecilik anlayışı, kimin yalnız olduğunu da belirlemektedir.

K5 ise aileciliğin bir başka boyutuna dikkat çekerek, ailesi olmayan veya aile desteğinden çeşitli bakımlardan yoksun olan toplumdaki dezavantajlı grupları işaret

¹⁷ Pronatalizm sözcüğü nüfus biliminde doğumu arttırmaya yönelik politikaları anlatır biçimde kullanılmaktadır. Pronatalizmin bu çalışmadaki kullanımı ise büyük oranda Salman Yıkmış’ın (2018) işaret ettiği “kültürel” boyutunu içermektedir.

etmiştir. Bunlar özellikle bazı bakım kurumlarında yaşantısını sürdüren yaşlılar, engelliler ve çocuklardır:

*“Kurum bakımı altında kalan **yaşlılar, engelliler, genç ve çocuklar**. Sokakta yaşamayı tek başına sürdürmeye çalışan insanlar. Kurum bakımı altında kalan çok az bir azınlık kurum bakımına kendi istekleriyle yerleştirilmekte, devletin sosyal politikaları olsa da buradaki bireylerin duygusal anlamda yoğun bir yalnızlık çektiğini düşünüyorum. Sokakta yaşayan insanlar için ise yalnızlığın hem duygusal hem fiziksel hem de maddi anlamda olduğunu düşünmekteyim”* (K5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Engellilik, yaşlılık, gençlik ve çocukluk biyolojik olduğu kadar sosyal yönleri olan olgulardır. Yalnızca fiziksel bakımı değil aynı zamanda duygusal ilgiyi de gerektirmektedir. Bu açılardan K4’ün E5 ve K5’in anlatılarında; fiziksel açıdan yalnız olmanın, duygusal yalnızlığı da beraberinde getirdiği vurgusu yapılmaktadır. Daha açık bir ifadeyle kendi bakımını sağlayacak durumda olmayan bireylerin yanlarında bakım sağlayan bir kişinin bulunuyor olması, bu kişilerin yalnız olarak tanımlanmasını engellemektedir. Ancak yine aynı kişilerin, ölüm vb. sebepler ile kaybettikleri ilişkilerin yarattığı duygusal boşluk nedeniyle de yalnız olarak tanımlandıkları göze çarpmaktadır. İstisnaları olmakla birlikte, yaşam akışı açısından düşünüldüğünde yaşlılar, gençlere oranla daha fazla yakınıni kaybetmektedir. 82 yaşındaki E1’in deneyimi de bu yöndedir:

“Gençken etrafın dolup taşar. Zannedersin ki hep öyle olacak. Bilirsin tabi olmayacağını da işte yaşarken bir kalabalıktır gider. Yaş ilerleyince yavaş yavaş boşalır çevren. Yaşlılar yalnızdır. Üstelik de görmezsin onları, Dışarı çıkamıyoruz artık. Sanıyor ki gençler yokuz. Kalksam şu kahveye gitsem kimi tanırım. Kimse kalmadı ki. Bizler yalnızız” (E1, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

“Bence toplumda yaşlılar daha yalnız. Hem duygusal hem de fiziksel olarak. Hem fiziksel olarak kısıtlanmış oluyorlar hem de duygusal olarak sevdikleri insanlardan uzak kalıyorlar. Bir de LGBTİ bireylerin çok yalnız olduğunu düşünüyorum. Kendilerini tanımladıkları kimlikleri kabul edilmediği için daha güvensiz oluyorlar, paylaşım noktasında da yalnız kalıyorlar. İçlerini dökcekleri kimseleri yok gibi. En azından kendini başka kimliklerle tanımlamış, kabul etmiş kişilere oranla” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).

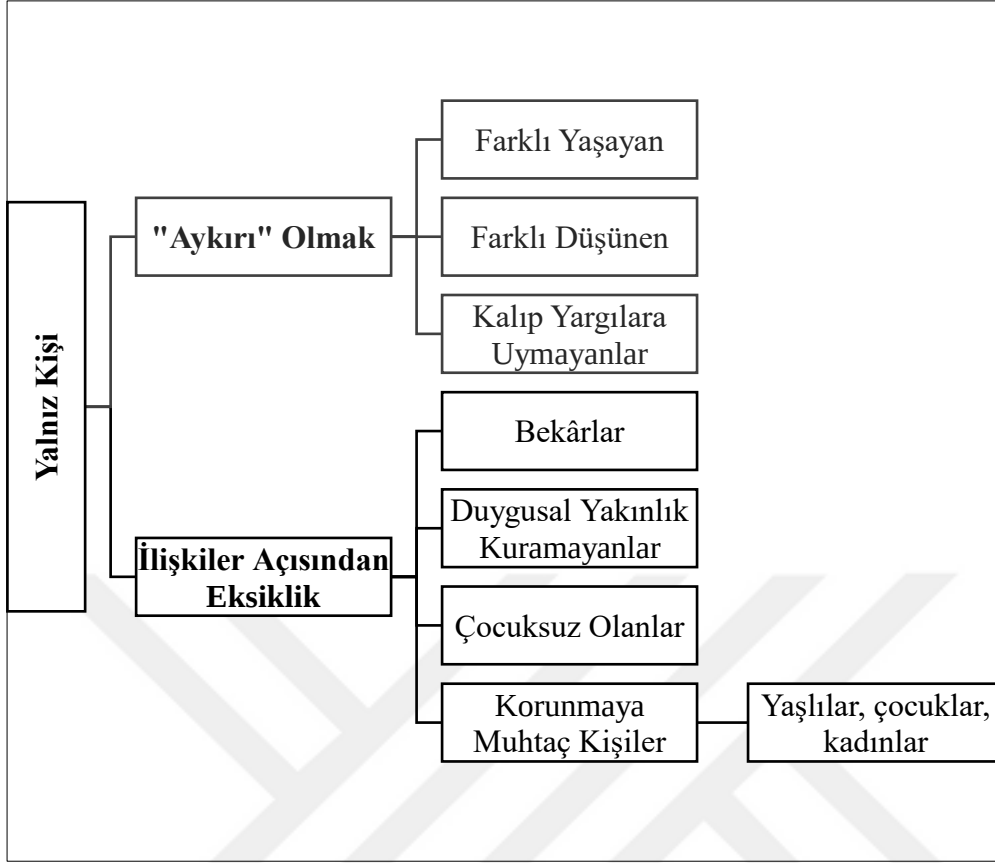
K1'in yukarıdaki ifadesine bakıldığında ilk olarak yaşlıların durumuna vurgu yaptığı görülmektedir. Yaşlıların yalnızlığı, fiziksel olarak kısıtlanmış olma nedeniyle başlar ve duygusal açıdan yalnızlaşmalarıyla son bulur. Kendisini yaşlı olarak tanımlayan **E1**, **K1**'in ifadesini destekler nitelikte yaşlılık ile çevrelerindeki insan sayısında bir azalma yaşandığını belirtmiştir. Araştırmanın bu bulgusu Baran vd. (2020: 87) çalışmasında karşımıza çıkan yaşlıların sosyal ilişki ağlarının genellikle aile üyeleri olması sonucuna benzer bir nitelik taşımaktadır. Yaşlıların dışındaki yalnız kişilere bakıldığında ise toplumun genel normuna uymayan herkes olarak nitelendirilir. Bu kişiler **E6**'nın toplumda yalnız kişi tanımı nasıl yapılır sorusuna verdiği yanıtla değerlendirilebilir:

“Toplum genellikle kendi düşünce kalıplarına uymayan kişileri ve çevresiyle daha az iletişimde bulunan kişileri yalnız olarak tanımlıyor. Toplum yalnızlığı bireyin sadece somut olarak kendisini çevresinden soyutlaması olarak değerlendiriyor. Toplumun düşünce kalıplarına, kültürüne ve isteklerine uymamakta özen gösteren bireyler toplum tarafından dışlanarak yalnızlık durumuna itiliyorlar” (**E6**, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Bence sosyal medyada dışlanan ya da kendilerini tanımladıkları halleriyle kabul görmeyenler. Bir fotoğraf bir şarkı paylaşıyor, anlık bir şey ama etiketleniyor. O her ne kadar kendini ait hissederse hissetsin farklı oluyor. Kendini yalnızlıkla baş başa buluyor” (**K14**, 28 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Dayatmalara karşı çıkanlar. Sen şu'sun diye başlayan ama kendince öyle olmayan şeylere hayır diyenler. Cesurlar” (**E14**, 29 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K14'e ve E14'e göre yalnız kişiler alışlagelen kalıpları reddeden ve bunların dışında yaşamayı seçenler olarak görülmektedir. Benzer şekilde **E6**'ya göre ise yalnız olarak tanımlanan insanlar; başkalarınca çoğunluğun düşüncesine, yaşam tarzına ve algısına uymayan kişiler olarak görülmektedir. Uygulama açısından da durum **E7**'nin cümleleriyle “çoğunluk olarak bakarsak zıt görüşlü kişiler her zaman yalnız” (**E7**, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu) şeklindedir. Bu durum İsaoglu'nun (2021: 96) çalışmasında sosyal çevreye uyumlu olmamanın yalnızlık ve izolasyon yarattığı sonucuna ulaşmasıyla benzerlik taşımaktadır.



Şekil 5.2. Katılımcıların yalnız kişi tanımları

Normatif olanın karşısında durmak Goffmann'ın (2014) da belirttiği gibi *damgalı* olmayı veya Becker'in (2013) ifadesiyle *harici* olmayı açığa çıkarır. Bu durum ise kişiyi yalnızlığa sürüklemektedir. Bu bakımdan **K1**'in söylediğine benzer bir anlatı da **E3**'te şöyledir:

“Biraz daha toplumdakilerden farklı düşünebilenler, farklı bakabilenler... Normal bir objeye farklı bakabilenler, olaya farklı bakabilenler genelde yalnız kalıyorlar. Çünkü genelde sivrileştiği için o insanlar pek sevilmiyorlar [...] Trabzon'da da var böyle gruplar. Çok ilginç grup onlar. Şimdi bir, benim eski çalıştığım yerden gözlemlediğim, kimsenin söylediğine “abi haklısın” demeyenler tek kalıyor, Trabzon'da özellikle. O eleştiren muhalif olan herkes bir yerde dışlanıyor. Toplumsal olarak da bu böyle. Trabzon'daki insanın kafa yapısı çok farklı çünkü. Birisi şey demişti, Trabzon'daki, köydeki evler birbirinden 200-300 metre 500 metre ayrı ya, yan yana bitişik bir sistem yok, o 500 metrelik alan onun krallığı. Herkesin kendi krallığı var. Bu krallıklar da feci şekilde çarpışıyor. Şehre geldiklerinde de bu krallıklarını taşımak istiyorlar.

Haliyle benim dediğim şey doğrudur, budur bitti nokta. Kırmızıya yeşil diyebilir ve onun üzerinde ciddi ikna edici bir şekilde bunun yeşil olduğuna dair ısrarını devam ettirir” (E3, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

Genel kabullerin ötesinde duran, durmayı seçen veya seçmek zorunda bırakılan herkesin toplum tarafından yalnız kişi olarak etiketlendiğine işaret eden E3, bu durumun dayatmacı yapısına dikkat çekmiştir. Nitekim hemen herkesi iletişim ve etkileşim ağlarıyla homojen kalıba sokan genelleşmiş kültür, Bourdieu’nün sosyolojik düşüncelerini açıklayan Swartz’ın (2011: 11) da belirttiği gibi tahakküm kaynağıdır. Kültür, bireylerin üzerinde baskı oluşturarak ve bir anlamda kurallar koyarak onu disipline etmektedir. Bu bakımdan toplumun kimin yalnız olmayan, kimin yalnız olduğunu belirlediği sınırlar, bireyin ortak kültüre uyum gösterip göstermediğine bağlıdır. E3’e göre bu düşüncenin kaynağı, E2’nin desteklediği “*Toplumsal şartları yerine getirmemiz gerekiyor. Eğer aykırı bir insan olarak davranırsak toplumdan uzaklaşırız*” (E2, 23 Yaşında) fikridir. Bu anlamda toplumdaki yalnızlık, toplumun genel kültürü ve kabulleri dışında yaşamak ile açıklanmaktadır. Bu durumu açıklarken kültür çalışmalarını kaynak gösterebileceğimiz düşünürlerden Simmel (2019: 30-33), genel kabullerin ötesinde duranı “yabancı” olarak kavramsallaştırmış, yabancı ile kurulan kısıtlı düzeydeki ilişkilerin ancak ortak görüşler, benzerlikler söz konusu olduğu takdirde sürdürülebildiğini vurgulamıştır. Yabancı bir bakıma var olan değerleri, kültür örüntülerini rasyonellik masasına yatırmış olduğundan görece daha özgür olmasına karşın; diğerleri tarafından bu özellikleri nedeniyle yalnız olarak nitelendirilir ve dahası, yabancı birey olarak görülmez. Bu doğrultuda genel kültüre uyum göstermeyi reddedenlerin hem yalnız hem de yabancı kabul edilebileceğini belirtmek gerekmektedir.

5.4. Gündelik Yaşam ve Yalnızlık

Gündelik yaşam pek çok anlama sahiptir. Belirsizlik, mücadele, aşinalık gibi tanımların yanında De Certeau’ya (aktaran Lordoğlu, 2018: 144) göre gündelik yaşamı deneyimlemek, taktiklerle hareket etmektir. Bir diğer ifade ile gündelik yaşam, ötekinin eylemlerini gözeterek “hamle üzerine hamle” yapmaktır. Mücadele sahasına benzeyen bu alanda taktikler, her bir fırsatı değerlendirme durumuyla bağlantılıdır. Gündelik yaşamdaki ilişkilerde anlam kazanan yalnızlık; modern dönemde hem bireyin özgürlüğünü vurgulayarak olumlu hem de toplumun dışında tutulması

bağlamında olumsuz anlama sahip olabilmektedir. Bu tanımdaki ikiliğe benzer biçimde katılımcıların yalnızlık hakkındaki görüşlerinde de kimi zaman *yalnız kalmak* kimi zaman ise *yalnız kalmamak* için belli taktikler geliştirdikleri göze çarpmıştır. Bu genel başlık, yalnız kalma ve yalnız kalmama taktiklerini konu edinmiştir. Bu konuyu incelemeye geçmeden önce katılımcıların mevcut gündelik davranış kalıplarına yer verilerek bu alışkanlıklar içinde yalnızlığın nelerden kaynaklandığına bakılacak ve taktiklerin hangi rutinlere bağlı geliştiğine ilişkin bir inceleme zemini oluşturulacaktır.

5.4.1. Gündelik Alışkanlıklar

Gündelik alışkanlıkları, bireyin tek başına ve diğeri ile iletişime-etkileşime geçerek gerçekleştirilenler olarak ikiye ayırmak mümkündür. Katılımcıların bir kısmı, gündelik yaşantısında tek başına etkinlikte bulunurken diğeri kısmı kendi kendine etkinlikte bulunmasının yanında aile üyeleri ile paylaşımda bulunduğunu belirtmiştir. **K1**'in gündelik rutininin tek başına gerçekleştirdiği etkinliklerden oluştuğu görülmektedir:

“Yürüyüş yapıyorum sonra eve gelip kahvaltımı yapıyorum, bir şeyler izliyorum, okuyorum bazen yazıyorum. Böyle geçiyor. Genellikle tek başıma yapıyorum bunları” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).

“Rutinlerim bir şeyler izlemek ve kahve içip ailemle sohbet etmek” (K2, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Sabah kalk kahvaltını yap, kızlarımla konuşurum. Birileri arar onlarla konuşurum. Ev içindeyim hep” (E1, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

Üç aile üyesi ile aynı evde yaşayan **K2** ile tek başına yaşayan **E1**'in aile üyeleriyle gerçekleştirdikleri etkinlik “sohbet etmek”tir. Ayrıca 82 yaşındaki **E1** gündelik rutinleri arasında temel ihtiyaçlarını gidermekten söz ederken, **K2**'nin ev içi rutinleri daha çok sosyalleşme üzerinden tanımlanmıştır. Pandemi sebebiyle ev içinde geçirdiği zamanın arttığını belirten **E5** ise **K2** gibi gününü dijital ekran karşısında geçirmektedir. Ayrıca, evde geçen zamanın artışına bağlı olarak aile bireyleri ile paylaşımda bulunduğundan söz etmiştir:

“Şu an maalesef pandemi sebebiyle günümün uzun vakti bilgisayarda geçiyor. Geri kalan zamanda ise aile bireylerimle vakit geçiririm [...] Çoğu zamanı evde

yalnız geçiriyorum ve halimden memnunum sebebi ise kendi başımda daha rahat davranabiliyorum” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Modern gündelik yaşamın iş ve aile yaşamı arasında denge kurmakla geçtiğini gösteren çalışmaları (Karavardar, 2015; Kapız, 2002) destekleyen bir unsur olarak; ev dışında vakit geçiren katılımcıların gündelik rutinleri ‘iş-çalışma’ ortamında geçtiği göze çarpmaktadır. Karavardar (2015: 194) çalışmasında bekârların iki uç arasında denge kurmalarında evlilere oranla daha az bilinçli oldukları sonucuna ulaşmıştır. Bu durum, bekâr katılımcıların (E7 ve E4) gündelik yaşamlarının ağırlık merkezinin çalışma yaşamı olduğu söylemlerinde açığa çıkmakta, aile ve ev içi ilişkilerden ise hiç söz edilmemesiyle görünürlük kazanmaktadır:

“Çalışan birisiyim. Saat 9 da işe gidiyorum günün birçok kısmı iş yerinde ve hareket halinde geçiyor. Akşam 6 gibi evde oluyorum [...] Ertesi gün yine aynı” (E7, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Sabah kalk işe git. İş bitmezse evde gel onları düşün. Stresli geçiyor” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Gündelik yaşamdaki en temel sorunlardan biri işsizlik; işsizliğin en yoğun görüldüğü grup ise gençliktir. TÜİK (2021) verileri genç işsizlik oranını %24,7 olarak sunmuştur. İşsizlik oranlarının cinsiyet farklılaşmasına bakıldığında erkeklerin %21,9 kadınların ise %30,3 olduğu görülmektedir. Bu açıdan işsizlik oranlarının cinsiyetli ayrışması olduğunu söylemek mümkündür. Her ne kadar veriler açısından bir ayrışma olsa da bu çalışmada araştırmaya dahil olan 18-25 yaş grubu arası katılımcılar, kadın-erkek fark etmeksizin, iş arama sürecini benzer zorluklarla deneyimlemektedir. Bu kişilerin gündelik yaşamlarının iş arama, işe girmek için aranan özellikleri yerine getirecek yetkinlik kazanma süreçlerine bölündüğü gözükür. Gündelik yaşamlarını kapsayan bu yetkinlik kazanmak adına gerçekleştirilen etkinlikler, onları sosyal yaşamlarından uzaklaştıran deneyimler olması bakımından yalnızlaştırıcıdır. Üniversiteden yeni mezun olan, iş arayan ve bir işe girmek için sınavlara hazırlanan katılımcıların gündelik rutinleri bu sınavlar üzerinden belirlenmiştir:

“Yaşamımda bu dönem biraz zor ve durağan. Üniversiteyi bitirip KPSS sınavına hazırlanan birisi olarak bu dönemler gün içerisinde yaptığım en yoğun iş ders çalışmak. Fırsat buldukça spor yapmak amacıyla farklı etkinliklerde bulunuyorum. İnsanlarla eskisi kadar samimiyet kuramamak, kendimi

toplumdan ve insan topluluklarından soyutlamış olmak beni bu rutin yaşam çerçevesinde üzen noktalardan birisi. Sosyal medya platformlarında daha az zaman geçirmeye çalışıyorum. Rutin olarak bu sıralar yapmış olduğum tek şey yoğun bir KPSS sürecine hazırlanmak” (E6, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Gün içinde çok kez yalnız kalmak istiyorum özellikle ders çalışırken ya da geceleri düşünürken. Nefes almak için yalnız kalmak istiyorum çünkü kimsenin beni ve içinde bulunduğum durumu anlamayacağını düşünüyorum. Genelde mutsuzken yalnız kalmak isterim. Şu an hayatımın mutsuz bir dönemindeyim ve kalabalık beni mutsuz ediyor. Mutluyken ise sadece dinlenmek için yalnız kalırım yani benim yalnız kalma isteğim mutlulukla orantılı diyebilirim” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

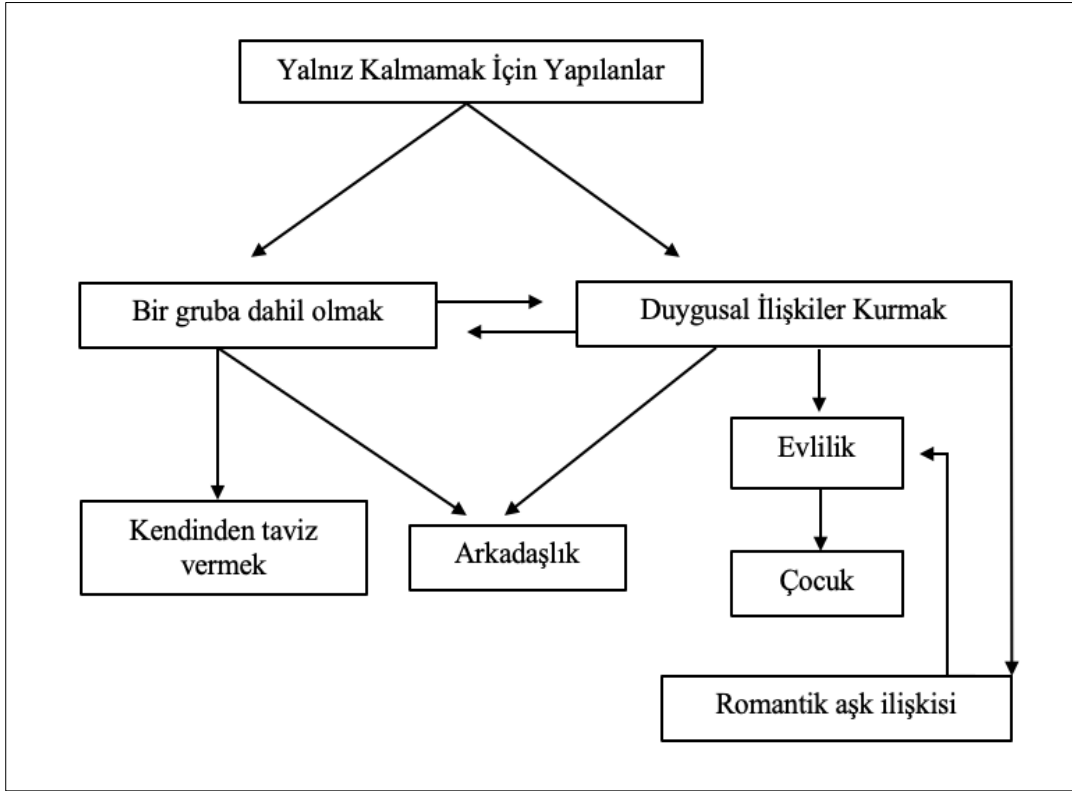
Başarısızlık korkusu yalnızlığın açığa çıkmasında oldukça önemli bir nedendir. Kişinin başarısız olacağına yönelik gelişen korku, kaygı biçimini alarak kişinin yapabileceklerini dahi yapılamaz hale getirebilir (İsaoğlu, 2021: 116). Öyle ki yalnız kalmak da bir tür başarısızlık olarak değerlendirilmektedir. Bu kaygı çoğu zaman toplumsal baskıdan kaynaklanmaktadır. Yalnız kalma ve başarısızlık korkusundan kaçmak adına toplumsal yaşamın tüm normatif kurallarına uyum göstermeye çalışan bireyler, kimi zaman bu normatif kurallara uyum sağlamaya çalıştıkları dönemlerde de yalnızlık yaşayabilirler. E6 ve K4’ün belirttiği üzere, sınava hazırlık süreci onları sosyal çevrelerinden uzaklaştırmaktadır. Bu anlamda tek başlarına gerçekleştirdikleri etkinlikler artmıştır. Ancak, sosyal çevrelerinden istemli bir biçimde uzaklaşmış olmaları da önemli bir diğer bulgudur. K4, kalabalığın kendisini mutsuz ettiğini belirtirken iş arama sürecinin zorluğunu ve yıpratıcı yanını vurgulamıştır. Tekin Tayfun ve Korkmaz’ın (2016) çalışmalarında da görüldüğü üzere işsizlik kaygısı, üniversite öğrenciliği döneminde başlayan olumsuz bir duygu durumudur. İşsizlik, en temel ve yaygın sorunların başında gelirken genç işsizliğini de beraberinde getirmektedir. İnsan yaşamının en aktif ve üretken dönemi olarak nitelendirilebilecek gençliğin karşılaştığı bu sorun, kaygı yaratarak gençlerin kendilerini izole etmelerine bir anlamda da pasif hale gelmesine sebep olabilmektedir. Aynı zamanda kadınların kaygı düzeyleri ile erkeklerin kaygı düzeyleri karşılaştırıldığında, kadınların işe girememe düşüncesini daha sık ürettikleri görülmektedir (Dursun ve Aytaç, 2009; Tekin Tayfun ve Korkmaz, 2016). Bu durumu yaşayan K4 (25 Yaşında, Üniversite

Mezunu) çevresi tarafından anlaşılmayacağını düşünmekte ve gerçekleştirdiği etkinlikleri bu durum üzerinden kurarak ‘tek başına’ veya yalnız kalarak gerçekleştirmektedir.

Görüldüğü üzere katılımcılar, gündelik etkinliklerini kendi kendilerine gerçekleştirebildiği gibi bir başkası ile paylaşımda bulunarak da sürdürmektedir. Ancak etkinliklerin tek veya birçok kişiyle gerçekleştirilmesinin ön koşulu, kişinin karşılaştığı durumların ta kendisidir. Yalnız başına etkinlikte bulunmak, kimi durumlarda kişinin başkalarını görmekten kaçmasıyla ilişkilidir. Bu anlamda gündelik yaşamın etkinliklerinin, karşılaşılan durumlar karşısında konum alma üzerine kurulu olduğu görülmektedir. Katılımcılar, yalnız kalma veya yalnız kalmama taktiklerini gündelik yaşamda *konum alma* yoluyla gerçekleştirmektedir.

5.4.2. Yalnız Kalmama Taktikleri: Sıcak Aile İlişkileri ve Duygusal Birliktelikler

Büyük ölçekte toplumsal ve küçük ölçekte gündelik yaşam; sosyalleşme, bütünleşme ve paylaşım ağları ile tasarlanmıştır. Bu inşa şekli, ortak paylaşımların artmasını destekleyerek toplumun daha güçlü örgütlenmesine yaramaktadır. Bu anlamda yalnızlık, bireyselleşme, toplumsal çözülme, ayrışma fikirlerini çağrıştırarak olumsuz bir anlam kazanır. Nitekim toplum içinde yaşamak birbirini onaylamayı, paylaşımda bulunmayı ve saygı göstermeyi gerektirir. Toplum içinde mutlu bir yaşam sürmenin ancak bunların toplamıyla mümkün olduğu düşünülmektedir (Bauman, 2018: 10). Böylesi bir düşünüşte yalnızlık, bir tabu gibi yorumlanır (Killeen, 1998). Yalnızlığın toplumsal açıdan korkulacak bir durum olduğu savından yola çıkarak katılımcılara “*Sizce çevrenizdeki insanlar yalnız kalmamak adına neler yapıyorlar?*” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların büyük bir kısmı, bu soruyu evlilik ve aile kurmak, duygusal ilişkiler ve romantik aşk ile ilişkilendirerek yanıtlamıştır. Diğer bir kısmı ise bu durumu “kendinden taviz vermek” ile ilişkilendirmiştir. Betimsel analiz sürecinde katılımcıların belirttiği bu noktalar arasında bir ilişkisellik keşfedilmiştir ve bahsedilen ilişkisellik Şekil 5.3’te gösterilmiştir:



Şekil 5.3. Yalnız kalmamak için yapılanlar ve yapılanların ilişkiselliği

Katılımcıların yalnız kalmamak adına yapılanlara verdikleri cevaplar her ne kadar birbirinden farklı anlatılmış gibi gözüke de bu cevapların iki ana grupta toplanabileceği anlaşılmaktadır. Bu iki grup; *bir gruba dahil olmak* ve *duygusal ilişkiler kurmak* olarak belirlenmiştir. Kişiler, duygusal ilişkilere girme yoluyla bir gruba dahil olabildiği gibi dahil olduktan sonra da duygusal ilişkiler geliştirebilmektedir. Bu anlamda iki farklı yalnız kalmama taktiği, birbirini beslemektedir. Bir gruba girmeyi başlı başına bir yalnız kalmama yöntemi olarak görenler olduğu gibi bu grupları arkadaşlık ilişkisi geliştirmek için kullananlar da vardır. Bu anlamda bir gruba dahil olmak, kişiyi yalnızlıktan kurtaracak arkadaş¹⁸ ulaşmak için yalnızca bir uğraktır. Bir gruba dahil olmak gibi duygusal ilişkiler geliştirmek de gündelik yaşamda yalnız kalmamak için önemli taktikler arasındadır. Bu ilişkiler romantik aşk ilişkisi, evlilik ve ebeveyn-çocuk ilişkisi olarak sıralanmıştır. Romantik aşk ilişkisi kimi zaman evlilik ile sonuçlanacak bir durum olarak

¹⁸ Pahl ve Spencer (2003) modern dönemde arkadaşlığın zaman zaman geleneksel toplumdaki aile üyelerinin yerini aldığını belirtirler. Bireylerin ilişkilerini seçime dayalı, seçime dayalı olmayan olarak ayırır, her iki grubu da yakın ve uzak-mesafeli ilişkiler olarak yeniden kategorize ederler. Onlara göre aile üyeleri zaman zaman arkadaş ilişkileri gösterebilir, arkadaşlar ise modern dönemde en az aile üyeleri kadar büyük bir destek sağlarlar.

görülmektedir, kimi zaman ise tek başına bir yalnızlıktan kaçınma yolu olarak belirtilmiştir. Ancak katılımcıların büyük bir kısmı, evlilik fikrini diğerlerinin önünde değerlendirmiştir:

“Evleniyorlar hemen çocuk. Çocuğun fotoğrafı ekran fotoğrafı oluyor, kocaman. Eş dost düşman görsün. Hayat boyu yalnız kalmaz artık. Sırtı yere gelmez. Evlilik bitse bile çocuk seni terk etmiyor” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yalnızlığı engellemenin bir seçim yolu evlilik. Doğru mudur o tartışılır, her insan evlenmeli midir o da ayrı bir şeydir” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

“Evlilik yani benim de sanırım eve kapanma sürecinde (pandemide) aldığım şaşırtıcı derecede hızlı bir karardı” (K14, 28 Yaşında, Üniversite Mezunu).

E4, çevresindeki insanların yalnız kalmamak adına önce evlendiklerini, ardından çocuk sahibi olduklarını belirtmiştir. E4’ün anlatısında evlilik yalnızlık açısından kaygan bir zeminde yer alırken ‘çocuk’ anahtar kavram konumundadır. E4’ün “*çocuk seni terk etmiyor*” söylemi bunun en önemli göstergesidir. Evlilik deneyimi olan, boşanmış K6’nın çocuğu yoktur ve E4’ün tabiriyle “hayat boyu yalnız kalmaz” söyleminden uzakta konumlandırılmaktadır. Kadın sözcüğünün doğrudan anne olmayı (Badinter, 2017) ve annelik duygusuna sahip olmayı (Miller, 2013) “zorunlu” olarak çağrıştırdığı ataerkil kültürlerde kadınlar, babalığın zaman zaman kendisiyle bütünleştiği zaman zaman ise bütünleşmediği erkeklere kıyasla daha fazla baskı altındadır. Bu anlamda kadınlardan erken yaşlarda veya biyolojik olarak çocuk doğurabilecekleri yaş aralığında, evlenip çocuk doğurmaları beklenmektedir (Lahad, 2013). Oysa erkek açısından çocuk sahibi olma süresi kadına kıyasla daha uzun kabul edilir. Bu durum karşısında kadın, kısıtlı zamanında yüceltilen anneliğe erişmeyi ve buna bağlı olarak yalnız kalmamayı çocuk sahibi olarak aşmaya çalışmaktadır. Bu örneklerden biri de K6’nın deneyimlerinde görünmektedir:

“Kendimden örnek vereyim. Erken yaşında evlendim. Yaşlanınca yanında işte çocukların olsun dediler. 22 yaşında yaşlılığıma yaptığım yatırımdı. O da öyle gördü sanırım. Aldattı onun için. İlk başta çok kızdım bana yaptı dedim nasıl yaptı? Sonra anladım ki benimle alakası yok ki bunun. İkimiz de garanti olsun diye evlenmişiz. Bir değil iki değil dedim gençliğimde böyle olan yaşlılığında nasıl olsun. Çocuğum da olmadı bakarsan. Toplasan her şeyi yalnız kalmamak

için evlendim, eninde sonunda yalnız kalacağımı anladım ve boşandım” (K6, 38 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K6’nın evlilik ile başlayan “yalnız kalmama” serüveni, boşanma ile sonuçlanmıştır. Evlenmesinin temel motivasyonu kendisine tavsiye edilen ve aynı zamanda bir öğreti niteliğindeki “çocuğun olsun” söylemi olmuştur. Bu anlamda, yalnız kalmamanın asıl koşulu evlilik değil, evlilik sonucunda sahip olacağını düşündüğü çocuğa bağlıdır. Fakat aldatıldığını öğrenerek güvencesiz bir birliktelik yaşadığının farkına varmış, bunun sonucunda ise yalnızlığın kaçınılmaz bir son olduğunu kabul etmiştir. Her ne kadar **K6** gibi deneyimler yaşanıyor olsa da evlilik, aile ve çocuk fikri yalnız kalmamak adına yapılanlar düşünüldüğünde ilk sırada yer almaya devam etmektedir:

“Evlenirsin, çoluk çocuğa karışırın. Bizim zamanımızda düşünmezdik bunları. İşin var mı hemen evlenirsin. Biri der ki falancının kızı var. Bizim hep böyle oldu. Şimdikiler evlenmiyor da herhalde napa lar bilmem. Eskiden davetiyeler gelirdi falancının oğlu evleniyor aa der şaşırırsın. O, o kadar büyüdü mü diye. Benim çevremde kalmadı tabi doğru düzgün kimse ama kızlarıma bakıyorum e onlar da öyle. Baba diyorlar, gençler artık evlenmiyor. Eskimiş bunlar. İşleri güçleri de yok çocukların tabi nasıl evlensin de yuva kursun. Napa lar bilmem. Elleri nde bir şey işte (telefon), öyle öyle herhalde yalnız kalmıyorlar mı? Anlamam...” (E1, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

Yukarıdaki ifadede görüldüğü üzere 82 yaşındaki **E1**, gençlerin evlenmemesine şaşırmakta ve neden evlenmediklerini anlamlandırmakta zorlanmaktadır. Ancak onun söylemlerinde dikkat çeken önemli bir konu ‘yalnızlık, evlilik olmadan nasıl aşıılır?’ sorusuna ilişkindir. Ona göre yalnız kalmamak evlenip, aile kurup, çocuk sahibi olmak ile “aşılabilir” bir şeydir. Ayrıca gençlerin iletişim teknolojisi aracılığıyla yalnızlıktan uzaklaşmalarını anlamlandırmakta zorlanmış olduğu görülmektedir. Bu durumda **E1**’in söz ettiği gençlik ile farklı kuşakları temsil ediyor olması önemli bir ayrımdır. Buna rağmen, kendisi de dönemsel farklılaşmanın, ayrımın, kırılmanın farkındadır. “Bizim zamanımızda düşünmezdik bunları” cümlesinde kendi zamanında hayat akışının düşünülmeden gerçekleştirilen ve doğal sayılan eyleminin artık düşünüldüğünü, rasyonelleştirildiğini anlatması bu durumu daha net sergiler. Her ne kadar gençler evliliği rasyonelleştirmiş olsalar da “romantik aşk” günümüzde hala

daha az rasyonel kabul edilir. Bu bağlamda Miller (2013: 68), geçmişteki evliliklerin bilhassa kişinin geçmiş yaşantısındaki yaraları sarma beklentisiyle birlikte yalnızlıktan kurtuluş kapısı olarak değerlendirildiğini vurgulamaktadır. Günümüz evlilikleri ise rasyonellik zemininde yürütülürken, romantik ideallerden uzaklaşmıştır (Beck ve Beck-Gernsheim, 2015). 24 yaşındaki **K1** de bu bağlama oturtmuştur ve **E1**'in evliliklerin duygudan ziyade rasyonelleştiğini iddia eden söylemlerine benzer biçimde, duygusal ilişkileri şu şekilde ifade etmiştir:

*“Bence insanlar bir duygusal ilişkide olduklarında, sevgilisi olduğunda örneğin, daha az yalnız hissediyor. Arkadaşlık böyle değil. Herkesin birbirinden farklı işleri var. İnsanların birbirine ayırdığı zaman da kısalıyor böylece. Ortak alanlar daralıyor. Ama duygusal ilişkiler böyle değil. Her an ulaşabiliyorsun. Paylaşım noktaları artıyor, benzer bir zaman diliminde yaşıyorsun böylece. Genellikle sevgilisi oluyor insanların, böylece yalnız kalmamaktan kaçabiliyorlar. Annem için de çocukları mesela. Yalnız kalmaktan çok korkuyor. Onun için hep “iyi ki 4 tane yapmışım” der. Böyle bir genelleme yapmak istemem ama sanırım ilerleyen yaşlarında da çocuk yalnız kalmamak için iyi bir araç. Yalnızlık korkusunu bastırıyor. Sürekli evin içinde bir ses olması... Bunlara başvuruyor insanlar” (**K1**, 24 Yaşında, Lisansüstü).*

E1'in “aile” ve “çocuk” söylemine benzer şekilde **K1** annesinin yalnızlıktan korktuğunu ve bu korkuyu ortadan kaldıracak çocuklara sahip olduğu için mutlu olduğunu belirtmiştir. **K1** bu durumu, genç yetişkinlikten sonraki dönemlere özgü olduğunu ifade ederken kendi çevresinin romantik aşka bağlı duygusal birliktelikler ve ilişkiler ile yalnız kalmamaya çalıştığını belirtmiştir. Tıpkı aynı haneyi paylaşan evli çiftlerin gündelik yaşamda ortak paydalarının artması gibi, duygusal ilişkiler de gündelik yaşamda aynı zamanı, aynı etkinlikleri biriyle paylaşmayı, anlamlı olmayı içerir. Duygusal ilişkileri arkadaşlık ilişkilerinden ayıran nokta ise, arkadaşlık ilişkilerinin duygusal ilişkilere kıyasla daha az zaman paylaşımı yaratıyor olmasıdır. Aşk duygusunun yarattığı duygusal birliktelikler istemli veya istemsizce karşılıklılığı içermektedir (Macolo, 2012: 47). Bahsi geçen bu karşılıklılık, evliliklerdeki ve aile olmakta gibi birlik olmayı, paylaşımı artırmayı anlatmaktadır. Nitekim **K1**'in anlatısı **K5** (Kadın, 23)'in anlatısıyla paralellik göstermektedir:

“Akla gelen ilk seçenek romantik ilişkiler, bunun sonucunda ise evlilik. Aile içi ilişkiler, akrabalık ilişkileri, Türk kültürünün içinde barındırdığı ögeler işte bayram ziyaretleri, hasta ziyaretleri benzeri şeyler... Cenaze törenleri, düğün merasimleri, arkadaşlık ilişkileri, çalışma ortamı, okul ortamı, komşuluk ilişkileri...” (K5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K5’e göre yalnız kalmama taktikleri arasındaki ilk sırayı romantik ilişkiler almaktadır. Ancak K5’e göre romantik ilişkilerin sonucu evlilik olarak işaret edilmiştir. Bu anlamda, ona göre duygusal ilişkiler evliliğin bir öncülüdür ve yalnızlık en nihayetinde gerçekleşecek olan evlilik sayesinde aşılabacaktır. Göze çarpan bir diğer durum da insanların yalnız kalmamak için birtakım toplumsal ritüellere katılıyor olmasıdır. Bunlar “düğün” vb. daha aktif, “neşeli” ritüeller olabildiği gibi “hüzünlü” cenaze törenleri de olabilmektedir. Her iki törensel bir aradalığın ortak paydası sayıca fazla insanı bir araya getiriyor oluşudur. Bu anlamda insanlar, yalnızlıklarını kalabalık gruplar içerisinde gidermeye çalışmaktadır. K5’in söylemiyle beraber okunabilecek bir diğer ifade de E5’e aittir:

“Farklı farklı gruplara dahil olarak yalnız kalmamaya çalışır. Arkadaş ihtiyacını bu şekilde giderdikten sonra eş veya sevgili aramayı da bu şekilde gerçekleştirmeye çalışır” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

E5’e göre, kişinin evleneceği kişiyi bulması, farklı gruplara dahil olmasıyla mümkündür. Bu anlamda, yalnız kalmasına engel olacak duygusal ilişkilerin, romantik aşkın ve evliliklerin gerçekleşmesinin ön koşulu farklı gruplara dahil olmak olarak belirtilmiştir. E5’in belirttiği bu nokta, diğer katılımcıların “kendinden taviz vermek” olarak adlandırdığı durum ile ilişki içindedir. Evlilik, duygusal ilişkiler, romantik aşk, aile gibi kavramların dışında karşımıza çıkan bir diğer durum, yalnız kalmaktan kaçmak için başkalarının yanında kendileri gibi davranmamayı seçmek olarak sunulmuştur. Araştırmanın bu bulgusu Bauman’ın (2017) gündelik yaşamdaki ilişkilerin akışkanlaşması sonucuyla benzerlikler taşımaktadır. Akışkan ilişkilerde insanlar bir diğeri ile olan sınırlandırılmış etkileşimlerinde kendilerini oldukları gibi sunmamaktadır. Bu durum E5’in ifadeleriyle, farklı gruplar arasına katılmak ve karışmakla mümkün hale gelmektedir:

“İnsanlar yalnız kalmamak için kendilerinden vazgeçiyorlar. Nasıl mutlu olurum, ben mutlu muyum sorularına cevap aramak yerine nasıl yalnız kalmam,

ne yapsam beni severler sorularına cevap arıyorlar. Bu durumda çevresindekilerin şekillendirmesiyle bir karakterleri oluyor. Yalnız olmaktan çok korkan insanlar kendi karakterlerini bulamayıp başkalarının peşinde sürükleniyor. Günümüzde sosyal medya ile çok daha hızlanan bir süreç olarak yaşıyor” (E2, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

De Certeau’ya (2009: 114) göre “Taktik, zayıfın sanatıdır” aynı zamanda kurnazlıktır. Güç görünür olandır ve güçlülerin elindedir, zayıflara ise “son çare” olarak kalan kurnazlıktır. Kişi normatif kurallardan ve düşünüşten ayrı düşüğünde zayıf görülür. Güçlü olmak, normatif sınırında kalmakla eşdeğerdir. **E2**, insanların kendilerinden taviz vermelerini yalnız kalma korkusu ile ilişkilendirilmiştir. Bu açıdan yalnız kalma korkusu ile baş edebilmenin temel ölçütü, kendinden taviz vermek; genel geçer durumlara benzerlik kazanmak olarak görülmektedir. Benzer bir durum **K2**’nin söylemlerinde de görülmektedir:

“İnsanların yalnız kalmamak için kapı kapı dolandığını gördüm. O duygu boşluğunu birileriyle birlikte olarak, zaman geçirerek harcamak zorunda olduklarını hissederek geçiriyorlar. Kendilerinde oluşmuş olan bir aşağılık duygusu var ve onu o şekilde kapatmak istiyorlar. Kendini gerçekleştirememiş olduğu için yalnızca zamanını geçirmeye çalışıyor bu insanlar. Kendisiyle nasıl vakit geçirir onu bilemediği için” (K2, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Bazen kendileri olamıyorlar. Karşıdaki kişi hayatındaki tek kişiye onu kaybetmemek için kendilerinden fedakârlık edebiliyorlar. Kendi düşüncelerini bastırabiliyorlar” (K12, 27 Yaşında, Lisansüstü).

K2’nin ve **K12**’nin söylemlerindeki ortak payda, kendi kendine zaman geçirmeyi bilmeyen insanların bir başkasına ihtiyaç duymasıdır. **E7** (24 Yaşında, Üniversite Mezunu) ise bu ihtiyacı karşılamanın koşulunu başkalarıyla “iyi geçinmek” olarak anlatmıştır. Bu durum yalnız kalmamak adına yapılan bir diğer taktik olarak belirlenmiştir:

“Gündelik hayatta ise en çok kullanılan şey sosyal medya bence. İnsanlar var olduklarını bir şekilde dışarı yansıtmak istiyorlar. Çalıştığın yerde belli bir ortama girerek yaparsın ya da dışarda arkadaş çevreni genişleterek yaparsın ya da şu anda aktif olarak kullandığımız internet ile yaparsın. Ya videolarını

yüklüyorlar, kendilerini gösteriyorlar bir şekilde. Oradaki takipçi sayısının artmasıyla da aslında yalnızlığını örtmeye çalışıyor. Altını ne şekilde dolduruyor insanlar. Bu bir araç olarak kullanılıyor. Aileye bağımlı kalarak da yapabiliyor. Artık belli bir yaşa gelmiştir, ailesiyle yaşaması bir zorunluluk değildir. İm nasıl diyeyim, zorunluluk değil çünkü işi var ee evi var. Kendine bir hayat kurabilir ama sırf yalnız kalmamak için ailesine tahammül ediyor” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

“Bence insanlar yalnız kalmamak için birbirileri ile iyi geçiniyorlar” (E7, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Ancak, E7’nin “iyi geçinmek” fikri de kendisinden taviz vermek ile ilişkilidir. Taviz vermek, kimi zaman rahatsız edici bir hal almakta ve kişinin üzerinde baskı oluşturmaktadır. Bu baskıyı deneyimleyen E3 yalnız kalmamak için yapılanları şu şekilde anlatmaktadır:

“Taviz veriyorlar. Her şeylerinden taviz veriyorlar, yaşantılarından, karakterlerinden kişiliklerinden, ailelerinden. Ailesi ile geçireceği zamanı yalnız kalmamak adına başka insanlarla zaman geçirerek dolduruyor. 20 senedir ben ailemle vakit geçirmiyorum. Yılda bir hafta görüşüyorum. Eleştirilmemek için olduğunu söyleyebilirim. Daha rahat oturup, daha rahat kalkabiliyorsun. Rahatlığa yönelik bir şey. Bir de işsizseniz mesela babanız anneniz kafanıza sürekli bir şeyler sokabiliyor” (E3, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

Aile, arkadaş ve akran gruplarına oranla daha fazla denetim ve kontrol içermektedir. Ebeveynler ve çocuk arasındaki yaş, tecrübe, hayat tarzı farklılıkları aynı dünyaya farklı gözlerle bakmaya neden olmaktadır. Bu anlamda, E3; kişilerin, ailesi tarafından sorgulanmak, kontrol edilmek, eleştirilmekten kaçınmak adına zamanlarını ailelerine ayırmak yerine arkadaşlarına ayırdıklarını söylemiştir. Bu durum, aile içerisinde kendini yalnız hisseden, anlaşılmadığını düşünen kişiler için yalnızlıktan kaçış ve kendini anlayacağı kişilere sığınmak olarak anlaşılmaktadır.

5.4.3. Yalnız Kalma Taktikleri: Tek Başına Yaşamak

Gündelik yaşamdaki yalnız kalma taktikleri, yalnız kalmama taktiklerine oranla daha düz ve yalın bir yapıya sahiptir. Karmaşık olmayan bu durumun *yalnız yaşama* ve ev içinde *özel alana sahip olma* şeklinde iki boyutlu olduğu görülmektedir.

Katılımcıların sıkça ifade ettiği üzere, gündelik yaşamdaki etkinlikler isteğe bağlı olarak grup ile ve tek başına gerçekleştirmeye elverişlidir. Bu noktada kişinin istemli yalnızlığı seçmesinde ve yalnız kalmasında bir dayatmaya daha az rastlanır. Asıl olan kişinin ‘öteki’ ile gerçekleştirdiği eylemleri seçebiliyor veya seçemiyor oluşudur. Bu anlamda yalnız kalmayı istemeyen bir kişi ‘öteki’nin alanına dahil olacağı için daha karmaşık ilişki ağları ve buna bağlı taktikler geliştirmek durumundadır. Yalnız kalma taktikleri ise ‘öteki’lerden ziyade mekân ile ilişkilidir. Snell (2017: 5)’in çalışmasında da belirtildiği üzere modern dönemde yalnızlığın yaygınlaştığını belirten ölçütlerden biri yalnız yaşamaların artmasıdır. Bu bakımdan yalnız yaşamak, yalnız kalabilmenin koşulu gibidir. Katılımcıların benzer söylemlerinden de anlaşıldığı üzere yalnız yaşama veya yaşanılan yerde özel bir alana sahip olmak gündelik yaşamdaki en önde gelen yalnız kalma taktikleridir:

“İnsanların kendi özgürlük alanlarının olduğunu düşünüyorum ve bu alanda yalnızken daha özgür olabileceklerine inanıyorum. Yalnız yaşarken istediğimde başkalarıyla da birlikte olabilirken başkalarıyla yaşarken yalnız kalmak o kadar kolay olmayabiliyor” (K2, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Yaşadığı evde ebeveynleri ve kardeşi ile yaşayan K2’nin kendine ait bir odasının olmasına rağmen isteği dışında zaman zaman yalnız kalamadığını belirtmiştir. Bu durum Woolf’un (2018) *Kendine Ait Bir Oda* anlatısına benzer. Bu eserde Woolf, kadının bir bireye dönüşüp kendi sesini önce kendisinin ardından ise diğerlerinin duyabilmesi adına mutlaka ayrı bir alanının, kendi kontrolündeki kendine ait parasının ve özerk bir çevresinin bulunması gerektiğini vurgular. Bir kadının kendini ortaya koyması ancak bu yolla sağlanabilmektedir. Yakın dönemde gerçekleşen bir diğer önemli çalışma ise Kearney’ye (2007) ait olup; gelişimsel açıdan genç kızların odalarının birer performatif alan olduğunu ve kadının gelişimi açısından önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Gündelik hayatta kamusal alan erkeklerin alanı olarak görüldüğünden kadınların bu alana hazırlanmaları özel alanda kamusal etkinlikleri taklit etmeleriyle sağlanmaktadır. Kentleşme ile kadının çalışma yaşamına aktif katılımı, elde edebileceği statü yelpazesinin genişlemesi ve bireylerin yalnız yaşamalarına imkan sağlayacak ölçüdeki konut sayısındaki artışı, kadınların yalnız yaşama ve performatif alana sahip olma özgürlüklerini de artırmıştır. Buna rağmen Türkiye’de ailecilik anlayışının hakim olması ve kadının geleneksel rollerinin kabulü

süregeldiğinden (Öztan, 2014), kadınların yalnız yaşamaları ve hanede özerk bir alana sahip olamamaları ile karşılaşmaktadır. **K2**'de gözlenen yalnız kalmanın cinsiyetli yapısının haricinde özel alana sahip olabilmenin ve yalnız kalabilmenin yaşanılan hanedeki kişi sayısı ile ilgili olduğu da söylenebilir. Bunlardan biri olan **E2**, **K2**'ten farklı olarak yaşadığı hanede yalnız kalamadığını 6 kişinin paylaştığı bir evde yaşıyor olması ile açıklamaktadır:

“Maalesef mümkün değil. Yalnız yaşamak isterim. Kendime ait alanların daha çok olduğu, sorumlulukların daha az olduğu bir ortamı isterim” (E2, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

E2'nin sorumluluklarının daha az olduğu bir alan isteği ile, **K2**'nin özgürlük söylemleri birbirini tamamlamaktadır. Her iki katılımcı açısından da bir arada yaşamının getirdiği sorumluluklar, yalnız yaşama isteğinin önünü açmaktadır. Yalnız yaşamının mümkün olmadığını düşündüklerinde ise bulundukları hanede kendilerine ayrılan alanın artması beklentisine girdikleri görülmektedir. Bu durum en çok da yalnızlığa ve kendine ait özel alana alışmış kişilerde kendini göstermektedir. Üniversiteyi ailesinin bulunduğu şehirden başka bir ilde okuyan **K1**'in Covid-19 pandemisi nedeniyle yeniden ailesinin yanına dönmesi bu örneklerden biridir:

“Salgın olunca ailemin yanına döndüm. Bir odam yoktu bu evde. Kız kardeşlerimle aynı odada kaldım önce. Kendi düzenime alışmıştım, burada kahvaltıyı birlikte yapıyoruz, kahveyi birlikte içiyoruz... Her şey farklı. Oda kapısının açık olması bile beni rahatsız ediyordu. Sonra ayrı bir oda istedim. Belli ki geri dönmeyeceğim, salgın uzun sürecek diye. Bu isteğime lüks dedi kız kardeşlerim. Oda isteğim şımarıklık olarak algılandı. Neyse sonra salonun bir köşesi odam oldu. Ama bana ait değildi yine. Girip çıkıyorlardı. İsteğimde ısrarcı oldum. En sonunda oturma odasının eşyaları gitti ve benim odam oldu. Odama kavuşunca, geldiğim zamanki hırçınlığım da bitti. Çay bile içmek istemiyordum çünkü kendi kendime kalabildiğim bir yer yoktu. Şimdi o özgürlüğe kavuşunca rahatladım. Artık birlikte çay içelim, kahve içelim, bunlar beni rahatsız etmiyor. Bu isteğime lüks diyen kız kardeşlerimin odaları da ayrıldı bu süreçte. Onlar da artık yalnız kalmak istemenin normal olduğunu anladı sanırım. Küçük kız kardeşim bile oyun oynarken “Ben nerede oynayacağım?

Oynayacak yerim yok!” diye tepkisini gösterebiliyor” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).

K1’in kendi düzeninden çıkıp yeni bir düzen kurduğu yer aile evidir. Bir zamanlar üyesi olduğu ve kendini ait hissettiği aile evine geldiğinde kendini yabancı hissetmiş; burada, aile evinden ayrı olduğu zamanlarda kurduğu yeni alışkanlıklarını korumaya çalışmaktadır. Her ne kadar kendi alışkanlıklarını aile evine uygun hale getirmeye çalışsa da sık sık özel alana ihtiyaç duymuştur. Kendi alışkanlıklarını sürdürebildiği özel alana sahip olmasının ardından ev içindeki çatışmaların azaldığını belirtmektedir. Tüm bunların ötesindeki önemli konu, K1’in yalnızlık talebinin ‘doğal’, ‘olması gereken’ olduğunu vurgulayarak mevcut düzeni sorgulamaya açması, çatışma yoluna gitmesidir. K1’in yalnız kalma taktiği, diğerleri ile bir anlamda yabancılaşarak girdiği güç mücadelesi (Lefebvre, 2010: 136) ve çatışma ile başlamış, uzlaşma ile son bulmuştur.

Benzer bir durum da E4’ün söylemlerinde yakalanmıştır. E4, çalışma hayatının zihinsel yükünün yalnız kalamama noktasında önemli olduğunu vurgulamaktadır. Yalnız yaşamayı, “*Güzel bir şey. Karışanın yok. Kimseyle paylaşmıyorsun evi sonuçta. Koy bardağı masaya kimse niye burada demez etmez*” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu) olarak tanımlıyor olsa da yalnız kalmayı tam anlamıyla gerçekleştirememektedir:

“O kadar insanla konuşuyorum görüşüyorum ki mecburen. Herkesin derdini dinlediğim bile oluyor. Dinliyorum ama bir yandan da diyorum atsam kendimi şimdi şuradan. Öyle dinliyorum bazen boş boş. Defalarca istediğim oluyor gün içinde. Eve gidiyorum rahatlıyorum ama iş bitmediyse o insanlar kafamın içinde konuşuyor hala. Telefonlar susmuyor” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Zihinsel yükün dışında, mekânda yalnız kalmanın önüne geçen bir diğer etken de teknoloji olmuştur. Mobil cihazların ve hızlı iletişim teknolojilerinin her geçen gün daha da geliştiği 21. yüzyıl, mekânın anlamını yeniden düşünmeyi gerektirmiştir. Thompson’ın iletişim ve enformasyon akışı hakkındaki “zaten aşırı karmaşık olan bir dünyanın karmaşıklığına ve öngörülemezliğine anlamlı sayılabilecek katkılar sağlamıştır” (2019: 149) söylemi oldukça dikkat çekicidir. Mekânın dijital tasarısı yeni ilişki biçimlerini ortaya çıkarmış, ev ortamına benzer *konuşma odaları* (chat rooms), yüz yüze etkileşimlerdeki görüntü ve ses değiş tokuşuna benzer *görüntülü konuşmalar*

tasarlanmıştır. Bu durum, fiziksel mekân ile dijital mekânın iç içe geçmesine sebep olarak sürekli ilişki içinde olma halini de gündeme getirmiştir. Ayrıca, dijital mekân ve dijital iletişim/etkileşim ağları kişiye yeni bir kimlik kazandırmaktadır:

“Herkesin her şeyini görüyorsun bir yandan. Orda da bir kimliğin oluyor. Bir gün cevap vermesen yazılanlara insanlar sosyal medyada ölü olduğunu düşünüyor. Bak orada ayrı bir kimlik var işte. Israrla oradan yazmaya da devam ediyorlar. Ara sor halbuki ama adam da numaram da yok eminim. Düşün yani o kadar tanışıyoruz” (E4, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Kim olduğumuz sorusuna verilen yanıtlar çoğunlukla verili kimlikler ile ilişkilidir (Jenkins, 2016: 15). Verili kimliğin dışına çıkmak ise zor ve uzun bir sürecin ürünüdür. Ancak, sosyal kimliğimizi bir dijital platformda tasarlamak kısa ve daha az zahmetlidir. Dijital platformların gündelik yaşamdaki yüz yüze mekânlara karışma durumu neticesinde, dijital kimlik ile gündelik yaşamın yüz yüze ilişkilerinde inşa edilen sosyal kimlik birbirinin yerini almaya başlamaktadır. Hatta son dönem çalışmaları, dijital sosyal kimliğin yüz yüze sosyal kimliğin yerini aldığını, mevcut güçlü konumunu giderek güçlendirdiğini göstermektedir (Bauman, 2017). E4’ün deneyimi de bu durum ile oldukça benzerdir. Birbirine yabancı olan kişiler, dijital dünyada birbirine yaklaşmakta fakat aynı oranda yabancı olmayı sürdürmektedir. Kişinin bu yabancılıktan kaçıp sığındığı yer ise *psikolojik doyum sağlama* ve *boş zaman değerlendirme* işlevi olan ailedir (Çağan, 2016: 88). K5, genel olarak ailesinden uzak yaşamayı olumlu bir durum olarak değerlendiriyor olsa da zaman zaman kendisi kötü hissettiğini belirtmiştir. Aile desteğine ihtiyaç duyduğunu belirtirken yalnız yaşamının olumsuz yönlerine dikkat çekmiştir:

*“Üniversiteyi memleketimden uzakta okudum. Bu sebeple yalnız yaşamayı tecrübe edindim. Kimi zaman keyif aldığım kimi zaman da kendimi kötü hissettiğim bir deneyimdi benim için. Bu soruyu birkaç ay önce cevaplasam kesinlikle yalnız yaşamayı tercih ederdim fakat şu an bunu istemiyorum. Ailemin **maddi** ve **manevi** desteğine oldukça ihtiyaç duyduğum bir süreç içerisindeyim o sebeple yalnız yaşamayı şu an için düşünmüyorum. Bulduğum hanede kendime ait bir odam olduğu için yalnız kalmam mümkün” (K5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).*

Modern toplumun aynı zamanda bir tüketim toplumu olduğunu ifade eden Erdoğan (2021: 308) yalnız yaşamının ekonomik durumu iyi olanlar açısından güvenilir ve rahat olduğunu belirtmektedir. Kişiler, özellikle genç yetişkinler, yalnızlık ve yalnız yaşama deneyimlerini kendilerine yetebildikleri dönemde yaşayabilmektedir. Nitekim K5'in da sözünü ettiği üzere maddi ve manevi destek yalnızlığı etkileyen önemli bir etken olarak karşımıza çıkmaktadır. Maddi ve manevi yeterlilik durumlarına bağlı olarak yalnız kalma stratejilerinin şekillendiği göze çarpmaktadır. Ancak yine de yalnız yaşama deneyimleri bu istek ve ihtiyaçların üzerinde merkezi önemini korumaktadır. Anlaşılması gereken nokta tam da tek yaşama isteğinin neden bu denli yoğun olduğudur. Bu durumu anlamak adına katılımcılara “*Yalnız yaşama deneyiminiz varsa nasıldı?*” ve “*Daha önce hiç yalnız yaşamadıysanız yaşamak ister misiniz?*” alt soruları yöneltilmiştir. Alınan cevaplardan öne çıkanlar şöyledir:

*“Şu an yalnız yaşamıyorum. Ancak üniversite dönemimde 4 sene boyunca yalnız yaşadım. Benim için harika bir deneyimdi. Bir insanın kendi kendine yetebileceğini gördüm o senelerde. Bazı gerekli durumlar dışında insanlarla çok da iletişim kurulamayacağını, yalnızlığın güzel bir şey olduğunu o zamanlarda yaşadım. Bir evin içerisinde yıllarca yalnız yaşamak beni çok **olgunlaştırdı**. Yaşamda, her alanda, kendimi çok daha iyi tanıdım. Kendi **yeteneklerimin** ve **değerlerimin** farkına daha iyi vardım” (E6, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).*

“Düşünsel olarak geliştiğin bir şey. Birine muhtaç olmadan yaşamayı öğreniyorsun” (E3, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

Katılımcıların görüşlerine bakıldığında yalnız yaşamak, toplumsallaşmanın tüm şekillendirmelerinden, zorunluluklarından, öğretilerinden uzaklaşmaya ve salt kendilik inşa etmeye yarayan bir eylem biçimi olarak tanımlanmıştır. Berger ve Luckmann'ın (2018: 43, 106-112) da belirttiği üzere gündelik yaşam, başkalarıyla paylaşılan bir alandır. Bu anlamda roller, toplumsal kurumlara göre şekillendirilir, inşa edilir ve benlikler de büyük ölçüde rollerin temsili halindedir. Ancak özne basitçe bu yargıların, buyurmaların karşısında edilgin değil aksine durumu değerlendiren; konumlandırılan ve konum alan konumundadır. E3 ve E6'da yalnız kalmayı seçtiklerinde veya deneyimlediklerinde sosyal kimliklerinden sıyrılarak beğenilerini,

değer yargılarını, yeteneklerini birlikte yaşadıkları döneme oranla daha öznel hale getirmişlerdir. Bu nedenle yalnız yaşamak arzu edilmektedir. Yalnız yaşama deneyimine sahip olanlar ise eski deneyimlerine özlem duymaktadır:

“Şu an yalnız yaşamıyorum ancak üniversitede 5 sene yalnız yaşadım. Özlediğim bir deneyim olduğunu söyleyebilirim” (E5, 23 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“Yalnız yaşamıyorum. Yalnız yaşadım üniversite döneminde. En güzel yıllarımdı. Ama istediğim zaman olan bir yalnızlıktı bu geri dönme garantili diyebiliriz. İstedimde kafamı dinleyebiliyor istediğimde ise tekrar yalnızlıktan çıkıyordum. Yalnız olmak bana iyi geliyor. Yalnız yaşamak isterdim. Hatta işe girip o günlere kavuşmayı istiyorum” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K4’ün yalnız kalma eylemi zaman zaman ailenin yanına kaçma güvencesi sınırı içindedir. Bir diğer anlatımla, yalnız kalma taktikleri açısından, yalnız yaşamının yanında birlikte yaşama kapısı da her zaman açık tutulmaktadır. Bu anlamda yalnız kalma stratejisi istediği zaman kendi alanına sığınmasıyla ilişkilidir ve yalnız kalmak istemediği zaman gidebileceği bir yer olmasına bağlıdır. Bir benzeri de “Tek başıma yaşamayı tabi ki isterim, ama benden bir beklentisi olmayan biriyle ya da” şeklindeki K7’nin (25 Yaşında, Üniversite Mezunu) söyleminde karşımıza çıkmaktadır. K7’nin ortaya koyduğu “ya da” seçeneği, zaman zaman kendi içine kapanabileceği güvencesine işaret etmektedir. Kendine yeten, karşı taraftan bir beklentisi olmayan kişi ile yaşama isteği, sıkça vurgulanan özgürlük arayışının görünen yüzüdür. Böylece yalnız kalma taktikleri arasında kendine yeten biri ile yaşamak da girmektedir.

5.4.4. Yalnız Yapılan Etkinliklerin Yadırğanması

Katılımcılar, gündelik yaşamda başkalarıyla gerçekleştirilebilecek her etkinliğin, insanın yalnız başına da yapabileceğini belirtmiştir. Buna rağmen toplumsallaşma sürecinde bireye aktarılan, *yalnızlığın korkutucu bir şey olduğu anlayışı* tek başlarına gerçekleştirdikleri etkinliklerde kendilerine çevrilen gözleri sıkça görmelerine sebep olmaktadır. Katılımcılar çevrelerindeki insanların, yalnız gerçekleştirilen etkinliklere bakışının olumlu olmadığı görüşündedir:

“Her şey... İnsan her şeyi tek başına yapabilir. Yemek yerken, bir şey okurken, izlerken, kahvemi içerken... Bunların hepsini yalnız yapıyorum. Salgından önce tek başıma bir kafede gider oturdum, kahvemi içer bir şeyler okurdum. Garip

*bakıyordu insanlar bazen. Mesela dışarıda tek başıma yemek yerken çekiniyordum. Hemen kulaklığımı takıyordum. İşim var hemen yemeğimi yiyip kalkacağım imajı çiziyordum. Meşgul gözükmek için. Çünkü garip bakıyorlardı. Garip bakmalarını tanımlayamıyorum şimdi. Garipti işte. Neden tek olduğunu düşünüyor gibi. Birini beklediğini düşünüyorlar ya da evet. **Tek başına o masada oturman normal gözüküyor.** Siparişini almaya gelen insan “arkadaşımı bekliyorum o gelsin birlikte sipariş vereceğiz” demeni bekliyorlar. Birçok şeyi tek başına yapabilirsin ama toplum buna alışık değil, alışmıyor” (K1, 24 Yaşında, Lisansüstü).*

“Bir yere gidip mesela tek başıma hep içimden geçirmişimdir. Gitsem bir yemek yesem tek başıma çayımı içsem, kahvemi içsem kalksam gitsem. Sonrasında bunda bir çekinme durumu oluyor. Ne zaman yaptım ben bunu en son, hamileyken. En son hatırladığım o. Canım kumpir çekmişti gidip yemiştım. Bunu yapmak lazım aslında, çok özeniyorum yapan insanlara. Gidiyorlar kafeye oturuyorlar, kitabını okuyor çayını kahvesini içiyor. Bu daha çok büyük şehirlerde oluyor mesela İstanbul’da çok rahat görüyorum böyle insanları. Tek başına takılıyorlar, kimse de aa tek başına oturuyor gideyim salça olayım şuna demiyor. Bu taraflarda ama tek başına oturduğun zaman ne yapsam da bekâr mıdır evli midir? Bunu soruyor. Bakıyor. Tek başıma tatile gitmek mesela çok istemiştım. Ama orda da yine aynı kaygı var biri bana salça olur mu diye ama ya bana orada bir şey yaparsa. Gittiğime de değmeyecek. Erkek olarak gidebiliyor giden. Çünkü erkek olarak gittiğinde salça olan oluyorsun” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

K1 ve K11’in ifadelerinde yalnız yemek yemenin veya bir kafede oturmanın arzu edildiği görülmektedir. Yates ve Warde’in (2016) çalışmasında, tek başına yemek yemenin modern dönem ile yaygınlaştığı görülmektedir. Benzer şekilde Gürhan’ın (2017: 564) çalışmasında da *birlikte yenilen yemeklerden bireysel yeme kültürüne* geçiş, modernleşmenin açığa çıkardığı bireyselleşme olgusu ile açıklanmaktadır. Bu bakımdan katılımcıların ifade ettiği durumun modernleşme ile açığa çıkan bireyselleşme ile yakından ilişkisi olduğu söylenebilir.

Her ne kadar katılımcılar modern dönemde yaygınlaşan tek başlarına yemek yeme etkinliğinden hoşlansalar da bulundukları ortamdaki insanlarca bu eylemleri

anormal karşılanmaktadır. Yadırgayan bakışlar altında yemek yemek durumunda kalabilmekte, bir diğer anlamda sürekli gözetlendiklerini düşünebilmektedirler. Yadırganmanın diğer boyutu ise cinsiyet ile ilişkilidir. Gözetlendiklerini belirten iki katılımcı da kadındır. Lahad ve May (2017), kadınların kamusal alanda yalnız yeme etkinliklerinin çeşitli zorlukları olduğunu belirtmiştir. Kadınlar tek başlarına yemek yemek için bir restorana yaklaştıkları sırada, diğer insanların kendisi hakkında şunları düşündüğüne inanarak mekândan uzaklaşabilmektedir: “Acıması yalnız, özel yaşamında kimse olmayan ezik”. Öyle ki **K11** ilk kez bu kalıpları düşünmeden, özgürce dışarıda tek başına yemek yediğinde hamiledir. Medeni durum açısından yalnız olmadığını gösteren hamileliği, onun bu etkinliği gerçekleştirmesini kolaylaştırmıştır.

Kamusal alanda daha özerk olan erkekler açısından ise tek başına etkinlik gerçekleştirmek bu kadar karmaşık değildir. Yalnızlığı seçmek veya özerk davranmak ise tek başına etkinlikte bulunmayı sevip-sevmeme parantezinden çıkıp, başkalarının karşısında tavır alma ve yalnız etkinlikte bulunma eylemine devam etmeye dönüşmektedir. Bu durum **E3**’ün söylemlerinde açığa çıkmıştır:

“Toplu yapılabilen her şey ama her şey tek başına da yapılabilir. Benim artık hayat felsefem mi oldu bilmiyorum ama cidden çok rahat ediyorum. Spontan yaşamayı severim. Planlı ama spontan yani kalkmak istiyorsam kalkacağım, gitmek istiyorsam gideceğim. Sıkıldıysam bırakacağım. Yani her şeyi ben kendi irademle yapmak istiyorum. Bu çok olur. Ben gitmek istiyorum dersin ‘aa beraber geldik otur’ yani bu çok saçma” (**E3**, 38 Yaşında, Lise Mezunu).

E3’ün sözünü ettiği üzere, birlikte başlayan etkinliklerin birlikte bitirilmesine yönelik toplumda genel bir tutum vardır. Oysa bu durum kendisi tarafından kabul görmemektedir ve bu nedenle çevresindeki insanlarca yadırganmasına neden olmaktadır. Katılımcıların istemli veya gönüllü yalnızlık eylemlerinin yadırgandığı bir diğer durum da şudur:

*“Eşimi kaybettiğim zamanki yalnızlığım farklı algılandı, yadırgandı. Onlardan uzaklaştığım, **değiştığım** söylendi. Aslında o da bendim. Ben kendime döndüm ve yalnızlığımla kendimi iyileştirmeye çalışıyordum. Ama yalnızlığım içi boş bir yalnızlık değildi ki ruhsal olarak doldurmaya çalışıyordum. Sevdiğim şeyleri*

yaparak doldurmaya çalışıyordum. Çünkü insanlar bana hep nasihat ediyorlardı” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K3’ün yadırgandığı ve eleştirildiği durum yalnızlığı istemiş olması, kendisine ayırdığı zamanı artırmış olmasıdır. Çevresinden uzaklaşmak istemesinin asıl nedeni, eylemlerine yönelik *nasihatleri* dinlemek istememiş olmasıdır. Her ne kadar çevresindekilerin nasihatlerinden uzaklaşmış olsa da aynı derecede eleştirilere maruz kalmayı sürdürmüştür. Yalnız kalmak istemenin ve yalnız etkinlikte bulunmanın yadırgandığını gösteren bir diğer durum da K4’ün deneyiminde karşımıza çıkmaktadır:

“Tek başıma etkinliklerde bulunuyorum. Çevremde **sıkılmadın mı gibi tepkiler oluyor** ama hiç sıkılmıyorum aksine bana zevk veriyor. Mesela sinemaya gitmek, yemek yemek, alışveriş yapmak hepsi tek başıma da yapabildiğim aktivitelerdir. Çevrem bunu söyleyince **beni neden çağırmadın diyor bence onlara anormal gelen bir durum**. Benim bakışım normal olduğu yönünde çünkü insan yalnızken kendine vakit ayırıyor sadece ilgilenmesi gereken kendisi oluyor. Ben olumlu yönde bakıyorum” (K4, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Dışarıdaki kişilerce eleştirilen yalnız-etkinlikler, birlikte gerçekleştirilebilecek her etkinliğin ‘mutlaka birlikte yapılmalı’ olduğu fikrinden kaynaklanmaktadır. Fakat bu etkinlikleri tek başına gerçekleştiriyor olmak bazı kişilerin kendilerini özgür hissetmelerini sağlayan önemli bir basamaktır. Özgürleşme sağlayan *yalnız başına etkinlikler*, en çok kadınlar için eşsiz görülmektedir:

“Tek başıma geziye gittim. Turla gittim ama yalnız gittim sonuçta kimseyi tanıımıyordum. Çok **özgürce** bir şey insanı belli bir noktaya getiriyor ve rahatlıyorsun. Otelde tek başıma başka bir şehirde uyanmak bile, o sabaha inanılmaz kafam boş uyandım” (K3, 58 Yaşında, Üniversite Mezunu).

“İlk kez tatile kız kıza gideceğiz dediğim zamanı hatırlıyorum şimdi sen bunu sorunca. Daha iki yıl önce oldu. Annemle babamın boşanmış kadınsın artık **özgür özgür** gezemezsin laflarını işittim. Asıl şimdi özgürüm dedim, gittim. Bana göre erkeksiz bir yere gitmek tek başına bir şey yapmak demek” (K6, 38 Yaşında, Üniversite Mezunu).

K3'ün ve **K6**'nın, yalnızlığı özgürlük ile ilişkilendirdikleri görülmektedir. Kadın olmak, ataerkil kültürün kurgusu bakımından özel alanın sınırları içinde yaşamakla özdeşdir. Kadının kamusal alanda kendini göstermesi yine bir erkeğin yanında olmakla mümkündür. Bu nedenle bir kadının yazılı olmayan ancak derine işlemiş yerleşikliği kırması, onu özgür hissettirmektedir. Nitekim toplumda iyi olarak imajine edilen kadın “başkalarını memnun etmek için her şeyi yapar” (Dowling, 2020: 177). Bir başka deyişle bu noktadaki referansı, erkek egemen düzenin kendine biçtiği rolleri yerine getirmektir. Bu fikri desteklemeyen ve kamusal alanda erkeksiz bir kadın olmanın, özel yaşam alanı dışına çıkmanın özgürleştirici bir eylem olduğunu belirten **K6**, ailesinden gördüğü “kamusal alanda erkeksiz bir kadın olunmaması gerektiği” baskısını kırmıştır. Ancak 38 yaşındaki **K6**'nın erkeksiz bir kadın olarak kamusal alanda bulunma cesaretini boşandıktan sonra ve 36 yaşında gerçekleştirebildiği göz önünde bulundurulduğunda, toplumda kadın üzerindeki *yalnız kalmamalı* baskının ne denli yoğun olduğu ortaya çıkmaktadır. Modern dönemde bireylerin bu baskıya direnmeye çalışmasına karşın zaman zaman kendi istekleri dahilinde gelişmeyen yalnızlığa maruz kalabildiği de bilinmektedir. Bu durum bir sonraki başlıkta ele alınmıştır.

5.4.5. En Yalnız Hissedilen Zaman: Duygusal İlişkilerin Sonlanması

Gündelik yaşam ritmiktir. Hep aynı düzeni, işleyişi sağlayan bir ilerleyişe sahiptir. Düzenli davranış kalıplarının bozulduğu yer ise yine gündelik yaşamdır. Gündelik yaşam akışına benzeyen insan yaşamı da ritmik bir düzene sahiptir. Genel olarak canlılar doğar-büyür ve ölür. Nihai sonun biliniyor olmasına rağmen, ölüm ritim bozucudur çünkü her zaman beklenmeyen, tahmin edilmesi güç bir anda gerçekleşir. Toplumsal yaşamdaki düzen bozucu herhangi bir durumda (savaşlar, salgın hastalıklar gibi) ölüm kaygısının yaşanıyor olması bu durumun göstergesidir (Turhan, 2021). Ölümün yıkıcı, beklenmeyen bir durum olması ve alışlagelen sosyal ilişkiyi sonlandırması söz konusudur. Bu nedenle katılımcılar aile üyelerinden birini kaybettikleri zamanı en yalnız hissettikleri zaman olarak nitelendirmektedir:

“Anam öldüğünde, babam öldüğünde gençtim. Elbet kötü idi ama geçti gitti o günler. İnsanın hayat arkadaşını kaybetmesi başka. O zaman dedim ki ee, kaldım kendime. Kimsem yok benim dedim. Var kızlarım ama o başka. Şuraya bakarım hala (koltuğu gösteriyor), sanki orada diye” (E1, 82 Yaşında, Lise Mezunu).

“Büyük ablamı kaybettiğimiz zaman. Çok derin bir yalnızlık hissi oluşmuştu. Çünkü o her zaman varlığıyla kendisini belli ederdi. Arardı sorardı. Kek yaptım bana gelin derdi ve bir gün o telefonlar bir anda kesildi. Sır ortağım dert ortağım arkadaşım her şeyim onunla gitti” (E7, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Bahsi geçen durumlar, aile üyelerinden birinin hasta olması halinde de geçerlidir. *Yetişkin Kanser Hastalarının Hastalık Deneyimleri ve Hasta-Yakın İlişisine Sosyolojik Bakış* isimli doktora tezinde; hastalık deneyiminin hasta olan kadar hasta yakınını da etkilediği ifade edilmektedir. Aile üyelerinden veya akrabalarından birinin hastalanması durumunda, hasta kadar, hasta yakınlarının gündelik yaşamları da büyük oranda farklılaşmaktadır. Bu farklılaşmalar; çalışma yaşamından kopma, sosyal çevrenin değişmesi, aile fertlerine yeterince zaman ayıramama şeklinde sıralanabilmektedir. Hasta yakınlarının hastalığı ilk öğrendiğinde verdiği tepkiler ise şu şekildedir: Çok üzülme, şok, kabullenme, şaşırma, ağlama (Yadigaroglu, 2018: 175, 166). Bu duyguların her birinin olumsuz değerlendirildiği görülmektedir. Her ne kadar kabullenme, olumlu bir durumu işaret ediyor olsa da var olan düzenin bozulduğunu içermesi bakımından olumsuz bir durumu anlatmaktadır. Araştırma özelinde bakıldığında, benzer durumun deneyimlendiği örneklerden biri de **K4**’e aittir. **K4** annesinin kanser hastası olduğunu öğrendiği anı, kendini en yalnız hissettiği zaman olarak değerlendirmektedir: “[...] *annem hastalandığında diyebilirim galiba*” (**K4**, 25 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Ölümlerin ve hastalıkların yanında gündelik yaşamı dönüştüren bir diğer durum da aile birliğinin bozulması olarak tanımlanmıştır. Günümüzde aile denildiğinde akla ilk gelen model, ebeveynlerin en az birinden ve çocuk veya çocuklardan oluşan modern çekirdek ailedir (Yıldırım, 2016: 74). Bu aile modeli, bireyin ilk sosyalleştiği kurum olması bakımından önemli olmakla beraber süreklilik içeren ilişkilerin bir arada oluşturulduğu kurumdur (Sala, 2019: 35). Türkiye’deki örneğini modernleşme sürecinde gösteren bu aile modeli, batı modeli olarak da adlandırılmaktadır. Ayrıca kırsaldan ziyade kent kökenli olarak değerlendirilmektedir (Kandiyoti, 2013: 224). Kırsal, geniş aileden farklı olarak kentsel modern-çekirdek aile, eşlerin birbirini evlilik öncesinde tanınmasıyla gerçekleşmektedir. Evlilikler, görücü usulünden ziyade, tanışma, anlaşma ve aşk ile gerçekleşir. Geçmişten günümüze evliliklerde görülen farklılaşmalar, Baş’ın (2019: 122-123) çalışmasında evliliklerin günümüzde daha çok,

aşk temelli gerçekleşmesi şeklindedir. Araştırmaya katılan *birinci kuşak* (1950-1965 doğumlu) sıklıkla görücü usulü evlilik gerçekleştirirken *ikinci kuşak* (1980-1999 doğumlu) anlaşılarak ve aşk duygusu ekseninde evliliği gerçekleştirdiğini belirtmiştir. Fakat bu noktada hatırlatılması gereken durum aşkın bir duygu olduğu ve gelip geçici olabilme potansiyeli taşıdığıdır. Ahmed'in (2019) ve Goleman'ın (2000) da belirttiği gibi bütün duygular hareketlidir ve yerlerini bir ötekine hızla bırakır. Bu anlamda salt aşk temelli evliliklerde aşkın bitişi kimi zaman doğrudan evliliğin bitişine de işaret etmektedir:

“Boşanacağımı söylediğim zaman abla dediğim anne dediğim insanların eski eşimin ablası ve annesinin sırt dönmesi. Tamamen koparıp atmışlardı beni. Neye uğradığımı şaşırılmışım. Alıştım sonra işte şimdi olsa umurumda olmaz. Kimseye değer vermemem gerektiğini öğretiler bana tokat atar gibi” (K6, 38 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Evlilikler, yalnızca iki kişi arasındaki birlikteliği beraberinde getirmekle kalmaz, eşin ailesinin de dahil olduğu bir ilişkiler ağı kurar. Türkiye’de evlilik ile ortaya çıkan geniş veya çekirdek aile fark etmeksizin gelişen ilişki türlerinden biri gelin-kayınvalide ve gelin-görümce ilişkileridir. Bir erkek ekseninde kadınların yeni statüler, isimler (gelin, kayınvalide, görümce, elti vb.) edinme süreçleri yeni ilişki ağlarını ortaya koymaktadır (Kaya, 2019). Ancak ilişkilerin kuruluşunun bir erkek temelinde; gelinin eşi-kayınvalidenin oğlu ve görümcenin erkek kardeşi temelinde gerçekleştiği unutulmamalıdır. Bu bağlamda evlilik bittiğinde, gelinin anne olarak nitelendirdiği kayınvalide, mevcut statüsünü bırakır. Modern çekirdek ailede daha görünür olan boşanmalar, kadınların elde ettiği bu statülerin yitimiyle, ilişkilerin son bulmasıyla sonuçlanır. Nitekim ortak paylaşım noktası olan erkeğin ortak paydada yer almasının sona ermesi, bu ilişki ağının sonunu getirir. Fakat arada oluşan duygusal bağ, bu ilişkinin ötesine de geçmiş olabilir. **K6**’nın deneyiminde de böyle olmuştur. Evlilik süresince kayınvalidesini anne yerine, görümcesini ise kız kardeş yerine koymuştur fakat evliliğin son bulacağını söylediği zaman bu ilişki ağının çözüldüğünü görmesi onu hayrete düşürmüştür. Bu etkilenme öyle derin gerçekleşmiştir ki **K6** bunu “tokat” gibi sert nitelendirmiştir. Bu anlamda, evliliğin bitişiyle bir anda sona eren ilişkiler, kendisini yalnız hissetmesine sebep olmuştur. Eşlerin evliliklerinin son bulmasından etkilenen bir diğer kesim ise çocuklardır. Modern dönemde yalnız

yaşamalar ve hiç evlenmemek, evli olmamak ve evliliklerin bitişi başarısızlık olarak nitelendirilmemektedir. Aksine yeni bir yaşama başlama “şansı” kabul edilmektedir (Erdoğan, 2021: 307). Anne ve babasının boşanmasını en yalnız hissettiği zaman olarak nitelendiren **K1** şunları belirtmiştir:

“Kötü bir andı. Annemle babamın ayrıldığı zaman, babamın yanına taşınmışım. Babamla duygusal bağım annemle olana oranla daha zayıf olduğu için sanırım, o zaman yalnız hissetmişim ilk kez” (K1, 24 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Aile değerlerinin hala önemini koruduğu ve yüksek olduğu günümüz Türkiye’inde aileden ilk kopuş aşaması yalnızlığın en yoğun hatırlandığı zaman dilimini işaret etmektedir. Bu durum **K11** ve **K12**’in söylemlerinde açığa çıkmaktadır:

“Hayatımda en yalnız hissettiğim zaman üniversiteye başladığım zamandı. Farklı bir şehre taşınmışım aslında normal kişilik olarak da sosyal bir kişiliğimdir. Hayatımın iki falan gerçekten çok yalnız hissettiğim bir aydı. Fiziksel bir yalnızlık sanırım hani ailem yanımda değil ama hani onların sesini duyuyorum, her zaman görüşüyorum, arkadaş sosyal ortam uyumsuzluğu... Nedir bilmiyorum ama öyle bir yalnızlık yaşamışım. O beni çok etkilemişti okulu bırakma isteği, çevreden uzaklaşma isteği, her şey çok üst üste geliyordu. Kilo kaygı, uykusuzluk... Bunlara da dönüyordu” (K12, 27 Yaşında, Lisansüstü).

“Lise bitmişti üniversite sınavına hazırlanıyordum. Dershaneye gidiyordum. Babamla kavga etmiştik. Ben evi terk etmişim. Evi terk ettim dediğim de dayımlara gitmişim çok yabancıya değil. O zaman kendimi çok yalnız hissetmişim. 17-18 yaşlarındasın tam deli çağların, bir de şey havası vardır ya kendi ayaklarımda üstünde duracağım kendi paramı kazanacağım. Kendi seçimimdi elbette ama yalnız hissettim kendimi. İlk defa kendimle kalmışım. Ailemden ayrırım yabancı hissetmişim. Birden bocalıyorsun. Sonra üniversite için evden ayrıldım. Bir de, üniversiteyi kazandık buraya geldik annemle o zaman yurttaydım. Annemi otobüse bindirdim gitti ben böyle meydanda kaldım. N’apıcam şimdi ben diye. İlk defa evden, ailemin yanından çıktım. Zonguldak’ta bir köyde hep ordasın. Şimdi başıma bir şey gelirse ben kime koşacağım? Bir de o zaman hissetmişim” (K11, 33 Yaşında, Lisansüstü).

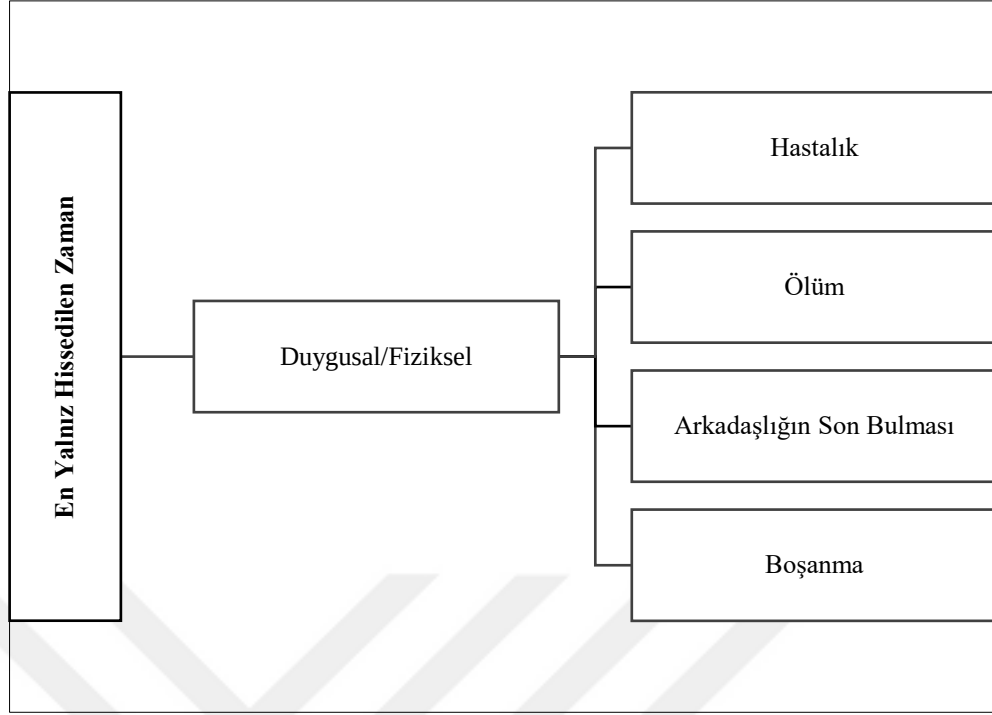
K11’in aileden ayrılma, ayakları üzerinde durma deneyiminin başlangıcı “en yalnız hissedilen zaman”ı anlatırken **K1** aile bütünlüğünün bozulmasına dikkat

çekmiştir. Her iki durum da aile ile ilişkili bir sonucu ortaya çıkarmaktadır. Bell Hooks (2020) *Duygu Yoldaşlığı* kitabında, kadınlar arasındaki duygusal bağların kadınlar ve erkekler arasında kurulan duygusal bağa oranla daha güçlü olduğunu belirtir. Anne-kız arasındaki güçlü ilişki de bu bağlamda anlamlıdır. Ataerkil kültürde erkeklerin duygusal olması arzu edilmediğinden onlara duygusal davranmak öğretilmemektedir. Bu nedenle, aile içinde baba, mesafeli olan ve otoriter kişidir. Tavrıları yumuşak olsa dahi, aşılma duygusal sınırları vardır. Ebeveynleriyle aynı hanede kalmayacak olması nedeniyle onlarla kendisi arasındaki bağlayıcı fiziksel mekân paylaşımının ortadan kalktığı süreç, **K1**'in kendisini en yalnız hissettiği zaman olmuştur. Paylaşımın giderek düşecek olması fikri bu durumun yaşanmasına neden olmuştur.

Aile ilişkilerinin dışında yalnız hissetmeye sebep olan durumlardan biri de arkadaş ilişkilerinde yaşanan olumsuz durumlardır. Arkadaşlık ilişkileri de tıpkı evlilikler gibi kuşaktan kuşağa farklılaşarak dönüşüme uğramıştır. Güvene dayalı arkadaşlık, yerini endişe durumunun hakim olduğu arkadaşlığa bırakmıştır (Tan, 2019: 290). **E4** de güvene dayalı kurduğu arkadaşlık ilişkisinin endişeli, güvene dayalı olmayan arkadaşlık biçimine dönüşmesi sonucu kendini yalnız hissettiğini belirtmiştir:

“Bir iş meselesi vardı. Arkadaşımla hallediyorduk. Sonra duydum ki bir şeyler söylemiş başkalarına. Anlatmayayım şimdi ne olduğunu baştan, tazelenmesin. O zaman anladım işte yalnız olduğumu. Kötü hissetmişim. Şimdi şanslı olduğumu düşünüyorum artık” (**E4**, 37 Yaşında, Üniversite Mezunu).

Tüm verileri gözden geçirdiğimizde, katılımcıların belirttikleri zamanları ön plana çıkarmasının nedenlerini şu şekilde özetlemek mümkündür:



Şekil 5.4. En yalnız hissedilen zamanlara sebep olan durumlar

Şekil 5.4'te görüldüğü üzere en yalnız hissedilen zamanlar, bir yanıyla fiziksel bir yanıyla da duygusal bir yön içermektedir. Yoğun yalnızlık hissi, en çok da kişinin duygusal bağ kurduğu kişilerin, aile üyeleri, arkadaşlar ve yakın çevre ile kurulan ilişkilerde açığa çıkmaktadır. Ölüm ve hastalıklar gibi gündelik yaşamın olağan akışını alaşağı eden ve yeni alışkanlıklar oluşturma gerekliliği yaratan boşanmalar da bu ilişki değişimlerinin örneğidir. Ayrıca en yalnız hissedilen zamanların nedenleri sıralandığında, her birinin bireyin kararı dışında olaylar olduğu görülmektedir. Her ne kadar katılımcılar yalnızlık tanımını geliştirirken yalnızlığın gönüllü olduğuna veya olabileceğine işaret ediyor olsa da en yalnız hissettikleri zamanları değerlendirmeleri istendiğinde zorunlu bir durumdan bahsetmişlerdir. Aynı şekilde yalnızlığın olumluluğun söz edenlerde dahi, akılda kalan yalnızlık anlarının olumsuz, çaresiz hissettikleri zaman dilimine karşılık geldiği görülmüştür. Bu bakımdan gönüllü yalnızlığın olumluluk; zorunluluk halinin ise olumsuzluk ile değerlendirdiği çıkarımını yaparken diğer elden yalnızlık deneyiminin büyük oranda olumsuz anlamlandırmaya sahip olduğunu da belirtmek gerekmektedir.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Geçmişten bugüne toplumun nasıl oluştuğuna dair getirilen açıklamalarda farklılıklar olmasına rağmen sosyologların uzlaşma içerisinde oldukları nokta, toplumun ortak değerler ekseninde ve benzerlik taşıyan bir oluşumu ifade ettiğidir. Bu görüşe göre, *kolektivite, biraradalık, homojenlik, dayanışma* gibi kavramlar toplumu güçlendiren; *bireyselleşme, ayrışma, heterojenlik* gibi durumlar ise zayıflatan unsurlar olarak ele alınmaktadır. Bu çalışmanın inceleme odağı olan yalnızlık olgusunun ikinci gruba daha yakın olduğu göz önünde bulundurulduğunda, yalnızlığın toplumu parçalayan veya zayıflatan bir unsur olarak olumsuz bir anlama yaklaştığı düşünülmektedir. Araştırma tam da bu noktada sorunsallaştırılarak *toplumsal açıdan yalnızlık nedir?* sorusu çalışma açısından ilk basamak kabul edilmiş; yalnızlığın olumlu-olumsuz yönleri bir arada değerlendirilmiştir. Hipotezlerden ziyade soruları içeren, keşfedici olan bu niteliksel araştırmanın amacı, yalnızlığın toplumsal açıdan hangi anlama geldiğini anlamaya çalışmak ve gündelik yaşamda nasıl deneyimlendiğini incelemek olmuştur. Ayrıca bu çalışma, literatürdeki bir boşluğu gidermeyi de hedeflemiştir. Trabzon ilinde yürütülen bu çalışma doğrultusunda, katılımcıların yalnızlık deneyimleri, yalnızlık anlatıları ve toplumsal açıdan yalnızlığı nasıl gördükleri, kimleri ve neden yalnız kategorisine dahil ettikleri belirlenmeye çalışılmıştır.

Araştırma demografik veriler açısından, yüz yüze görüşmeyi kabul eden 14'ü kadın 14'ü erkek toplamda 28 katılımcı ile gerçekleşmiştir. Katılımcıların seçimleri ise kolay ulaşılabilir durum örneklem seçme yoluyla sağlanmıştır. Derinlemesine yüz yüze görüşmeler ile elde edilen bulgular doyum noktasına ulaşıncaya kadar devam ettirilmiştir. Aynı yanıtların birbirini desteklediği ve tekrarladığı görüldüğünde sonlandırılmıştır. Elde edilen veriler betimsel analiz tekniği ile yorumlanmıştır.

Araştırmanın demografik bulgularına göre hanede yaşayan kişi sayısı bakımından bir ve altı kişi arasında farklılaşma olmuştur. Tek yaşadığını belirten katılımcıların zaman zaman aile üyeleri ile bir araya geldiği, birlikte kaldıkları bilgisine ulaşılmıştır. Bu açıdan aile, yalnızlık olgusunu ele alırken açıklayıcı bir kurum olarak karşımıza çıkmıştır. İşlevsel kuram açısından ailenin sosyal açıdan bireyi destekleyen, güçlendiren ve topluma hazırlayan (Çağan, 2016) bir rolü olduğu göz önünde bulundurulduğunda; yalnızlığın olumsuz bir durum olarak ele alındığı

zamanlarda aile fertlerinin ve bütünsel olarak ailenin, yalnızlığı gideren ilk ve en etkili kurum olduğu sonucu bütünleşme açısından anlam kazanmaktadır. Duben (2016: 75-85) Türkiye’deki aile ve akraba ilişkilerinin Batı ülkelerindekilere kıyasla daha samimi olduğunu ifade ederken, bireylerin kentleşme sürecinde birbirini denetleyen, kontrol eden akrabalarından uzaklaşma eğilimleri olduğunun da altını çizmektedir. Bireyler yardıma ihtiyaç duyduklarında akrabalarına gitmeyi neredeyse hiç tercih etmemekte¹⁹, çekirdek aile üyelerine ve sosyal devlet yardımlarına başvurmayı ilk sıraya yerleştirmektedir. Aynı durum kentleşme ile özerkleşen bireyin; aile üyeleriyle aralarındaki sıcak-samimi ilişkilerin soğuk, katı ve resmi hale dönüşmesinde de mevcuttur. Bu doğrultuda aile, bireyler açısından hem ekonomik ve toplumsal iş birliğine girerek yardım alınan destek unsuru hem de denetleme, disipline edici yönüyle kişiyi yalnızlığa sürükleyen bir kurumdur. Nitekim tek yaşadığı halde zaman zaman ailesi ile bir araya gelip aynı haneyi paylaşan veya ailesinden başka bir şehirde yaşadığı halde her an ailesinin yanına dönebilecek olmanın rahatlığına sahip olan katılımcılar, yalnızlığın güzel ancak arzu edilmeyen hallerde kaçınılması gereken bir olgu olduğunu ortaya koymuştur. Aile, çoğu kez yalnızlığı engelleyerek kişinin özgürlüğünü kısıtlayabildiği gibi kurmuş olduğu bağımlılık ilişkisiyle kişiyi güvende de hissettirebilmektedir. Anlaşıldığı üzere aile ile yalnızlık arasındaki ilişki sabit bir ailecilik anlayışıyla şekillenmektedir. Aile; baskın, otoriter, güç ilişkilerinin görünürlük kazandığı ve bireyi şekillendiren sert bir kabuktur. O hem kişiyi yalnızlığın getirdiği olumsuz duygulardan korur hem de yalnızlık ile kazanacağı bireyselleşmesini elinden alır. Belirtilmelidir ki yalnızlığa getirilen övgülerde dahi aile merkezilik dikkat çekmektedir.

Ailenin bu merkeziyetini açıklayan *ailecilik* anlayışı; evliliği ve evlilikten doğacak çocukları olmazsa olmaz kabul etmektedir. Aile bağlarının güçlülüğü, aile içi ve toplumsal cinsiyet rollerinin değişmezliği, ailecilik anlayışı gereği önemsenmektedir. Bu anlayış bakımından kadınlardan biyolojik açıdan doğum yapabilecekleri yaşlarda evlenmeleri, çocuk büyütüp ev işlerini üstlenmeleri, iyi bir anne-eş olmaları beklenmektedir. Aynı eksen; erkekler ise evi geçindirecek maddi yükü omuzlamalı, çocuklara ve anneye kıyasla başkalarıyla daha resmi ve soğuk ilişkiler geliştirmelidir. Nitekim katılımcıların bir kısmı evli fakat çocuksuz olmaları

¹⁹ Kimi çalışmalar ise akrabalığın özellikle kentleşme sürecinde sosyo-ekonomik destek ağı olduğu görüşünü desteklemektedir (Sayın, 2020).

nedeniyle yetişkin görülmediklerinin altını çizmişlerdir. Bu durum aile evinden ayrılma kararı, tek başına tatile gitme hatta herhangi bir nedenden ötürü evden dışarı çıkma gibi gündelik hayatta anlık veya kalıcı ihtiyaçları kapsayan hemen her süreci kapsamaktadır. Özetle gündelik yaşamda yalnızlığı deneyimleme, kendi başına kararlar alma noktasında toplumsal cinsiyet rolleri ve medeni durum farklı sonuçlar yaratmaktadır.

Bununla bağlantılı bir diğer durum, katılımcıların kimleri yalnız olarak görüp görmediğine ilişkin verdikleri yanıtlarda da karşımıza çıkmaktadır. Katılımcılar yanıtlarında sıklıkla yalnızlığı tanımlamada aileci bir perspektifle; “bekâr” ve “çocuksuz” olmayı işaret etmişlerdir. Öyle ki bekâr katılımcılar çevrelerinde en çok; çocuklu olmanın “asla yalnız kalmamak” ile eşdeğer olduğu şeklindeki dayatmacı ifadelerle maruz kalmıştır. Evlenmemesi, duygusal bir ilişkisinin olmaması, çocuksuz olması bir kişinin yalnız stereotipine yerleştirilmesinin ilk basamakları olmakta, *toplumda yalnız kişi kimdir?* sorusuna verilen yanıtlar, aile kur(a)mamak ile ilişkilendirilmektedir. Bu sonuç Sönmez’in (2020: 39) çalışmasında bekârların gündelik yaşamda kendilerini yalnız hissettiklerine ilişkin bulgularında da dikkat çeken unsurlardan biridir. Benzer bir diğer sonuç Büyükyıldız’ın (2020: 151-152) çalışmasında bekâr bireylerin evli bireylere kıyasla gündelik yaşamdaki etkinliklere daha az katılmak istedikleri, bu yolla toplumsal yaşamın kısmen dışında kalmaları şeklindedir. Özellikle bekâr bireylerin eşlerinin olmamasından ziyade, çocuksuz olmalarının yalnızlık düzeylerini arttırdığına ilişkin genel bir toplumsal bakışın varlığı, bu araştırmada da desteklenmiştir.

Aileci perspektif ile yalnızlık kabulünü açığa çıkaran bir diğer durum yine medeni hal ile ilişkili olacak şekilde *eş kaybı yaşamış bireyler* ve *boşanmış* bireyler kategorileridir. Bu durum toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkilenerken kadın veya erkek olmak açısından farklılaşmıştır. Eş kaybı yaşayan erkeklerin, ev işlerini yapamayacakları gerekçesiyle yeniden evliliklere yönlendirildiği görülürken, eş kaybı yaşamış kadınların toplumsal alandaki görünürlüklerinin silindiği ve daha içsel bir yalnızlığa sürüklendikleri düşünülmektedir (Yeşil, 2020). Kadınlar, aileci toplumda erkeksiz kadın olmanın çeşitli olumsuz anlamlarına maruz kalmamak ve ayrımcılığın görünürlüğünü azaltmak adına yalnızlığı kabul etmektedir. Boşanmış olma açısından da durum benzer nitelikler taşımıştır.

Fark edildiği üzere yalnızlık tanımlanırken, medeni durumun yanında kişinin toplumsal cinsiyet rolleri de aktif bir rol oynamıştır. Her ne kadar katılımcılar erkeklerin ve kadınların yalnızlık deneyimleri arasında bir farklılık görmediklerini vurgulamış olsalar da yaşam pratiği açısından bu noktada farklılaşma söz konusudur. Talu'nun (2010) da ifade ettiği üzere modernleşme tüm insani duygu ve algıları, “akıl, mantık, matematik ve rasyonellik” kurallarını önceleyerek yok saymaktadır. Bu doğrultuda ataerkil kodlar ekseninde duygusallıktan sıyrılarak rasyonel kabul edilen erkekler, gerek anne veya babalarının yanında yaşarken gerek evliliklerini kurmuş oldukları ailelerinde yalnızlığı istedikleri an elde edebilmektedir. Kadınlar ise aile üyelerine, arkadaşlarına daha fazla bağımlılık geliştirmektedir. Bu bakımdan duygusal anlamda yalnızlık kadınlar için kaçınılması gereken bir durum olarak belirlenirken; erkeklerde durum farklı bir sürece karşılık gelmiştir. Erkekler için, duygusaldan ziyade fiziksel yalnızlık yıkıcı olmaktadır. Dahası; erkeğin toplumsal yaşamda kadınsız yaşaması, hayatta kalmasını güçleştirdiği kabul edilmiş; özellikle ev içindeki ihtiyaçlarını karşılayacak işleri gerçekleştirmesi için evlenmesi gerektiği öne sürülmüştür. Bu bakış açısı erkeğin ve kadının toplumsal cinsiyet rollerini, buna bağlı gelişen eşitsizlikleri anlatan önemli bir bulgudur. Kadın, varlığını ve emeğini erkeğin fiziksel bakımına ayırırken duygusal açıdan yalnızlaşabilir. Ancak kadının bu duygusal yalnızlığı erkeğin fiziksel yalnızlığına kıyasla daha kabul edilebilir, daha olumlu bir noktaya yerleştirilir. Önemli olan erkeklerin yalnızlık noktasında daha yoğun deneyimledikleri fiziksel bulunuştur ve bu anlamda yalnız kalmamaktır. Kadınların daha fazla deneyimledikleri duygusal yalnızlık ise tıpkı kadınların toplumsal konumlanışları gibi ikincildir.

Toplumsal kategoriler açısından gençlik ve yaşlılık açısından da yalnızlık olgusuna ilişkin farklılıklar olduğu belirlenmiştir. Katılımcılar açısından gençlik dinamiklik, girişkenlik, sosyallik ile anlamlandırılmış; onların yalnızlığının yaşlılara kıyasla çok daha pozitif bir süreci içerdiği belirtilmiştir. Buna göre, gençlerin yalnızlığı üretken süreçlerle ve zorunluluktan ziyade gönüllülükle sağlanan bir durum olarak nitelendirilmektedir. Yaşlıların yalnızlığı ise katılımcılarca *hüzünlü, üzücü, zorunlu* bir durum olarak kabul edilmiş; fiziksel yetkinliklerinin azalmasıyla açıklanmıştır. Gençlerin duygusal kökenli gelişen yalnızlıkları, yaşlılarda fiziksel ile başlayıp duygusala doğru yayılım göstermektedir. Elbette biyolojik yaşam akışının bu durumdaki etkisi fazladır, ancak yapılan araştırmalar yaşlılığın yalnızca biyolojik bir

kategori olmadığını, sosyal anlamı olduğunu da ortaya koymuştur (Akbaş, Taşdemir-Yiğitoğlu ve Çunkuş, 2020). Bu bakımdan toplumsal yaşam, yaşlıların aktif etkinliklerine ne denli zemin hazırlarsa yaşlının aktifliği de o denli artacaktır. Yaşlı birey; birçok sosyal çevrede var olabilir, buradaki etkinliklere katılabilir, teknolojiyi en az gençler kadar aktif kullanabilir. İleri yaş bir bireyin bunları gerçekleştiremiyor oluşu yalnızca biyolojinin zorunlu kaderi olarak görülmemelidir. Bu nedenle yaşlı dostu kentlerin inşasının yanı sıra, yaşlılara yönelik politika ve uygulamaların gözden geçirilmesi; yaşlı yalnızlığının *üzücü* olduğu noktasında açığa çıkan ayrımcı dilin yeniden değerlendirilerek dönüştürülmeye çalışılması gerekmektedir.

Cinsiyet ve yaş grupları açısından ele alınan yalnızlık anlamı ve deneyiminde göze çarpan ana unsur; yalnızlığın olumlu ve olumsuz iki ayrı ucu olduğudur. Bu noktada toplumsal algı açısından yalnızlığın salt olumsuz bir durumu anlattığı fikri (Killeen, 1998) desteklenmemiştir. Yalnızlık hem arzu edilen hem de kaçınılan bir olgudur. Ancak yalnızlığın yalnızca sosyo-demografik verilerle ilişkili olarak açığa çıkan bir durum olmadığı da görülmektedir. Bu çalışmanın destek aldığı Riesman'ın (2019) da belirttiği gibi yalnızlık modern toplumun bir olgusudur ve toplumsal dönüşümlerle farklılaşmıştır. Modern toplumda mesafe kültürünü konu edinen Karaca'nın (2019) çalışmasında da benzer bir sonuca ulaşılmış; bu çalışmada da hem Riesman (2019) hem de Karaca'nın (2019) çalışmalarına paralel bir sonuca ulaşılmıştır. Nitekim katılımcılar; yaş, cinsiyet, ekonomik durum gibi değişkenleri açıklarken toplumsal ilişkilerin daha geçici, kurallı, soğuk yakınlıklara dönüştüğünü sıkça vurgulamıştır. Bu bakımdan çalışma ile yalnızlığın modern karakterler taşıdığı verileri desteklenmektedir.

Gündelik yaşam açısından katılımcıların yalnız kalmak/kalmamak için de çeşitli *taktikler* (De Certeau, 2009) geliştirdiği görülmüştür. Yalnız kalmamak adına yapılanlar: *Bir gruba ait olmak, duygusal ilişkiler kurmak, evlenmek, çocuk sahibi olmak ve kendinden taviz vererek arkadaşlık ilişkileri geliştirmek* olmuştur. Bu bakımdan katılımcılar tarafından; yalnız kalmamanın yolları fiziksel bulunuşla değil duygusal zemin üzerinden anlatılmıştır. Yalnız kalma taktikleri ise daha çok fiziksel bulunuş ile tanımlanmıştır. İlk etapta, yalnız gerçekleştirilen etkinliklerin yadrganmasına yönelik kalıp yargıyla mücadele etmeye çalıştıkları göze çarpmıştır. Tek başlarına yemek yemeleri, seyahat etmeleri çevrelerince bir sorun gibi

algılanmıştır. Geliştirilen ilk taktikler bunları normalleştirmeye çalışmak olmuştur. Tek başlarına yemeğe gitmenin, seyahat etmenin, zaman geçirmenin bir gereklilik olduğunu anlatmışlardır. Zaman zaman ise ev içinde kendilerine ait bir alan talebinde bulundukları, gerektiği durumlarda aile üyeleriyle çatışmalar yaşadıkları görülmüştür. Bu dilsel ve davranışsal mücadeleler, yalnız kalma isteğini hayata geçirmek isteyenler için gündelik yaşam taktiklerine dönüşmüştür.

Ekonomik durumun hem yalnız kalmayı seçmek hem de tercih etmemek açısından önemli bir etken olduğunu belirtmek gerekir. Nitekim mücadeleler ve geliştirilen taktikler ekonomik bağımsızlıkla ilişkilidir. Kişi ekonomik açıdan ne kadar özerkse ayrı bir ev kurabilir; özel alanını genişletip yalnızlığı istediği zaman deneyimleyebilir. 1960-1970'lerden itibaren kırsaldan kentlere göçün artışıyla küçülen haneler (Duben, 2016); tüketim hızının ve bireyciliğin yükseldiği 2000'lerden itibaren aileden kopan bireylerin tek yaşamalarının artışı (Erdoğan, 2021) bu deneyim sürecinin basamaklarıdır. Tüketim toplumunda yaşamının bir getirisi olarak, metayı satın almayı sağlayan para her şeydir. Kişinin ne giydiği ne yediği, nerede oturduğu, kimlerle görüştüğü ekonomik sermayesine bağlı olarak şekillenir ve yalnızlık deneyimlerinde farklılaşma yaratır. Katılımcılar da bireyin maddi açıdan iyi olma halini istediği kişilerle kurabileceğini gösterdiğini; yoksullaşmanın veya bu sınıra yakın olmanın bağımlılık ilişkilerine neden olduğunu, yalnızlığın “lüks” olduğunu ifade etmiştir. Katılımcılar genel anlamda, ekonomik olanakların yeterliliğinin özgürleştirici bir yanı olduğunu ve yalnızlığı olumlu bir sürece dönüştürdüğünü ekonomik yetersizliklerin ise kişiyi başkalarına bağımlı kılan ve yalnızlık isteğini engelleyici olumsuz sonuçlar ürettiğini ifade etmişlerdir.

Gündelik yaşam açısından en yalnız hissedilen süreçler baz alındığında ise *boşanma, duygusal ilişkilerin son bulması, yakın çevredeki ölümler ve kayıplar, hastalık deneyimleri* gibi insan hayatında dönüm noktası teşkil eden olaylar görüşmecilerin en fazla vurguladıkları hususlardır. Aynı zamanda tüm bu dönüm noktalarının duygusal ve fiziksel yönleriyle ele alındığı göze çarpmıştır. Burada bir parantez açıp bu sonucun kültürel açıdan fiziksel ve duygusal yalnızlığın keskin bir çizgiyle birbirinden ayrılmadığına karşılık geldiğini belirtmek gerekir. Duyguların hareketliliği, sürekli akış halinde oluşu kişiyi değiştiren deneyimler yaratarak gündelik hayatlarını şekillendirmiştir. Ancak belirtilmesi gereken asıl unsur, katılımcıların *En*

yalnız hissettiğiniz zamanı anlatır mısınız? soru cümlesine verdikleri yanıtların, *üzüntü* ve *keder* içeren deneyimleri içermiş olmasıdır. Bu bakımdan gündelik yaşamı aniden ve/veya kökten değiştiren bir yalnızlık deneyiminin toplumsal açıdan olumsuz bir zemine yerleştiğini veya yerleştirildiğini söylemek mümkündür.

Sonuç olarak bu çalışmada, yalnızlığın toplumsal yaşamda duygusal ve fiziksel olmak üzere iki ayrı anlamla ele alındığı fakat sıklıkla birlikte kullanımları olduğu görülmüştür. Duygusal ve fiziksel tanımlamalar fark etmeksizin yalnızlık, olumsuz görüldüğü kadar olumlu değerlendirmeleri de içermektedir. Bu anlamda yalnızlığın toplumsal yaşamı yıkıcı değil, bireyin gelişimine katkı sağlayarak toplumu geliştiren bir duygulanım/bulunuş hali olduğu söylenebilir. Ayrıca toplumsal roller açısından yalnızlığın tanımının değişmesi de söz konusudur. Kadın-erkek, genç-yaşlı veya ekonomik durum baz alındığında yalnızlığın tanımını hem fiziksel-duygusal hem de olumlu-olumsuz olma bakımından farklılaştırmıştır. Ancak bu tanımların kendi içlerinde de değişik anlamlar içerdiğini, sabit durumlar olmadıklarını belirtmek gerekir. Örneğin kadınlar, yalnızlığı medeni hal, ekonomik durum vb. etkenlere bağlı olarak farklı biçimlerde deneyimlemektedir. Bu durum tüm diğer kategorilerde de saptanabilmektedir. Ancak tüm görüşmeci kategorileri açısından belirtilmesi gereken ortak durum şudur: Yalnızlık toplumsal açıdan yalnızca acı veren bir durum olarak ele alınmamakta, kişiyi geliştiren, topluma kazandıran; farklılaşma yaratarak toplumun dinamik yapısını oluşturan bir unsur olarak görülmektedir. Bu kanıya rağmen katılımcılar, yalnızlığın Türkiye’de batılı toplumlara kıyasla yaygınlık kazanmasının güç olduğunun altını çizmiştir. Bunun temel nedeni bireylere sosyal ve ekonomik desteği hala en fazla sağlayan kurum olan ailenin güçlü yapısını korumuş olmasıdır. Toplumsal bir kurum olarak aile bireyciliği ve bireyselleşmeyi engelleyici sonuçlar üretmekte, yalnızlığın yaygınlaşmasını görece güçleştirmektedir.

Tüm bu sonuçlar doğrultusunda bir parantez açıp araştırmanın sınırlılıkları olduğunu hatırlatmak gerekmektedir. Bu sınırlılıklar gözetilerek, gelecek çalışmaların konusuna dair ve araştırmacılara yönelik şu önerilerde bulunmak mümkündür:

- Yalnızlık olgusunu sosyolojik boyutuyla ele alan bu çalışma, gündelik yaşam ve duygu araştırmaları ekseninde gerçekleştirilmiştir. Bu sınırlılık gereği, yalnızlık olgusunun farklı kuramlarla değerlendirilmesinin ve konuya ilişkin literatürdeki çalışmaların artırılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

- Bu araştırmanın bulguları Trabzon ili örneğini yansıtmaktadır. Farklı kentlerde benzer çalışmaların yürütülmesi, bu çalışma ile aralarındaki benzerliklerin, kesişimlerin ve farklılıkların ortaya konulması açısından önem arz etmektedir.
- Araştırmanın saha çalışması ise Covid-19 pandemisinin en yaygın olduğu dönemde gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle katılımcılar, kolay ulaşılabilir örneklem seçme yöntemi ile araştırmaya dahil olmuştur. Farklı demografik özelliklere sahip kişilerin görece eşit dağılımla seçildiği ve önceden belirlendiği katmanlı örneklem seçme yöntemine başvurulması literatüre katkı sağlayacak çalışmalar yapılabilir.
- Araştırmada yalnızlaşma ile ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılan ve yalnızlaşmayı açıklayan önemli kavramlar *ailecilik* ve *bireyselleşme* olmuştur. Literatür incelendiğinde bu doğrultudaki çalışmaların yok denecek kadar az olduğu görülmektedir. Bu eksende, salt *ailecilik-yalnızlık* veya *bireyselleşme-yalnızlık* ilişkilerini ele alan çalışmalara ihtiyaç duyulduğunu belirtmek gerekir.
- Son olarak; yalnızlık olgusuna odaklanan bu çalışmaya benzer biçimde, farklı duyguların sosyolojik araştırmalarının yapılmasının literatürdeki önemli eksiklikleri azaltacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Acar, S. M. (2014). “Gelecek Demokrasi” Adına: Derrida’nın “Dostluğu”. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (17), 1-12.
- Adler, P. A., Adler, P., Fontana, A. (1987). Everyday Life Sociology. *Annual Review of Sociology*, 13(1), 217-235.
- Ahmed, S. (2019). *Duyguların Kültürel Politikası*. Sultan Komut (Çev.). İstanbul: Sel.
- Akbaş, E., Yiğitoğlu, G. T., Çunkuş, N. (2020). Yaşlılıkta Sosyal İzolasyon ve Yalnızlık. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(26), 4540-4562.
- Akgül H., Yeşilyaprak B. (2015). Yaşlılar İçin Yalnızlık Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 8(1), 34-45.
- Akgül, H., Yeşilyaprak, B. (2018). Yalnızlığı Azaltma Psiko-Eğitim Programının Yaşlıların Yalnızlık Düzeyine Etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8 (14), 11-52.
- Akın, İ. (2021). Yalnızlık, Aidiyet İhtiyacı, Nostalji Eğilimi ve Nostaljik Tüketim Kavramları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bir İnceleme. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul Bilgi Üniversitesi Lisanüstü Programlar Enstitüsü, İstanbul.
- Akpolat, Y. (2010). Durkheim’den Giddens’a Pozitivist Sosyoloji. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 10(2), 53-87.
- Albayrak, L. (2021). Pandemi Sürecinde Köye Dönüş; Kırsalın Ekonomik ve Kültürel Yapısında Yaşanan Gelişmeler, Artvin Örneği, *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, Bölge Bilimi ve Planlama Kongresi Özel Sayısı, 63-75.
- Altuntaş Duman, N., Doğanay, G. (2019). Gençlerin Toplumsallaşma Mekânı Olarak Trabzon Kent Merkezi. *Alternatif Politika*, 11 (3), 675-715.
- Apostolou, M., Tsangari, S. (2022). Why People are Single: The Big Five as Predictors of Involuntary Singlehood. *Personality and Individual Differences*, 186, 111375.
- Aral, N., Gürsoy, F. (2000). Gençlerin Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 25(116), 8-12.
- Arık, E. (2016). Erkeklik Çalışmaları. Feryal Saygılıgil (Ed.) *Toplumsal Cinsiyet Tartışmaları* içinde (229-246). Ankara: Dipnot.
- Atabek, E. (2000). *Bizim Duygusal Zekamız*. İstanbul: Altın.
- Aydoğan, D. (2013). Gündelik Yaşam Pratiklerinde Anlamı İnşa Eden Toplumsal Dinamikler. *Sosyoloji Dergisi*, (28), 1-18.
- Aylaz, R., Aktürk, Ü., Erci, B., Öztürk, H., Aslan, H. (2012). Relationship Between Depression and Loneliness in Elderly and Examination of Influential Factors. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 55(3), 548-554.
- Aytaç, Ö. (2002). Boş Zaman Üzerine Kuramsal Yaklaşımlar. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12, 231-260.

- Badinter, E. (2017). *Kadınlık mı Annelik mi?* Ayşen Ekmekçi (Çev.). İstanbul: İletişim.
- Bagci, S., Seven, S. (2022). Turkish Adaptation of Parents' Gendered Emotion Beliefs Scale: Validity and Reliability Study of Turkish Parents. *International Journal of Educational Research Review*, 7(1), 35-47.
- Baker, U. (1997). Spinoza Hayatın Geometrisi. *Virgöl*, 1, 61-63.
- Barbour, J. D. (2014). A View from Religious Studies. In R. J. Coplan ve J. C. Bowker (Eds.), *The Handbook of Solitude* (pp. 557-571). West Sussex: Wiley Blackwell.
- Baş, E. (2019). Modernleşme Sürecinde Evliliğin Kuşaklararası Dönüşümü: İzmir Örneği. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bates, G. D. (2009). *21. Yüzyılda Kültürel Antropoloji İnsanın Doğadaki Yeri*. Suavi Aydın (Çev.). İstanbul: Bilgi.
- Baudrillard, J. (2012). *Tüketim Toplumu*. Hazal Deliceçaylı ve Ferda Keskin (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Baudrillard, J. (2019). *Baştan Çıkarma Üzerine*. Ayşegül Sönmezay (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Bauman, Z. (2017). *Akışkan Aşk: İnsan İlişkilerinin Dayanıksızlığı*. Işık Ergüden (Çev.). İstanbul: Alfa.
- Bauman, Z. (2018). *Bireyselleşmiş Toplum*. Yavuz Alogan (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Bauman, Z. (2020). *Akışkan Hayat*. Akın Emre Pilgir (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Becerikli, S. Y. (2013). Kuşaklararası İletişim Açısından Yeni İletişim Teknolojilerinin Kullanımı: İleri Yaş Grubu Üzerine Bir Değerlendirme. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi | Istanbul University Faculty Of Communication Journal*, (44), 19-31.
- Beck, U. (2014). *Risk Toplumu*, Kazım Özdoğan ve Bülent Doğan (Çev.). İstanbul: İthaki.
- Beck, U., Beck-Gernsheim, E. (2012). *Aşkın Normal Kaosu*, Nafer Ermiş (Çev.). İmge: Ankara.
- Becker, H. S. (2013). *Hariciler (Outsiders): Bir Sapkınlık Sosyolojisi Çalışması*. Şerife Geniş ve Levent Ünsaldı (Çev.). Ankara: Heretik.
- Beğer, T., Yavuzer, H. (2012). Yaşlılık ve Yaşlılık Epidemiyolojisi. *Klinik Gelişim*, 25(3), 1-3.
- Bennet, A. (2018). *Kültür ve Gündelik Hayat*. N. Tokdoğan, B. Şenel, U. Y. Kaya (Çev.). Ankara: Phoenix.
- Berger, P.L., Luckmann, T. (2018). *Gerçekliğin Sosyal İnşası*. V. S. Öğütle (Çev.). Ankara: Atıf.
- Binay, B. (2014). Toplumsal Düzen Problemi Ekseninde Anthony Giddens'in Yapılaşma Teorisi. (Yayımlanmamış doktora tezi). Adnan Menderes Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Boran, B. S. (2018). Sosyoloji Anlayışında İkilik. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 1(3).

- Bourdieu, P. (2016). *Akademik Aklın Eleştirisi: Pascalca Düşünme Çabaları*. P. Burcu Yalım (Çev.). İstanbul: Metis.
- Böke, K. (2014). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. İstanbul: Alfa.
- Brelim, S. (1985). *Intimate Relationships*. NewYork: Random House.
- Buluş, M. (1997). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3, 82-90.
- Burger, J. M. (1995). Individual Differences in Preference for Solitude. *Journal of Research in Personality*, 29(1), 85-108.
- Buz, S. (2015). Yaşlı Bireylere Yönelik Yaş Ayrımcılığı. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14 (53), 268-278.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2017). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Büyükyıldız, E. (2020). Bekâr Bireylerin Yalnızlıkla Başa Çıkma Tarzlarının Yaşam Doyumlarına Etkisi: Yalova Örneği. *Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Yalova.
- Calhoun, C. (2001). Putting Emotions in Their Place. J. G. vd. içinde, *Passionate Politics: Emotions and Social Movements*. Chicago: University of Chicago Press.
- Camus, A. (2016). *Düşüş*. Hüseyin Demirhan (Çev.). İstanbul: Can.
- Canatan, A. (2008). Toplumsal Değerler ve Yaşlılar. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 1(1), 62-71.
- Caplan, S. E. (2006). Relations Among Loneliness, Social Anxiety, And Problematic Internet Use. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 234-242.
- Certeau, M. D. (2009). *Gündelik Hayatın Keşfi I: Eylem, Uygulama, Üretim Sanatları*. Dost Kitabevi: Ankara.
- Cevizci, A. (2014). *İlkçağ Felsefesi*. İstanbul: Say.
- Chodorow, N. (2007). *Duyguların Gücü: Psikanalizde, Cinsiyette ve Kültürde Kişisel Anlam*. Jale Özata Dirlikyapan (Çev.). İstanbul: Metis.
- Chul Han, B. (2018). *Yorgunluk Toplumu*. Samet Yalçın (Çev.). İstanbul: Açılım.
- Cole, P. M., Martin, S. E., Dennis, T. A. (2004). Emotion Regulation as a Scientific Construct: Methodological Challenges and Directions for Child Development Research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
- Connell, R. W. (2019b). *Toplumsal Cinsiyet ve İktidar: Toplum, Kişi ve Cinsel Politika*, Cem Soydemir (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Coştu, Y. (2009). Toplumsallaşma Kavramı Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 9(3), 117-140.
- Creswell, J. M. (2016). *Nitel Araştırma Yöntemleri*. E. M. Bütün ve S. B. Demir (Çev.). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Cropley, A. (2002). *Qualitative Research Methods: An Introduction for Students of Psychology and Education*. Zinate: University of Latvia.

- Crow, G., Pope, C. (2008). Sociology and Everyday Life (editorial Foreword), *Sociology and Everdaylife*, Volume 42 (4): 597-600.
- Çağan, K. (2016). Ailenin İşlevleri. Kadir Canatan ve Ergün Yıldırım (Ed.), *Aile Sosyolojisi* içinde (s. 83-96). İstanbul: Açılım.
- Çakıl, N. (1998) Grupla Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çeçen, A. R. (2002). Duygular İnsan Yaşamında Neden Vazgeçilmez ve Önemlidir? *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(9), 164-170.
- Çelik, B. (2021). Kadınların Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Toros Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Mersin.
- Çelik, K., Lüküslü, D. (2012). Spotlighting a Silent Category of Young Females: The life experiences od “House Girls” in Turkey. *Youth & Society*, 44(1), 28-48.
- Çoştı, Y. (2009). Toplumsallaşma Kavramı Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 9 (3), 117-140.
- Demir, M. (2013). Çevre Olarak Konumlandırılmış Kadını ve Doğayı Birlikte Düşünmek: Ekofeminizm, *Doğu Batı Düşünce Dergisi*, 63, 11-44.
- Demren, Ç. (2008). Kadınlık Dolayımıyla Erkeklik Öznelliği. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 32(1), 73-92.
- Dey, I. (1993). Qualitative Data Analysis: A User-Friendly Guide for Social Scientists. London: Routledge.
- Doğan, V. (2011). *Yoksulluğun Unutulan Yüzü: Yoksul Çocukların Yoksulluk Algıları*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Donaldson, J. M., Watson, R. (1996). Loneliness in Elderly People: An Important Area for Nursing Research. *Journal of Advanced Nursing*, 24(5), 952-959.
- Dowling, C. (2020). *Sindrella Kompleksi: Çağdaş Kadının Bağımsızlık Korkusu*. Selçuk Budak (Çev.). İstanbul: Afrika.
- Durkheim, E. (2013). *İntihar*. Zühre İlkelen (Çev.). İstanbul: Pozitif.
- Durkheim, E. (2018). *Toplumsal İşbölümü*. Ö. Ozankaya (Çev.). İzmir: Cem.
- Dursun, S., Aytaç, S. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İşsizlik Kaygısı. *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1 (28), 71-84.
- Ekman, P. (1992). An Argument for Basic Emotions. *Cognition & Emotion*, 6(3-4), 169-200.
- Elias, N. (2021). *Uygarlık Süreci: Cilt 1*. Ender Ateşman (Çev.). İstanbul: İletişim.
- Engin, E. Uguryol, M. ve Kaçmaz, E. D. (2016). Yalnızlık Kavramı ve Sağlıklı Yaşam Üzerine Etkileri. *Journal of International Social Research*, 9(42). 1101-1105.
- Erdoğan, B. (2021). Modern Toplumda Yalnız Yaşamak, Yeni Bir Norm Olarak Bekârlık. *Sosyologca*, 18-19, 293-316.

- Ergil, D. (1978). Yabancılaşma Kuramına İlk Katkılar. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 33(3), 93-108.
- Erol, Z. (2018). *Yalnızlık Psikolojisi*. İstanbul: Timaş.
- Erpay, T. (2017). Tek Başına Olma ve Tek Başına Olmayı Tercih Etmenin Yalnızlık, Yaşamda Anlam ve Utangaçlıkla İlişkinin İncelenmesi (Yayımlanmamış doktora tezi), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Esgin, A. (2016). Gündelik Hayat Sosyolojisi: Tarihsel Süreç ve Temel İlkeler. A. Esgin ve G. Çeğin (Ed.), *Gündelik Hayat Sosyolojisi* içinde (s. 13-34). Ankara: Phoenix.
- Esgin, A., Çeğin, G. (2016). Gündelik Hayat Sosyolojisi: Temalar, Sorunsallar ve Güzergâhlar. Ankara: Phoenix.
- Evcil, D. (2020). Yaşlılarda Rekreatif Etkinliklere Katılımın Yaşam Kaliteleri ve Yalnızlık Düzeyleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Düzce.
- Featherstone, M. (2005). *Postmodernizm ve Tüketim Kültürü*. Mehmet Küçük (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Foucault, M. (2015). *Deliliğin Tarihi*. Mehmet Ali Kılıçbay (Çev.). Ankara: İmge.
- Franklin, A. S., Tranter, B. (2008). Loneliness in Australia, Occasional Paper 13, Housing and Community Research Unit, University of Tasmania.
- Frisby, D. (2012). *Modernlik Fragmanları: Simmel, Kracauer ve Benjamin'in Eserlerinde Modernlik Teorileri*. Akın Terzi (Çev.). İstanbul: Metis.
- Fromm, E. (2017). *Sahip Olmak ya da Olmak*. A. Arıtan (Çev.). İstanbul: Say.
- Geçtan, E. (2020). *İnsan Olmak*. İstanbul: Metis.
- Giddens, A. (2012). *Sosyoloji*. Cemal Güzel (Çev.). İstanbul: Kırmızı.
- Giddens, A. (2019a). *Modernite ve Bireysel Kimlik*. Ümit Tatlıcan (Çev.). İstanbul: Say.
- Giddens, A. (2019b). *Sosyolojik Yöntemin Yeni Kuralları: Yorumsamacı Sosyolojilerin Pozitif Bir Eleştirisi*. Ü. Tatlıcan ve B. Balkız (Çev.). Bursa: Sentez.
- Goffman, E. (2014). Damga: Örselenmiş Kimliğin İdare Edilişi Üzerine Notlar. Ş. Geniş-L. Ünsaldı ve S.N. Ağırnaslı (Çev.). Ankara: Heretik.
- Goffman, E. (2017). *Kamusal Alanda İlişkiler: Toplu Yaşamın Mikro İncelemeleri*. M. Fatih Karakaya. Ankara: Heretik.
- Goleman, D. (2000). *Duyusal Zeka*. Banu Seçkin Yüksel (Çev.). İstanbul: Varlık.
- Görgün Baran, A. Günay, B., Bereketli B. ve Işık, I. (2020). Sosyal Sermaye, Güven ve Yalnızlık Açısından Yaşlıların Yaşam Deneyimleri Üzerine Nitel Bir Araştırma, *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 13(2), 72-89.
- Güleç, C. (2015). Thorstein Veblen ve Gösterişçi Tüketim Kavramı. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 38(1), 62-82.
- Gürbilek, N. (2020). *İkinci Hayat*. İstanbul: Metis.

- Gürhan, N. (2017). Toplumsal Değişme ve Yemek Kültürü Üzerine Sosyolojik Bir Çözümleme: Mardin Örneği. *Journal of International Social Research*, 10(54), 561-570.
- Güzel, M. (2006). Küreselleşme, İnternet ve Gençlik Kültürü. *Küresel İletişim Dergisi*, 1(1), 1-16.
- Halbwachs, M. (2019). *Kolektif Bellek*. Zuhul Karagöz (Çev.). İstanbul: Pinhan.
- Hançerlioğlu, O. (1979). *Felsefe Sözlüğü*. İstanbul: Remzi.
- Hareli, S., Parkinson, B. (2008). What's Social About Social Emotions? *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 38(2), 131-156.
- Hari, J. (2019). *Kaybolan Bağlar Depresyonun Gerçek Nedenleri ve Beklenmedik Çözümler*. Barış Engin Aksoy (Çev.). İstanbul: Metis.
- Hesse, H. (2019). *Ağaçlar*. Z. Aksu Yılmaz (Çev.). İstanbul: Kolektif.
- Hochschild, A. R. (1990). Ideology and Emotion Management: A Perspective and Path for Future Research, Theodore E. Kemper (ed). *Research Agendas in the Sociology of Emotions*, State University of New York Press.
- Hooks, B. (2020). *Duygu Yoldaşlığı: Kadınların Sevgi Arayışı*. Öznur Karakaş (Çev.). İstanbul: bgst.
- Hovardaoglu, O., Çalışır-Hovardaoglu, S. (2018). Türkiye’de Kentten Kıra Göç ve Yoksulluk: Kayseri Örneği. In *ICPESS (International Congress on Politic, Economic and Social Studies)*(No. 5).
- Illiouz, E. (2018). *Soğuk Yakınlıklar: Duygusal Kapitalizmin Şekillenmesi*. Ö. Ç. Aksoy (Çev.). İstanbul: İletişim.
- Izard, C. E. (2007). Basic Emotions, Natural Kinds, Emotion Schemas, and a New Paradigm. *Perspectives on psychological science*, 2(3), 260-280.
- İsaoğlu, J. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları, Yalnızlık Düzeyleri ile Kaygı Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Suriyeli Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Model Önerisi), (Yayımlanmamış doktora tezi), Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Jenkins, R. (2016). *Bir Kavramın Anatomisi: Sosyal Kimlik*. Gül Bostancı (Çev.). İstanbul: Everest.
- Jourdain, A., Naulin, S. (2020). *Pierre Bourdieu’nün Kuramı ve Sosyolojik Kullanımları*. Öykü Elitez (Çev.). İstanbul: İletişim.
- Kandiyoti, D. (1988). Bargaining with Patriarchy. *Gender & Society*, 2(3), 274-290.
- Kandiyoti, D. (2013). *Cariyerler, Bacılar, Yurttaşlar: Kimlikler ve Toplumsal Dönüşümler*. İstanbul: Metis.
- Kapıkıran, Ş. (2016). Yaşlılarda Yalnızlık ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki: Sosyal Desteğin Aracılık Rolünün Sınanması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 9(1), 13-25.
- Kapız, S.Ö. (2002) İş-Aile Yaşamı Dengesi ve Dengeye Yönelik Yeni Bir Yaklaşım: Sınır Teorisi, *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(3), 139-153.

- Karaca, E. (2019). Sosyolojik Kuramda Yalnızlık: Modern Toplum ve Mesafe Kültürü. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karakaş, M. (2020). Covid-19 Salgınının Çok Boyutlu Sosyolojisi ve Yeni Normal Meselesi. *İstanbul University Journal of Sociology*, 40(1), 541-573.
- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S. ve Deniz, M.E. (2009). Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi Öğrencilerinde Yalnızlık Düzeyi ile İlgili Bir Çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26.
- Karasoy, G. (2021). Sosyal Bir Sorun Alanı Olarak Yaşlı Yoksulluğunun İncelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(3), 155-167.
- Karavardar, G. (2015). İş Yaşamında Farkındalık: İş-Aile Dengesi ve İş Performansı ile İlişkisi. *Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 13(1), 186-199.
- Kavas, B. (2018). Bekar Kadınlara Yönelik “Evlen” Baskısı. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kaya, T. (2019). Gelin-Kaynana İletişiminin Niteliğini Belirleyen Kültürel Etmenler. *Erciyes İletişim Dergisi*, 6 (1), 185-204.
- Kearney, M. C. (2007). Productive Spaces: Girls’ Bedrooms as Sites of Cultural Production. *Journal of Children and Media*, 1(2), 126-141.
- Keleş, R. (2005). Kent ve Kültür Üzerine. *Mülkiye Dergisi*, 29 (246), 9-18.
- Keyes, R. (1973). *We, the Lonely People*. New York: Harper & Row.
- Kıcıır, B. (2019). Evden Çalışma: Özgürlük Mü Esaret Mi? *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(1), 173-196.
- Kıray, M. B. (2000). *Ereğli, Ağır Sanayiden Önce Bir Sahil Kasabası*. İstanbul: Bağlam.
- Kızılçelik, S. (2011). Sosyoloji Tarihi 2: Bacon, Descartes ve Hobbes’un Sosyal Teorileri. Ankara: Anı.
- Killeen, C. (1998). Loneliness: an Epidemic in Modern Society. *Journal of Advanced Nursing*, 28(4), 762-770.
- Koçak Kurt, Ş. (2021). Duyguların Tarihsel Serüveni ve Tarihte Duygular. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(40), 2821-2852.
- Koray, M. (2007). Sosyal Politikanın Anlamı ve İşlevini Tartışmak. *Çalışma ve Toplum*, 4(15), 19-56.
- Kozaklı, H. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kurnaz, Z. (2016). Türkiye’de Siyasal Korku ve Akademik Hayatın İnşası. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kurtuluş, C., Ulaş, U., Küçükural, Ö. (2004). Hegemonik Erkekliğin Peşinden. *Toplum ve Bilim*, 101, 50-70.

- Küçükalp, K. (2008) *Batı Metafiziğinin Dekonstrüksiyonuna Yönelik İki Yaklaşım: Heidegger ve Derrida*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Lahad, K. (2013). Am I asking for too much? The Selective Woman as a New Social Problem. *Women's Studies International Forum*, 40, 23-32
- Lahad, K., May, V. (2017). Just One? Solo Dining, Gender and Temporal Belonging in Public Spaces. *Sociological Research Online*, 22 (2), 176-186.
- Larson, R. W. (1990). The Solitary Side Of Life: An Examination Of The Time People Spend Alone From Childhood To Old Age. *Developmental Review*. 10(2). (155–183).
- Larson, R., Zuzanek, J., Mannell, R. (1985). Being Alone Versus Being With People: Disengagement In The Daily Experience Of Older Adults. *Journal of Gerontology*, 40(3), 375-381.
- Lefebvre, H. (2004). *Rhythmanalysis: Space, Time and Everyday Life*. A&C Black.
- Lefebvre, H. (2010). *Gündelik Hayatın Keşfi I*. Işık Ergüden (Çev.). İstanbul: Sel.
- Lefebvre, H. (2015). *Gündelik Hayatın Keşfi III*. Işık Ergüden (Çev.). İstanbul: Sel.
- Lordoğlu, C. (2018). *İstanbul'da Bekâr Kadın Olmak*. İstanbul: İletişim.
- Lupton, D. (2015). *Digital Sociology*. Routledge.
- Lyotard, J-F. (2000). *Postmodern Durum: Bilgi Üzerine Bir Rapor*. Ahmet Çiğdem (Çev.). Ankara: Vadi.
- Mascolo, D. (2012). *Aşk Üstüne*. Atakan Karakış (Çev.). İstanbul: Monokl.
- May, R. (2018). *Yaratma Cesareti*. Alper Oysal (Çev.). İstanbul: Metis.
- Mccrindle, M., Wolfinger, E. (2009). *The Abc Of Xyz: Understanding The Global Generations*. The Abc Of Xyz, Sydney: University Of New South Wales Press.
- Michela, J. L., Peplau, L. A., ve Weeks, D. G. (1982). Perceived Dimensions of Attributions for Loneliness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 43 (5), 929-936.
- Miles, M. B., Huberman, A. M. (1984). *Qualitative Data Analysis: A Source Book Of New Methods*. London: Sage.
- Miller, T. (2010). *Annelik Duygusu: Mitler ve Deneyimler*. Gül Tunçer (Çev.) İstanbul: İletişim.
- Miller, V. M. (2013). *Aşkta Terör: Modern Çağda Cinsiyetler Arası Savaş*. Sinem Gül (Çev.). Ankara: Varlık Yayınları.
- Misirliş, N., Zwaan, M., Sotiriou, A., Weber, D. (2020). International Students' Loneliness, Depression and Stress Levels in Covid-19 Crisis: The Role of Social Media and the Host University. *Journal of Contemporary Education Theory & Research (JCETR)*, 4(2), 20-25.
- Mohajan, H., K. (2018). Qualitative Research Methodology in Social Sciences and Related Subjects, *Journal of Economic Development, Environment and People*, Vol 7, 1, 23-48.

- Morningstar, M., Nowland, R., Dirks, M. A., Qualter, P. (2020). Loneliness and the Recognition of Vocal Socioemotional Expressions in Adolescence. *Cognition and Emotion*, 34(5), 970-976.
- Odabaşı, Y. (2019). *Tüketim Kültürü: Yetinen Toplumdan Tüketen Topluma*. İstanbul: Agora.
- Oğuz, E., Kalkan, M. (2014). Öğretmenlerin İş Yaşamında Algıladıkları Yalnızlık ile Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişki. *İlköğretim Online*, 13(3).
- Ortony, A., Turner, T. J. (1990). What's Basic about Basic Emotions? *Psychological Review*, 97(3), 315.
- Osmanoğlu, Ö. (2016). Hegel'den Marcuse'ye Yabancılaşma Olgusu. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (3), 65-92.
- Öncü, A. (2000). Elias ve Medeniyetin Öyküsü. *Toplum ve Bilim Dergisi*, 84 (1), 8-18.
- Önder Erol, P. (2018). Toplumsal Değerler Sistemleri Olarak Ailecilik ve Bireyciliğin Doğurganlık Üzerine Yansımaları. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(35), 869-891.
- Önderman, M. (2020). *Utanç: Sosyo-Kültürel Bir Fenomen*. İstanbul: Vakıf Bank.
- Özcan, B. (2007). Tüketim, Risk ve Bireyselliğin Modern Dönemde Artan Önemi. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, (36), 83-98.
- Özdemir, G., Gökdağ, R., Neslihanoglu, S. (2019). Sosyal Medyada Emoji Kullanımı ve Anlamlandırılması: Anadolu Üniversitesi İletişim Fakültesi Örneği. *Selçuk İletişim Dergisi*, 12(1), 425-443.
- Özdemir, M. (2010). Nitel Veri Analizi: Sosyal Bilimlerde Yöntembilim Sorunsalı Üzerine Bir Çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323-343.
- Özkazanç, A. ve Yetiş, E. Ö. (2016). Erkeklik ve Kadına Şiddet Sorunu: Eleştirel Bir Literatür Değerlendirmesi, *Fe Dergi*, 8 (2), 13-26.
- Öztürk, T.A., Süleymanlı, E., Arıboğan, D.U., Kılıç, H.A. (2020). Yalnızlığın Sosyolojik ve Psiko-Politik Sonuçları: İstanbul Örneği, *Azerbaijan Journal of Educational Studies*, 690, 117- 137.
- Pahl, R., Spencer, L. (2004). Personal Communities: Not simply Families of 'Fate' or 'Choice'. *Current Sociology*, 52(2), 199-221.
- Pamuk, N. S., Soysal, M. (2018). Yeni Sanayi Devrimi Endüstri 4.0 Üzerine Bir İnceleme. *Verimlilik Dergisi*, (1), 41-66.
- Panksepp, J. (2007). Neurologizing the Psychology of Affects: How Appraisal-based Constructivism and Basic Emotion Theory Can Coexist. *Perspectives on Psychological Science*, 2(3), 281-296.
- Parkinson, B. (1995). *Ideas and Realities of Emotion*. USA: Routledge.
- Parkinson, B. (1996). Emotions are Social. *British Journal of Psychology*, 87, 663-683.

- Pease, B. (2012). The Politics of Gendered Emotions: Disrupting Men's Emotional Investment in Privilege. *Australian Journal of Social Issues*, 47(1), 125-142.
- Perlman, D., Peplua, L. A. (1981). Toward A Social Psychology Of Loneliness. S. Duck, R. Gilmour (Ed.), *Personal Relationships İçinde* (31-56). London: Academic Press.
- Plant, E. A., Hyde, J. S., Keltner, D., Devine, P. G. (2000). The Gender Stereotyping of Emotions. *Psychology of Women Quarterly*, 24, 81-92.
- Plumwood, V. (2017). *Feminizm ve Doğaya Hükmetmek*. Başak Ertür (Çev.). İstanbul: Metis.
- Poloma, M.M. (2017). *Çağdaş Sosyoloji Kuramları*. Hayriye Erbaş (Çev.). Ankara: Palme.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. Simon and Schuster.
- Remaud, O. (2019). *Gönüllü Yalnızlık*. Esra Özdoğan (Çev.). İstanbul: Kiraathane.
- Rızvanoğlu, E. (2010). Söyleşimcilik ve Metinlerarasılık. Armağan Öztürk (Der.) *Postyapısalcılık içinde* (s. 149-178). Ankara: Phoenix.
- Riesman, D. (2019). *Yalnız Kalabalık: Amerikan Toplumsal Karakterinin Değişimi Üzerine Bir İnceleme*. Yeşim Erdem (Çev.). Ankara: Heretik.
- Ritzer, G. (2012). *Modern Sosyoloji Kuramları*. Himmet Hülür (Çev.) Ankara: De Ki.
- Rokach, A. (2001). Strategies of Coping with Loneliness Throughout The Lifespan. *Current Psychology*, 20(1), 3-17.
- Rutli, E. E. (2016). Derrida'nın Yapısökümü. *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, (5), 49-68.
- Sadler, W. A., Thomas, B. J. (1980). From Loneliness to Anomia. In *The Anatomy of loneliness*, Joseph Hartog, J. E. Audy, Y. A. Cohen (ed), 34-64, New York: International Universities Press.
- Sala, B. (2019). Uyumdan Çatışmaya: Bir Ara Kurum Olarak Ailenin Sosyalleşme Sürecindeki Rolü. Özlem Altunsu Sönmez ve Gamze Aksan (Ed.), *Aile Kurumuna Farklı Bakışlar içinde* (s. 35-52). Konya: Çizgi.
- Salman Yıkmış, M. (2018). Pronatalist Kültürde Anne Olmamak. *Fe Dergisi*, 10 (2), 85-97.
- Sancar, S. (2014), *Türk Modernleşmesinin Cinsiyeti Erkekler Devlet, Kadınlar Aile Kurar*. İstanbul: İletişim.
- Saraçoğlu, Y. (2000). Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Sarı, Ö. (2016). Toplumsal Değişmenin Aileye Yansıması. Nazmi A., Erdal A. (Ed.), *Aile Sosyolojisi içinde* (90-97). İstanbul: Lisans Yayıncılık.
- Sartre, J.P. (2018). *Varoluşçuluk*. Asım Bezirci (Çev.). İstanbul: Say.
- Saygın, T. (2010). Yapısalcılıktan Postyapısalcılığa. Armağan Öztürk (Der.). *Postyapısalcılık içinde* (s. 7-34). Ankara: Phoenix.

- Sayın, Ö. (2020). *Aile Sosyolojisi*, Ankara: Doğu Batı Yayınları.
- Schütz, A. (2018). *Fenomenoloji ve Toplumsal İlişkiler*. A. Akan, S. Kesikoğlu (Çev.). Ankara: Heretik.
- Seçim, Ö.Y., Alper, Ö. ve Algür, S. (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık: Akdeniz Üniversitesinde Yapılan Ampirik Bir Araştırma*. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 13(48), 200-215.
- Selek, P. (2018). *Sürüne Sürüne Erkek Olmak*. İstanbul: İletişim.
- Sennett, R. (2019a). *Saygı*. Ü. Bardak (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Sennett, R. (2019b). *Kamusal İnsanın Çöküşü*. S. Durak ve A. Yılmaz (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Sennett, R. (2020). *Karakter Aşınması: Yeni Kapitalizmde İşin Kişilik Üzerindeki Etkileri*. Barış Yıldırım (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Sever, M. (2015). Kadınlık, Annelik, Gönüllü Çocuksuzluk: Elisabeth Badinter'den Kadınlık mı Annelik mi? Tina Miller'dan Annelik Duygusu: Mitler ve Deneyimler ve Corinne Majer'den No Kid Üzerinden Bir Karşılaştırmalı Okuma Çalışması, *Fe Dergi*, 7(2), 71-86.
- Sezen, D. (2020). Yalnızlık Olgusu ve Evlilikte Yalnızlık Olgusu Açısından Bir Model Oyun Shirley Valentine, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Shields, S. A. (2007). Passionate Men, Emotional Women: Psychology Constructs Gender Difference in the Late 19th Century. *History of Psychology*, 2(10), 92-110.
- Shields, S. A. (2012). Gender and Emotion: What We Think We Know, What We Need to Know, and Why It Matters. *Psychology of Women Quarterly*, 37(4), 423-435.
- Shields, S. A., Bhatia, S. (2009). Darwin and Race, Gender, and Culture. *American Psychologist*, 64, 111-119.
- Shultz, D. P., Shultz, S. E. (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. Yasemin Aslay (Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Simmel, G. (1996). Metropol ve Zihinsel Yaşam. B. Öcal Düzgören (Çev.). *Cogito: Kent ve Kültürü* (8), 81-89.
- Simmel, G. (2015). *Bireysellik ve Kültür*. T. Birkan (Çev.). İstanbul: Metis.
- Simmel, G. (2019). Yabancı. Levent Ü. (Derleyen.), *Bir İlişki Biçimi Olarak Ötekilik* içinde (27-34). Ankara: Heretik Yayınları.
- Slattey, M. (2010). *Sosyolojide Temel Fikirler*. Ümit Tatlıcan (Çev.). İstanbul: Sentez.
- Smith, A. (2018). *Ahlaki Duygular Kuramı*. Derman Kızılay (Çev.). İstanbul: Pinhan.
- Smith, P., Riley, A. (2016). *Kültürel Kurama Giriş*. Selime Güzelsarı (Çev.). Ankara: Dipnot.
- Smith, T. W. (2018). *Duygular Sözlüğü: Acımadan Zevklenmeye*. Hale Şirin (Çev.). İstanbul: Kolektif.

- Snell, K. D. M (2017) The Rise of Living Alone and Loneliness in History, *Social History*, 42(1), 2-28,
- Sönmez, B. (2020). Bekârlara Yönelik Kalıpyargıların Kalıpyargı İçeriği Modeli ile İncelenmesi, (Yayımlanmamış doktora tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sürmeli, İ. (2017). Türkiye’de iç göçün değişim ve dönüşümü: Kentten kıra yöneliş. *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, (Special), 275.
- Svendsen, L. (2019). *Yalnızlığın Felsefesi*. Murat Erşen (Çev.). İstanbul: Redingot.
- Swartz, D. (2011). *Kültür ve İktidar: Pierre Bourdieu’nün Sosyolojisi*. Elçin Gen (Çev.). İstanbul: İletişim.
- Swingewood, A. (1998). *Sosyolojik Düşüncenin Kısa Tarihi*. Osman Akınhay (Çev.). Ankara: Bilim ve Sanat.
- Şancı, C. (2015). *Yalnızlık Doktorası*. İstanbul: Remzi.
- Şentürk, Ü. (2016). Husserl ve Schutz: Fenomenolojik Perspektif. A. Esgin ve G. Çeğin (Ed.), *Gündelik Hayat Sosyolojisi* içinde (s. 235-268). Ankara: Phoenix.
- Şentürk, Ü. (2019). Yaşlı Yalnızlığının Kültürel Arka Planı (Malatya Uygulaması). *İnönü University International Journal of Social Sciences (INIJOSS)*, 8(2), 505-517.
- Talu, N. (2010). Modernlik Söylemi: Endişeli Bakışlarda Modern Birey. *Orta Doğu Teknik Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Dergisi*, 27 (2), 141-171.
- Tan, M. (2019). *Arkadaşlığın Sosyolojisi: Değişen Arkadaşlık İlişkileri Üzerine Bir Araştırma (Mardin Örneği)*. İstanbul: Hiperlink.
- Taş, H. Y., Kaçar, S. (2019). X, Y ve Z Kuşağı Çalışanlarının Yönetim Tarzları ve Bir İşletme Örneği. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 643-675.
- Taş, S. (2020). Emile Durkheim’in Sosyolojik Anlayışında Toplumsal İşbölümü, Sosyolojik Yöntemin Kuralları, Din, Anomi ve İntihar. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 13 (29), 442-449.
- Taş, S. (2020). Norbert Elias’ın Sosyolojik Anlayışı: Figürasyon ve Süreç. M. Aça ve M. Dinç (Ed.), *Çağdaş Yaklaşımlar Odağında Toplum ve Kültür Araştırmaları I* içinde (s. 444-453). Çanakkale: Paradigma.
- Tekeli, İ., Ataöv, A. (2017). *Sürdürülebilir Toplum ve Yapılı Çevre*. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Tekin Tayfun, A., Korkmaz, A. (2016). Üniversite Öğrencilerinde İşsizlik Kaygısı: Süleyman Demirel Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(17), 534-558.
- Thompson, J. B. (2019). *Medya ve Modernite*. Serdar Öztürk (Çev.). İstanbul: Kırmızı.
- Thoreau, H. D. (2019). *Yalnızlık*. Emre Can Ercan (Çev.). İstanbul: Zeplin.
- Tomkins, S. S. (1962). The Primary Site Of The Affects: The Face, in *Affect Imagery Consciousness*, ed. B. P. Karon (Ed.), (ss. 113–134) Berlin: Springer.

- Topal, A. K. (2004). Kavramsal Olarak Kent Nedir ve Türkiye'de Kent Neresidir? *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 276-294.
- Toprak, B., Bozan, İ., Morgül, T., ve Şener, N. (2008). *Türkiye'de Farklı Olmak: Din ve Muhafazakarlık Ekseninde Ötekileştirilenler*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi.
- Tönnies, F. (2019). *Cemaat ve Cemiyet*. Emre Güler (Çev.). İstanbul: Vakıfbank Kültür.
- Turhan, E. H. (2021). Ölüm Sosyolojisi Ekseninde Ölüm Kaygısı ve Koronavirüs. *Habitus Toplumbilim Dergisi*, 2(2), 85-101.
- Turner, J. H., Beeghley, L. Powers, C. H. (2015). *Sosyolojik Teorinin Oluşumu*. Ümit Tatlıcan (Çev.). İstanbul: Sentez.
- Ulutaş, E., Gökçen, A. (2019). Toplum Tipleri ve Yalnızlık Halleri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17), 1809-1835.
- Ümmet, D., Ekşi, F. (2016). Türkiye'deki Genç Yetişkinlerde İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Sanal Ortam Yalnızlık Bağlamında Bir İnceleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 29-53.
- Ünlü, S. (2015). *I+I Stüdyo Yaşamlar*. Konya: Çizgi.
- Van Gogh, V. (2017). *Theo'ya Mektuplar*. İstanbul: Remzi.
- Vatandaş, C. (2007). Toplumsal Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerinin Algılanışı. *İstanbul Journal of Sociological Studies*, 35, 29-56.
- Wagner, H. (1983). Alfred Schutz: An Intellectual Biography. Chicago: Univ. Chicago Press
- Wagner, P. (2005). *Modernliğin Sosyolojisi: Özgürlük ve Cezalandırma*. Mehmet Küçük (Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Wallerstein, I. (2018). *Dünya-Sistemleri Analizi*. Ender Abadoğlu ve Nuri Ersoy (Çev.). İstanbul: Bgst.
- Wein, S. (2012). Between Solitude And Loneliness: A Meditation. *Palliative & Supportive Care*, 10(2), 71-73.
- Weiss R.S. (1973) Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation. MIT Press, London.
- Wirth, L., (2002). Bir Yaşam Biçimi Olarak Kentlileşme. Bülent Duru ve Ayten Alkan (Der.). *20 Yüzyıl Kenti* içinde (s.85). Ankara: İmge.
- Wittmann, M. (2018). *Hissedilen Zaman: Zamanı Nasıl Deneyimleriz?* Özde Duygu Gürkan (Çev.). İstanbul: Metis.
- Woolf, V. (2018). *Kendine Ait Bir Oda*. Suğra Öncü (Çev.). İstanbul: İletişim.
- Yadigaroglu, H. (2018). Yetişkin Kanser Hastalarının Hastalık Deneyimleri ve Hasta-Yakın İlişkilerine Sosyolojik Bakış. (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yahyaoglu, R. (2019). *Duygu Üstünde Bir Üst Duygu: Yalnızlık Psikolojisi*. İstanbul: Hayat.
- Yalom, I. D. (2013). *Varoluşçu Psikoterapi*. Babayiğit İyidoğan (Çev.). İstanbul: Kabalcı Yayıncılık.

- Yang, C. C. (2016). Instagram Use, Loneliness, And Social Comparison Orientation: Interact and Browse on Social Media, But Don't Compare. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(12), 703-708.
- Yaşar, M. R. (2007). Yalnızlık. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 237-260.
- Yates, L, Warde, A. (2016). Eating Together and Eating Alone: Meal Arrangements in British Households. *The British Journal of Sociology*. 68(1), 97-118.
- Yeşil, İ. (2020). Kırsalda Yaşayan Dul Yaşlı Kadınların Sosyal Durumları ve Destek Ağları Üzerine Bir İnceleme, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2013). *Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yıldırım, E. (2016). Aile ve Evlilik Türleri. Kadir Canatan ve Ergün Yıldırım (Ed.), *Aile Sosyolojisi* içinde (s. 65-82). İstanbul: Açılım.
- Yıldız, E. (2007). İnsan Duygularına Yeni Bir Yaklaşım: Duygu Sosyolojisi. *Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Yeni Düşünceler Hakemli E-Dergisi*, (2), 235-253.
- Yılmaz, E., Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin İş Yerinde Yalnızlıkları ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(3), 59-69.
- Yüceşahin, M. M. (2011). Küresel Bir Süreç Olarak Dönüşüm. *Coğrafi Bilimler Dergisi*, 9(1), 11-27.
- Zweig, S. (2017). *Nietzsche*. Mine Bali (Çev.). İstanbul: Zeplin.

EKLER

EK-1. Görüşme Formu

A. DEMOGRAFİK SORULAR		
1	Yaşı:	
2	Cinsiyeti:	
3	Eğitim Durumu:	
4	Mesleği:	
5	Ekonomik Durumu (düşük, orta, yüksek):	
6	Medeni Durumu:	
6.a	Çocuğu var mı?	
7	Hanede Yaşayan Kişi Sayısı:	
B. YALNIZLIK ALGISINA İLİŞKİN SORULAR		
9	Sizce yalnızlık nedir?- Yalnızlığın Nedenleri nedir?	
	9.a	Olumlu veya olumsuz yönleri açısından değerlendirebilir misiniz?
	9.b	Fiziksel veya duygusal yalnızlık arasında bir farklılık olduğunu düşünüyor musunuz?
	9.c	Yalnızlık seçilen bir şey midir? <i>Gönüllü yalnızlık</i> diye bir şey olduğunu düşünüyor musunuz?
10	Yalnızlığın ne olduğu öğretilmekte midir? Yoksa bu kişinin kendi başına gerçekleştirdiği bir keşif midir?	
11	Sizce toplumda kimler yalnız olarak tanımlanmaktadır?	
	11.a	Neden yalnız olarak tanımlandıklarını düşünüyorsunuz?
12	İnsanlar yalnız kalmamak için neler yapıyorlar?	
	12.a	Aile içi ilişkiler
	12.b	Arkadaşlık, Duygusal İlişkiler, Evlilik
	12.c	Sosyal hayat (eğlence, sanat, hobiler vb)
13	Yalnızlık bir gereklilik midir?	
14	Sizce insanlar günümüzde eskisine oranla daha mı yalnızlar? Karşılaştırabilir misiniz?	
	14.a	Cevabınız evet ise, bunun sebebinin ne olduğunu düşünüyorsunuz?
15	Yalnız olma durumunda kadın-erkek olmak açısından bir fark var mıdır?	
16	Yaşlıların ve gençlerin yalnızlık deneyimleri arasında bir farklılık olduğunu düşünüyor musunuz?	
17	Ekonomik durum ve yalnızlık arasındaki ilişki var mıdır? Varsa nasıldır?	
18	Kitle iletişim araçları ve internetin yalnızlığa etkisi ne yöndedir?	
19	Sizce gündelik yaşamda tek başınıza katılabileceğiniz etkinlikler var mıdır? Bu etkinliklerde bulunuyor musunuz?	
20	Sizce yalnızlığın yaygınlaşması toplumsal yaşama zarar verir mi?	
	20.a	Neden verir ya da neden vermez?
	20.b	Sizce toplumsal yaşam düzeninde yalnızlık mümkün müdür?

EK-1. (devam) Görüşme Formu

C. YALNIZLIK DENEYİMİ		
21	Kendinizi yalnız biri olarak görür müsünüz? Neden?	
22	Aile bağlarınızı nasıl tanımlarsınız?	
	22.a	Güçlü, orta, zayıf
	22.b	Ne sıklıkla görüşürsünüz? Bu kişiler kimlerdir? Yakınlık derecesi nedir?
	22.c	İnsanlardan kolaylıkla kopabileceğinizi düşünüyor musunuz?
23	Arkadaşlık ilişkilerinizi nasıl tanımlarsınız? İlişkilerin samimi olduğunu düşünüyor musunuz?	
24	Bir gününüz nasıl geçiyor? Rutinleriniz nelerdir?	
25	Gün içinde yalnız kalmak istediğiniz oluyor mu?	
	25.a	Oluyorsa ne sıklıkla?
	25.b	Neden yalnız kalmak istiyorsunuz?
26	Sizce tek başınıza bir etkinlikte bulunmaya ilişkin düşünceniz nedir? (Sinemaya gitmek, yemek yemek, seyahat etmek, tatil yapmak vb)	
	26.a	Eğer böyle bir etkinlikte bulundaysanız bu durum çevreniz tarafından nasıl görüldü? Yadırgandı mı? Takdir edildi mi? Sıradan mı karşılandı?
	26.b	Sizin başkasına bakışınız nasıldır?
27	Genelde ne zaman kendinizi yalnız hissedersiniz ya da yalnız kalırsınız?	
28	Kendinizi en çok ne zaman yalnız hissettiniz?	
29	Çevrenizdeki insanların yalnızlığa bakışı nasıldır?	
30	Yalnız kaldığınız vakti nasıl değerlendiriyorsunuz?	
31	Yalnız yaşıyorsanız bunun nasıl bir deneyim olduğunu düşünüyorsunuz?	

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, Adı : ÇEBİ, Ecem
Uyruğu : T.C.

Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet Tarihi
Yüksek Lisans	Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Sosyoloji Anabilim Dalı	Devam Ediyor
Lisans	Karadeniz Teknik Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü	2019
Lise	Trabzon Sosyal Bilimler Lisesi	2015

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
2021-...	Avrasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü	Araştırma Görevlisi

Yabancı Dil

İngilizce

Yayınlar

- ÇEBİ, E. & YAZICI, S. (2017). Annelik Rolünün Kadının Çalışma Hayatına Etkileri Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma (Trabzon İli Örneği). *International Social Sciences and Humanities Berlin Conference*, Berlin.
- CALAP, C. & ÇEBİ, E. (2020). Gençlerin Sosyalleşme ve Yalnızlaşma Deneyimleri Açısından Sosyal Medya: Karadeniz Teknik Üniversitesi Örneği. *İmgelem*, 4(7), 439-467.
- ÇEBİ, E. & BAŞ, E. (2020). Ekofeminizm Bağlamında Charlotte Perkins Gilman'ın *Kadınlar Ülkesi* Eserinin İncelenmesi. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 13(32), 1621-1640.
- ÇEBİ, E. (2020). Covid-19 Salgını Döneminde "Normal" ve "Yeni Normal" Yaşam Üzerine Bir Araştırma. *Journal of International Social Research*, 13(73), 582-593.

- ÇEBİ, E. & SARIKÖSE, M. (2021). Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Annelerin Gözünden Kız Çocuğu: Mersin İli Örneği. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 9(27), 192- 213.
- YAZICI, S. & ÇEBİ, E. (2022). Çelişen Roller Erkek(lik) ile Anlamak: Trabzon’da Kadınlık-Annelik-Çalışma Hayatı. M. Y. Alptekin (Ed.), *Doğu Karadeniz’de Toplum ve Kültür II* içinde (s. 271-290). Ankara: Astana.
- TOR, H. & ÇEBİ, E. (2022). Savaş Mağduru Çocukların Yeniden Toplumsallaşmalarının Önündeki Engeller. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 5(6), 800-812.
- ÇEBİ, E. & TOR, H. (2022). Yalnızlık: Geleneksel Toplumdan Modern Topluma Zayıflayan Duygusal Bağlar. E. Durukan, B. Alkan, S. Sağlık (Ed.). *Sosyal ve Beşerî Bilimlerde Güncel Araştırmalar* içinde (s.240-260). Ankara: Gece.

Projeler

- ÇEBİ, E., YAZICI, S., ÜNLÜ, A. & AYKANAT, R. (2018-2019). TÜBİTAK/2209-A Kapsamında Desteklenen “Dilden Gönüle Dostluk Köprüsü” Projesi Yürütücüsü (Prof. Dr. Mine GÖZÜBÜYÜK TAMER Danışmanlığında).



