

Yalnızlık Damgası Ölçeği: Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması

Nilay Şenay¹ , Yıldız Bilge² 

Anahtar kelimeler

Yalnızlık Damgası Ölçeği, yalnızlık, güvenilirlik, geçerlik

Keywords

Stigma of Loneliness Scale, loneliness, reliability, validity

Öz

Bu çalışmanın amacı Yalnızlık Damgası Ölçeği'nin (YDÖ) Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılmasıdır. Çalışma örneklemini yaş aralığı 18 ile 57 (21.79±3.60) olan 285 (%59) kadın, 196 (%40.6) erkek ve 2 (%0.4) diğer olmak üzere toplam 483 üniversite öğrencisinden oluşmuştur. Psikoloji bölümü öğrencisi olan 33 kişilik bir katılımcı grubuna 3 hafta arayla test-tekrar test uygulaması yapılmıştır. Ölçüt geçerliliği kapsamında 239 katılımcıya YDÖ ile birlikte UCLA Yalnızlık Ölçeği, Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği (DASS-21), Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ) uygulanmıştır. Ölçeğin faktör yapısını belirlemek amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri (AFA ve DFA) yapılmış, varimax döndürme yönteminin kullanıldığı AFA'da orijinal çalışmada olduğu gibi özdeğeri 1'in üzerinde olan iki boyutlu bir yapının oluştuğu saptanmıştır. DFA sonucunda ise iki faktörlü yapının herhangi bir modifikasyon yapılmadan doğrulandığı ve uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür. Ölçek güvenilirliği kapsamında YDÖ'nün Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış, toplam ölçek için Cronbach alfa katsayısı .91, alt boyutlar için ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları .80 ve .91 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test korelasyon katsayısı toplam ölçek için $r = .47$, öz-damgalama için $r = .58$ ve sosyal damgalama için $r = .45$ olarak bulunmuştur. YDÖ'nün ölçüt geçerliliği için yapılan korelasyon analizleri sonucunda anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Sonuçlar ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir olduğunu göstermiştir.

Abstract

Stigma of Loneliness Scale: Turkish validity and reliability study

The aim of this study is to adapt the Stigma of Loneliness Scale (SLS) to Turkish and to conduct a validity and reliability study. The sample of the study consisted of a total of 483 university students, 285 (59%) females, 196 (40.6%) males, and 2 (0.4%) others whose age range was between 18 and 57 (21.79±3.60). It was applied to 33 students who were students of the psychology department with an interval of 3 weeks for a test-retest analysis. For criterion validity, 239 participants were administered the UCLA Loneliness Scale, Depression-Anxiety-Stress Scale (DASS-21), Brief Resilience Scale (BRS) together with the SLS. In order to determine the factor structure of the scale, exploratory and confirmatory factor analysis (EFA and CFA) were performed, and it was determined that a two-dimensional structure with an eigenvalue above 1 was formed in the EFA with the varimax rotation method. As a result of the CFA, it was seen that the two-factor structure was confirmed without any modification and the fit indices were at an acceptable level. Within the scale reliability, the Cronbach's alpha internal consistency coefficient of the SLS was calculated, the Cronbach's alpha coefficient for the total scale was .91, and the Cronbach's alpha coefficients for the sub-dimensions were .80 and .91. The test-retest correlation coefficient of the scale was found to be $r = .47$ for the total scale, $r = .58$ for self-stigma of loneliness and $r = .45$ for public stigma of loneliness. Significant relationships were found as a result of the correlation analysis for the criterion validity of the SLS. The results showed that the Turkish version of the scale was valid and reliable.

Atf için: Şenay, N. ve Bilge, Y. (2024). Yalnızlık Damgası Ölçeği: Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(2), 161-173.

Yıldız Bilge · yildiz.bilge@sbu.edu.tr | ¹Arş. Gör., İstanbul Aydın Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü; ²Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Mekteb-i Tıbbiye-i Şahane (Haydarpaşa) Külliyesi Selimiye Mah. Tıbbiye Cad. No:38 34668 Üsküdar, İstanbul.

Geliş: 21.10.2022, **Düzeltilme:** 16.03.2023, **Kabul:** 01.04.2023



İlk olarak Peplau'un (1955) çalışmalarıyla kavramsalleştirilmeye çalışılan yalnızlık kavramı, kişinin sahip olmak istediği kişilerarası ilişkiler ile halihazırda sahip olduğunu düşündüğü ilişkiler arasında bir uyumsuzluk olduğunda yaşanan rahatsız edici bir durum olarak tanımlanmaktadır (Perlman ve Peplau, 1981). İnsanların yaklaşık %15-30'unun kronik yalnızlık duyguları yaşadığı ifade edilmekte (Heinrich ve Gullone, 2006) ve yalnızlığın sosyoekonomik düzeyi düşük, fiziksel rahatsızlıkları olan kişilerde ve mental/psikolojik iyi oluşun düşük olduğu kişilerde daha yaygın olarak görülebileceği bildirilmektedir (Luhmann ve ark., 2023; Mushtaq ve ark., 2014). Bu kişilerin günlük sosyal etkinliklere katılma olanaklarının sınırlanması ve ayrımcılık veya reddedilme gibi deneyimleri nedeniyle bireysel ve toplumsal yalnızlık yaşama olasılıklarının yüksek oldukları ileri sürülmektedir (Luhmann ve ark., 2023).

Bireyin tek başına olması anlamına gelen (Certel ve ark., 2016) "yalnızlık", kişilerin sosyal ilişkilerinin niteliği ile oldukça ilişkidir, geniş bir sosyal ilişki ağına sahip olmak, romantik bir partnere sahip olmak, yüksek düzey sosyal ilişkilere sahip olmak yalnızlık riskini azaltan etkenler arasında sayılabilmektedir (Hall ve ark., 2023; Luhmann ve ark., 2023). Ancak, yalnızlık bazen somut olarak insanlarla bir arada olmamaktan daha farklı bir şekilde kendini gösterebilir. Dolayısıyla da yalnızlık gerçek sosyal izolasyondan çok algılanan sosyal izolasyon şeklinde yaşanabilir. Bu çerçevede insanların bazen yalnız bir hayat yaşarken kendilerini yalnız hissetmeyebildikleri veya tersine, görünüşte zengin bir sosyal hayat yaşadıkları halde kendilerini yalnız hissedebildikleri (Hawkey ve Cacioppo, 2010) ve bu nedenle insanların bazen ilişkilerinde/evliliklerinde bile yalnız hissettikleri (Cacioppo ve ark., 2015; Tornstam, 1992) öne sürülmektedir.

Victor ve Sullivan (2015), yalnızlığın kişinin yakınlık ihtiyacının karşılanmadığı durumlarda ortaya çıktığını ve tüm insanların yaşadığı duygular arasında en acı vereni olduğunu ifade etmiştir. Çünkü insanlar için kişilerarası ilişkilerin oluşturulması ve bu sosyal ilişkilerin sürdürülmesi psikolojik destek için önemlidir (Kerr ve Stanley, 2021). Bu ihtiyaçlar karşılanmadığında yani bireyler kendilerini yalnız hissettiklerinde deneyimledikleri bu yalnızlık duygusu ile çeşitli psikolojik bozukluklar, şizofreni, uyku problemleri, depresyon (Booth, 2000; Cacioppo ve ark., 2002, 2006; Deniro, 1995) gibi bozukluklar arasında ilişkilerin olduğu görülmüştür. Yalnızlığın aynı zamanda daha yüksek stres değerlendirmeleri ve daha zayıf sosyal etkileşimler tarafından yordandığı (Hawkey ve ark., 2003) da saptanmıştır.

Weiss (1973), farklı yalnızlık türleri olduğunu ifade ederek yalnızlığı duygusal yalnızlık ve sosyal yalnızlık (izolasyon/soyutlanma) olarak ikiye ayırmıştır. Duygusal yalnızlık, yakın bir bağlilik ilişkisinin olmamasından ya da kaybedilmesinden kaynaklanırken,

sosyal yalnızlık sosyal iletişim ağının eksikliğinden/yetersizliğinden kaynaklanır (Weiss, 1973). Dolayısıyla da Weiss'in (1973) tanımına göre yalnızlık; kişilerin kendilerini yalnızlığa itmesi ya da kendini çevresinden soyutlaması ile oluşan duygusal yalnızlık olarak veya kişilerin toplum tarafından yalnızlığa itilmesi yani toplum baskısı nedeniyle çevresinden soyutlanması ile ortaya çıkan sosyal yalnızlık olarak iki şekilde yaşanabilir.

Kişilerin yalnızlıktan kurtulmasını zorlaştıran faktörlerden biri damgalanmadır (Kerr ve Stanley, 2021). Damgalama veya damgalanma etkisi yalnız kişilerde daha içine kapanık olmaya, daha depresif olmaya, düşük benlik saygısına ve başkaları tarafından kabul edilmediğine dair olumsuz inanışlara neden olabilir (Booth, 2000; Cacioppo ve ark., 2006; Mushtaq ve ark., 2014). Yapılan çalışmalarda yalnızlık ile hem fiziksel sağlık (Hawkey ve ark., 2003) hem de ruh sağlığı (Cacioppo ve ark., 2006; Russell ve ark., 1978) arasında anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Yapılan birçok araştırma yalnızlığın damgalanmış bir durum olduğunu ortaya koymaktadır (Kerr ve Stanley, 2021; Ko ve ark., 2022; Rotenberg ve Kmill, 1992). Yukarıda Weiss'in (1973) kuramında belirttiği iki yalnızlık türüne benzer şekilde toplum tarafından baskı sonucu kişilerin yaşadığı yalnızlık sosyal damga ile ilişkilendirilirken; kişilerin kendi kendine gerçekleştirdikleri izolasyon sonucu oluşan yalnızlığın ise kendini damgalama ile bağlantılı olabileceği kabul edilmektedir.

Çağın getirdiği yaygın internet kullanımı ile yalnızlık son yılların önemli sorunlarından biri haline gelmiştir. Günümüzde gelişen teknoloji, iletişim kolaylığı ve artan sosyal medya kullanımının neden olduğu izolasyonun artan yalnızlık duygusuyla oldukça ilişkili olduğu düşünülmektedir (Przybylski ve ark., 2013; Riordan ve ark., 2020). Bu nedenle internet kullanımına ilişkin yapılan bazı çalışmalarda, interneti patolojik düzeyde kullanan bireylerin kullanmayan bireylere kıyasla daha yalnız oldukları bulunmuştur (Riordan ve ark., 2020). Başka bir çalışmada ise yalnız veya depresif kişilerin yaşamlarında olumsuz sonuçlar doğuracak ölçüde çevrimiçi etkileşimi tercih etme eğilimi gösterdikleri saptanmıştır (Caplan, 2003). Özellikle üniversite eğitimi düzeyindeki kişilerde artan internet ve sosyal medya kullanımı ile depresyon, anksiyete, yalnızlık duyguları ve izolasyon arasında önemli ilişkilerin saptandığı birçok çalışma (örn., Hunt ve ark., 2018; Uram ve Skalski, 2020) bulunmaktadır. Yapılan çalışmalarda depresyon, anksiyete, stres düzeyi ile yalnızlık damgası arasında ilişki bulunmaktadır (Booth, 2000; Cacioppo ve ark., 2006; Hawkey ve ark., 2003; Mushtaq ve ark., 2014). Dolayısıyla da uyarılma çalışması yapılan ölçeğin yazarları Ko ve arkadaşlarının (2022) üniversite öğrencileri arasında sosyal medya kullanımının artışı ile yalnızlık damgası arasında ilişkilerin olabileceğini ileri sürdükleri gibi yalnızlık damgasının hem sosyal medya kullanımı ile

hem de depresyon, stres ve anksiyete ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Yalnızlığın ölçülebilmesi araştırmacıların ilgi gösterdiği konulardan biri olmuştur. 1978 yılında Russell ve arkadaşları tarafından yalnızlığın ölçülebilmesinde en yaygın kullanılan ölçme araçlarından biri olan 'U.C.L.A. (University of California, Los Angeles) Yalnızlık Ölçeği' geliştirilmiştir (Russell ark., 1978). Ko ve arkadaşları (2022) ise yalnızlık duygusunun damgalama sonucunda oluşup oluşmadığının ölçülebilmesi için 'Yalnızlık Damgası Ölçeği'ni (YDÖ) (Stigma of Loneliness Scale-SLS) geliştirmişlerdir. Ko ve arkadaşlarına (2022) göre, 'Yalnızlık Damgası' hem kişinin içinden hem de dışarıdan (diğerleri veya toplum tarafından) kaynaklanabilir veya bazı kişilerde de her iki tür damgalama bir arada görülebilir. Bu noktada Weiss'in (1973) yalnızlığı 2 tür olarak tanımlaması ile Ko ve arkadaşlarının (2022) ölçeğinde tanımlanan 2 tür yalnızlık damgasının birbiriyle paralellikler gösterdiği düşünülmektedir.

Yalnızlığın varlığını değerlendiren ölçüm aracı olan ve Türkçe'ye de çevrilen ölçek olarak U.C.L.A. Yalnızlık Ölçeği bulunmaktadır. Ancak, yalnızlık damgası ölçeğinde olduğu gibi yalnızlığın toplum temelli mi yoksa bireysel temelli mi yaşandığını ya da bireylerin kendilerinin veya toplumun olumsuz yargılarından kaynaklı olarak kendilerini ne derece yalnız olarak damgaladıklarını değerlendirecek bir ölçüm aracı bulunmamaktadır. Yalnızlığın damgalama sonucu oluşup oluşmadığının belirlenmesine yönelik bir ölçüm aracına ihtiyaç duyulması nedeniyle Yalnızlık Damgası Ölçeği'nin (YDÖ) uyarlama çalışması yapılmıştır. Bu çalışmada, 'Yalnızlık Damgası Ölçeği'nin (YDÖ) Türkçe'ye uyarlanması ve yalnızlık yaşayan kişilerin ne düzeyde damgalama yaşadıklarının ölçülebilmesini sağlayan bir ölçüm aracının Türkçe alan yazına sunulması amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Örneklem

Çalışmanın örneklemini lisans ve lisansüstü düzeyindeki üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışma kapsamında yaşları 18 ila 57 (21.79 ± 3.60) arasında değişen 285 (%59) kadın, 196 (%40.6) erkek ve 2 (%0.4) diğer olmak üzere toplam 483 katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcıların büyük çoğunluğu (%96.5) lisans düzeyinde eğitim almaktadır. Çalışma örneklemindeki katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, medeni durum, yaşadığı yer, çalışma durumu ve ekonomik düzeyi gibi demografik bilgileri Tablo 1'de verilmiştir.

Ölçeğin faktör yapısını ve yapı geçerliliğini belirlemek amacıyla yapılan açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi (AFA ve DFA) çalışmaları için örneklem rastgele olarak 2'ye ayrılarak analizler gerçekleştiril-

miştir. AFA için madde sayısının en az beş katı örneklem büyüklüğünün kullanılması (Child, 2006) veya madde sayısının 20 katı örneklem büyüklüğüne (Costello ve Osborne, 2005) ulaşılması gerektiği belirtilmektedir. DFA için gerekli olan minimum örneklem sayısının ise madde sayısının 10 katı olması ve bu sayının 200'den az olmaması gerektiği bildirilmektedir (Kline, 2005). Bu bilgiler ışığında YDÖ'nün açımlayıcı faktör analizi için yapılan analizler 269 üniversite öğrencisi (%57 kadın, %52.4 erkek, %0.6 diğer) ile ve doğrulayıcı faktör analizi için yapılan analizler 214 üniversite öğrencisi (%61.7 kadın, %38.3 erkek) ile gerçekleştirilmiştir. Test-tekrar test için 33 öğrenciye ve ölçüt geçerliği için 239 öğrenciye (%77 kadın ve %23 erkek) ulaşılmıştır. Ölçüt geçerliği kapsamında katılımcılara YDÖ ile birlikte UCLA Yalnızlık Ölçeği, Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği Kısa Formu (DASS-21) ve Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ) uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Yalnızlık Damgası Ölçeği'nin (YDÖ) Türkçe'ye uyarlama çalışması için UCLA Yalnızlık Ölçeği, Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği Kısa Formu (DASS-21) ve Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ) kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu Araştırmacılar tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formunda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, medeni durumu, yaşadığı yer, çalışma durumu ve ekonomik düzeyi hakkında hazırlanan sorulara yer verilmiştir.

Yalnızlık Damgası Ölçeği (YDÖ) Yalnızlık Damgası Ölçeği, Ko ve arkadaşları (2022) tarafından, yalnızlık damgası düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilmiş bir öz-bildirim ölçeğidir. Toplam 10 maddeden oluşan ölçek "öz-damgalama" (self-stigma of loneliness) ve "sosyal damgalanma" (public-stigma of loneliness) olmak üzere 2 alt boyut içeren 5'li Likert tipi bir ölçektir. Katılımcılar tarafından her bir ifade kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (5) arasında değerlendirilmektedir. Ko ve arkadaşları (2022) tarafından geliştirilen YDÖ'nün üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada Cronbach alfa katsayıları toplam ölçek için .88, öz damgalama için .78 ve sosyal damgalama için .88 olarak ve test-tekrar test güvenilirliği ise toplam ölçek için .68, öz damgalama için .67 ve sosyal damgalama için .68 olarak bulunmuştur. Ayrıca yürütülen AFA'ya göre ölçeğin varyansın %62.53'ünü açıklayan iki faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür.

Öncelikle 'Yalnızlık Damgası' ölçeğinin orijinal çalışmasındaki (Ko ve ark., 2022) birinci yazardan Türkçe'ye uyarlama çalışması için izin istenmiş ve onay alındıktan sonra çeviri çalışmasına başlanmıştır.

Tablo 1. Örneklem Grubunun Demografik Özellikleri

Değişkenler	N = 269 (%)	N = 214 (%)	N = 483 (%)
Cinsiyet			
Kadın	153 (%56.9)	132 (%61.7)	285 (%59)
Erkek	114 (%42.4)	82 (%38.3)	196 (%40.6)
Diğer	2 (%0.7)		2 (%0.4)
Eğitim Durumu			
Ön lisans	5 (%1.9)	4 (%1.9)	9 (%1.9)
Lisans	256 (%95.2)	210 (%98.1)	466 (%96.5)
Y. Lisans	3 (%1.1)		3 (%0.6)
Doktora	5 (%1.9)		5 (%1)
Medeni Durum			
Bekar	259 (%96.3)	213 (%99.5)	472 (%97.7)
Evli	8 (%0.3)	1 (%0.5)	9 (%1.9)
Boşanmış	1 (%0.4)		1 (%0.2)
Yaşadığı Yer			
Yurtta	77 (%28.6)	57 (%26.6)	134 (%27.7)
Arkadaş ile evde	31 (%11.5)	16 (%7.5)	47 (%9.7)
Ebeveyn ile evde	110 (%40.9)	128 (%59.8)	238 (%49.3)
Tek başına evde	34 (%12.6)	7 (%3.3)	41 (%8.5)
Eş ve çocuklarla evde	7 (%2.6)	1 (%0.5)	8 (%1.7)
Diğer	10 (%3.7)	5 (%2.3)	15 (%3.1)
Çalışma Durumu			
Çalışıyor	58 (%21.6)	15 (%7)	73 (%15.1)
Çalışmıyor	211 (%78.4)	198 (%92.5)	409 (%84.7)
Ekonomik Düzey			
Düşük	56 (%20.8)	23 (%10.7)	79 (%16.4)
Orta	179 (%66.5)	172 (%80.4)	351 (%72.7)
Yüksek	32 (%11.9)	18 (%8.4)	50 (%10.4)

Ölçeğin İngilizce orijinalinde yer alan maddeler araştırmacılar tarafından Türkçe'ye çevrilirken eş zamanlı olarak İstanbul Aydın Üniversitesi'nde çalışan hem Türkçe'ye hem de İngilizce'ye hakim beş öğretim üyesinden de ölçeği Türkçe'ye çevirmeleri istenmiştir. Bu çevirilere daha sonra İngilizce diline hakim ve psikoloji alanında uzman olan iki öğretim üyesi tarafından geri çeviri işlemi yapılmış ve maddelerin doğru çevrilip çevrilmediği değerlendirilmiştir. Ardından çeviri maddelerinin Türkçe'ye ve Türk kültürüne uygunluğunu değerlendirmek için Türk Dili ve Edebiyatı alanında uzman öğretim üyesi tarafından incelenmesi ve dil eşdeğerliliğinin kontrol edilmesi sağlanmıştır. Ayrıca ölçeğin dilinin anlaşılabilir olup olmadığının değerlendirilmesi amacıyla hem ilkökul ve ortaokul düzeyinde eğitim görmüş kişiler hem de halen üniversitede eğitim gören öğrenciler ile ölçek maddeleri ayrıntılı bir şekilde gözden geçirilerek maddelere son hali verilmiştir.

U.C.L.A. Yalnızlık Ölçeği U.C.L.A. (University of California, Los Angeles) Yalnızlık Ölçeği, Russell ve arkadaşları (1978) tarafından bireylerin yalnızlık dü-

zeylerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilen bir öz-bildirim ölçeğidir. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır ve 'tamamen katılıyorum' (1) ile 'tamamen katılmıyorum' (4) arasında değişen 4'lü Likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan 80'dir. Yüksek puanlar bireylerin yüksek düzeyde yalnızlık yaşadıklarını ifade etmektedir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama ve geçerlik-güvenirlilik çalışması Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Ölçeğin 5 hafta ara ile yapılan test-tekrar test sonucu ise .94 olarak hesaplanmıştır.

Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği Kısa Formu (DASS-21) Bireylerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini belirlemek için geliştirilen ölçek Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından ilk olarak 42 maddelik bir ölçme aracı olarak geliştirilmiştir. Daha sonra Brown ve arkadaşları tarafından (1997) ölçeğin 21 maddelik kısa formu oluşturulmuştur. Araştırmada Brown ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilen DASS-21 kısa formu kullanılmıştır.

DASS-21 ölçeği her biri 7 madde içeren depres-

Tablo 2. YDÖ'nün Madde Korelasyonları

	YDÖ1	YDÖ2	YDÖ3	YDÖ4	YDÖ5	YDÖ6	YDÖ7	YDÖ8	YDÖ9	YDÖ10
YDÖ1	1.00									
YDÖ2	.37*	1.00								
YDÖ3	.53*	.39*	1.00							
YDÖ4	.46*	.39*	.49*	1.00						
YDÖ5	.37*	.41*	.43*	.75*	1.00					
YDÖ6	.37*	.37*	.39*	.57*	.66*	1.00				
YDÖ7	.39*	.46*	.46*	.43*	.45*	.45*	1.00			
YDÖ8	.29*	.39*	.30*	.58*	.64*	.62*	.51*	1.00		
YDÖ9	.49*	.27*	.63*	.46*	.41*	.38*	.42*	.38*	1.00	
YDÖ10	.35*	.39*	.40*	.64*	.75*	.63*	.43*	.71*	.42*	1.00

Not. * $p < .001$.

yon, anksiyete ve stres olmak üzere 3 alt ölçekten oluşur. DASS-21, 4'lü Likert tipinde (0-bana uygun değil ve 3-bana tamamen uygun) bir ölçme aracıdır. DASS-21'in Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması ise Akın ve Çetin (2007) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayıları depresyon alt ölçeği için .90, anksiyete alt ölçeği için .92, stres alt ölçeği için .92 olarak bulunmuştur. Tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ise .89 olarak hesaplanmıştır.

Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ) Ölçek, bireylerin psikolojik sağlamlığını ölçmek amacıyla Smith ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilmiştir. Tek faktörlü bir yapıdan ve 6 maddeden oluşan KPSÖ, 5'li Likert tipinde bir ölçektir. Ölçekteki maddelerden 3'ü ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 6, en yüksek puan 30'dur. Ölçekten alınan yüksek puanlar, yüksek psikolojik sağlamlığa işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan (2015) tarafından yapılmış ve çalışmasında Cronbach alfa katsayısı .88 olarak bulunmuştur.

İstatistiksel Analizler

Araştırmanın istatistiksel analizleri için R Studio paket programı kullanılmıştır (Zhang ve Wang, 2017). Analizlere başlamadan önce veri setinde boş bırakma oranı %5'i geçen veriler analiz dışında bırakılmış, geriye kalan kayıp veriler aritmetik ortalama ile doldurulmuştur (Tabachnick ve Fidell, çev. 2015). Rastgele şekilde ikiye ayrılan veri setinin ilki AFA için, ikinci veri seti ise DFA için kullanılmıştır.

İlk veri setinin AFA için uygun olup olmadığı madde korelasyonu, Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett testi ile incelenmiştir (Büyüköztürk, 2004). KMO katsayısı ve Barlett testi sonuçları ile veri setinin AFA yapmak için uygun olduğu görülmüştür. YDÖ'nün alt faktörlerinin birbiri ile ilişkili olmasından dolayı varimax döndürme yöntemi kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2002). Bulunan faktör yapısının orijinal makaledeki yapı ile ne derece uyduğunu belirlemek için DFA yapılmıştır. Ölçeğin ölçüt geçerliliği

için YDÖ ile UCLA, DASS-21 ve KPSÖ arasında Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Ayrıca, güvenilirlik analizleri kapsamında YDÖ'nün alt boyutlarının iç tutarlılığını test etmek için Cronbach alfa katsayıları hesaplanmış ve test-tekrar test güvenilirliği için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır.

İşlem

Çalışma için İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi'nden Etik Kurul onayı (29.04.2022 tarihli ve 2022/4 sayılı) alındıktan ve çeviri çalışmaları tamamlandıktan sonra veri toplama aşamasına geçilmiştir. Mayıs-Temmuz 2022 tarihleri arasında üniversite öğrencilerinden veri toplanmıştır. Katılımcılara kartopu örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Öncelikle katılımcılara Bilgilendirilmiş Onam Formu verilmiş, araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilere ölçekler kağıt-kalem formatında verilmiştir. Farklı okullardaki üniversite öğrencilerine çevrimiçi olarak hazırlanan Google Form linki ile ulaşılmış ve katılımcılar çalışmaya gönüllü katıldıklarına ilişkin bir onay kutusunu işaretledikten sonra ölçekleri doldurmuşlardır. Çalışmada yer alan 483 katılımcının sadece 93'ünden çevrimiçi yolla veri toplanmıştır. Katılımcıların ölçekleri yanıtlamaları yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

BULGULAR

Geçerlik Analizi Bulguları

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) Bulguları

Ölçeğin AFA için uygun olup olmadığını belirlemek için madde korelasyonları incelenmiş ve analiz sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

YDÖ'nün faktör analizi için uygun olup olmadığını belirlemek için madde korelasyonu, KMO ve Barlett katsayısı incelenmiştir. Ölçek maddelerinin korelasyon katsayıları .27 ile .75 arasında değişmektedir (Tablo 2). Ardından KMO ve Barlett testi uygulanmıştır. KMO katsayısı .89 ve Barlett testi sonucu $p < .001$ olarak bulunmuştur. KMO katsayısı ile örneklem bü-

Tablo 3. YDÖ'nün Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Madde No	Döndürme Öncesi Yük Değeri	Döndürme Sonrası Yük Değeri	
	Faktör Yükü	Faktör-1	Faktör-2
1. Utanacağım için yalnız olduğumu bir başkasına asla söylemem.	.62		.61
2. Yalnız olmak benimle ilgili bir sorun olduğu anlamına gelir.	.60		.37
3. Yalnız olursam, utanırım.	.68		.82
4. Yalnız olursam, insanlar hiç arkadaşım olmadığını düşünür.	.81	.68	
5. Yalnız olursam, başkaları insanlarla iletişim kurmakta iyi olmadığını düşünür.	.83	.81	
6. Yalnız olursam, insanlar yalnız hissetmemek için yeterince çaba göstermediğimi düşünür.	.77	.70	
7. Yalnız olursam, kendimi olumsuz bir şekilde yargılarımda/değerlendiririm.	.68		.46
8. Yalnız olursam, başkaları bunun benim hatam/eksikliğim olduğunu düşünür.	.77	.77	
9. Yalnız olmak utanç vericidir.	.66		.68
10. Yalnız olursam, başkaları sosyal becerilerimin yeterince iyi olmadığını düşünür.	.81	.82	

Not. Açıklanan Varyans Toplamı: %65.1. Faktör-1: %53.1. Faktör-2: %12.

Tablo 4. YDÖ'nün DFA Uyum İyiliği İndeksleri

	χ^2	sd	χ^2/sd	GFI	CFI	IFI	TLI	RMSEA (GA)
Birinci Düzey DFA	103.529	34	3.04	.92	0.95	.95	0.93	0.09 (0.07-0.12)

yüklüğünün yeterli, Barlett testi ile elde edilen verilerin AFA için uygun olduğu görülmektedir.

Ölçeğin faktör yapısını belirlemek için ilk veri seti ile varimax döndürme yöntemi kullanılarak AFA yapılmıştır. YDÖ'nün faktör analizi sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Geçerlik analizi kapsamında Varimax döndürmesi yapılmadan önce bütün maddeler bir arada AFA'ya tabi tutulmuştur. Döndürme öncesinde tüm ölçek maddelerinin tek bir faktör altında birleştiği görülmüştür. Daha sonra Varimax döndürmesi ile tekrar AFA gerçekleştirilmiştir ve faktör sayısının belirlenmesinde faktör özdeğer puanları, açıklanan varyans toplamı ve çizgi grafiği (scree plot) dikkate alınmıştır. Ölçekte özdeğeri (eigenvalue) 1'den büyük 2 faktör olduğu ve bulunan 2 faktörlü yapının toplam varyansın %65'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Varimax döndürme sonrasında birinci faktörün özdeğeri 5.31 (%53.1), ikinci faktörün özdeğeri 1.19 (%12) olarak tespit edilmiştir. YDÖ'nün her madde için madde faktör yüklerinin ise .37 ile .82 arasında değiştiği görülmüştür (Tablo 3).

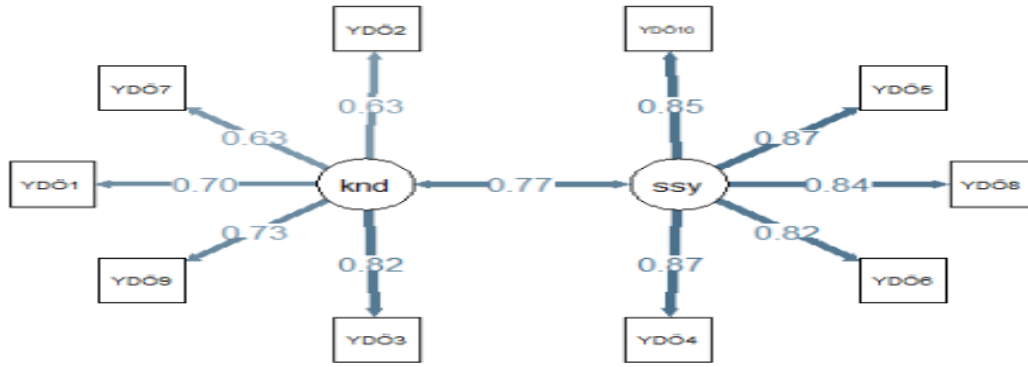
Döndürme sonrasında, ölçeğin birinci faktörünün 5 maddeden (4, 5, 6, 8 ve 10) ve ikinci faktörünün de 5 maddeden (1, 2, 3, 7 ve 9) oluştuğu ve orijinal ölçekle birebir aynı yapıyı gösterdiği saptanmıştır. Faktör 1'de yer alan maddelerin faktör yükleri .68-.82 arasında ve Faktör 2'de yer alan maddelerin faktör yükleri .37-.82 arasında değişmektedir. İlk faktörde yer alan maddeler yalnızlığın çevre tarafından damgalanmasını ifade et-

mesinden dolayı ilk faktör "sosyal damgalanma" olarak, ikinci faktörde yer alan maddeler yalnızlık konusunda kendi kendini damgalamayı ifade etmesinden dolayı bu faktör "öz-damgalama" olarak isimlendirilmiştir.

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) Bulguları

YDÖ'nün yapı geçerliğinin sınanması için ikinci veri seti kullanılarak R Studio paket programı ile DFA analizi gerçekleştirilmiştir. YDÖ'nün DFA sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

DFA için χ^2/sd oranının 5'ten küçük olduğu durumlarda modelin kabul edilebilir bir uyum değerine sahip olduğu (Kline, 2005), GFI, CFI, IFI, TLI ve AGFI indeksleri için kabul edilebilir uyum değerinin .90 ve mükemmel uyum değerinin .95 olduğu belirtilmektedir. RMSEA için ise kabul edilebilir uyum .08 ve mükemmel uyum .05 değerleridir (Steiger, 2007; Şimşek, 2007). Yapılan DFA sonucunda herhangi bir modifikasyon yapılmadan (Şekil 1) YDÖ'nün GFI ve TLI değerinin kabul edilebilir, CFI ve IFI değerlerinin ise mükemmel uyum değerlerine sahip olduğu ve sadece RMSEA değerinin .08'den büyük olduğu saptanmıştır (Tablo 4). Ancak .05'ten küçük değerlerin "iyi", .05 ile .10 arası değerlerin "kabul edilebilir" ve .10'dan büyük değerlerin "kötü" uyum gösterdiği kabul edilmektedir (Browne ve Cudeck, 1992). RMSEA değerinin de kabul edilebilir bir değere sahip olması nedeniyle herhangi bir modifikasyon yapılmamıştır.



Şekil 1. YDÖ'nün Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Tablo 5. YDÖ ile UCLA, DASS-21 ve KPSÖ Arasındaki Korelasyonlar

	YDÖ/Öz-Damgalama	YDÖ/Sosyal Damgalama	YDÖ/Toplam
UCLA-Teklik	.26*	.25*	.28*
UCLA-Birlik	.35*	.40*	.41*
DASS-21/Anksiyete	.27*	.33*	.33*
DASS-21/Depresyon	.33*	.38*	.39*
DASS-21/Stres	.29*	.34*	.35*
KPSÖ	-.27*	-.32*	-.32*

Not. * $p < .001$.

Ölçüt Bağlı Geçerlik Analizi Bulguları

YDÖ'nün ölçüt geçerliliğini incelemek için UCLA, DASS-21 ve KPSÖ kullanılmıştır. YDÖ ile kullanılan diğer ölçekler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5'te görüldüğü üzere, YDÖ ile UCLA Yalnızlık Ölçeği ve DASS-21 arasında pozitif yönlü orta düzey anlamlı ilişkiler, KPSÖ ile arasında ise negatif yönlü orta düzey anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Güvenirlilik Analizi Bulguları

YDÖ'nün güvenirliliği ile ilgili olarak Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı, madde toplam korelasyonu ve test-tekrar test korelasyonu hesaplanmıştır. Üç hafta ara ile yapılan test-tekrar test korelasyon değerlerinin pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı olduğu görülmüştür (Tablo 6). Ölçek güvenirlilik çalışmalarında Cronbach alfa değerlerinin .70'in üzerinde olması gerektiği, madde toplam korelasyonları .30 ve daha yüksek olan maddelerin iyi derecede ayırt ettiği, .40 ve üzerinde olan maddelerin ise çok iyi ayırt ettiği kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2004). YDÖ'nün Cronbach alfa katsayıları YDÖ-Öz damgalama için .92, YDÖ-Sosyal damgalama için .81 ve YDÖ-Toplam için .91 olarak bulunmuş ve madde toplam korelasyonları ile birlikte Tablo 7'de sunulmuştur.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, Ko ve arkadaşları (2022) tarafından ge-

liştirilen Yalnızlık Damgası Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması ve üniversite öğrencileri ile geçerlik-güvenirlilik çalışmasının yapılması amaçlanmıştır. Ölçek sosyal damgalanma ve kendini damgalama olmak üzere 2 boyuttan ve 10 maddeden oluşmaktadır.

YDÖ'nün faktör yapısını belirlemek amacıyla açılımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. AFA sonucunda özdeğeri 1'den büyük iki faktörlü bir yapının olduğu ve bu iki faktörün toplam varyansın %65'ini açıkladığı görülmüştür. YDÖ'nün serpilme diyagramında (scree plot) ilk ani kırılma birinci faktörde olmuş ancak ikinci kırılmadan sonra herhangi bir değişim görülmemiştir. Daha önce tanımlanmış bir faktör modelinin elde edilen veri seti ile uyuma düzeyinin saptanmasında kullanılan DFA (Sümbüloğlu ve Akdağ, 2009) sonuçlarına göre YDÖ'nün uyum iyiliği indekslerinin (χ^2/sd , RMSEA, GFI, CFI, TLI ve IFI) bazılarının kabul edilebilir bazılarının ise iyi düzeyde olduğu saptanmıştır (Tabachnick ve Fidell, çev. 2015). Bu nedenle YDÖ Türkçe formunun orijinal çalışmada önerilen modelle (Ko ve ark., 2022) örtüştüğü görülmüştür. Dolayısıyla hem AFA hem de DFA sonuçlarına göre YDÖ'nün orijinal çalışmada maddelerin iki alt boyutlu faktöre dağılımı ile Türkçe formun maddelerinin iki alt boyutlu faktöre dağılımı birbiri ile aynı bulunmuştur. YDÖ'nün Türkçe formunun orijinal ölçek ile birebir aynı yapıyı gösterdiği tespit edilmiştir. Ölçüt geçerliği kapsamında yapılan korelasyon analizi sonucunda YDÖ ile UCLA Yalnızlık Ölçeği ve DASS-21 arasında pozitif yönde ve orta düzeyde,

Tablo 6. YDÖ Alt Ölçek ve Toplam Puanlarının Test-Tekrar Test Uygulamasındaki Ortalama, Standart Sapma Puanları ve Korelasyon Katsayıları

	T1 (N = 33)		T2 (N = 33)		r
	Ort.	SS	Ort.	SS	
YDÖ/Öz-Damgalama	9.42	4.11	9.36	4.09	.58*
YDÖ/Sosyal Damgalanma	11.81	4.64	11.70	5.56	.45*
YDÖ/Toplam	21.32	7.91	21.06	8.66	.47*

Not. T1: Başlangıç, T2: 3 hafta sonra, * $p < .001$.

Tablo 7. YDÖ'nün Ortalama, Standart Sapma, Güvenilirlik Katsayıları ve Madde Toplam Korelasyon Değerleri

N = 483	Ort.	SS	α	Madde Toplam (r)
YDÖ/Toplam	21.16	8.31	.91	1.00
YDÖ/Öz-Damgalama	9.55	3.85	.92	.94
YDÖ/Sosyal Damgalanma	11.61	5.19	.81	.88
YDÖ1	1.94	1.03	.91	.64
YDÖ2	2.12	1.07	.91	.64
YDÖ3	1.74	.96	.90	.71
YDÖ4	2.31	1.20	.90	.84
YDÖ5	2.42	1.25	.90	.83
YDÖ6	2.19	1.11	.90	.78
YDÖ7	2.20	1.16	.90	.69
YDÖ8	2.30	1.16	.90	.81
YDÖ9	1.55	.86	.90	.67
YDÖ10	2.39	1.22	.90	.82

KPSÖ ile arasında ise negatif yönde ve orta düzey anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Ölçeğin güvenilirlik düzeyini belirlemek için Cronbach alfa katsayısı, madde toplam korelasyonu ve test-tekrar test korelasyonu hesaplanmıştır. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı için .50 ve altı puanlar 'zayıf düzey' olarak kabul edilirken, .60 ile .70 arası puanlar 'kabul edilebilir', .70 ile .90 arası puanlar 'iyi', .90 ve üstü puanlar ise 'mükemmel' olarak kabul edilmektedir (Kılıç, 2016). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları öz-damgalama alt boyutu için .92, sosyal damgalanma alt boyutu için .81 ve 10 maddeden oluşan ölçeğin tamamı için .91 olarak tespit edilmiştir. Cronbach alfa katsayısı sonuçlarına göre, ölçeğin 1. faktörünün güvenilirlik düzeyinin mükemmel, 2. faktörünün güvenilirlik düzeyinin iyi düzeyde olduğu ve toplam ölçek için güvenilirlik düzeyinin mükemmel olduğu görülmüştür. YDÖ'nün test-tekrar test korelasyonunun ise pozitif yönde ve anlamlı düzeyde olduğu saptanmış ve test-tekrar test korelasyonu ölçeğin 3 haftalık süre boyunca tutarlı kaldığını göstermiştir. Ölçeğin orijinal formunun Cronbach alfa katsayıları ile Türkçe formun Cronbach alfa katsayıları ve test-tekrar test korelasyonu sonucu ile Türkçe formun test tekrar test korelasyon sonuçları birbirine oldukça benzer olarak tespit edilmiştir (Ko ve ark., 2022).

Çalışma sonuçlarından elde edilen bulgular ve alanyazındaki çalışmalar dikkate alındığında yalnızlık damgası ile yalnızlık arasında pozitif korelasyon görüleceği yönündeki beklentimizi karşılayan sonuçlar elde edilmiştir. Bu nedenle de yalnızlık yaşayan kişilerin daha fazla yalnızlık damgası yaşama olasılığına sahip oldukları düşünülmüştür. Yalnızlık damgası ile

depresyon, anksiyete ve stres puanlarının pozitif yönlü korelasyon göstermesi yalnızlık yaşayan kişilerin yalnızlık damgası puanları arttıkça depresyon, stres ve anksiyete puanlarının da arttığını göstermiştir. Elde edilen bulgular alanyazında yapılan çalışmalarda yalnızlık damgasının neden olduğu yalnızlık duygusu, sosyal izolasyon, içine kapanıklık, özgüven eksikliği, diğerlerine karşı güvensizlik duyguları ile depresyon, anksiyete, stres semptomları ve olumsuz bilişler arasında anlamlı ilişkilerin olduğuna ilişkin sonuçlarla (Booth, 2000; Cacioppo ve ark., 2006; Hawkley ve ark., 2003; Mushtaq ve ark., 2014) uyumludur. Bu bilgilerden yola çıkılarak kendisinde daha fazla yalnızlık damgası deneyimleyen bireylerin daha sık yalnızlık yaşayacağı ileri sürülebilir. Ayrıca yalnızlık damgası taşıyan bireylerin sıkıntılarını daha az ifade etme eğiliminde oldukları ve toplumda oluşabilecek olumsuz sosyal etiketlerden kaçınmak için psikolojik sıkıntılarını daha az gösterdikleri (Ko ve ark., 2022) söylenebilir.

Yalnızlık yaşayan bireylerin hem kendi kendine yalnızlık yaşayabilecekleri hem de dışarıdan kaynaklanabilecek şekilde yalnızlık yaşayabilecekleri düşünülmektedir (Kerr ve Stanley, 2021). Ko ve arkadaşları (2022) tarafından insanların kendilerine yönelik olumsuz duyguları ve bu duyguların içselleştirilmesi ile ilgili olarak gelişen kalıp yargıları 'öz-damgalama' olarak isimlendirilirken, halkın yalnız olan kişilere karşı sahip olduğu kalıplaşmış önyargıları ise 'sosyal damgalanma' olarak isimlendirilmiştir. Bazı durumlarda ise hem bireysel hem de toplumsal istenmeyen kalıp yargıların birlikte görülebileceği yani iki tür damgalamanın da bir arada ortaya çıkabileceği öne sü-

rülmektedir (Ko ve ark., 2022).

Yalnızlık ve yalnızlık damgası üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde birbiri ile oldukça ilişkili yapılar oldukları ve yalnızlık yaşayan kişilerin yalnızlık damgası da yaşama olasılıklarının yüksek olabileceği düşünülmektedir. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda her iki ölçeğin de sıklıkla birlikte kullanılabilmesi tahmin edilmektedir. Bu bağlamda Yalnızlık Damgası Ölçeği'nin hem alanyazına hem de klinik çalışmalara katkı sağlayacağı söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada, Yalnızlık Damgası Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması kapsamında geçerlik-güvenirlik analizleri yapılarak ölçeğin psikometrik özellikleri incelenmiştir. YDÖ'nün Türkçe formunun hem alanyazına katkı sağlayacağı hem de yapılacak çalışmalarda geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullanılabilmesi görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde Türkçe'ye uyarlanmış veya geliştirilmiş başka bir Yalnızlık Damgası Ölçeği'ne rastlanmamıştır. Bu nedenle bu çalışmanın alanında ilk olması açısından önem taşıdığı söylenebilir.

YDÖ'nün Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmasından elde edilen sonuçlara göre, 2 alt boyut ve on maddelik ölçeğin yalnızlık damgasını ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilmesi görülmüştür. Bulgular yalnızlık damgasının, yalnızlığın yanı sıra depresyon, anksiyete ve stres değişkenleri ile ilişkili bir faktör olduğunu da göstermiştir. Bu nedenle bundan sonra yapılacak çalışmalarda yalnızlık damgası inançlarının bu kavramlarla da ilişkilendirilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Klinik uygulamalar açısından ele alındığında klinisyenler tarafından içselleştirilmiş damgalama durumunun kişinin kendisinden veya kendisinin dışındaki bireyler tarafından gerçekleştirildiğine ilişkin bu ölçek aracılığıyla bilgi edinmeleri de işlevsel olabilir. Ayrıca, klinisyenlerin içselleştirilmiş yalnızlık duygusu ile düşük benlik saygısı, umutsuzluk gibi psikolojik sorunlarla bir arada karşılaşılabileceklerini düşünerek daha bütünsel bir tedavi planı oluşturmaları için ölçeğin yol gösterici olabileceği de düşünülmektedir.

Bu çalışmanın en önemli sınırlılığı, çalışmada kullanılan ölçeklerin öz-bildirime dayalı olması ve bu nedenle katılımcıların sosyal istenirlik etkisiyle yanıt verme eğiliminde olmalarıdır. Örneklem grubunu oluşturan katılımcıların üniversite öğrencilerinden ve orta düzey sosyoekonomik düzeye sahip kişilerden oluşması da araştırmada kısıtlılığa sebep olabilecek bir diğer unsurdur. İleride yapılacak çalışmalarda farklı demografik özellikteki gruplar ile çalışmanın tekrarlanarak sonuçların karşılaştırılması önerilebilir. Ek olarak, araştırmada ölçüt geçerliliği için kullanılan UCLA Yalnızlık Ölçeği, DASS-21 ve KPSÖ ile YDÖ arasındaki korelasyonlar incelenmiştir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda farklı ölçüm araçları ile YDÖ

arasındaki korelasyonların incelenmesinin ölçeğin geçerliliği açısından faydalı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca, ileride yapılacak çalışmalarda yalnızlık damgasının aracı veya düzenleyici değişken olarak incelenmesinin de alanyazına katkı sağlayabileceği söylenebilir.

Sonuç olarak YDÖ'nün Türkçe formunun yalnızlık damgasının değerlendirilmesinde kullanılacak geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu hem klinik ortamlarda hem de akademik çalışmalarda yer alabilecek psikometrik özelliklere sahip olduğu tespit edilmiştir.

BEYANLAR

Etik İkelere Uygunluk Beyanı Bu çalışma İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi'nden Etik Kurul onayı almıştır (29.04.2022 tarihli ve 2022/4 sayılı)

Çıkar Çatışması Beyanı Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKLAR

- Akın, A. ve Çetin B. (2007). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği (DASÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(1), 241-268.
- Booth, R. (2000). Loneliness as a component of psychiatric disorders. *Medscape General Medicine*, 2(2), 1-7.
- Brown, T. A., Chorpita, B. F., Korotitsch, W. ve Barlow, D. H. (1997). Psychometric properties of the Depression Anxiety Stress (DASS) in clinical samples. *Behavior Research and Therapy*, 35(1), 79-89.
- Browne, M. W. ve Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods and Research*, 21, 230-258.
- Büyükoztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32, 470-483.
- Büyükoztürk, Ş. (2004). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayıncılık.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Berntson, G. G., Ernst, J. M., Gibbs, A. C., Stickgold, R. ve Hobson, J. A. (2002). Do lonely days invade the nights? Potential social modulation of sleep efficiency. *Psychological Science*, 13(4), 384-387.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C. ve Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Psychology and Aging*, 21(1), 140-151.
- Cacioppo, S., Grippo, A. J., London, S., Goossens, L. ve Cacioppo, J. T. (2015). Loneliness: Clinical import and interventions. *Perspectives on Psychological Sciences*, 10(2), 238-249.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30(6), 625-648.
- Certel, H., Yakut, S., Yakut, İ. ve Gülsün, B. (2016). Öğrencilerde yalnızlık problemi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırma Dergisi*, 5(8), 3069-3084.

- Child, D. (2006). The essentials of factor analysis. Third Ed. Continuum, London.
- Costello, A. B. ve Osborne, J. W. (2005). Best Practices in Exploratory Factor Analysis: Four Recommendations for Getting the Most from Your Analysis. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 10(7): 1-9.
- Demir, A. (1989). U.C.L.A. Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Deniro, D. A. (1995). Perceived alienation in individuals with residual-type schizophrenia. *Issues in Mental Health Nursing*, 16(3), 185-200.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Hall, J. A., Dominguez, J. ve Mihailova, T. (2023). Interpersonal media and face-to-face communication: Relationship with life satisfaction and loneliness. *Journal Happiness Studies*, 24(1), 331-350.
- Hawkey, L. C., Burleson, M. H., Berntson, G. G. ve Cacioppo, J. T. (2003). Loneliness in everyday life: Cardiovascular activity, psychosocial context, and health behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(1), 105-120.
- Hawkey, L. C. ve Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Heinrich, L. M. ve Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718.
- Hunt, M. G., Marx, R., Lipson, C. ve Young, J. (2018). No more FoMo: Limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(10), 751-768.
- Kerr, N. A. ve Stanley, T. B. (2021). Revisiting the social stigma of loneliness. *Personality and Individual Differences*, 171, 110482.
- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın alfa güvenilirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6(1), 47-48.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equations modeling*. Guilford Publication, Inc.
- Ko, S. Y., Wei, M., Rivas, J. ve Tucker, J. R. (2022). Reliability and validity of scores on a measure of Stigma of Loneliness. *The Counseling Psychologist*, 50(1), 96-122.
- Lovibond, P. F. ve Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behavior Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Luhmann, M., Buecker, S. ve Rüsberg, M. (2023). Loneliness across time and space. *Nature Reviews Psychology*, 2, 9-23.
- Mushtaq, R., Shoib, S., Shah, T. ve Mushtaq, S. (2014). Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health? A review on the psychological aspects of loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(9), WE01-WE4.
- Perlman, D. ve Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. R. Gilmour ve S. Duck (Ed.), *Personal relationships: 3. Relationships in disorder* (s. 31-56). Academic Press.
- Peplau, H. E. (1955). Loneliness. *The American Journal of Nursing*, 55(12), 1476-1481.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. ve Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional and behavioral correlates of Fear of Missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Riordan, B. C., Cody, L., Flett, J. A. M., Conner, T. S., Hunter, J. ve Scarf, D. (2020). The development of a single item FoMo (Fear of Missing out) Scale. *Current Psychology*, 39, 1215-1220.
- Rotenberg, K. J. ve Kmill, J. (1992). Perception of lonely and non-lonely person as a function of individual differences in loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(2), 325-330.
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. ve Jennifer Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
- Steiger, J. H. (2007). Understanding the limitations of global fit assessment in structural equation modeling. *Personality and Individual Differences*, 42, 893-898.
- Sümbüloğlu, K. ve Akdağ, B. (2009). *İleri biyoistatistiksel yöntemler* (1. baskı). Hatipoğlu Yayınları.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş temel ilkeler ve Lisrel uygulamaları*. Ekinoks Yayıncılık.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* (M. Baloğlu, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tornstam, L. (1992). Loneliness in marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(2), 197-217.
- Uram, P. ve Skalski, S. (2020). Still logged in? The link between Facebook addiction, FoMo, self-esteem, life satisfaction and loneliness in social media users. *Psychological Reports*, 125(1), 218-231.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. The MIT Press.
- Victor, C. & Sullivan, M. P. (2015). Loneliness and isolation. In *Routledge handbook of cultural gerontology* (pp. 252-260). Routledge.
- Zhang, Z. ve Wang, L. (2017). *Advanced statistics using R*. ISDSA Press.

| Extended Abstract |

Stigma of Loneliness Scale: Turkish validity and reliability study

Nilay Şenay¹ , Yıldız Bilge² 

Keywords

Stigma of Loneliness Scale, loneliness, reliability, validity

Abstract

The aim of this study is to adapt the Stigma of Loneliness Scale (SLS) to Turkish and to conduct a validity and reliability study. The sample of the study consisted of a total of 483 university students, 285 (59%) females, 196 (40.6%) males, and 2 (0.4%) others whose age range was between 18 and 57 (21.79±3.60). It was applied to 33 students who were students of the psychology department with an interval of 3 weeks for a test-retest analysis. For criterion validity, 239 participants were administered the UCLA Loneliness Scale, Depression-Anxiety-Stress Scale (DASS-21), Brief Resilience Scale (BRS) together with the SLS. In order to determine the factor structure of the scale, exploratory and confirmatory factor analysis (EFA and CFA) were performed, and it was determined that a two-dimensional structure with an eigenvalue above 1 was formed in the EFA with the varimax rotation method. As a result of the CFA, it was seen that the two-factor structure was confirmed without any modification and the fit indices were at an acceptable level. Within the scale reliability, the Cronbach's alpha internal consistency coefficient of the SLS was calculated, the Cronbach's alpha coefficient for the total scale was .91, and the Cronbach's alpha coefficients for the sub-dimensions were .80 and .91. The test-retest correlation coefficient of the scale was found to be $r = .47$ for the total scale, $r = .58$ for self-stigma of loneliness and $r = .45$ for public stigma of loneliness. Significant relationships were found as a result of the correlation analysis for the criterion validity of the SLS. The results showed that the Turkish version of the scale was valid and reliable.

Loneliness is an uncomfortable situation experienced when there is an inconsistency between the interpersonal relationships one wants to have and the relationships one already has (Perlman and Peplau, 1981). "Loneliness", defined as being alone, is highly related to the quality of people's social relationships (Hall et al., 2023; Luhmann et al., 2023). However, in some cases, loneliness can be expressed as not being together with people, while sometimes it can be experienced as feeling lonely in a crowd (Hawkley and Cacioppo, 2010). It is stated that 15-30% of people experience chronic loneliness (Heinrich and Gullone, 2006) and it is reported to be more common among individuals with low socioeconomic levels, physical disorders, and low mental/ psychological well-being (Luhmann et al., 2023; Mushtaq et al., 2014).

Victor and Sullivan (2015) state that loneliness can occur when the need for intimacy is not satisfied, making it one of the most painful emotions. It has been reported to be associated with various psychological disorders such as depression, sleep disorders, and even schizophrenia in people who feel lonely (Booth, 2000; Cacioppo et al., 2002, 2006; Deniro, 1995).

Weiss (1973) defined two types of loneliness: emotional and social loneliness. Emotional loneliness is defined as the absence or loss of a close attachment relationship, social loneliness is due to the lack/insufficiency of social communication networks. In this context, loneliness is defined as an individual pushing themselves into loneliness or being pushed into loneliness by the social environment. The stigma associated with loneliness makes it difficult for individuals to overcome it (Kerr & Stanley, 2021). According to the results of some studies, loneliness is a stigmatized condition (Kerr & Stanley, 2021; Ko et al., 2022; Rotenberg & Kmill, 1992).

It is thought that in this age the increasing use of technology will cause an increase in feelings of loneliness. Studies have found that people who use the internet at a pathological level are more lonely than those who do not (Przybylski et al., 2013; Riordan et al., 2020). It has been found that there is a relationship between depression, anxiety, and stress levels and the feeling of loneliness, influenced by the internet and social media (Booth, 2000; Cacioppo et al., 2006; Hawkley et al., 2003; Mushtaq et al., 2014).

While the UCLA Loneliness Scale is used to meas-

To cite: Şenay, N. & Bilge, Y. (2024). Stigma of Loneliness Scale: Turkish validity and reliability study. *Journal of Clinical Psychology Research*, 8(2), 161-173.

Yıldız Bilge · yildiz.bilge@sbu.edu.tr | ¹Res. Asst., Istanbul Aydın University, Department of Psychology; ²Assoc. Prof., University of Health Sciences, Department of Psychology, Mekteb-i Tıbbiye-i Şahane (Haydarpaşa) Külliyesi Selimiye Mah. Tıbbiye Cad. No:38 34668 Üsküdar, İstanbul.

Received 21 Oct, 2022, Revised 16 Mar, 2023, Accepted 1 Apr, 2023



ure loneliness, the absence of a scale to assess loneliness stigma has necessitated the development of the Stigma of Loneliness Scale. This study aims to adapt the 'Stigma of Loneliness' into Turkish and to measure reliability and validity.

METHODS

In this study conducted with university students, ranging in age from 18-57, a total of 483, 285 women to 196 men, and 2 other participants were made application. It was administered to participants through Demographic Information Form, The Stigma of Loneliness Scale (SLS), the UCLA Loneliness Scale, the Depression-Anxiety-Stress Scale (DASS-21), and the Brief Resilience Scale (BRS).

The Stigma of Loneliness Scale (SLS) was developed by Ko et al. (2022) to determine the stigma level of loneliness based on the participant's self-report. It consists of 10 items and 2 subscales. The UCLA Loneliness Scale is a scale developed by Russell et al. in 1978 to determine the loneliness degree of individuals. The scale consists of 20 items, the Turkish reliability and validity study of the scale was conducted by Demir (1989). The Depression-Anxiety-Stress Scale was developed by Lovibond and Lovibond (1995) with 42 items and a 21-item short form of the scale was developed by Brown et al. (1997). Turkish reliability and validity study was made by Akin and Çetin (2007). The Brief Resilience Scale (BRS) was developed by Smith et al. (2008) to measure the resilience of individuals. Turkish reliability and validity study was carried out by Doğan (2015).

RESULTS

Statistical analyses of the research were made with the R Studio package program. The exploratory factor analysis (EFA) results obtained a two-factor structure. To determine the factor structure of the SLS, exploratory factor analysis and the varimax rotation method were used with the first data set. As a result of EFA, it was observed that the scale was grouped under two factors with an eigenvalue greater than 1. The eigenvalue of the first factor named 'social stigma of loneliness' because of expressing the stigmatization of loneliness by the environment (4, 5, 6, 8, 10) was 5.31 (53.1%), the eigenvalue of the second factor named 'self-stigma of loneliness' because of expressing self-stigmatization about loneliness (1, 2, 3, 7, 9) was 1.19 (12%). Confirmatory factor analysis (CFA) was performed to confirm the two-factor structure in the original article. CFA results of the SLS showed that GFI and TLI values were found at acceptable levels, and the CFI and IFI values had excellent fit values without any modification.

Cronbach's alpha internal consistency coefficient, item-total correlation, and test-retest correlation were calculated for the reliability of the SLS. Test-retest

correlation values performed with 3-week intervals were positive, moderate, and significant. The Cronbach's alpha values of the SLS were found to be .91 for the whole scale, .92 for the self-stigma sub-scale, and .81 for the social stigma sub-scale. The item correlation coefficients of the scale ranged from .27 to .75.

Pearson correlation analysis was performed between the SLS and UCLA, DASS-21, and BRS. UCLA, DASS-21, and BRS scales were used for the criterion validity of the SLS. A moderate significantly positive correlation was found between UCLA and DASS-21 with SLS, while a moderate significantly negative correlation was found between the BRS and SLS.

DISCUSSION

This study aims to adapt the Stigma of Loneliness Scale developed by Ko et al. (2022) into Turkish and to conduct a reliability-validity study. The Turkish version of the SLS consists of 2 sub-dimensions and 10 items as in the original scale. Exploratory Factor Analysis (EFA) and Confirmatory Factor Analysis (CFA) were conducted to determine the scale's factor structure. As a result of the EFA, it was seen that there was a 2-factor structure with an eigenvalue greater than 1 as in the original scale (Ko et al., 2022). The DFA results showed that the GFI, CFI, IFI, and TLI values were acceptable and excellent fit values (Tabachnick and Fidell, 2015) and no modification was needed.

Cronbach's alpha coefficients were calculated to determine the reliability of the scale and findings were found to be excellent for the total scale score, good for the social stigma sub-dimension, and perfect for the self-stigma sub-dimension (Kılıç, 2016). The test-retest correlation results of the SLS showed significant and positive correlation.

UCLA, DASS-21, and BRS scales were used for the criterion validity of the SLS, and significant level correlation results were obtained in the correlation analysis between the scales. The findings obtained are in line with the results of the studies in the literature that there are significant relationships between feelings of loneliness, social isolation, introversion, lack of self-confidence, insecurity towards others, and depression, anxiety, stress symptoms, and additionally, negative cognitions caused by loneliness stigma (Booth, 2000; Cacioppo et al., 2006; Hawkey et al., 2003; Mushtaq et al., 2014).

This scale is a self-report scale and the theme of loneliness is processed. The participants may have tended to defend themselves. This may be the most important limitation. The sample group consists of university students and can be studied with a different sample group and socioeconomic level participants for the reliability and validity of the scale in future studies.

As a result, the SLS was translated into the Turkish language, and validity-reliability analyses were conducted. The Turkish version of the SLS showed results consistent with those of the original scale study. It was thought that the Turkish version of the scale could be used as a valid and reliable scale and SLS will contribute to the literature as a valid and reliable measurement tool.

DECLARATIONS

Compliance with Ethical Standards This study was approved by İstanbul Sabahattin Zaim University Ethics Committee with the decision dated 22.03.2022 (Decision no: 32).

Conflicting of Interest There is no conflict of interest between the authors.

REFERENCES

- Akın, A. & Çetin B. (2007). Depresyon Anksiyete Stres ölçeği (DASÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(1), 241-268.
- Booth, R. (2000). Loneliness as a component of psychiatric disorders. *Medscape General Medicine*, 2(2), 1-7.
- Brown, T. A., Chorpita, B. F., Korotitsch, W., & Barlow, D. H. (1997). Psychometric properties of the Depression Anxiety Stress (DASS) in clinical samples. *Behavior Research and Therapy*, 35(1), 79-89.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Berntson, G. G., Ernst, J. M., Gibbs, A. C., Stickgold, R., & Hobson, J. A. (2002). Do lonely days invade the nights? Potential social modulation of sleep efficiency. *Psychological Science*, 13(4), 384-387.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Psychology and Aging*, 21(1), 140-151.
- Demir, A. (1989). U.C.L.A. Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Deniro, D. A. (1995). Perceived alienation in individuals with residual-type schizophrenia. *Issues in Mental Health Nursing*, 16(3), 185-200.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Hall, J. A., Dominguez, J., & Mihailova, T. (2023). Interpersonal media and face-to-face communication: Relationship with life satisfaction and loneliness. *Journal Happiness Studies*, 24(1), 331-350.
- Hawkley, L. C., Burleson, M. H., Berntson, G. G., & Cacioppo, J. T. (2003). Loneliness in everyday life: Cardiovascular activity, psychosocial context, and health behaviors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(1), 105-120.
- Hawkley, L. C. & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Heinrich, L. M. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718.
- Kerr, N. A. & Stanley, T. B. (2021). Revisiting the social stigma of loneliness. *Personality and Individual Differences*, 171, 110482.
- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın alfa güvenilirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6(1), 47-48.
- Ko, S. Y., Wei, M., Rivas, J., & Tucker, J. R. (2022). Reliability and validity of scores on a measure of Stigma of Loneliness. *The Counseling Psychologist*, 50(1), 96-122.
- Lovibond, P. F. & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behavior Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Luhmann, M., Buecker, S., & Rüsberg, M. (2023). Loneliness across time and space. *Nature Reviews Psychology*, 2, 9-23.
- Mushtaq, R., Shoib, S., Shah, T., & Mushtaq, S. (2014). Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health? A review on the psychological aspects of loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(9), WE01-WE4.
- Perlman, D. & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. In R. Gilmour & S. Duck (Eds.), *Personal relationships: 3. Relationships in disorder* (pp. 31-56). Academic Press.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional and behavioral correlates of Fear of Missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Riordan, B. C., Cody, L., Flett, J. A. M., Conner, T. S., Hunter, J., & Scarf, D. (2020). The development of a single item FoMo (Fear of Missing out) Scale. *Current Psychology*, 39, 1215-1220.
- Rotenberg, K. J. & Kmill, J. (1992). Perception of lonely and non-lonely person as a function of individual differences in loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(2), 325-330.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* (M. Baloğlu, Trans.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Victor, C. & Sullivan, M. P. (2015). Loneliness and isolation. In *Routledge handbook of cultural gerontology* (pp. 252-260). Routledge.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. The MIT Press.