

# Loneliness and Life Satisfaction of Adolescents: The Mediator and Moderator Role of Playing Musical Instruments and Joining a Band<sup>1</sup>

Şahin KAPIKIRAN\*

Ufuk YAĞCI\*\*

The main purpose of this study is to examine the mediator and moderator role of playing musical instruments and joining a band between loneliness and life satisfaction during adolescence. 336 adolescents, ranging in age from 14 to 20 ( $M = 15:99$ ), all students attending different departments of the secondary school and high school in Denizli participated as subjects in the study. Data were collected using the Personal information survey, the UCLA Loneliness scale and, the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale. The relationship between loneliness and life satisfaction was not mediated by playing musical instruments and joining a band. Hierarchical regression analysis indicated that variables of playing musical instruments and joining a band did not moderate the relationship between loneliness and life satisfaction. These results are discussed within the scope of the literature.

**Key Words:** Loneliness, life of satisfaction, playing musical instruments, participant in music group, mediator, moderator.

## SUMMARY

**Purpose and significance:** Life satisfaction is one of the main quests of mankind. Research has proven positive correlation between instrument playing and life satisfaction (Bonneville-Roussy, Lavigne and Vallerand, 2011), between interest in music and psychological well-being (Packer and Ballantyne, 2011), and between having music training and individual and general adaptation (Köksal, 2000). Considering previous research, this study aims to examine the mediator and moderator role of playing musical instruments and joining a band between loneliness and life satisfaction during adolescence.

**Methods:** The population of this study is the 8th-12th grade students enrolled in schools in Denizli in the spring term of 2010. 336 adolescents, ranging in age from 14 to 20 ( $M = 15:99$ ), attending different departments of the secondary school and high school participated as subjects in the study. The quantitative data were collected through Personal information survey, the UCLA Loneliness scale (Russell, Peplau ve Cutrona, 1980) and, the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale (Huebner, 1994).

**Results:** The mediation test between loneliness and life satisfaction was not applied as the condition "independent variable and the mediator should be related" could not be met. On the other hand, the test was administered for the relationship between loneliness and life satisfaction since the mediation condition was present. Hierarchical regression analysis searching the mediation role of joining a band indicated a significant relationship between loneliness and life satisfaction, between loneliness and joining a band, and between joining a band and life satisfaction. After that, the sobel test was administered to determine the mediation role of joining a band displayed that the indirect effect did not reach a significant level. The second aim of the study, the moderation role of playing an instrument and joining a band, was also investigated. In order to determine the moderation effect of playing a musical instrument and joining a band on life satisfaction, a regression analysis was carried out controlling the variables of gender and age. The results proved no moderation role of the two variables (playing an instrument and joining a band).

**Discussion and Conclusions:** This study indicated that both playing and instrument and joining a band have low but positive and significant correlation with life satisfaction. Also, a negative correlation was found between joining a band and loneliness. Another result signaled a negative effect of loneliness on life satisfaction at an average level. The mediation role of joining a band between loneliness and life satisfaction could not reach a significant level. Finally, this study displayed no moderator role of either playing an instrument or joining a band between loneliness and life satisfaction.

<sup>1</sup>This article used data from a study presented as an oral presentation at the 19<sup>th</sup> National Educational Science Congress the between September 28-30, 2010.

\* Ass. Prof. Dr. Pamukkale University, Faculty of Education, skapikiran@pau.edu.tr

\*\* Ass. Prof. Dr. Pamukkale University, Faculty of Education, uyagci@pau.edu.tr

# Ergenlerin Yalnızlık ve Yaşam Doymu: Çalgı Çalma ve Müzik Topluluğuna Katılmanın Aracı ve Farklılaştırıcı Rolü<sup>1</sup>

Şahin KAPIKIRAN\*

Ufuk YAĞCI\*\*

Bu çalışma, ergenlerin çalgı çalması ve müzik topluluğuna katılmasının, yalnızlık ve yaşam doymu üstündeki aracı ve farklılaştırıcı bir rolü olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmanın katılımcıları, 8. ve 12. sınıf öğrencilerini kapsamaktadır. Katılımcılar 14-20 (M = 15.99) yaşlarında olup Denizli il merkezinde bulunan bazı ilköğretim okullarına ve liselere giden 144 kız ve 192 erkek olmak üzere toplam 336 ergen öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmada, öğrencilere kişisel bilgi anketi, yaşam doymu ölçeği ve UCLA yalnızlık ölçeği uygulanmıştır. Sonuçta, hem çalgı çalmanın ve hem de müzik topluluğuna katılmanın yalnızlık ile yaşam doymu arasında aracı rolü bulunmamıştır. Bununla beraber, yapılan hiyerarşik analiz sonucunda, hem çalgı çalmanın ve hem de müzik topluluğuna katılmanın yalnızlık ile yaşam doymu arasında farklılaştırıcı rolü saptanmamıştır. Elde edilen bu sonuçlar, tartışma bölümünde, alan yazın kapsamında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Yalnızlık, yaşam doymu, çalgı çalma, müzik topluluğuna katılma, aracı, farklılaştırıcı.

## GİRİŞ

Son yıllarda pozitif psikoloji üzerinde yapılan çalışmalar yaşam doymu gibi konuların daha fazla çalışılmasına neden olmaktadır. Pozitif psikoloji, memnuniyet, psikolojik iyi olma ve yaşam doymu (geçmişte); umut ve iyimserlik (gelecekte) ve mutluluğu (şu anda) içermektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Yaşam doymu, insan yaşamının en temel arayışlarından birisidir. Yaşam doymu, kişinin yaşamında ne derece memnun olduğunu (Lucas, Diener, ve Suh, 1996) kişinin seçtiği kriterlere göre bilişsel olarak değerlendirdiği bir yargı sürecidir (Pavot ve Diener, 1993). Yaşam doymu, bireylerin gelir, aile, iş sahibi olması gibi faktörlerden önemli ölçüde etkilenmektedir (Lucas, Clark, Georgellis ve Diener, 2004; Oishi, Diener, Lucas, ve Suh, 1999; Suldo ve Huebner 2006). Bundan başka yaşam doymu üzerinde sosyal desteğin, benlik saygısının, iyimserliliğin olumlu etkileri vardır (Barrett, 1999; Benyamini, Leventhal ve Leventhal, 2004, Diener ve Diener, 1995). Dahası yaşam doymu yüksek bireylerin, arkadaşları ve ailesi ile uyumlu ve akademik başarılarının da yüksek olduğu rapor edilmiştir (Gilman ve Huebner, 2006). Bununla birlikte, algılanan stres, depresyon ve yalnızlığın yaşam doymu üstünde olumsuz rolü vardır (Extremera, Duran, ve Rey 2009). Ergenlerin yaşam doymunu olumsuz olarak etkileyen önemli değişkenlerden birisi de yalnızlıktır (Chipuer, Bramston ve Pretty, 2003). Yalnızlık, bireylerin sosyal ilişki yokluğu (Peplau ve Perlman, 1984), yakınlarına yetersiz bağlanma, ilgi ve etkinlikleri paylaşacağı arkadaş eksikliği hissetmesi olarak tanımlanmaktadır (Weiss, 1973). Yalnızlığın yarattığı olumsuzluğun bireylerin yaşam doymunu azalttığına yönelik çok sayıda çalışmaya rastlanmıştır (Goodwin, Cook ve Yung, 2001; Moore ve Schultz, 1983; Neto, 1993). Yalnızlık ergen, genç yetişkin ve yaşlı gibi yaşamın her döneminde hissedilebilen olumsuz bir duygu durumudur (Huebner, 1994; Neto, 2001; Joshanloo ve Afshari, 2011; Leung, Moneta ve McBride-Chang, 2005). Bununla beraber, Frisen (2007)'e göre ergenlerde güçlü bir yakınlık gereksinimi olduğu için yalnızlık diğer dönemlere göre daha fazla algılanmaktadır. Ergenlik döneminde arkadaşlara verilen önemden dolayı, ergenler yaşlıları tarafından olumsuz olarak değerlendirildiğinde ve reddedildiğinde kendilerini daha fazla yalnız hissetmektedirler. Dahası ergenlik döneminde yaşam doymu düşüktür (Leung, McBride-Chang ve Lai, 2004). Bu sonuçlara göre, ergenlerin yalnızlık duyguları yaşam doymunu düşürmektedir. Gerçekte yapılan bazı

<sup>1</sup> Bu makale, 28-30 Eylül 2010 tarihinde, XIX. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayında sözlü bildiri olarak sunulan çalışmanın verilerinden yararlanılmıştır.

\* Yrd. Doç. Dr. Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, skkiran@pau.edu.tr

\*\*Yrd. Doç. Dr. Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, uyagci@pau.edu.tr

çalışmalarda yalnızlık ile yaşam doyumunu arasında olumsuz yönde ilişki saptanmıştır (Çivitçi, Çivitçi ve Fiyakalı, 2009; Mellor, Stokes, Firth, Hayashi ve Cummins, 2008; Tuzgöl-Dost, 2007).

Bireyin yaşam doyumuna bazı günlük aktivitelerin katkısının olması beklenir. Bu katkıyı sağlayan etkenlerin en önemlilerinden birisi de müziktir. İnsan müzik ilişkisi doğum öncesinde başlar. Doğduğu çevrede müzikle etkileşim içinde olan birey, müzikle ilgili olarak birtakım davranışlar kazanır. Bu davranışlar kazanıldıķça birey, müzikle ve müzik çevresiyle daha bilinçli ve etkili bir etkileşim içine girer (Uçan, 2005). Böylece müzik, insan yaşamının bir parçası haline gelir. İnsanlık farklı nesnelere farklı seslerin çıktığını keşfettiğinde, bu her bir nesneyi çalgı olarak kullanmıştır. Bu, çeşitli müzik aletlerinin ortaya çıkmasını sağlamıştır. Çalgı alma, müziğin en önemli boyutlarından biridir. Çalgı alma isteği birçok kişi için çekici gelmektedir. Çalgı çalmanın yarattığı hoşluğun bireyin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkisi olması beklenir. Örneğin algı alabilmeyele bireylerin benlik saygısı ve akademik başarısı (Costa-Giomi, 2004), duygusal kendini ayarlaması (Saarikallio, 2010) ve kişilerarası etkileşimi artırması arasında (Creech ve Hallam (2011) olumlu yönde ilişki olduğu rapor edilmiştir. Dahası, tutku düzeyinde çalgı çalma ile yaşam doyumunu arasında pozitif ilişki vardır (Bonneville-Roussy, Lavigne ve Vallerand, 2011; Packer ve Ballantyne, 2011). Ayrıca, müzik eğitimi alan ergenlerin kişisel uyumları ile genel uyumları arasında ilişki olduğu saptanmıştır (Köksal, 2000). Rife, Shnek, Lauby ve Lapidus (2001), müzik eğitimi alan çocukların daha doyumlu olduklarını rapor etmişlerdir.

Yukarıdaki araştırmalar işiğinde bu araştırmanın ana amacı, çalgı çalma ve bir müzik topluluğuna katılmanın yalnızlık ve yaşam doyumunu arasındaki aracı ve farklılaştırıcı rolünün var olup olmadığının belirlenmesidir. Bu ana amaç çerçevesinde, (a) algı çalmanın yalnızlık ve yaşam doyumunu üstündeki doğrudan ve dolaylı rolleri, (b) müzik topluluğuna katılmanın yalnızlık ve yaşam doyumunu üstündeki doğrudan ve dolaylı rolleri, (c) algı çalmanın yalnızlık ve yaşam doyumunu üzerindeki farklılaştırıcı rolü (d) müzik topluluğuna katılmasının yalnızlık ve yaşam doyumunu üzerindeki farklılaştırıcı rolünün olup olmadığı amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

### Katılımcılar:

Bu araştırmanın evreni, 2010 bahar dönemi içinde Denizli kent merkezinde bulunan ilköğretim ikinci kademe 8. sınıf ve 9.-12. sınıf lise öğrencileridir. Çalışma 144 Kız 192 Erkek olmak üzere toplam 336 ergen öğrenciden oluşmaktadır. Öğrencilerin yaşları 14 ile 20 yaşları arasında değişmekte olup çoğu öğrencinin yaşi 15 ile 18 yaşları (Ort. 15.99) arasındadır Araştırmanın verileri, ulaşılabilirlik göz önünde bulundurulurak,  lise ve bir ilköğretim okulundan elde edilmiştir. Katılımcıların 72'si 8. Sınıf, 55'i 9. Sınıf, 58'i 10. Sınıf, 65'i 11. Sınıf, 86'sı da 12. sınıf öğrencisidir.

### lme Araçları:

**Kişisel bilgi anketi:** Araştırmaya katılan öğrencilerin okulu, cinsiyeti, yaşi, çalgı alıp almadığı, bir çalgı çalma yoluyla müzik topluluğunun yesi olup olmadığına ilişkin soruları kapsayan bir anket uygulanmıştır.

**Yaşam Doyumu leği:** lek ergen öğrencilerin çok boyutlu yaşam doyumunu ölçmek amacıyla Huebner (1994) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin ilköğretim ikinci kademe öğrencileri için Türkçeye uyarlaması Çivitçi (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçek hiçbir zaman ile her zaman arasında değişen dörtlü likert türünden bir ölçektir. Toplam 36 maddeden oluşan arkadaş, okul, evre, aile ve benlik olmak üzere beş alt leği bulunmaktadır. Tüm alt ölçek maddelerinin toplamı ile toplam yaşam doyumunu puanı elde edilmektedir. Ölçeğin güvenirliği için gerçekleştirilen Cronbach alfa analizi sonucunda, arkadaş yaşam doyumunu için  $\alpha = .85$ , okul yaşam doyumunu için  $\alpha = .76$ , yaşanılan evre yaşam doyumunu için  $\alpha = .75$ , aile yaşam doyumunu için  $\alpha = .74$ , benlik yaşam doyumunu için  $\alpha = .70$  ve toplam yaşam doyumunu için  $\alpha = .87$  olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin iki hafta arayla gerçekleştirilen tekrar test güvenirliği  $r = .83$  olarak saptanmıştır.

**UCLA Yalnızlık Ölçeği** : UCLA Yalnızlık Ölçeği Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından günlük yaşamdaki yalnızlık duygularını belirlemek için geliştirmişlerdir. Ölçek 10 düz ve 10 ters olarak puanlamayı gerektiren 20 maddeden oluşmuştur. Maddeler 1 ile 4 arasında değişen (asla-her zaman) bir ölçek üzerinde yanıtlanmaktadır. Ölçekte en düşük 20 en yüksek 80 arasında bir puan elde edilmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması yalnızlık düzeyinin yüksek olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir. UCLA yalnızlık ölçeğinin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği Demir (1989) tarafından yapılmıştır. UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin "Beck Depresyon Ölçeğiyle" .77 ve Çok Yönlü Depresyon Ölçeğinin "Sosyal İçer Dönüklük" alt ölçeği ile de .82 ilişkili olduğu bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için iç tutarlılık ve kararlılık katsayıları hesaplanmıştır. İç tutarlılık katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Ayrıca beş hafta ara ile yapılan test -tekrar test sonucunda, iki uygulama arasındaki korelasyon .94 olarak bulunmuştur.

## İşlem

Araştırmanın katılımcıları öğrencilere "bu uygulamanın bilimsel bir araştırma amaçlı olduğu ve ölçeklerin doldurulmasının gönüllülük gerektirdiği" ifade edilmiştir. Daha sonra gönüllü olan öğrencilere araştırmacılar tarafından araştırma hakkında ve ölçeklerin nasıl doldurulması gerektiği hakkında kısa bilgi verilerek araştırma ölçek takımı öğrencilere dağıtılmıştır. Ölçek sorularının doldurulması yaklaşık 40 dakika sürmüştür. Araştırmanın analizleri için SPSS 15.0 paket programı kullanılmıştır.

## BULGULAR

### İlgili Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar ve Betimsel İstatistikler

Çalışmanın verilerinin analizi için ilkönce bazı betimsel istatistikler yapılmıştır. Değişkenlerin ölçümünde kullanılan ölçme araçlarının iç tutarlıkları belirlemek üzere cronbach alpha, elde edilen verilerin dağılımının normal olup olmadığını belirlemek amacıyla skewness ve kurtosisleri ve değişkenlerin ortalama ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Tablo 1 de görüldüğü gibi, değişkenlerin herbirinin yeterli içtutarlılığa ve verilerin normal bir dağılım içinde olduğu saptanmıştır. Daha sonra değişkenlerin birbirleriyle ilişkisini belirlemek üzere korelasyon analizi yapılmıştır. Sonuçta araştırmanın birinci amacı olan çalgı çalma ile yaşam doyumu ve yalnızlık arasındaki ilişki için yapılan korelasyon analizi sonucunda çalgı çalmanın yaşam doyumu ile olumlu yönde ilişkisi bulunurken, yalnızlık ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (bak, Tablo 1).

**Tablo 1.** Çalışmada yer alan değişkenlerin birbirleriyle korelasyonları ve betimleyici istatistikleri.

| Ölçümler                     | 1      | 2      | 3     | 4     | 5      | 6      | 7      | 8      | 9      |
|------------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 1.Yaşam doyumu               |        |        |       |       |        |        |        |        |        |
| 2. Arkadaş YD                | .76**  |        |       |       |        |        |        |        |        |
| 3. Okul YD                   | .60**  | .26**  |       |       |        |        |        |        |        |
| 4. Çevre YD                  | .54**  | .26**  | .43** |       |        |        |        |        |        |
| 5. Aile YD                   | .64**  | .32**  | .14** | .10*  |        |        |        |        |        |
| 6. Benlik YD                 | .73**  | .60**  | .26** | .16** | .34**  |        |        |        |        |
| 7. Yalnızlık                 | -.41** | -.53** | .06   | .14** | -.32** | -.55** |        |        |        |
| 8. Çalgı çalma               | .12*   | .13**  | .12*  | .08   | .08    | .11*   | -.05   |        |        |
| 9. Müzik topluluğuna Katılım | .18**  | .17**  | .15** | .13** | .03    | .14*   | -.11*  | .22**  |        |
| Ort.                         | 105.62 | 22.28  | 19.97 | 17.74 | 21.91  | 18.06  | 37.12  | 1.36   | 1.67   |
| Std.                         | 13.650 | 3.657  | 3.206 | 2.843 | 4.343  | 3.438  | 10.914 | .480   | .468   |
| Alfa                         | .86    | .84    | .75   | .72   | .81    | .73    | .89    |        |        |
| Skewness                     | -.153  | -.455  | .374  | .594  | -.509  | -.346  | .548   | .585   | -.755  |
| Kurtosis                     | .277   | -.078  | .405  | .503  | -.216  | .093   | -.382  | -1.667 | -1.438 |

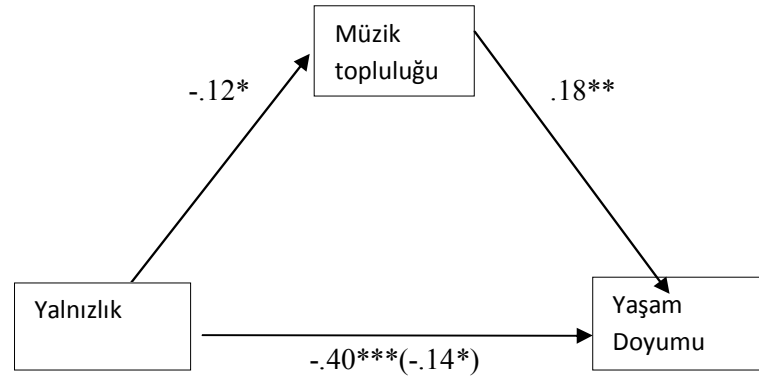
\*.05 \*\* 0.01

### Aracılık Analizi için İşlemler

Çalgı çalma ve müzik topluluğuna katılımın yalnızlık ile yaşam doyumu arasında aracı olup olmadığını belirlemek için SPSS paket programı ile regresyon testi ile aracılık analizi yapılmıştır. Baron ve Kenny (1986)'ye göre bir aracılık analizi için dört koşul gereklidir. Birincisi kestirici değişken aracı değişkenle ilişkili olmalıdır. İkincisi, kestirici değişken ile sonuç değişkeni ilişkili olmalıdır. Üçüncüsü, bu eşitlikte kestirici değişken kontrol edilmesiyle, aracı değişken ile sonuç değişkeni ilişkili olmalıdır. Dördüncüsü bağımlı değişken ve bağımsız değişken arasındaki ilişkiye aracı değişken girdiğinde bu ilişki (bağımsız değişken-bağımlı değişken ilişkisi) ya anlamlı düzeyde düşmeli (kısmi aracılık) ya da ilişki artık anlamlı düzeyde olmamalıdır (tam aracılık). Tablo 1 de görüldüğü gibi, "bağımsız değişken ile aracı değişken ilişkili olmalıdır" koşulu yerine gelmediği için çalgı çalmanın yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki aracılığına ilişkin test yapılmamıştır. Bununla beraber, müzik topluluğuna katılımının yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki aracılık koşulları yerine geldiği için aracılık testi yapılmıştır.

### Müzik Topluluğuna Katılımın Aracılık Rolü

Müzik topluluğuna katılımın aracılık koşullarını belirlemek üzere standardize edilmiş verilerle yapılan regresyon analizi sonucunda, (yalnızlık ile yaşam doyumu arasında ( $\beta = .40$ ,  $p < .0001$ ), yalnızlık ile müzik topluluğuna katılım arasında ( $\beta = -.12$ ,  $p < .05$ ), müzik topluluğuna katılım ile yaşam doyumu arasında ( $\beta = .18$ ,  $p < .001$ ) anlamlı düzeyde ilişki saptanmıştır. Bu sonuçların ardından müzik topluluğuna katılımın aracılığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonucunda  $\beta = -.14$ ,  $p < .05$  düzeyine gerilemiştir. Bu ilişkide yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki doğrudan ilişki  $\beta = -.40$ , ( $p < .0001$ ) iken müzik topluluğuna katılım aracı olduğunda  $-.14$  ( $p < .05$ )' düşmüştür. Ancak, müzik topluluğuna katılımın yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki aracılığının var olup olmadığını belirlemek amacıyla sobel testi (Sobel, 1982) (dolaylı etki testi) yapılmıştır. Yapılan sobel testi sonucunda  $Z = -.0550$  ile ilişki anlamlı düzeye ulaşmamıştır. Diğer bir deyişle müzik topluluğuna katılımın yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki dolaylı etkisi istatistiksel olarak anlamlı düzeye ulaşmamıştır.



N = 336, P = \*.05, \*\*.001, \*\*\*0001

Şekil 1. Müzik topluluğunda yer almanın yalnızlık ve yaşam doyumu üzerindeki aracılığı

### Farklılaştırıcılığın (Moderation) Test Edilmesi

Bu çalışmanın ikinci ve üçüncü alt amacı olan çalgı çalmanın farklılaştırıcılık rolü test edildi. Bu amaçla, yaşam doyumu üzerinde çalgı çalmanın farklılaştırıcılık rolünü belirlemek üzere, cinsiyet ve yaş değişkeni kontrol edilerek analiz yapılmıştır. Bunun için SPSS 14 paket programı ile hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır (Baron ve Kenny, 1986). Öncelikle her bir ölçek maddeleri toplanmalıdır. Daha sonra değişkenlerin olası çokluk hatasının (multicollinearity) olup olmadığını belirlemek için standardize edilmelidir (Frazier, Tix ve Barron, 2004). Bu aşamadan sonra, hiyerarşik regresyon analizi dört aşamada gerçekleştirilir. İlk olarak, kontrol değişkenleri regresyon eşitliğindeki ilk bloğa girilir. İkinci olarak, kestirici değişken ikinci bloğa girilir. Üçüncü aşamada,

farklılaştırıcı değişken üçünü bloğa girilir. Dördüncü aşamada, kestirici değişken x farklılaştırıcı değişken dördüncü bloğa girilir.

İlk olarak cinsiyet ve yaş değişkeni kontrol edilmesi için birinci bloğa girilerek yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda, yaş değişkeni anlamlı düzeye ulaşırken ( $\beta = -.20$ ,  $p = .001$ ) cinsiyet değişkeni ( $\beta = -.05$ ,  $p = A.D.$ ) anlamlı düzeye erişmemiştir ( $R^2 = .042$ ). İkinci olarak, kestirici değişken yalnızlığın yaşam doyumunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde kestirmiştir. Üçüncü olarak, farklılaştırıcı değişken (moderating variable) çalgı çalmanın regresyonun üçüncü bloğuna girilmesi ile yapılan analiz sonucunda ( $R^2 = .198$ ), anlamlı düzeyde olduğu ( $\beta = .11$ ,  $p = .05$ ) saptanmıştır. Dördüncü olarak farklılaştırıcı etkiyi değerlendirmek için etkileşim değişkenleri yalnızlık ile çalgı çalmanın etkileşimi regresyonun dördüncü bloğuna girildiğinde, istatistiksel olarak anlamlı düzeye ulaşmamıştır. Diğer bir deyişle çalgı çalmanın farklılaştırıcı rolü bulunmamıştır. Daha sonra araştırmanın dördüncü alt amacı olan müzik topluluğunun farklılaştırıcı rolü için yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucu da istatistiksel olarak anlamlı düzeye erişmemiştir ( $\beta = .11$ ,  $p = A. D.$ ;  $R^2 = .206$ ). Buna göre, müzik topluluğuna katılımın farklılaştırıcı rolü bulunmamıştır.

**Tablo 2.** Çalgı çalma ve Müzik Topluluğuna katılımın, yalnızlık ile yaşam doyumu üzerindeki farklılaştırıcı rolüne ilişkin çok yönlü hiyerarşik regresyon analizi.

|         | Değişkenler                 | B     | SE   | $\beta$ | T      | $R^2$ |
|---------|-----------------------------|-------|------|---------|--------|-------|
| Aşama 1 | Cinsiyet                    | .112  | .111 | .05     | 1.012  |       |
|         | Yaş                         | -.108 | .030 | -.20**  | -3.625 | .042  |
| Aşama 2 | Yalnızlık                   | -.388 | .051 | -.39*** | -7.588 | .187  |
| Aşama 3 | Çalgı çalma                 | .226  | .107 | .11*    | 2.103  | .198  |
|         | Müzik topluluğu             | .190  | .057 | .18**   | 3.334  | .033  |
| Aşama 4 | Yalnızlık x çalgı çalma     | .002  | .010 | .03     | .203   | .198  |
|         | Yalnızlık x Müzik topluluğu | .030  | .055 | .03     | .551   | .206  |

\*.05 \*\* .001 \*\*\*.0001

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmanın alt amaçlarından birisi, çalgı çalmanın yalnızlık ve yaşam doyumu üstündeki doğrudan ve dolaylı rollerinin olup olmadığının belirlenmesidir. Bu amaçla, yapılan korelasyon analizi sonucunda, kestirici değişken yalnızlık ile aracı değişken çalgı çalma arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamıştır. Dolayısıyla Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen aracılık koşulunu karşılamadığı için aracılık analizi yapılmamıştır. Çalışmanın ikinci alt amacı olan müzik topluluğuna katılımın yalnızlık ile yaşam doyumu arasında aracılığına ilişkin tüm koşulların var olduğu görülmüştür. Bu amaçla yapılan regresyon analizi sonucunda, müzik topluluğuna katılma ile yalnızlık arasında olumsuz yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki saptanmıştır. Müzik topluluğuna katılma ile yaşam doyumu arasında da düşük ancak olumlu yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Müziğin bireyin ruh halini düzenlemede etkisi vardır (Saarikallio ve Erkkilä, 2007). Bununla birlikte, çalışmada yalnızlığın yaşam doyumu üzerindeki doğrudan rolünü belirlemek üzere yapılan regresyon analizi sonucunda ortalama düzeyde olumsuz yönde anlamlı ilişki kaydedilmiştir. Yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı çalışmalarda, yaşam doyumu ile yalnızlık arasında olumsuz yönde orta düzeyde ilişki bulunmuştur (Akhunlar, 2010; Çivitçi ve Çivitçi 2009; Swami ve ark. 2007). Yani yalnızlığın yaşam doyumu üzerinde güçlü olumsuz etkisi bulunmaktadır. Daha sonra yalnızlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiye müzik topluluğuna katılma değişkeni eklendiğinde, ilişki hala anlamlı olmakla birlikte düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Konuyla ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak, müzik dinlemenin bireyin yaşam doyumuna katkısı vardır. Mitchell, MacDonald, Knussen ve Serpell (2007) tarafından yapılan bir çalışmada, müzik dinlemenin sıklığı ile toplam yaşamın niteliği arasında olumlu yönde ilişki saptanmıştır. Dahası bu kişiler daha az depresif tepkiler göstermişlerdir. Bu ilişkiye bakıldığında kısmi bir aracılık olgusundan söz edilebilir. Ancak bu ilişkinin anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan sobel testi sonucu anlamlı düzeye erişmemiştir.

Diğer bir deyişle, müzik topluluğuna katılımın yalnızlık ile yaşam doyumu üzerinde dolaylı rolü bulunmamaktadır. Müzik topluluğuna katılım ve çalgı çalmanın yalnızlık ve yaşam doyumu üstündeki aracılığına ilişkin bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Bu araştırmanın alt amaçlarından bir diğeri de, çalgı çalmanın yalnızlık ve yaşam doyumu üzerindeki farklılaştırıcı rolünün olup olmadığının belirlenmesidir. Çalgı çalmanın farklılaştırıcı rolü için hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Cinsiyet ve yaş değişkeni kontrol edilmesiyle yapılan analiz sonucunda, yalnızlığın yaşam doyumu üstünde kestirici etkisinin olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte çalgı çalmanın yaşam doyumu üstünde de kestirici rolü bulunmuştur. Bazı geçmiş çalışmalar bu sonuçları desteklemektedir (Bonneville-Roussy, Lavigne ve Vallerand, 2011; Packer ve Ballantyne, 2011). Creech ve Hallam (2011), çalgı çalmayı öğrenmenin okul çağı çocuklarının kişilerarası etkileşimini artırdığını saptamışlardır. Ancak, çalgı çalma ile yalnızlık etkileşiminin yaşam doyumu üstünde kestirici rolü bulunmamıştır. Bu sonuca göre, çalgı çalmanın yalnızlık ile yaşam doyumu arasında farklılaştırıcı rolü yoktur. Diğer bir deyişle, çalgı çalmanın yalnızlığın yaşam doyumu üstündeki olumsuz etkisini engellemektedir.

Bu araştırmanın son alt amacı, müzik topluluğuna katılımın yalnızlık ve yaşam doyumu üzerindeki farklılaştırıcı rolünün olup olmadığının belirlenmesidir. Bu amaçla yapılan regresyon analizi sonucunda, müzik topluluğunda yer alma ile yalnızlık etkileşiminin yaşam doyumu üstünde farklılaştırıcı rolü olmadığı saptanmıştır. Diğer bir deyişle, müzik topluluğuna katılmanın yalnızlık ile yaşam doyumu arasında önleyici rolü bulunmamaktadır.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Sınırlılıklardan birisi, çalışma deseninin kesitsel olmasıdır. Dolayısı ile çalışmanın sonuçlarına ilişkin olarak, çalışma değişkenleri için neden ve sonuç ilişkisinden söz edilemez. Çalışmanın ikinci sınırlılığı, çalışma verileri için kullanılan ölçme araçlarının kendini ifade etmeye yönelik olmasıdır. Dolayısıyla elde edilen veriler, ergen öğrencilerin ölçme araçlarına verdiği yanıtlara güvenmeyi gerektirmektedir. Üçüncü ve sonuncu sınırlılık, elde edilen veriler yalnızca bir kent merkezinde bulunan bazı ilköğretim 8. sınıf ve lise öğrencilerini kapsamaktadır. Gelecek çalışmalar, farklı kültürel öğeleri barındıran kent ve diğer merkezlerde tekrarlanmalıdır.

Bu sınırlılıklara rağmen, bu çalışmanın önemli katkıları vardır. Elde edilen sonuçlar özellikle müzik öğretmenlerine ve okul psikolojik danışmanlara, anne-babalara yol gösterici olabilir. Bu katılardan birisi, ergen öğrencilerin çalgı çalmasının bir miktar yaşam doyumuna katkısının olabileceğini ortaya koymaktadır. Dahası, müzik topluluğuna katılan ergenlerin yaşam doyumunu düşük de olsa artırırken, yalnızlığını bir miktar azaltmaktadır. Tüm bu sonuçlara göre, müzik öğretmenleri ve anne-babaların ergenlerin müzik uğraşlarına destekleyici tarzda davranmaları (Mcpherson, 2009) onların yaşam doyumuna katkısının olabileceğini göstermiştir.

## KAYNAKÇA

- Akhunlar, M. N. (2010). An investigation about the relationship between life satisfaction and loneliness of nursing students in Uşak University. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5, 409–2415.
- Baron, R. M., & Kenny. D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Barrett, A. E. (1999). Social Support and Life Satisfaction among the Never Married: Examining the Effects of Age. *Research on Aging*, 21(1), 46-72.
- Benyamini, Y., Leventhal, H., & Leventhal, E. A. (2004). Self-rated oral health as an independent predictor of self-rated general health, self-esteem and life satisfaction. *Social Science ve Medicine*, 59, 1109–1116.
- Bonneville-Roussy, A., Lavigne, G. L. & Vallerand, R. J. (2011). When passion leads to excellence: the case of musicians. *Psychology of Music*, 39: 123-139.

- Chipuer, H. M., Bramston, P., & Pretty, G. (2003). Determinants of subjective quality of life among rural adolescents: A developmental perspective. *Social Indicator Research*, 61, pp. 79–95.
- Costa-Giomi, E. (2004). Achievement, School Performance and Self-Esteem Effects of Three Years of Piano Instruction on Children's Academic *Psychology of Music* 2004 32: 139-152.
- Creech, A. & Halam, S. (2011). Learning a musical instrument: The influence of interpersonal interaction on outcomes for school-aged pupils. *Psychology of Music* 39: 102-122.
- Çivitçi, A. (2007). Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları [The adaptation of multidimensional students' life satisfaction scale into Turkish: Validity and reliability studies]. *Eurasian Journal of Educational Research* 26: 51–60.
- Çivitçi, N., & Çivitçi, A. (2009). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between loneliness and life satisfaction in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47, 954–958.
- Çivitçi, N., Çivitçi, A. & Fiyakalı, N. C. (2009). Loneliness and life satisfaction in adolescents with divorced and non-divorced parents. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(2), 513-525.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenirligi. *Psikoloji Dergisi*, 7(23),14-28.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653–663.
- Extremera, N., Duran, A., & Rey, L. (2009). The moderating effect of trait meta-mood on perceived stress on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 47, 116–141.
- Frazier, P. A., Tix, A. P., & Barron, K. E. (2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 115–134.
- Frisen, A. (2007). Measuring health-related quality of life in adolescence. *Acta Paediatrica*, 96(7), 963–968.
- Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 293–301.
- Goodwin, R., Cook, O., & Yung, Y. (2001). Loneliness and life satisfaction among three cultural groups. *Personal Relationships*, 8, 225-230.
- Huebner, E. S. (1994). Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children. *Psychological Assessment*, 6, 149–158.
- Joshanloo, M., & Afshari, S. (2011). Big five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim University students. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 105-113.
- Kapıkıran, Ş. & Yağcı, U. (2010). Ergenlerin yaşam doyumu üzerinde bazı değişkenlerin aracılık ve arabuluculuk rolünün incelenmesi. *XIX. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi*. 28-30 Eylül. Kıbrıs. Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi.
- Köksal, A. (2000). Müzik eğitimi alma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlere göre ergenlerin empatik becerilerinin ve uyum düzeylerinin incelenmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18: 99-107.
- Leung, C. Y. W., McBride-Chang, C., & Lai, B. P. Y. (2004). Relations among maternal parenting style, academic competence, and life satisfaction in Chinese early adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 24, 113-143.
- Leung, B. W. C., Moneta, G. B. & McBride-Chang, C. (2005). Think positively and feel positively: Optimism and life satisfaction in late life. *International Journal of Aging and Human Development*, 61, 4, 335-365.



- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. M. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616–628.
- Lucas, R. E. Clark, A. E., Georgellis, Y. & Diener, E. (2004). Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, 15(1), 8-13.
- McPherson, G. E. (2009). The role of parents in children's musical development. *Psychology of Music*, 37: 91.
- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y. & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 45, 213–218.
- Mitchell, L. A., MacDonald, R. A. R., Knussen, C. & Serpell, M. G. (2007). A survey investigation of the effects of music listening on chronic pain, *Psychology of Music*, 35: 37-57.
- Moore, D. W., & Schultz, N. R. (1983). Loneliness at adolescence: Correlates, attributions, and coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 12(2), 95-100.
- Neto, F. (1993). The satisfaction with life scale: Psychometrics properties in an adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22, 125–34.
- Neto, F. (2001). Satisfaction with life among adolescents from immigrant families in Portugal. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(1), 53-67.
- Oishi, S., Diener, E. F., Lucas, R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 980–990.
- Packer, & Ballantyne, J. (2011). The impact of music festival attendance on young people's psychological and social well-being. 2011 *Psychology of Music*, 39: 164-181.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164–172.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L.A. Peplau veD.Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp.1-18) New York: John Wiley.
- Rife, N. A., Shnek, Z. M., Lauby, J. L., & Lapidus, L. B. (2001). Children's satisfaction with private music lessons. *Journal of Research in Music Education*, 49(1), 21–32.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Saarikallio, S. (2010). Music as emotional self-regulation throughout adulthood. *Psychology of Music* 39(3) 307–327.
- Saarikallio, S. & Erkkilä, J. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of Music* 2007 35: 88-109.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Sobel, M. E. (1982). Asymptotic confidence intervals for indirect effects in structural equation models. In S. Leinhardt (Ed.), *Sociological methodology* (pp. 290–312). Washington, DC: American Sociological Association.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179–203.
- Swami, V., Chamorro-Premuzic, T., Sinniah, D., Maniam, T., Kannan, K., Stanistreet, D., et al. (2007). General health mediates the relationship between loneliness, life satisfaction and

depression: A study with Malaysian medical students. *Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 42,161–166.

Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi [Examining Life Satisfaction Levels of University Students in Terms of Some Variables]. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*,22 (2), 132-143.

Uçan, A. (2005). *İnsan ve Müzik, İnsan ve Sanat Eğitimi (3. Baskı)*. Ankara: Evrensel Müzikvi Yayınları.

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA:MIT Press.