

Psikolojik Dışlanma ve Sosyal Dışlanma Arasındaki Farklılık: Benlik Değeri, Yalnızlık ve Genel Aidiyet Duygusu Üzerindeki Etkileri

Mehmet KAVAKLI*

Öz

Bu çalışmanın amacı psikolojik dışlanmanın sosyal dışlanmadan farkını ortaya koyarak benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet duygusu üzerindeki etkilerini incelemektir. Çalışmanın örneklemini Türkiye’de bir devlet üniversitesinde eğitim görmekte olan 221 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Verilerin toplanması amacıyla Ergenler için Sosyal Dışlanma Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla korelasyon analizi, psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanmanın temel etkilerini belirlemek için de MANOVA ve onu takiben ANOVA yapılmıştır. Sonuçlar hem psikolojik dışlanmanın hem de sosyal dışlanmanın temel etkilerinin anlamlı olduğunu göstermiştir. Psikolojik dışlanma ile sosyal dışlanmanın ortak etkilerinin ise anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik dışlanmanın benlik değeri ve özellikle yalnızlık ve genel aidiyet duygusu üzerindeki temel etkilerinin sosyal dışlanma ile karşılaştırıldığında daha yüksek olduğu görülmektedir. Sonuçlar literatür ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik dışlanma, Sosyal dışlanma, Benlik değeri, Ait olma, Yalnızlık.

The Difference Between Ostracism and Social Exclusion: The Effects on Self-Esteem, Loneliness and General Belongingness Emotion

Abstract

The aim of the present study was to reveal the difference between ostracism and social exclusion and was to investigate the effects of ostracism and social exclusion on self-esteem, loneliness and general belongingness emotion. The sample was composed of 221 university students studying at a state university in Turkey. Data was gathered by using the Ostracism Experience Scale for Adolescents, Rosenberg Self-Esteem Scale, UCLA Loneliness Scale and The General Belongingness Scale. Correlation analysis was carried out to determine the relationships among variables. MANOVA and ANOVA analysis were conducted to examine the main effects of ostracism and social exclusion. The results showed that both ostracism and social exclusion have significant main effects on self-esteem, loneliness and general belongingness emotion. The interaction effects of ostracism and social exclusion were not significant. Moreover, the main effect of ostracism on self-esteem, especially, loneliness and general belongingness has higher than social exclusion. The results were discussed in light of the literature.

Keywords: Ostracism, Social exclusion, Self-esteem, Need to belong, Loneliness.

Received/Geliş: 06.01.2019

Accepted/Kabul: 20.05.2019

* Uzman Psikolog, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Aile ve Gençlik Uygulama ve Araştırma Merkezi, Psikoloji Doktora Öğrencisi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, mehmetkavakli15@gmail.com, Orcid No: 0000-0001-8876-3966
(Makale türü: Araştırma makalesi)

Giriş

İnsan sosyal bir varlıktır ve grup içerisinde yaşamını devam ettirmektedir. Grup içerisinde olmak bireye birçok açıdan avantaj sağlamaktadır. Evrimsel görüşe göre grupların en önemli işlevlerinden birisi kişinin hayatta kalma olasılığını artırması gerekçesiyle evrimsel olarak gelişen ait olma ihtiyacının tatmin edilmesidir (Baumeister ve Leary, 1995; Gruter ve Masters, 1986). Bunun yanında bir gruba ya da gruplara üye olmak grubun üyesi olan bireye sosyal kimlik kazandırma, grup normları ile birlikte belirsizlikleri ortadan kaldırma, psikolojik ihtiyaçlarını karşılama (Arpacı, Kesici ve Baloğlu, 2018; Kesici, 2015) ve tek başına çözülemeyecek sorunları kolay bir biçimde çözüme kavuşturma noktasında avantajlar sağlamaktadır (Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2017). Sayılan gerekçelerle bir gruba üye olmak, var olan üyeliği devam ettirmek kişiler için oldukça önemlidir (Kavaklı, 2019; Williams, 2001; 2007). Bu nedenle gerekçesi ne olursa olsun grubun dışına itilmek, dışlanma yaşamak, dışlanan bireyleri duygusal, davranışsal ve bilişsel açılardan olumsuz yönde etkilemektedir.

Dışlanma olgusu uzun zamandır sosyal psikologların ilgisini çeken ve üzerinde çalışılan bir konudur. Literatüre bakıldığında dışlanma kavramına işaret etmek amacıyla birbirinden farklı ifadelerin kullanıldığı görülmektedir. Psikolojik dışlanma (ostracism), sosyal dışlanma (social exclusion), reddedilme (rejection) bunlardan en sık kullanılanlarıdır (Leary, 2005). Literatürde yer alan bazı görüşlere göre sözü edilen bu üç kavramın aynı ya da farklı olgulara işaret ettiklerine dair görgül bir araştırma bulgusu bulunmamaktadır (Williams, 2007). Ancak bu dışlanma kavramları kimileri tarafından aynı anlamda kullanılırken kimileri tarafından farklı anlamlara işaret edecek şekilde kullanılmaktadır ve son zamanlarda bu üç dışlanma kavramının arasındaki küçük farklılıklar da dikkate alınmaya başlanmıştır (Aydın, Şahin, Yavuz Güzel, Abayhan, Kaya ve Ceylan, 2013; Leary, 2005). Bu çalışmada psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanma kavramları ele alınmıştır ve bu çalışma sözü edilen kavramların birbirinden farklı olgulara işaret ettiği görüşünden hareketle yürütülmüştür ve araştırmanın odak noktasını bu görüş oluşturmaktadır.

Literatürde yer verilen tanımlamalara göre reddedilmede bireyin üyesi olduğu grup tarafından açık bir biçimde reddedilmesi ve grubun etkinliklerinin dışında tutulması söz konusu olmaktadır (Feldman ve Crandall, 2007; Kavaklı, 2018). Sosyal dışlanma ise grup tarafından bireye kimi zaman açık bir şekilde bildirilerek kimi zaman açıkça ifade etmeden grubun belli ya da bütün faaliyetlerinden dışlanması anlamına gelmektedir (Leary, 2005; Williams, 2001). Psikolojik dışlanma ise bir yönüyle diğer dışlanma türlerinden özellikle ayrılmaktadır. Psikolojik dışlanmada bireyin üyesi olduğu bir grup tarafından dışlanmasının nedenine dair herhangi bir geri bildirim verilmemesi ve kişinin görmezden gelinmesi söz konusudur (Williams, 2007). Sosyal dışlanmada ve reddedilmede bir şekilde dışlanmanın hedefinde olan bireye dışlandığına dair bir tepki verilmektedir. Psikolojik dışlanmada, bu iki dışlanma türünden farklı olarak bireye olumlu

ya da olumsuz yönde herhangi bir bilgi verilmemektedir ve kişi görmezden gelinmektedir. Görmezden gelinme şeklinde yaşanan bu dışlanmanın kişileri çok daha olumsuz yönde etkileyebileceği yapılan çalışmalarda da ifade edilmektedir (Baumeister, Brewer, Tice ve Twenge, 2007; Williams ve Nida, 2011). Williams (2001; 2007) tarafından oluşturulan psikolojik dışlanma modeli de bu duruma iyi bir açıklama getirmektedir. Williams'a (2001; 2007) göre insanlar benlik değeri (self-esteem), ait olma (need to belong), kontrol (control) ve anlamlı varoluş (meaningful existence) gibi bazı temel psikolojik ihtiyaçlara sahiptir ve bu modelin merkezinde, bahsedilen ihtiyaçlara yönelik ihtiyaç tehdidi kavramı bulunmaktadır. Bir dışlanma yaşantısı özellikle de psikolojik dışlanma, sözü edilen ihtiyaçlar için bir tehdit oluşturmaktadır (MacDonald ve Leary, 2005; Gonsalkorale ve Williams, 2007; Williams, 2001; Zadro, Williams ve Richardson, 2005). Görmezden gelinme şeklinde gerçekleşen psikolojik dışlanmanın sosyal dışlanmadan farklı olarak bireylerin özellikle kontrol ihtiyaçlarını daha fazla tehdit edebileceği belirtilmektedir. Görmezden gelinerek psikolojik dışlanma yaşayan kişiler dışlanmalarının nedenine dair herhangi bir bilgiye sahip olmadıkları için ilişkileri üzerindeki kontrol algıları sosyal dışlanmada olduğundan daha fazla etkilenebilmektedir ve psikolojik dışlanmaya maruz kalan kişilerin çevreleri üzerindeki kontrollerinin negatif yönde etkilenmesi olasılığı görece daha yüksektir. Bir dışlanma deneyimi ister psikolojik dışlanma türünde olsun ister sosyal dışlanma türünde olsun bireylerin benlik değerini ve ait olma ihtiyaçlarını, bunun yanı sıra yalnızlık düzeylerini de olumsuz yönde etkileyeceği açıktır. Bireylerin yaşadıkları dışlanma deneyimlerinin benlik değeri, ait olma ve yalnızlık düzeylerini etkilediğini ifade eden araştırma sonuçları da bulunmaktadır (Ferris, Lian, Brown ve Morrison, 2015; Leary, 1990; Onoda ve diğer., 2010; Williams, 2009). Ancak daha önce de ifade edildiği gibi bu araştırma psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanma olgularının farklı anlamlara işaret ettiği düşüncesinden hareketle yürütülmüştür. Bu nedenle psikolojik dışlanmanın benlik değeri, ait olma ihtiyacı ve yalnızlığı sosyal dışlanmadan olumsuz olarak daha fazla etkileyeceği düşünülmektedir. Nitekim Williams (2001; 2007) ihtiyaç tehdidi modelinde görmezden gelme şeklinde gerçekleşen psikolojik dışlanmanın bireylerin ihtiyaçlarını daha fazla etkilediğini ifade etmiştir. Sosyal dışlanma, psikolojik dışlanma ve reddedilme gibi dışlanma türlerinin farklı veya benzer olduklarına yönelik olarak yapılmış yeterli sayıda araştırma bulunmamaktadır (Williams, 2007). Kandemir (2011) çalışmasında bu dışlanma türlerinin ihtiyaçları etkileme düzeylerini incelemiştir ve psikolojik dışlanma koşulunda bulunan katılımcıların reddedilme grubundaki katılımcılara göre benlik değeri ve ait olma ihtiyaçlarında daha fazla tehdit hissettiklerini ifade etmiştir. Ayrıca psikolojik dışlanma grubunda yer alan kişilerin kontrol ihtiyaçlarının sosyal dışlanma koşulunda yer alan kişilerle karşılaştırıldığında daha fazla tehdit altında olduğu belirtilmiştir (Kandemir, 2011). Dışlanmaya işaret eden bu kavramlara yönelik olarak literatürde yer alan tartışmalar ve yapılan

çalışmaların sayısının azlığı dikkate alındığında bu araştırmanın literatürde yer alan bu tartışmaya katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Yukarıda yürütülen tartışmalar çerçevesinde planlanan bu çalışmada psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanmanın birbirinden farklı kavramlar olduğu düşüncesinden hareketle bireylerin benlik değeri, ait olma ihtiyaçları ve yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkilerinin birbirinden farklı olup olmayacağını incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda psikolojik dışlanmanın kişilerin benlik değeri, ait olma ihtiyacı ve yalnızlık düzeylerini sosyal dışlanmaya göre anlamlı bir şekilde daha olumsuz yönde etkileyeceği beklentisi araştırılmıştır.

H 1: Psikolojik dışlanma benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyeti etkilemektedir.

H 2: Sosyal dışlanma benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyeti etkilemektedir.

H 3: Psikolojik dışlanmanın benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet üzerindeki etkisi sosyal dışlanmadan daha yüksektir.

Yöntem

Katılımcılar

Araştırma 2018-2019 güz döneminde Türkiye’de bir devlet üniversitesinde eğitimine devam etmekte olan üniversite öğrencilerinden çalışmaya gönüllü olarak katılan ve kolay örnekleme yöntemi ile seçilen yaşları 18-29 arasında değişen 176 kadın (%79.6) 45 erkek (%20.4) toplamda 221 kişi ile yürütülmüştür ($Ort_{yaş} = 21.04$, $S = 1.77$).

Veri Toplama Araçları

Veri toplama amacıyla yalnızca yaş ve cinsiyetin sorulduğu kişisel bilgi formu, Ergenler için Sosyal Dışlanma Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği kullanılmıştır.

Ergenler için Sosyal Dışlanma Ölçeği (Ostracism Experience Scale for Adolescents): Gilman, Carter-Sowell, DeWall, Adams ve Carboni (2013) tarafından geliştirilen ve Sertelin Mercan (2016) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Ergenler İçin Sosyal Dışlanma Ölçeği, beşli Likert tipinde toplamda 11 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin dışlanma ve görmezden gelinme olmak üzere iki alt boyutu bulunmaktadır. Maddelerin faktör yükleri .59 ve .83, arasındadır madde toplam korelasyon katsayıları ise .75 ve .83 arasında değişmektedir. Ölçeğin görmezden gelinme alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .82, dışlanma alt boyutu için .83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bu çalışmadaki güvenilirlik katsayısı ise görmezden gelinme boyutu için .84, dışlanma boyutu için ise .85 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı görmezden gelinme alt boyutu için .65, dışlanma alt boyutu için .63 olarak hesaplanmıştır. Ölçek ergenler için geliştirilen bir ölçektir ve Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması da ergenler ile yapılmıştır. Ancak Kavaklı (2018) çalışmasında ölçeğin üniversite öğrencilerinden oluşan örneklemelerde de kullanılabileceği sonucuna ulaşmıştır. Ölçeğin maddeleri incelendiğinde görmezden gelinme alt boyutunun

psikolojik dışlanmaya, dışlanma alt boyutunun ise daha çok sosyal dışlanmaya işaret ettiği görülmektedir. Bu nedenle bu araştırmada görmezden gelinme boyutu psikolojik dışlanma olarak, dışlanma boyutu da sosyal dışlanma olarak kullanılmıştır (Kavaklı, 2018).

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self-Esteem Scale): Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiştir. Literatürde yaygın olarak kullanılan benlik saygısı ölçeklerinden biridir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği çalışması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır ve geçerlilik oranı .71 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla test-tekrar test yapılmıştır. Bu çalışma sonunda ölçeğin Türkçe formunun güvenilirlik katsayısının .75 olduğu bulunmuştur. Ölçekten elde edilen puanlar da 10 ile 40 arasındadır. Bu araştırmada ölçeğin güvenilirlik katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Ölçek bu çalışma kapsamında bireylerin benlik değerlerinin ölçülmesi amacıyla kullanılmıştır.

Genel Aidiyet Ölçeği (The General Belongingness Scale): Orijinal olarak Malone, Pillow ve Osman (2012) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Duru (2015) tarafından yapılmıştır. Yapılan açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinin ölçeğin iki faktörlü yapısını doğruladığı ifade edilmiştir. Ölçeğin kabul edilme ve reddedilme olmak üzere iki boyutu bulunmaktadır. Toplamda 12 maddeden oluşan ölçek yedili Likert tipindedir. Ölçeğin tümü için iç tutarlık katsayısı .92, kabul edilme boyutu için iç tutarlık katsayısı .89 olarak reddedilme boyutu içinse .91 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ise güvenilirlik katsayısı kabul edilme için .80, reddedilme için .82 ve ölçeğin tümü için .89 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin madde toplam korelasyonlarının .48 ile .79 arasında olduğu ifade edilmiştir ve test tekrar test güvenilirlik katsayısı ölçeğin tümü için .84, kabul edilme boyutu için .70, reddedilme boyutu için ise .75 olarak bulunmuştur. Duru (2015) çalışmasında ölçeğin reddedilme boyutunu oluşturan maddelerin ters çevrilerek genel aidiyet duygusunu ölçtüğünü, bunun yanında ters puanları çevrilmeksizin alt boyutların ayrı ayrı da kullanılabileceğini ifade etmiştir. Bu çalışmada genel aidiyet puanı kullanılarak katılımcıların genel aidiyet düzeyleri ölçülmüştür.

UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale): Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından yalnızlığı ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından yeniden gözden geçirilerek maddelerinin yarısı olumlu yarısı olumsuz olacak şekilde toplamda 20 maddelik son şekli verilmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması ise Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Ölçek dördümlü Likert tipindedir ve toplamda 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 20 ve 80 arasındadır. Alınan yüksek puan yüksek yalnızlık anlamına gelmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Bu araştırma ise ölçeğin güvenilirlik katsayısı .91 olarak hesaplanmıştır.

İşlem

Araştırmada veri toplama aşamasında kişisel bilgi formu, Ergenler için Sosyal Dışlanma Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Genel Aidiyet Ölçeği bir araya getirilerek bir ölçek bataryası oluşturulmuştur. Sıra etkisini engellemek amacıyla ölçeklerin farklı sıralarda sunulduğu toplamda dört farklı batarya hazırlanmıştır. Ölçekler dağıtılmadan önce katılımcıların okuması ve araştırmaya katılmaya gönüllü olanların onaylaması için aydınlatılmış onam formu dağıtılmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden katılımcıların onam formları toplandıktan sonra hazırlanan ölçekler verilmiştir. Katılımcıların dışlanma ölçeğinin alt boyutları olan görmezden gelinme (psikolojik dışlanma) ve dışlanma (sosyal dışlanma) boyutlarından aldıkları puanların medyanları hesaplanmıştır ve daha sonra bu medyanlar psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanma düzeylerinin düşük ve yüksek olarak belirlenmesinde kesme noktası olarak kullanılmıştır.

Bulgular

Bu bölümde araştırmanın amacına uygun olarak toplanan verilerin istatistiksel analizlerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Katılımcıların araştırmada yer alan ölçeklerden aldıkları puanların ortalama ve standart sapmaları ve değişkenler arasındaki korelasyon değerleri Tablo 1’de gösterilmiştir. Benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet boyutlarından alınan puanların psikolojik dışlanmaya ve sosyal dışlanmaya göre değişip değişmediğini tespit etmek amacıyla 2 (psikolojik dışlanma: düşük-yüksek) x 2 (sosyal dışlanma: düşük-yüksek) MANOVA yapılmıştır. Çok değişkenli varyans analizi yapılmadan önce araştırmadaki değişkenlere ilişkin puanların normal dağılım varsayımı için çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Tablo 1’den de görülebileceği gibi araştırmada yer alan bütün değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının +1 ve -1 aralığındadır ve normal dağılım varsayımının sağlandığı ifade edilebilir (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 1. Araştırmada kullanılan ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiler

	1	2	3	4	5
Psikolojik Dışlanma	-				
Sosyal Dışlanma	.39***	-			
Benlik Değeri	-.41***	-.36***	-		
Yalnızlık	.58***	.54***	-.55***	-	
Genel Aidiyet	-.60***	-.42***	.55***	-.67***	-
<i>X</i>	7.15	14.81	31.62	32.66	33.96
<i>S</i>	2.45	4.26	5.01	9.67	6.46
<i>Ç</i>	.991	.526	-.312	.997	-.827
<i>B</i>	.053	.405	-.749	.889	.079

Not. Ort = Ortalama, Ss = Standart sapma, Ç = Çarpıklık katsayısı, B = Basıklık katsayısı

Tablo 2. Psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanma değişkenlerine göre benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet boyutlarından alınan puanlara uygulanan MANOVA sonuçları

Etki	Wilks' λ	Sd	Hata sd	F	P	η^2
Psikolojik Dışlanma Düzeyi	.771	3	213	21.12	.000	.23
Sosyal Dışlanma Düzeyi	.873	3	213	10.31	.000	.13
Psikolojik*Sosyal Dışlanma	.978	3	213	1.56	.200	.02

Psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanmanın benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet boyutlarından alınan puanlar üzerindeki etkilerine ilişkin MANOVA sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir. Tablo 2'den de takip edilebileceği gibi psikolojik dışlanma düzeyinin (Wilks' $\lambda = .771$, $F = 21.12$, $p < .001$, $\eta^2 = .23$) ve sosyal dışlanma düzeyinin (Wilks' $\lambda = .873$, $F = 10.31$, $p < .001$, $\eta^2 = .13$) temel etkileri anlamlıdır. Psikolojik dışlanma ile sosyal dışlanmanın ortak etkisi ise anlamlı değildir (Wilks' $\lambda = .978$, $F = 1.56$, $p > .05$, $\eta^2 = .02$). Çok değişkenli varyans analizini izleyen (MANOVA) tek değişkenli varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanma değişkenlerine göre benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet boyutlarından alınan puanlara ilişkin ANOVA sonuçları

Değişim kaynağı: Psikolojik Dışlanma Düzeyi (1:215)					
Değişken	Kar. Toplamı	Ort. Kare	F	p	η^2
Benlik değeri	347.53	347.53	16.33	.000	.07
Yalnızlık	2984.67	2984.67	47.34	.000	.18
Genel aidiyet	1495.57	1495.57	49.83	.000	.19
Değişim kaynağı: Sosyal Dışlanma Düzeyi (1:215)					
Benlik değeri	298.40	298.40	14.02	.000	.06
Yalnızlık	1774.75	1774.75	28.15	.000	.12
Genel aidiyet	393.74	393.74	13.12	.000	.06

Tablo 3'te yer verilen tek değişkenli varyans analizi sonuçlarına göre psikolojik dışlanmanın sırasıyla benlik değeri ($F_{1,215} = 16.33$, $p < .001$, $\eta^2 = .07$), yalnızlık ($F_{1,215} = 47.34$, $p < .001$, $\eta^2 = .18$) ve genel aidiyet ($F_{1,215} = 49.83$, $p < .001$, $\eta^2 = .19$) üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmaktadır. Benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet puan ortalamaları psikolojik dışlanma düzeyinin düşük ve yüksek olmasına göre anlamlı farklılık göstermektedir. Ortalamalara bakıldığında psikolojik dışlanma düzeyi yüksek olanların düşük olanlardan daha düşük benlik değeri ($Ort. = 29.34$ ve $Ort. = 32.89$), yüksek yalnızlık ($Ort. = 39.15$ ve $Ort. = 29.05$) ve düşük genel aidiyet ($Ort. = 36.35$ ve $Ort. = 29.64$) düzeyine sahip oldukları görülmektedir. Sosyal dışlanma boyutuna ilişkin tek değişkenli varyans analizi sonuçlarına göre sosyal dışlanmanın sırasıyla benlik değeri ($F_{1,215} = 14.02$, $p < .001$, $\eta^2 = .06$), yalnızlık ($F_{1,215} = 28.15$, $p < .001$, $\eta^2 = .12$) ve genel aidiyet ($F_{1,215} = 13.12$, $p < .001$, $\eta^2 = .06$) üzerinde anlamlı bir etkisi bulunduğu tespit

edilmiştir. Benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet puan ortalamaları sosyal dışlanma düzeyinin düşük ve yüksek olmasına göre anlamlı farklılık göstermektedir. Ortalamalara bakıldığında sosyal dışlanma boyutunda yüksek olanların düşük olanlardan daha düşük benlik değeri (*Ort.* = 30.00 ve *Ort.* = 32.58), yüksek yalnızlık (*Ort.* = 30.44 ve *Ort.* = 36.71) ve düşük genel aidiyet (*Ort.* = 31.81 ve *Ort.* = 34.77) yaşadıklarını görülmektedir. Her ne kadar psikolojik dışlanmanın benlik değerini etkileme düzeyi sosyal dışlanmadan istatistiksel olarak fazla olsa da aradaki farkın yüksek olmadığı söylenebilir. Ancak sosyal dışlanma ve psikolojik dışlanmanın genel aidiyet ve yalnızlık üzerindeki etkileri incelendiğinde psikolojik dışlanmanın etkisinin sosyal dışlanmadan daha fazla olduğu görülmektedir.

Tartışma

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler sonucu elde edilen bulguların tartışılmasına ve yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu çalışmada psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanmanın farklı kavramlar olduğundan hareket edilerek benlik değeri, genel aidiyet ve yalnızlık üzerindeki etkilerinin araştırılması amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular psikolojik dışlanmanın genel aidiyet ve yalnızlığı sosyal dışlanmadan daha fazla etkilediğini göstermiştir. Psikolojik dışlanmanın benlik değerini etkileme düzeyi sosyal dışlanmadan biraz daha fazla olmasına rağmen söz konusu etkinin çok yüksek olmadığı görülmektedir.

Korelasyon analizlerinin sonuçları incelendiğinde beklendik şekilde psikolojik dışlanmanın ve sosyal dışlanmanın benlik değeri ve genel aidiyet ile negatif yönlü anlamlı ilişkili olduğu, yalnızlık ile pozitif yönlü anlamlı ilişkili oldukları görülmüştür. Elde edilen bu sonuç, dışlanmanın ihtiyaç tehdidi modelinde de sözü edilen dışlanma deneyiminin bireylerin ihtiyaçlarını olumsuz yönde etkilediği görüşünü destekler niteliktedir (Williams, 2001; 2007). Korelasyon katsayıları incelendiğinde de psikolojik dışlanmaya dair katsayıların sosyal dışlanmadan daha yüksek olduğu görülmektedir. MANOVA sonuçlarına bakıldığında psikolojik ve sosyal dışlanmanın benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet üzerindeki temel etkilerinin anlamlı olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar araştırmanın ilk iki hipotezini doğrulamaktadır. MANOVA sonuçları incelendiğinde psikolojik dışlanmanın benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet üzerindeki etkisinin sosyal dışlanmadan daha yüksek olduğu da görülmektedir. Hem psikolojik hem de sosyal dışlanmanın ayrı ayrı benlik değeri, yalnızlık ve genel aidiyet üzerindeki etkilerini veren tek değişkenli varyans analizi (ANOVA) sonuçları psikolojik dışlanmanın etki düzeyinin üç değişken için de sosyal dışlanmadan daha fazla olduğunu göstermektedir. Ancak daha önce de ifade edildiği gibi benlik değeri puan ortalamalarında psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanmaya göre yüksek bir farklılık olmadığı görülmektedir. Söz konusu bu bulguların araştırmanın hipotezlerini destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Tek değişkenli varyans analizi sonuçlarına göre psikolojik dışlanmanın genel aidiyet düzeyini sosyal dışlanmadan çok daha fazla

etkilediği bulunmuştur. Bu sonuç görmezden gelme şeklinde gerçekleşen psikolojik dışlanmanın kişilerin ait olma ihtiyaçlarını daha fazla etkiliyor olabileceğini göstermektedir. Psikolojik dışlanma modelinde de ifade edildiği gibi görmezden gelme şeklinde gerçekleşen dışlanma kişilerin kontrol ihtiyaçlarını sosyal dışlanmadan daha fazla etkiliyor olabilir (Kavaklı, 2018; Williams, 2007). Kontrol ihtiyacı tehdit edilen ve hem çevresi hem de ilişkileri üzerinde bir kontrolü olmayan bireylerin ait olma ihtiyaçlarına yönelik olarak daha fazla tehdit algılayabilecekleri düşünülebilir. Benzer şekilde Kavaklı (2018) çalışmasında psikolojik dışlanmanın bireylerin kontrol ihtiyaçlarını daha fazla etkileyebileceğini ve sosyal dışlanmanın psikolojik dışlanma ile karşılaştırıldığında temel ihtiyaçları tehdit düzeyinin daha düşük olabileceğini ifade etmiştir. Bu noktada, araştırmanın yürütüldüğü örneklemin de önemli olduğu düşünülebilir. Bu araştırma üniversite öğrencileri ile yürütülmüştür. Üniversite öğrencisi olan bir birey sosyal dışlanma yaşasa bile üniversite gibi görece daha kolay arkadaş edinebilecekleri ve gruplara katılabilecekleri bir ortamda olmaları nedeniyle yeni gruplara katılmaları ve çoğu zaman da birden fazla grubun üyesi olmaları söz konusudur (Kavaklı, 2018). Bu gerekçelerle sosyal dışlanma yaşayan bir üniversite öğrencisi, bu durumla başa çıkabilirken görmezden gelinerek psikolojik dışlanmaya maruz kaldığında dışlanmasının gerekçesine dair bir bilgisinin de olmaması ve kendisine olumlu ya da olumsuz net bir tepki verilmemesi nedeniyle ait olma ihtiyacı daha fazla tehdit altına girebilir, daha fazla yalnızlık yaşayabilir. Çünkü psikolojik dışlanmaya maruz kalan bir kişi dışlanmasının nedenini bilmediği gibi çoğu zaman dışlanıp dışlanmadığını da tam olarak bilememektedir. Nitekim Kandemir (2011) çalışmasında psikolojik dışlanmanın diğer dışlanma türlerine göre ait olma ihtiyacını daha fazla tehdit ettiğini ifade etmiştir.

Daha öncede belirtildiği gibi dışlanmaya işaret etmek amacıyla literatürde sıklıkla kullanılan kavramlar psikolojik dışlanma, sosyal dışlanma ve reddedilmedir. Bu kavramlar kimi zaman aynı anlama gelecek şekilde kimi zaman farklılıkları dikkate alınarak kullanılmaktadır ve sözü edilen kavramların farklı olduklarına ve farklı sonuçları olduğuna dair yeterli sayıda araştırma bulunmamaktadır. Sonuç olarak bu araştırmadan elde edilen bulgular psikolojik dışlanmanın sosyal dışlanmadan farklı olabileceğini ve kişilerin özellikle ait olma gibi temel psikolojik ihtiyaçlarını ve yalnızlık düzeylerini daha fazla etkileyebileceğini göstermiştir. Benlik değeri açısından bakıldığında her ne kadar psikolojik dışlanma bireylerin benlik değeri puan ortalamalarını sosyal dışlanmadan daha fazla etkilese de aradaki farklılığın çok büyük olmadığı görülmektedir. Bu durumun çalışmanın deneysel olmamasından ve ölçme yönteminde ve ölçüm aracından da kaynaklanabileceği düşünülebilir. Elde edilen bulgular bütün olarak değerlendirildiğinde sonuçların psikolojik dışlanma, sosyal dışlanma ve reddedilmenin farklı olduğuna dikkati çeken araştırmacıların görüşlerini destekler nitelikte olduğu söylenebilir (Leary, 2005; Kandemir, 2011; Williams, 2007). Bu konuda yapılmış yeterli sayıda araştırma olmaması

nedeniyle bu çalışmanın literatüre katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bunun yanında katılımcıların çoğunun kadın olması ve katılımcıların yalnızca üniversite öğrencilerinden oluşması bu çalışmanın kısıtlılıklarındandır. Deneysel desenle yürütülecek araştırmaların psikolojik dışlanma, sosyal dışlanma ve reddedilme arasındaki farklılıkların ya da benzerliklerin nedenlerine ilişkin önemli bilgiler sunabileceği ve gelecekte yürütülecek çalışmaların yararlı olacağı düşünülmektedir. Bunun yanında dışlanmanın türüne göre cinsiyetler arasında bir farklılık olup olmadığına dair çalışmalar da yapılabilir. Daha önce de ifade edildiği gibi psikolojik dışlanma ve sosyal dışlanmanın farklı dışlanma türleri olduğunu belirten çalışmaların sayısı görece kısıtlıdır. Bu konuya ışık tutacak ve ilgili literatür bilgisine katkı sağlayacak farklı örneklem ve kültür gruplarıyla yürütülecek araştırmaların yarar sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Arpacı, I., Kesici, Ş. ve Baloğlu, M. (2018). Individualism and internet addiction: The mediating role of psychological needs. *Internet Research*, 28(2), 293-314. doi: 10.1108/IntR-11-2016-0353
- Aydın, O., Şahin, D., Güzel, H. Y., Abayhan, Y., Kaya, A. G. ve Ceylan, S. (2013). Ait olma ihtiyacının ve haberdar olmanın psikolojik dışlanmaya gösterilen tepkiler üzerindeki etkileri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 28(72), 21-31.
- Baumeister, R. F. ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Baumeister, R. F., Brewer, L. E., Tice, D. M. ve Twenge, J. M. (2007). Thwarting the need to belong: Understanding the interpersonal and inner effects of social exclusion. *Social and Personality Psychology Compass*, 1, 506-520. doi: 10.1111/j.1751-9004.2007.00020.x
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adölesanlarda benlik saygısı* (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Duru, E. (2015). Genel Aidiyet Ölçeği'nin psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 37-47.
- Feldman, D. B. ve Crandall, C. S. (2007). Dimensions of mental illness stigma: What about mental illness causes social rejection?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(2), 137-154.
- Ferris, D. L., Brown, D. J., Berry, J. W. ve Lian, H. (2008). The development and validation of the Workplace Ostracism Scale. *Journal of Applied Psychology*, 93(6), 1348-1366.
- Ferris, D. L., Lian, H., Brown, D. J. ve Morrison, R. (2015). Ostracism, self-esteem, and job performance: When do we self-verify and when do we self-enhance?. *Academy of Management Journal*, 58(1), 279-297. doi: 10.5465/amj.2011.0347
- Gilman, R., Carter-Sowell, A., DeWall, C. N., Adams, R. E. ve Carboni, I. (2013). Validation of the Ostracism Experience Scale for Adolescents. *Psychological Assessment*, 25(2), 319-330. doi: 10.1037/a0030913
- Gonsalkorale, K. ve Williams, K. D. (2007). The KKK won't let me play: Ostracism even by a despised outgroup hurts. *European Journal of Social Psychology*, 37, 1176-1186. doi: 10.1002/ejsp.392
- Gruter, M. ve Masters, R. D. (1986). Ostracism as a social and biological phenomenon: An introduction. *Ethology and Sociobiology*, 7, 149-158. doi: 10.1016/0162-3095(86)90043-9
- Kağıtçıbaşı, Ç. ve Cemalcılar, Z. (2017). *Dünden bugüne insan ve insanlar sosyal psikolojiye giriş*. (19. Baskı). İstanbul: Evrim Yayınları.

- Kandemir, K. B. (2011). *Psikolojik dışlanma, sosyal dışlanma ve sosyal reddedilmenin tehdit edilen ihtiyaçlar ve dışlanma tepkileri üzerindeki etkileri*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kavaklı, M. (2018). *Psikolojik dışlanma ile internet kullanma alışkanlıkları arasındaki ilişkide öz dıyarlığın aracı rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kavaklı, M. (2019). Why do we have emotions? The social functions of emotions. *Research on Education and Psychology (REP)*, 3(1).
- Kesici, S. (2015). Psychological needs as predictors of human values in high school students. *The Anthropologist*, 19(2), 499-506.
- Leary, M. R. (1990). Responses to social exclusion: Social anxiety, jealousy, loneliness, depression, and low self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(2), 221-229. doi: 10.1521/jscp.1990.9.2.221
- Leary, M. R. (2005). Varieties of Interpersonal Rejection. K. D. Williams, J. P. Forgas ve W. von Hippel (Ed.), *Sydney Symposium of Social Psychology series. The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying* içinde (35-51). New York, NY, US: Psychology Press.
- MacDonald, G. ve Leary, M. R. (2005). Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological Bulletin*, 131, 202-223. doi: 10.1037/0033-2909.131.2.202
- Malone, G. P., Pillow, D. R. ve Osman, A. (2012). The General Belongingness Scale (GBS): Assessing achieved belongingness. *Personality and Individual Differences*, 52(3), 311-316. doi: 10.1016/j.paid.2011.10.027
- Onoda, K., Okamoto, Y., Nakashima, K. I., Nittono, H., Yoshimura, S., Yamawaki, S., ... ve Ura, M. (2010). Does low self-esteem enhance social pain? The relationship between trait self-esteem and anterior cingulate cortex activation induced by ostracism. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 5(4), 385-391. doi: 10.1093/scan/nsq002
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE). *Acceptance and Commitment Therapy. Measures Package*, 61, 52.
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294.
- Sertelin Mercan, Ç. (2016). Ostracism Experience Scale for Adolescents: Turkish validity and reliability. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi* 13(2), 175-186.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S., (2013). *Using multivariate statistics* (Sixth Edition). Boston, MA: Pearson.
- Williams, K. D. (2001). *Ostracism: The power of silence*. New York: The Guilford Press.
- Williams, K. D. (2007). Ostracism. *Annual Review of Psychology*, 58, 425-452.
- Williams, K. D. (2009). Ostracism: A temporal need-threat model. *Advances in Experimental Social Psychology*, 41, 275-314.
- Williams, K. D. ve Nida, S. A. (2011). Ostracism: Consequences and coping. *Current Directions in Psychological Science*, 20, 71-75. doi: 10.1177/0963721411402480
- Zadro, L., Williams, K. D. ve Richardson, R. (2005). Riding the 'O'train: Comparing the effects of ostracism and verbal dispute on targets and sources. *Group Processes & Intergroup Relations*, 8, 125-143. doi: 10.1177/1368430205051062