



SEBED



www.sebed.selcuk.edu.tr

Geliş/Received: 09.11.2022 Kabul/Accepted: 12.12.2022
Araştırma Makalesi/Research Article

COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi*

Ayşe ELİÜŞÜK BÜLBÜL[†]
Sümeyya Sultan ALICI[‡]

Öz

Son zamanlarda yapılan çalışmalar doğrultusunda özellikle içinde bulunduğumuz COVID-19 pandemi sürecinin insan yaşamında ve sağlığında çeşitli etkileri olduğu görülmektedir. Bu noktada alınan yeni tedbirler ve kısıtlamalarla beraber insanların yalnızlık düzeyi ve depresyon eğilimini irdelemek önemli olacaktır. Bu doğrultuda çalışmanın genel amacı üniversite öğrencilerinin COVID-19 pandemi sürecinde yalnızlık düzeylerinin depresyon eğilimlerinin anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını incelemek olmuştur. Yapılan bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmanın evrenini 2021-2022 eğitim öğretim yılında Konya Selçuk Üniversitesi ve Mersin Üniversitesinde eğitimine devam eden üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma için basit tesadüfi yöntemle gönüllü olan 326 üniversite öğrencisi seçilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “UCLA Yalnızlık Ölçeği” ve “Beck Depresyon Envanteri” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler, pearson momentler çarpımı korelasyon tekniği ve doğrusal regresyon analiz tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre depresyon eğilimi ile yalnızlık düzeyi arasında pozitif yönlü, orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Ayıca yalnızlık düzeyi değişkeninin depresyon eğiliminin anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre önerilerde bulunulmuştur.

Kelimeler: COVID-19 pandemisi, depresyon, üniversite öğrencileri, yalnızlık

Loneliness level as a predictor of depression tendencies of university students during the COVID-19 pandemic process*

Abstract

In line with recent studies, it is seen that the COVID-19 pandemic process, which we are in, has various effects on human life and health. At this point, it will be important to examine the loneliness level and depression tendency of people together with the new measures and restrictions taken. In this direction, the general purpose of the study was to examine whether the loneliness levels of university students during the COVID-19 pandemic were a significant predictor of their depression tendencies. Relational screening model was used in this study. The universe of the study consists of university students who continue their education at Konya Selçuk University and Mersin University in the 2021-2022 academic year. For the study, 326 university students who volunteered with the simple random method were selected. “Personal Information Form”, “UCLA Loneliness Scale” and “Beck Depression Inventory” were used as data collection tools in the study. In

*Bu çalışma 19.06.2021 tarihinde 5. Uluslararası Sınırsız Eğitim ve Araştırma Sempozyumunda (USEAS 2021) bildiri olarak sunulmuştur.

[†] Doç. Dr. Ayşe Eliüşük Bülbül, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya, E-posta: ayseeliusuk@gmail.com ORCID: orcid.org/0000-0001-9074-3403

[‡] Yüksek Lisans Öğrencisi Sümeyya Sultan Alıcı, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya, E-posta: sultanalici23@gmail.com ORCID: orcid.org/0000-0002-7240-4050

COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi

the analysis of the obtained data, descriptive statistics, Pearson product-moment correlation technique and linear regression analysis technique were used. According to the findings of the study, there is a positive, moderately significant relationship between depression tendency and loneliness level. In addition, it was concluded that the loneliness level variable was a significant predictor of depression tendency. Suggestions were made according to the results obtained.

Keywords: COVID-19 pandemic, depression, college student, loneliness,

Giriş

Son yıllarda insanlık tarihi yaşadığımız yüz yılın hiç şüphesiz en büyük pandemi salgınıyla karşı karşıya kalmış bulunmaktadır. COVID-19 pandemisiyle beraber yaşamımızda birçok alışkanlıklarımız değişmiş, davranışlarımızın seyri pandemiyle beraber şekillenme yoluna girmiştir. Bu sürecin öznesi olan koronavirüsler, pandeminin başlangıcına kadar birçoğumuzun ne olduğunu bilmediği hatta adına bile yabancı olduğumuz bir kavram olmuştur. Koronavirüsler, uzun yıllardır diğer sık rastlanan bulaşıcı hastalıklar gibi yaygın olarak görülmesine rağmen etkisi diğer viral hastalıklara oranla daha ciddi sorunlara yol açması olası, çeşitliliği yüksek bir virüs ailesidir (Dünya Sağlık Örgütü, 2019). Koronavirüslerin hafif şekilde atlatılabilen çeşitlerinin yanısıra ciddi can kayıplarına neden olan “Şiddetli Akut Solunum Sendromu” (SARS) ve “Ortadoğu Solunum Sendromu” (MERS) gibi türleri de bulunmaktadır (Centers for Disease Control and Prevention, 2020 akt: Bilgin, 2020; T.C. Sağlık Bakanlığı, 2022). İnsanlığın koronavirüslere küresel çapta maruz kaldığı son örneği olan COVID-19, 2019 yılı Aralık ayında ilk defa Çin’in Hubei eyaletinin Wuhan Kentinde, nedeni tam olarak saptanamayan pnömoni vakalarını bildirilmesiyle, öncesinde hiç rastlanmamış yeni bir koronavirüs (2019-nCoV) olarak tanımlanmıştır (Li vd., 2020 akt: Dönmez ve Gürbüz, 2020; T.C. Sağlık Bakanlığı, 2022). Brown ve Wang (2020) ise COVID-19’u birçok alt üyesi bulunan koronavirüs ailesinin, uğradıkları mutasyonla beraber oluşmuş, bireylerin daha çok solunum sistemini etkileyen, yeni bir alt tür olarak tanımlamışlardır. (Akkuzu vd., 2020)

COVID-19 virüsü başlarda sadece Wuhan kentinde varlık göstermesine rağmen küreselleşen ve her konuda hızla yayılım gösteren dünyamızda kendi yayılma hızıyla beraber 3 ay gibi kısa bir sürede salgına dönüşmüş, mart ayına kadar 100.000 vakanın üzerinde seyir izleyerek (Jiao vd., 2020 akt: Akoğlu ve Karaaslan, 2020) neredeyse tüm dünyaya yayılmış ve Dünya Sağlık Örgütü (2020)’nce yılında pandemi olarak ilan edilmiştir. Salgın olarak kısa sürede yayılması kadar yüksek ateş, art arda gelen kuru öksürük, nefes almada problem yaşama, eklem ve kemik ağrıları, şiddetli baş ağrısı gibi belirtileriyle dikkat çeken bir durumdur. Ayrıca COVID-19 özellikle KOAH, kardiyolojik hastalıklar, solunum problemleri, diyabet gibi süreklilik arz eden rahatsızlıklara sahip olan bireylerde ve yaşlı bireylerde daha ağır seyretmekte, ölümcül sonuçlara neden olmaktadır (Aykut ve Soner Aykut, 2020; T.C. Sağlık Bakanlığı, 2022). Ülkemizde de sağlık bakanlığının açıkladığı verilere göre pandemi sürecinin başlangıcından 2022 Mart ayına kadar toplam 14,7 milyon COVID-19 vakası tespit edilmiş bu hastalardan 97 bin kişi vefat etmiştir (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2022).

Yakın geçmişe bakacak olursak dünyanın küresel çapta bu denli etkili bir pandemiye yabancı olduğunu söylemek mümkün olacaktır. Değişen yaşam şartlarıyla beraber pandemi süreci bir bilinmez olarak baz alındığında pek de hazırlıklı olunmayan COVID-19 salgını, sadece sağlık alanında değil beraberinde birçok konuda da yaşamı olumsuz etkilemiştir. Bu değişimlerin başında karantina süreçleri, sosyal mesafe ve maske kuralı gibi tedbirler gelmektedir. Salgından korunmaya yönelik getirilen bu tedbirler hiç şüphesiz sosyal yaşamda alışagelmışin dışında hem bazı yenilikler getirmiş hem de kısıtlamıştır (Doraiswamy vd., 2021). Pandemi sürecinin beraberinde getirdiği sosyal yaşamda kısıtlılık olgusu insanların psikolojik sağlığıyla da ilişkilidir (Caoa vd., 2020). Pandemi sürecinde insanların psikolojik sağlığını konu edinen birçok soru sorulmaya, çalışma yapılmaya da başlanmıştır. Merak edilen konulardan biri de kısıtlama uygulamaları ve niceliksel mesafenin artışıyla beraber insanların pandemi sürecinde yalnızlaşması ve depresyon eğilimleri olmuştur. Yalnızlık olgusu insanlığa yaradılış süreci boyunca eşlik etse de ilk olarak 1939 yılında Sigmund Freud tarafından bireyin yaşadığı yalnızlık durumunun karakterini büyük oranda etkileyebileceği tanımıyla beraber kullanılmıştır. Peplau ve Perlman (1982) ise yalnızlığı, bireyin hedeflediği kişilerarası ilişkilerle şu anda sahip olduğunu düşündüğü ilişkiler arasında bir tutarsızlık olduğu durumlarda yaşadığı engelleyici durum olarak tanımlanmıştır. Tanımda daha çok yalnızlığın duygusal boyutu ön plana çıkarılmış olup, yalnızlığın duygusal açıdan bireyde tatsız bir deneyim olduğunun yanı sıra kişide sosyal ilişkilerinin istediği düzeyde olmadığını düşünmesiyle bilişsel yönüne de dikkat çekilmiştir. Yalnızlık kişinin sosyal ilişkilerinde yetersiz olmasına bağlı olarak ilişkilerinde birtakım zorluklar yaşamasının da göstergesi

niteliğindedir (Heinrich ve Gullone, 2006). Cacioppo ve Patrick (2008) yalnızlığı, bireylerin çevresinde güvенеbilecekleri, yaşamlarını anlamlandırabilecekleri, uğrunda hayatta kalma amacı güdebilecekleri, gelişmek adına beraber hareket edebilecekleri, iletişim kurabilecekleri ve birlikte çalışabilecekleri değerli kimselerin yoksunluğuyla ilişkili bir durum olarak tanımlamışlardır (Cacioppo vd., 2015).

Depresyon kavramı ise uzun yıllardır bilinen bir olgu olmasına karşın hala tam anlamıyla net bir ifadeyle belirtilememektedir. Alper (2012)'e göre Depresyon, bireyin yoğun düzeyde üzüntü ve keder yaşaması, hayattan keyif alamama ve yaşamda birçok konuda istekliliğini kaybetme, geleceğe dönük karamsar, kötücül ve olumsuz düşüncelerin yoğun olduğu, zaman zaman uyku ve yeme sorunları, cinsel isteksizlik ve fiziksel değişimlerin beraberinde gelen bir durumdur. Bunlara ek olarak birey bu duygu durumunda geçmişe dönük fazlaca pişmanlık ve suçluluk yaşar. Bireyin bu durumu çok yoğun yaşadığı süreçler ölüme varan felaketlerle sonuçlanabilir (Solmaz, 2018). Benzer başka bir tanımlamada ise depresyon; bireyde olumsuz ve karamsar hislerin varlığıyla, temel gereksinimlerde bozulma ve intihar girişimlerinin yaşanabileceği nihayetinde ölümlle karşılaşılabilir, psikolojik ve fiziksel etkileri olabilen bir rahatsızlıktır (Ünsal, 2019). Öztürk (2002) ise depresyonu yoğun üzüntülü, kimi zamansa hem üzüntünün hem de bunalımın eşlik ettiği birtakım bilişsel ve davranışsal aktivitelerde yavaşlama ve duraksamaların yaşandığı; bunlara ek olarak bireylerde önemsizlik, küçüklük, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık duygu ve düşüncelerinin yaşandığı bir problem olarak tanımlamıştır (Ceylan, 2004). Başka bir tanımlamada ise Üçel (2016) depresyonu hayat boyu yaşanma oranı %2-15 arasında yer alan, tek bir problemden kaynaklanmayıp altında birçok nedeni barındırabilen, diğer rahatsızlıkların alt türlerini bünyesinde bulunduran ve tekrarlayan nöbetlerinin olabileceği yaygın, evrensel bir toplumsal rahatsızlık olarak nitelendirmiştir (Tüfekçi 2018). Yapılan çalışmalar ve elde edilen bulgularla beraber depresyon kavramının birçok sebebin sonucu olarak nitelendirmek mümkün olacaktır (Hansson vd., 2010).

Getirilen kısıtlamalarla beraber tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de örgün eğitim sekteye uğramış, öğrenciler akademik anlamda yeni bir sürece girdiği gibi psikolojik ve sosyal anlamda da alışagelmış yaşam periyotlarının dışına çıkmışlardır. Genç yetişkinlik dönemini de kapsayan üniversite yılları hiç şüphesiz sosyal ilişkilerin ve kuvvetli bağların kurulduğu ve geliştirildiği bir dönemdir. Bu da akıllara diğer dönemlere nispeten kısıtlayıcı geçen pandemi sürecinde üniversiteli öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin nasıl bir seyir gösterdiği sorusunu getirmektedir. Yalnızlık düzeyinin öğrencilerin ruh sağlığıyla nasıl bir ilişki kurduğunu bilmek, yalnızlığın ruh sağlığıyla ilişkili boyutları açıklayabildiğini öğrenmek ve bunun düzeyini tespit edebilmek hem günümüzde alınabilecek önlemler hem de pandemi süreci sonrası geleceğe ilişkin izlenilecek yolu bize göstermede, atılacak önleyici adımlarda bize rehber olacağına inanılmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın gerekliliği ihtiyacı hissedilmiş, çalışmada üniversite öğrencilerinin pandemi sürecinde niceliksel mesafeye beraber depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi önemli kabul edilmiş ve çalışmanın amacını oluşturmuştur. Bununla beraber çalışmada birtakım demografik değişkenler de incelenmiştir. Bu çalışmanın problemi "COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri depresyon eğilimlerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?" şeklindedir. Yapılan bu çalışmada bu problemlere beraber ilişkili olduğu diğer alt problemlerin cevapları araştırılacaktır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli üzerinde çalışılan olguyu araştırma grubunun deneyimleriyle elde edilen verilerle betimlemeyi amaçlayan araştırma desenidir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016). Bu araştırma, COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimleri ve yalnızlık düzeylerini değerlendirmek üzerine yapılan bir çalışma olup araştırmada tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Bu çalışma kapsamında katılımcıların evreni yansıtmada hususunda geçerli bir temsil edici örneklemin seçiminde en iyi yol olarak kabul edilen basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemde örneklem seçiminde, araştırmacının çalışacağı grubun yer aldığı evrenden katılımcılara eşit bir seçilme olasılığı sunarak rastgele bir şekilde çalışma grubuna belirlemesi esas alınmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016). Çalışma grubunu Konya Selçuk Üniversitesi ve Mersin

COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi

Üniversitesinde 2021-2022 eğitim öğretim yılında COVID-19 pandemi süreciyle beraber öğrenimlerine hibrit eğitimle öğrenimine devam eden üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya %74,2 (242 Kişi) Kadın ve %25,8 (84 Kişi) Erkek olmak üzere toplam 326 gönüllü öğrenci katılımı sağlanmıştır. Katılımcıların cinsiyet, yaş grubu, kardeş sayısı, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve aileyle birlikte yaşama durumu değişkenlerine göre dağılımları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1

Katılımcıların Cinsiyet, Yaş, Kardeş Sayısı, Anne Eğitim Düzeyi Baba Eğitim Düzeyi ve Aileyle Birlikte Yaşama Durumuna Göre Dağılımı

		f	%
Cinsiyet	Kadın	242	74,2
	Erkek	84	25,8
Yaş	18-20	129	39,6
	21-23	124	38,0
	24 ve üstü	73	22,4
Kardeş Sayısı	0-1	80	24,5
	2-3	162	59,7
	4 ve üstü	84	25,8
Aileyle Birlikte Yaşama Durumu	Evet	139	42,6
	Hayır	187	57,4
Toplam		326	100

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmada katılımcıların cinsiyet, yaş, kardeş sayısı ve üniversiteyi ailesiyle beraber yaşadığı şehirde okuyup okumama durumlarını belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından ölçeklerle beraber yanıtlanması için sunulan kişisel bilgi formuna katılımcılardan kendilerini en gerçekçi şekilde ifade eden seçeneği işaretlemeleri istenmiştir.

Beck Depresyon Envanteri (BDE): Araştırmada üniversiteli öğrencilerin pandemi sürecinde depresyon düzeylerini ölçmek amacıyla Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbaugh (1961) tarafından geliştirilen “Beck Depresyon Envanteri” kullanılmıştır. Ölçek 21 maddeden oluşmakta ve her maddesi katılımcıların bir çeşit ruh halini yansıtmaktadır. Ölçekte katılımcılardan kendi durumlarını ifade eden seçeneği işaretlemeleri talep edilmektedir. Ölçekte “Kendimi üzgün hissetmiyorum” ve “Gelecek konusunda umutsuzum” gibi ifadeler yer verilmiş olup, katılımcıların işaretledikleri cevaplara göre her bir madde araştırmacı tarafından ilk seçenektan sonra doğru 0-3 puan aralığında puanlanır. Katılımcıların ölçekten alabilecekleri en düşük puan 0 olup, en yüksek puan ise 63’tür. Ölçeğin amacı katılımcılara herhangi bir depresyon tanısı koymaktan ziyade depresyon belirtilerini rakamlarla ifade etmek olarak belirlenmiştir. Alınan puan arttıkça depresyonun şiddeti de artmaktadır (Hisli, 1988). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Hisli (1989) tarafından gerçekleştirilmiştir. Hisli (1989) çalışmasında ölçeğin Cronbach’s Alpha değerini ,80 olarak hesaplamıştır. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach’s Alpha değeri ,89 olarak bulgulanmıştır.

UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA-YÖ): Araştırmada kullanılan bir diğer ölçek ise üniversiteli öğrencilerin pandemi sürecinde yalnızlık düzeylerini belirlemek amacıyla Russel, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen UCLA Yalnızlık Ölçeğidir. Ölçek Russel, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından tekrar gözden geçirilerek maddeleri yarısı olumlu ve yarısı olumsuz olacak şekilde güncellenmiştir. Ölçeğin amacı katılımcıların genel yalnızlık düzeyini belirlemek olarak ifade edilmiştir. Ölçek 20 maddeden oluşmakta olup 4’lü Likert tipindedir. Olumlu açıdan ifadelerin yer aldığı 1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19 ve 20. maddelerde puanlama 4 “hiç yaşamam”, 3 “nadiren yaşarım”, 2 “bazen yaşarım” ve 1 “sık sık yaşarım” şeklinde kodlanırken; olumsuz açıdan ifadelerin yer aldığı 2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17 ve 18. maddeler bu puanlamanın tam tersi olarak 1 “hiç yaşamam”, 2 “nadiren yaşarım”, 3 “bazen yaşarım” ve 4 “sık sık

yaşarım” şeklinde kodlanır. Katılımcıların ölçekten alabilecekleri en düşük puan 20 olup, en yüksek puan ise 80’dir. Katılımcıların aldıkları puan arttıkça yalnızlık düzeyi artmakta, bireyin yalnızlığı yoğun olarak yaşadığı şeklinde yorumlanmaktadır. Tek boyutlu olarak kabul edilen ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışmaları ilk olarak Yaparel (1984), sonrasında ise Demir (1989) tarafından gerçekleştirilmiştir. Demir (1989) çalışmasında ölçeğin Cronbach’s Alpha değerini ,96 olarak hesaplamıştır. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach’s Alpha değeri ,91 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

Araştırmada kişisel bilgi formu hazırlanıp veri toplamada kullanılacak olan Beck Depresyon Envanteri (BDE) ve UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA-YÖ) için gerekli izinler alınmıştır. Sonrasında bu ölçme araçlarıyla çalışma için gerekli veriler araştırmacılar tarafından basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle katılımcılardan toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS paket programında analize hazır hale gelecek şekilde bilgisayar ortamında düzenlenmiştir. Daha sonrasında çalışmanın amacı doğrultusunda birtakım analizler uygulanmıştır. Bu analizlerde betimsel analizler yapılmış ayrıca depresyon eğilimi ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon analizi ile yalnızlık düzeylerinin depresyon eğilimini yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırma ve Yayın Etiği

Bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik Kurul İzni

Kurul adı = Selçuk Üniversitesi Etik Kurulu

Karar tarihi= 14.12.2021

Belge sayı numarası= E-193478

Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın problemlerine ilişkin yapılan istatistiksel analizler sonucunda ulaşılan bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir. Aşağıdaki tabloda üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve depresyon eğilimleri genel olarak betimlenmiştir.

Tablo 2

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Depresyon Eğilimleri

	f	en düşük değer	en yüksek değer	\bar{x}	ss
Yalnızlık Düzeyi	326	20,00	69,00	39,32	11,10
Depresyon Eğilimi	326	0,00	41,00	14,95	9,82

Tablo 2’deki bulgularda üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve depresyon eğilimlerinin, puan ortalamaları ve standart sapma değerleri gösterilmektedir. Yalnızlık ölçeğinden alınabilecek puan aralığı; 20-80’dir. Elde edilen bulgularda yalnızlık ölçeğinden alınan en düşük puan 20 iken en yüksek puan ise 69 olmuştur. Yüksek puanlar, katılımcıların yalnızlığı daha yoğun olarak yaşadığı şekilde kabul edilmektedir. Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin puan ortalaması 39,32’dir. Bu bulgulara göre üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyinin orta düzeyde olduğu söylenebilir. Katılımcıların depresyon ölçeğinden alabileceği puanlar ise 0-63 aralığındadır. Bu çalışmada Depresyon ölçeğinden alınan en düşük puan 0 iken alınan en yüksek puan ise 41 olmuştur. Üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin puan ortalaması 14,95’tir. Bu tablodan hareketle üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin düşük düzeyde olduğu söylenebilir.

COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi

Tablo 3

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Depresyon Eğilimlerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Gruplar T Testi sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	t	P
Yalnızlık Düzeyi	Kadın	242	38,95	10,858	-1,014	,311
	Erkek	84	40,38	11,796		
Depresyon Eğilimi	Kadın	242	36,17	9,651	,697	,486
	Erkek	84	35,30	10,350		

Tablo 3'teki bulgular incelendiğinde kadın üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi değişkeninden almış oldukları puan ortalamalarının 38,95; erkek öğrencilerin puan ortalamalarının ise 40,38 olduğu görülmektedir. Grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($t=-1,014$, $p<,05$) gruplar arasındaki puan farkının ,05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir. Diğer bir ifade ile kadın üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi ile erkek üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Aynı tabloyu depresyon eğilimi değişkeni açısından incelediğimizde kadın üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimi değişkeninden almış oldukları puan ortalamalarının 36,17; erkek öğrencilerin puan ortalamalarının ise 35,30 olduğu görülmektedir. Grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($t=,697$, $p<,05$) gruplar arasındaki puan farkının ,05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir. Diğer bir ifade ile kadın üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimi ile erkek üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimi arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Tablo 4

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Depresyon Eğilimlerinin Yaşa Göre Farklılaşmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Değişken		Kareler T.	df	Kareler Ort.	F	P
Yalnızlık Düzeyi	Gruplar arası	268,627	2	134,313	1,089	,338
	Gruplar için	39822,554	323	123,290		
	Toplam	40091,181	325			
Depresyon Eğilimi	Gruplar arası	135,133	2	67,566	,698	,498
	Gruplar için	31255,177	323	96,765		
	Toplam	31390,310	325			

Tablo 4'teki bulgular incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yaş gruplarına göre yalnızlık düzeyi ve depresyon eğilimi puanlarından aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri, yalnızlık düzeyi puanı için ($F=1,089$, $p<,05$) ve depresyon

eğilimi puanı için ($F=,698$, $p<,05$) gruplar arasındaki farkın ,05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir. Diğer bir deyişle farklı yaş gruplarındaki üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi puanları ve depresyon eğilimi puanlarının arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Tablo 5

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Depresyon Eğilimlerinin Kardeş Sayısına Göre Farklılaşmasına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Değişken		Kareler T.	df	Kareler Ort.	F	P
Yalnızlık Düzeyi	Gruplar arası	120,050	2	60,025	,485	,616
	Gruplar için	39971,131	323	123,750		
	Toplam	40091,181	325			
Depresyon Eğilimi	Gruplar arası	90,661	2	45,330	,468	,627
	Gruplar için	31299,649	323	96,903		
	Toplam	31390,310	325			

Tablo 5'teki bulgular incelendiğinde üniversite öğrencilerinin kardeş sayısına göre yalnızlık düzeyi ve depresyon eğilimi puanlarından aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri, yalnızlık düzeyi puanı için ($F=,485$, $p<,05$) ve depresyon eğilimi puanı için ($F=,468$, $p<,05$) gruplar arasındaki farkın ,05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir. Diğer bir deyişle üniversite öğrencilerinin kardeş sayısına göre yalnızlık düzeyi puanları ve depresyon eğilimi puanlarının arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Tablo 6

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Depresyon Eğilimlerinin Aileyle Birlikte Yaşama Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin Bağımsız Gruplar T Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Std. Sapma	t	P
Yalnızlık Düzeyi	Evet	139	37,89	11,208	-2,003	,046
	Hayır	187	40,37	10,940		
Depresyon Eğilimi	Evet	139	35,02	10,435	-1,468	,143
	Hayır	187	36,64	9,319		

Tablo 6'daki bulgular incelendiğinde ailesi ile birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi değişkeninden almış oldukları puan ortalamalarının 37,89; ailesinden ayrı yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarının ise 40,37 olduğu görülmektedir. Grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($t=-2,003$, $p<,05$) gruplar arasındaki puan farkının ,05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifade ile ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi puanlarının, ailesiyle birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin almış olduğu yalnızlık düzeyi puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bir fark olduğu söylenebilir.

Yukarıda yer alan tabloyu depresyon eğilimi değişkeni açısından incelediğimizde ailesi ile birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimi değişkeninden almış oldukları puan ortalamalarının 35,02; ailesinden ayrı yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarının 36,64 olduğu görülmektedir. Grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ($t=-1,468$, $p<,05$) gruplar arasındaki puan farkının ,05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir. Diğer bir ifade ile ailesi ile birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimi ile ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimi arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Tablo 7

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Depresyon Eğilimleri Pearson Korelasyon Testi Sonuçları

Değişken	Yalnızlık Düzeyi	Depresyon Eğilimi
Yalnızlık Düzeyi	r	1
	P	,530**
Depresyon Eğilimi	r	,530**
	P	1

* $p<,05$

Tablo 7'deki korelasyon değerleri incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile depresyon eğilimleri değişkeninden aldıkları puanlar arasında ($r=,530$, $p<,05$) pozitif yönlü, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulgulara göre üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi puanları yükseldikçe depresyon eğilimi puanları da anlamlı düzeyde yükselmektedir.

Tablo 8

Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Depresyon Eğilimlerini Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Sonucu

Yordayıcı	B	Standart Hata	Beta	t	P.
Sabit	17,501	1,703		10,278	,000

COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi

Yalnızlık Düzeyleri	,469	,042	,530	11,260	,000
R= ,530 ^a		R ₂ =,281	F=126,790		P=,000 ^b

Tablo 8'deki bulgular incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin, depresyon eğilimlerini açıklama düzeyini belirlemek amacıyla hesaplanan regresyon katsayısı ,530 (R= ,530a) olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değer yalnızlık düzeyi değişkeninin, depresyon eğiliminin anlamlı yordayıcısı olduğunu göstermektedir. Bu bulguya göre yalnızlık düzeyi değişkeninin, depresyon eğilimi değişkeninden alınan toplam puana ilişkin varyansın %28,1'ini açıkladığını göstermektedir (R₂=,281, F=126,790, p<,000b).

Tartışma ve Sonuç

COVID-19 pandemi süreci gerek ülkemizde gerekse bu süreci bizimle eş zamanlı yaşayan diğer ülkelerde hem sağlıksal hem de çeşitli alanlarda birçok yeni gelişmeyi beraberinde getirmiştir. Bu bağlamda yeni gelişmelerin gerçekleştiği pandemi sürecinde yapılan üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi ve aralarındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada tespit edilen sonuçlara göre öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin puan ortalaması 39,32; depresyon eğilimlerinin puan ortalaması ise 14,95 şeklinde saptanmıştır. Bu ortalamalar bize üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin orta, depresyon eğilimlerinin ise düşük düzeyde olduğu sonucunu vermektedir. Ceyhan ve Ceyhan (2011) ise benzer bir çalışmada üniversite öğrencilerinin yalnızlık puanı ortalamasını 45,10; depresyon puanı ortalamasını ise, 19,81 şeklinde bulgulanmıştır. Farklı yaş grubunda yapılan benzer bir çalışmada ise Arslantaş ve Ergin (2011) 50-65 yaş arasındaki bireylerde yalnızlık düzeyleri ortalamasını 39,67 puanıyla orta düzeyde, depresyon ortalamasını ise 14,02 puanıyla düşük düzeyde tespit etmiştir.

Alanyazında elde edilen bu benzer sonuçların yanında farklı neticelere ulaşılan çalışmalara da rastlanmıştır. Yapılan bazı çalışmalarda COVID-19 pandemi sürecinde bireylerde yüksek depresyon puanları bulgulanmıştır (Di Gessa, ve Price, 2021; Zhang vd., 2021). Nitekim bu çalışmalardan biri İslam ve arkadaşlarının (2020) Bangladeş'te 476 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştiği çalışmanın bulgularıdır. Çalışmada öğrencilerin yüksek depresyon puanlarıyla beraber kaygı puanlarının da yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu sonuçlar yapılan bu çalışmada bulguların ters düşmektedir. Varılan bu sonuçlara farklı coğrafyalarda ve farklı kültürel özellikler barındıran toplumlarda ulaşılması, Pandemi sürecinin kendi ülkelerindeki seyri, alınan sağlıksal ve politik kararlarla beraber uygulanan yaptırımlar, bunlara ek olarak verilerin pandemi sürecinin farklı aşamalarında elde edilmiş olması varılan bu farklı sonuçların nedeni olabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada elde edilen bir diğer bulguda ise öğrencilerin depresyon eğilimleri ile yalnızlık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı orta düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Elde edilen sonuçlar neticesinde öğrencilerin yalnızlık düzeyinde meydana gelen artışın, yine onların depresyon eğiliminde de artışa neden olduğu söylenebilir. Nitekim bu sonuç aynı değişkenlerin incelendiği benzer çalışmalarda elde edilen sonuçlarla da desteklenmektedir (Arslantaş ve Ergin, 2011; Demir ve Kutlu, 2016; Erzen ve Çikrikci, 2018; Matthews vd., 2016; Nangle vd., 2003).

Çalışmada öğrencilerin yalnızlık düzeyi ve depresyon eğiliminin cinsiyete göre farklılaşma durumunu tespit etmek amacıyla yapılan analizler yapılmıştır. Elde edilen sonuçlarda erkeklerin kadınlara göre daha yalnız olduğu tespit edilmiş ancak anlamlı bir farklılaşma bulgulanmamıştır. Alanyazın incelendiğinde Atli, Keldar ve Solder (2015)'in çalışmalarında da erkeklerin kadınlara oranla yalnızlık puanlarının daha yüksek olduğu ancak bu farklılaşmanın anlamlı tespit edildiği gözlemlenmiştir. Çetin ve Anuk (2020) ise yaptığı çalışmada anlamlı bir ilişkiye rastlamamıştır. Depresyon eğilimi incelendiğinde ise yapılan çalışmada cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulgulanmamıştır. Alanyazında bu bulguyu doğrulayan çalışmalar yer alırken (Bozkurt, 2004; Dikmen, 2021) farklı sonuca ulaşan çalışmalar da mevcuttur. Bunlarda biri olan Tuzcuoğlu ve Korkmaz (2001) erkeklerin depresyon eğilimlerini anlamlı düzeyde yüksek tespit etmiştir.

Yaş değişkeninin anlamlı farklılaşma düzeyini incelediğimiz analizlerde ise hem yalnızlık düzeyinde hem de depresyon eğiliminde anlamlı farklılaşmaya rastlanmamıştır. Alanyazında bu sonuçları hem yalnızlık düzeyinde (Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009; Yılmaz, Yılmaz ve Karaca, 2008) hem de depresyon eğiliminde (Dikmen, 2021) doğrulayan çalışmalar mevcuttur.

Yapılan başka bir analizde ise kardeş sayısına göre üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi ve depresyon eğilimdeki farklılaşma incelenmiş ancak her iki değişkende de anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir. Alanyazında bu bulguyu doğrulayan çalışmaya rastlandığı gibi (Özdel vd. 2002) farklı sonuçlara ulaşan çalışmalara da rastlanmıştır. Yalnızlık düzeyinde Duyan vd. (2010) anlamlı bir farklılaşma tespit ederken depresyon eğilimi değişkeninde ise Temel, Bahar ve Çuhadar (2007) kardeş sayısı ile depresyon eğilimi arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde farklılaşma bulgulamıştır.

Çalışmada aileyle birlikte yaşayıp yaşamama durumuna göre farklılaşmanın incelendiği analizlerde ise ailesinden ayrı yaşayan öğrencilerin ailesi ile birlikte yaşayan öğrencilere göre daha yüksek seviyede anlamlı düzeyde yalnızlık yaşadıkları tespit edilmiştir. Alanyazında yapılan benzer bir çalışma olan Korkut ve Gençtürk (2020)'ün elde ettiği bulgular bu sonucu doğrular niteliktedir. Farklılaşma düzeyinin incelendiği son analizde ise depresyon eğilimine göre aileyle birlikte yaşama ya da ayrı yaşama durumlarının anlamlı bir farklılık içermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazında COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencileri üzerinde yalnızlık ve depresyon değişkenlerinin incelendiği araştırmalara bakıldığında bu çalışmalardan biri Kim (2001)'in Koreli üniversite öğrencileri üzerinde sosyal destek ve yalnızlık değerlerinin depresyon puanlarını cinsiyet farklılıkları boyutunda yordayıp yordamadığını incelediği çalışmadır. 452 üniversite öğrencisinin örneklemini oluşturduğu çalışmada katılımcıların her iki cinsiyet grubunda da UCLA Yalnızlık Ölçeğinden aldıkları puanların Beck Depresyon Envanterinden aldıkları puanları yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmada yalnızlığın depresyonda açıkladığı varyans miktarı kadınlar için %35, erkekler için %24 olarak bulgulanmıştır. Pandemi sürecinde üniversite öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada yalnızlığın kendini karantinaya alma sırasında depresyonun etkili bir yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır. Dahası, başa çıkma tarzı, durumluk yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulguları elde edilmiş, yalnızlığın depresyonu %19 düzeyde açıkladığı tespit edilmiştir (Zhang vd., 2021).

Karantina sürecinde yapılan başka bir çalışmada Keller ve arkadaşları (2022) bir Alman rehabilitasyon merkezinde 403 katılımcıyla yürüttüğü çalışmada stres ve depresyon değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu iki değişken için yalnızlık ve kaygı faktörlerinin aracılık rolünü irdelemişlerdir. Katılımcılara rehabilitasyon desteği verilerek boylamsal olarak yürütülen çalışmada (T1= rehabilitasyon öncesi; T2= rehabilitasyon sonrası) kaygı ve yalnızlık değişkenlerinin depresyon ve stres arasındaki ilişkiyi açıklayabildiği ayrıca bu iki değişkenin hesaplanan depresyondaki varyansın %42'sini de açıkladığı bulgulanmıştır. Polonya'da 18-35 yaş aralığı katılımcı grubuyla yapılan bir çalışmada ise pandemi sürecinde bireylerde yalnızlık, depresyon ve anksiyete ile duygusal tepkileri üzerinde ilişkileri incelenmiş, bu süreçte yalnızlığın bireylerde depresyon ve anksiyete durumuyla ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Aralarındaki bu ilişkide izolasyon endişesi, finansal istikrar endişesi ve finansal sorunlar riski faktörlerinin anlamlı gerekçeleri olduğuna dikkat çekilmiştir (Okruszek vd., 2020). Kanseri hastaları üzerinde yapılan bir çalışmada ise Gallagher ve arkadaşları (2021) hastaların COVID-19 pandemi süreci ve karantina uygulamalarından önce yaşadıkları yalnızlık durumunun depresyon düzeylerini %12 oranında açıklarken COVID-19 pandemi sürecinden sonra bu oranın 4,5 kat arttığı bulgusuna ulaşmışlardır. Tüm bu elde edilen bulgularla beraber bizlerin yapılan bu çalışmadan elde ettiğimiz bulgularda ise yalnızlık düzeyi değişkeninin, depresyon puanını %28,1'ini açıkladığı saptanmıştır. Ulaşılan bu sonuçlar yapılan bu çalışmaların rakamsal değerlerin yakın düzeyde farklılaşması dışında benzer sonuçlar içerdiği sonucunu bizlere göstermektedir.

Tüm bu bulguları değerlendirecek olursak şüphesiz pandemi süreci ülkemizde de farklı kısıtlama ve uygulamaları beraberinde getirmiştir. Bu kısıtlamalardan bazıları da karantina süreçleri ve yüz yüze iletişime engel olan eğitsel ve sosyal vb. uygulamalardır. Pandemi süreciyle beraber insanlar asgari düzeyde ihtiyaçlarını karşılayabilecek kadar evlerinden çıkabilmişlerdir. Bu uygulamaların sonuçları her yaş grubu ile benzer ya da farklı şekillerde ilişkili neticeler ortaya koymuştur. Genele bakıldığında ergenlik çağı ve genç yetişkin bireyleri kapsayan üniversite öğrencileri örneklemini, sosyal ilişkilerin en sık yaşandığı yüz yüze eğitim ortamları ve kampüslerden uzakta kalmışlardır. Bu durum öğrencilerin kendilerini yalnız olarak algılamasına ilişkin gerekçelerden birini oluşturabilir. Kendilerini yalnız olarak algılayan öğrenciler gerek sosyal ilişkilerinde gerekse kendi kişisel gelişimlerinde sekteye uğrayabilir. Nitekim Wilbert ve Rupert (1986), yalnız olan üniversite öğrencilerinin sosyal ilişkiler kurma yeteneği konusundaki şüpheleri, reddedilmeleri ve bunun sonucu olarak incinme korkularının baskın olduğunu ifade etmiş, yalnız bireylerin

COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi

kişilerarası ilişkilerde çok fazla kaygı yaşadıklarını ve dışlandıkları algısına sahip olduklarını belirtmiştir. Ayrıca kişisel benlik algılarına ilişkin olumsuz bir değerlendirmeye sahip olduklarına vurgu yapmışlardır. Bu bağlamda bundan sonra alınacak önlemlerin öğrencilerin yalnızlık algısını azaltmaya yönelik olarak planlanmalıdır. Öğrencilerin sosyalleşmesine uygun sosyal temasını arttıracak ortamlar ve aktiviteler organize edilebileceği gibi yalnızlık algılarına ilişkin bilişsel ve kişilerarası terapilerle de desteklenebilirler. Bu konuda Matthews ve arkadaşları (2016) da bir çalışmada psikolojik danışma müdahalelerinin sosyal teması arttırmaya yönelik müdahalelere oranla daha başarılı olduğunu paylaşmışlardır.

Özetle yalnızlığın depresyon eğilimini yordadığı gerek yapılan bu çalışmada gerekse alanyazındaki diğer birçok çalışmayla bulgulanmıştır. Nitekim Matthews ve arkadaşları (2016), depresif belirtileri azaltmak için bireylerde yalnızlık duygularını azaltmanın amaçlanması gerektiğine değinmiştir. Üniversite öğrencilerinde yalnızlık algılarına ilişkin alınabilecek önlemler sayesinde gerek pandemi sürecinin getirmiş olduğu olumsuz sonuçlar gerekse ilerleyen süreçler bazında hem depresyon hem de yalnızlığın olası sonuçları önenebilir.

Son olarak çalışmada kullanılan verilerin, kısıtlamaların ve karantina uygulamalarının nispeten yoğun olmadığı pandemi sürecinin sonlarına doğru toplanmış olması, örneklem grubu için sadece iki farklı üniversite öğrencilerine ulaşılmış olması ve elde edilen veri sayısı bu çalışmanın sınırlılığını oluşturmaktadır. Çalışma sürecinde pandemi ve ilgili alanyazın incelendiğinde çalışmada yer alan değişkenlerle beraber kaygı, stres bozukluğu, benlik algısı, aile ile ilişkiler ve sosyal medya kavramlarına rastlanmıştır. Sonraki süreçte bu değişkenler ve çalışılan değişkenlerin farklı yaş ve örneklem gruplarıyla çalışılabileceği diğer araştırmacılara önerilebilir.

Araştırma ve Yayın Etiği

Bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik Kurul İzni

Kurul adı = Selçuk Üniversitesi Etik Kurulu
Karar tarihi= 14.12.2021
Belge sayı numarası= E-193478

Yazarların Katkı Oranı

Araştırmaya her iki yazarda eşit oranda katkı sunmuştur.

Çıkar Çatışması

Araştırma herhangi bir çıkar çatışması içermemektedir.

Kaynaklar

- Akkuzu, H., Yumuşak, F., Karaman, G., Ladikli, N., Türkkan, Z. & Bahadır, E. (2020). Koronavirüs kaygı ölçeği'nin Türkçe güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 2(2), 63-67. <https://doi.org/10.353654/ctjpp.20.2.09>
- Akoğlu, G. & Karaaslan, B.T. (2020). COVID-19 ve izolasyon sürecinin çocukların üzerindeki psikososyal etkileri. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 99-103.
- Alper, Y. (2012). *Bütün Yönleriyle Depresyon Tanısı-Nedenleri-Psikodinamiği-Tedavisi (1. Baskı)*. Özgür Yayınları.
- Arslantaş, H. & Ergin, F. (2011). Loneliness, depression, social support and related factors in individuals between 50 and 65 years. *Turkish Journal of Geriatrics*, 14(2), 135-144.
- Atli, A., Keldal, G. & Sonar, O. (2015). Üniversite öğrencilerinin yabancılaşma ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 149-160.
- Aykut, S. & Aykut-Soner, S. (2020). Kovid-19 Pandemisi ve travma sonrası stres bozukluğu temelinde sosyal hizmetin önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56-66.
- Bilgin, O. (2020). Koronavirüs (Covid-19) farkındalık ölçeği geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması.

- Turkish Studies*, 15(6), 237-245.
- Bozkurt, N. (2004). Bir grup üniversite öğrencisinin depresyon ve kaygı düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 29(133), 52-59.
- Brown, K. & Wang, R. C. (2020). Politics and science: The case of china and the coronavirus. *Asian Affairs*, 51 (2), 247-264. <https://doi.org/10.1080/03068374.2020.1752567>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri (21.Basım)*. Pegem Akademi.
- Cacioppo, S., Grippo, A.J., London, S., Goossens, L. & Cacioppo, J.T. (2015). Loneliness : Clinicial import and interventions. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 238-249. <https://doi.org/10.1177/1745691615570616>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287:112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Ceyhan, E. & Ceyhan, A. A. (2011). Üniversite psikolojik danışma merkezine başvuran öğrencilerin yalnızlık ve depresyon düzeyleri. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 36(160), 81-92.
- Ceylan, R. (2004). *Entegre eğitime katılan ve katılmayan engelli çocukların annelerinin depresyon ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi* (Tez no: 150955) [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Çetin, C. & Anuk, Ö. (2020). COVID-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık: Bir kamu üniversitesi öğrencileri örnekleme. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 170189.
- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Demir, Y. & Kutlu, M. (2016). The relationship between loneliness and depression: Mediation role of internet addiction. educational process. *International Journal*, 5(2), 97- 105.
- Di Gessa, G., & Price, D. (2022). The impact of shielding during the COVID-19 pandemic on mental health: evidence from the English Longitudinal Study of Ageing. *The British Journal of Psychiatry*, 1-7.
- Dikmen, M. (2021). COVID-19 pandemisinde üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki rolünün incelenmesi: Bir yapısal eşitlik modeli. *Bağımlılık Dergisi*, 22(1), 20-30.
- Doraiswamy, S., Cheema, S., Al Mulla, A., & Mamtani, R. (2021). COVID-19 lockdown and lifestyles: A narrative review. *F1000Research*, 10, 363.
- Duyan, V., Duyan, G. Ç., Çifti, E. G., Sevin, Ç., Erbay, E. & İkizoğlu, M. (2010). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150), 28-41.
- Dönmez, İ. & Gürbüz, S. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Covid-19 Virüsü Hakkında Bilişsel Yapılarının Belirlenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(4), 2159-2172. <https://doi.org/10.33206/mjss.763029>
- Dünya Sağlık Örgütü [WHO] (2019). *Corona virüs disease (COVID-19) advice for the public*. Şubat 11 tarihinde <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> adresinden erişildi.
- Erzen, E. & Çikrikci, Ö. (2018). The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 64(5), 427-435. <https://doi.org/10.1177/0020764018776349>
- Gallagher, S., Bennett, K. M., & Roper, L. (2021). Loneliness and depression in patients with cancer during COVID-19. *Journal of psychosocial oncology*, 39(3), 445-451. <https://doi.org/10.1080/07347332.2020.1853653>
- Hansson M., Chotai J. & Bodlund O. (2010). Patients' beliefs about the cause of their depression. *Journal of Affective Disorders*, 124, 54-59.
- Heinrich, L. M. & Gullone, E. (2006). The Clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 695-718. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>
- Hisli, N. (1988). Beck depresyon envanterinin geçerliği üzerine bir çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-126.
- Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Islam, M. A., Barna, S.D., Raihan, H., Khan, M. N. A. & Hossain, M. T. (2020) Depression and anxiety among

COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin depresyon eğilimlerinin yordayıcısı olarak yalnızlık düzeyi

- university students during the COVID-19 pandemic in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey. *PLoS One* 15(8): e0238162. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238162>
- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S. & Deniz, M.E. (2009). Yalnız mısın? Selçuk üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26.
- Keller, F. M., Derksen, C., Kötting, L., Dahmen, A. & Lippke, S. (2022). Distress, loneliness, and mental health during the COVID-19 pandemic: Test of the extension of the Evolutionary Theory of Loneliness. *Applied Psychology: Health and Well-Being*.
- Kim, O. (2001). Sex differences in social support, loneliness, and depression among korean college students. *Article Information*, 88(2), 521-526. <https://doi.org/10.2466/pr0.2001.88.2.521>
- Korkut, G.& Gençtürk, Z. (2020). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile aile aidiyeti arasındaki ilişkinin incelenmesi. *AVRASYA Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 8(24), 209-231.
- Matthews, T., Danese, A., Wertz, J. et al. (2016). Social isolation, loneliness and depression in young adulthood: a behavioural genetic analysis. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 51, 339-348. <https://doi.org/10.1007/s00127-016-1178-7>
- Nangle, D. W., Erdley, C. A., Newman, J. E., Mason, C. A. & Carpenter E. M. (2003). Popularity, friendship quantity and friendship quality: Interactive influences on children's loneliness and depression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(4), 546-555.
- Okruszek, t., Aniszewska-Stanczuk, A., Piejka, A., Wisniewska, M., & Zurek, K. (2020). Safe but lonely? Loneliness, anxiety, and depression symptoms and COVID-19. *Frontiers in psychology*, 11, 579181.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., & Oğuzhanoğlu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.
- Öztürk, M. O. (2002). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. (9. Baskı). Nobel Tıp Kitabevleri.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. John Wiley & Sons
- Solmaz, F. (2018). *Okul Çağındaki Suriyeli Sığınmacı Çocukların Yalnızlık ve Depresyon Durumlarının İncelenmesi* (Tez no: 489939) [Yüksek Lisans Tezi, Harran Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020). *COVID-19 rehberi*. Mart 15, 2022 tarihinde <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66301/covid-19-rehberi.html> adresinden erişildi.
- Temel, E., Bahar, A. & Çuhadar, D. (2007). Öğrenci hemşirelerin stresle baş etme tarzları ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 2(5), 107-118.
- Tuzcuoğlu, S. & Korkmaz, B. (2001). Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinin boyuneğici davranış ve depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14(14), 135-152.
- Tüfekçi, B. (2018). *Bir İş Yeri Çalışanlarında Yalnızlık, Depresyon Ve Tükenmişliğin İncelenmesi* (Tez no: 487609) [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Üçel, U.İ. (2016). Depresyon etiyolojisi ve sitokinlerin rolü. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 41-45.
- Ünsal, A. (2019). *Kadınlara uygulanan şiddet türlerinin depresyona etkisi* (Tez no: 622903) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Wilbert, J.R. & Rupert, P.A. (1986). Dysfunctional attitudes, loneliness, and depression in college students. *Cogn Ther Res* 10, 71-77. <https://doi.org/10.1007/BF01173384>
- Yılmaz, E., Yılmaz, E. & Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2), 71-79.
- Zhang, Y., Huang, L., Luo, Y. & Ai, H. (2021). The relationship between state loneliness and depression among youths during COVID-19 lockdown: Coping style as mediator. *Frontiers in Psychology*, 3350.

Extended Abstract Introduction

As of 2020, the COVID-19 pandemic, which has affected the whole world, including our country, has caused changes in our lives not only in the field of health, but also in many different subjects such as social and educational. One of the groups affected by these changes is undoubtedly university students. The psychosocial development period they are in and the restrictions imposed for precautionary purposes

have led to the question of what changes have occurred in the psychological and social conditions of the students. With this study, it was aimed to examine the loneliness levels and depression tendencies of university students during the COVID-19 pandemic process and to examine the predictive status of students' loneliness levels on depression tendencies. In this study conducted in this direction; "What is the level of loneliness and depression tendencies of university students during the COVID-19 pandemic process?", "Is there a significant relationship between the loneliness level and depression tendencies of university students during the COVID-19 pandemic period?", "The loneliness levels of university students during the COVID-19 pandemic period Does it predict depression tendencies significantly?" Questions will be asked and answers will be sought.

Method

In the study, scanning model, which is one of the quantitative research methods, was used. Simple random sampling method was used to reflect the universe of the participants. The study group consisted of university students who continued their education at Konya Selçuk University and Mersin University in the 2021-2022 academic year during the COVID-19 pandemic. A total of 326 volunteer students, 74.2% (242 people) female and 25.8% (84 people) male, participated in the research. Personal information form prepared by the researchers, Beck Depression Inventory (BDI) and UCLA Loneliness Scale (UCLA-YS) measurement tools were used in the study. Then, descriptive analysis of the data, Pearson product-moment correlation technique and linear regression analysis technique were used.

Result and Discussion

According to the results of this study, which examined the loneliness level as a predictor of depression tendencies of university students during the COVID-19 pandemic and the relationship between them, the average score of the loneliness levels of the students was 39.32; the mean score of depression tendencies was determined as 14.95. These averages give us the result that university students have a moderate level of loneliness and a low tendency to depression. In another question answered in the study, a positive and moderate relationship was found between students' depression tendencies and loneliness levels. As a result of the results obtained, it can be said that the increase in the loneliness level of the students also causes an increase in their depression tendency. While there are similar studies with the results obtained in the related literature, there are also studies with different results. Finally, in another result obtained, it was determined that the loneliness level variable explained 28.1% of the depression score. These results show us the conclusion that these studies contain similar results except that the numerical values differ at a close level.

If we evaluate all these findings, there is no doubt that the pandemic process has brought different restrictions and practices in our country. Some of these restrictions are quarantine processes and educational, social, etc., which prevent face-to-face communication. are applications. In general, the sample of university students, which includes adolescents and young adults, stayed away from the campuses and face-to-face education environments where social relations are most common. This situation may constitute one of the reasons for students to perceive themselves as lonely. Students who perceive themselves as lonely may suffer from difficulties in their social relations and personal development.

Based on all these findings, it can be suggested that the measures to be taken from now on should be planned to reduce the loneliness perception of the students. Environments and activities that can increase the social contact of students suitable for socialization can be organized, as well as cognitive and interpersonal therapies related to loneliness perceptions. Thanks to the measures that can be taken regarding the perceptions of loneliness in university students, both the negative consequences of the pandemic process and the possible consequences of both depression and loneliness can be prevented on the basis of the progressing processes.