

## Kırsal Kesimde Eğitim Gören Öğrencilerin Spor ve Müzik Faaliyetlerinin Yalnızlık Tutum Düzeylerine Etkisi (Erzurum İli Örneği)\*

### The Effect of Sports and Music Activities on the Levels of Loneliness Attitudes of Rural Students (Example of Erzurum Province)

Yasin SEPİL<sup>1</sup>, Fatih KIYICI<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, Türkiye.

<sup>2</sup>Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

**ÖZ:** Araştırma Erzurum ili Çat ilçesinde ortaokul düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık tutum düzeylerine spor ve müzik faaliyetlerinin etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma evreni 2019–2020 eğitim-öğretim yılında Erzurum ili, Çat ilçesi Soğukpınar Ortaokulu, Cumhuriyet ve Çat Yatılı İlköğretim Bölge Okullarında (YİBO) öğrenim gören öğrencilerdir. Örnekleme ise 96 kız, 72 erkek, toplam 168 öğrenci oluşturmaktadır. Demografik bilgiler için “Kişisel Bilgi Formu”, öğrencilerin yalnızlık düzeyleri için “Yalnızlık Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen verilere göre yapılan aktivite türleri ile yalnızlık düzeyleri arasında farklılıklar saptanmıştır. Spor ve müzik faaliyetlerini birlikte yapan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri, tek bir faaliyete katılanlardan daha düşük olduğu görülmüştür. Okuduğu sınıf düzeyi yüksek olan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri alt sınıftaki öğrencilerden daha düşüktür. Yaş ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak kırsalda okuyan çocukların sosyo-ekonomik ve çevresel imkânlarının yetersizliklerinin yalnızlığa sebep vermemesi adına sportif ve müziksel faaliyetlere imkân sağlayacak projelere yer verilerek öğrencilerin yalnızlık tutumları azaltılabilir. Yapılan aktivitelerin küçük yaşlarda başlatılması önemlidir. Bu tür çalışmalar için okullarda imkân sağlanması faydalı olacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** kırsal kesimde eğitim, öğrenci, spor, müzik, yalnızlık.

**ABSTRACT:** The research was carried out to investigate the effects of sports and music activities on the loneliness attitude levels of secondary school students in Çat district of Erzurum province. In the 2019-2020 teaching-learning year, students studying at Soğukpınar Secondary School, Cumhuriyet Regional Primary Boarding School (RPBS) and Çat Regional Primary Boarding School (RPBS) in the Cat District of Erzurum province formed the study content. The sample of the study consisted of 168 students, 96 of whom were female and 72 of whom were male. "Personal Information Form" was used for demographic information, and "Loneliness Attitude Scale" was used for students' loneliness levels developed by Demir (1989). According to the data obtained, there are differences between the types of activities and the levels of loneliness. Loneliness levels of students who do sports and music activities together are lower than those who participate in a single activity. Loneliness grades of students with higher levels are lower than students in lower levels. There is a negative significant relationship between age and loneliness levels. There is a negative significant relationship between age and loneliness levels. As a result, projects that will provide opportunities for sports and musical activities should be included so that children studying in rural areas do not feel lonely due to insufficient socio-economic and environmental opportunities. It is important to start activities at an early age. It would be beneficial to provide opportunities in schools for such studies.

**Keywords:** rural education, student, sports, music, loneliness.

#### AÇIK ERİŞİM

##### Editör:

Deniz BEDİR  
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri  
Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

##### Hakemler:

Hüseyin EROĞLU  
Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi,  
Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş,  
Türkiye.  
Sevinç NAMLI  
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri  
Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

##### İletişim:

Yasin SEPİL  
[yasin\\_sepil@hotmail.com](mailto:yasin_sepil@hotmail.com)  
Fatih KIYICI  
[fkivici@atauni.edu.tr](mailto:fkivici@atauni.edu.tr)

##### Tarihler:

Geliş: 06.08.2021  
Kabul: 06.10.2021  
Yayınlanma: 31.12.2021

##### Künye:

Sepil, Y., & Kıyıcı, F. (2021). Müzik faaliyetlerinin yalnızlık tutum düzeylerine etkisi (Erzurum İli örneği). *Int.JourExerPsyc*, 3(2):51-59.  
<https://doi.org/10.51538/intjouexerpsyc.979562>

\*18. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sözel sunum olarak sunulmuştur.

## 1. GİRİŞ

Eğitimin hedeflerinden biri de bireylerde bulunan açığa çıkmamış kabiliyetleri keşfederek bu kabiliyetlerin gelişmesine ortam oluşturmaktır. Bireylerin bilişsel, sosyolojik ve duygusal olarak çağdaş eğitim ilkelerine göre gelişimlerine katkıda bulunmaktır. Çağdaş eğitimde, bireyin bilişsel ve sosyolojik gelişiminin yanı sıra psikomotor gelişimi de dikkate alınmalıdır. Eğitim, yaşamın kendisi olup toplumlar arası kuşakların aktarılmasında önemli bir yere sahiptir.

Anlaşılabileceği üzere eğitim bir bütündür ve beden eğitimi ve spor dersi bireyin hayatında çok önemli bir yere sahiptir. Beden eğitimi ve spor dersi bireyde aktif olmayı gerektirir ve bununla beraber temel eğitim hedeflerine de hizmet eder (Eroğlu, 2011). Beden eğitimi ve spor bireylerin bilişsel, duygusal ve fiziksel kabiliyetlerini geliştirir, çağdaş eğitim ile de iç içe olduğunda öğrenci gelişimi açısından örgün eğitimin vazgeçilmezlerindedir. Ayrıca hayatın zorlu şartlarına uyum sağlayabilmenin ve yaşama transfer edilebilmenin yanında kendini her zaman yeniler ve çağa ayak uydurur (Hikmet, 2006). Sanatın dallarından biri olan müziğin çeşitli amaçları olduğu bilinmektedir. Bu amaçlardan bazıları, yaşamın ta kendisi olması, fertlerin birbirleriyle güçlü bağ kurması ile istikrar elde edilmesidir. İnsanları duygusal yalnızlıktan uzaklaştırıp sosyalleştirmesidir. Müzik; ırk, inanç, dil, cinsiyet, yaş ve kültür farklılığı yapmaksızın bireyleri, toplumların ilişkilerini pekiştirir. Grup kurarak müzik çalışmaları ve etkinliklerle, doğal mekânlarda anlaşılabilir, ortak duygu ve düşünceleri paylaşabilirler. Bu durum aynı zamanda kişinin kendini duygusal olarak yenilemesi, ruhsal açıdan rahatlaması ve kültürel açıdan da bulunduğu topluma karşı aidiyet duygusu kazandırması yoluyla bir sosyalleşme süreci olarak bilinir (Uçan, 1994). Yalnızlık, kavramsal olarak her dönem kaygı, hiddet, tasa olarak diğer insanlardan şahsını farklı hissetme duyguları sonucunda; güzel olmayan bir hayat olarak bildirilmektedir. Daha sonraki dönemlerde ergenler ve genç yaşta bireyler arasında yaşlı bireylerden daha yaygın olarak görülmektedir (Jones vd., 1985).

Modern ve gelişen dünyada eğitimin önemi büyüktür. Öğrencilerin okulu sevmesini ve eğitim öğretime devamlılığını sağlayabilmek için eğlenceli bir ortam oluşturmak gerekir. Bundan ötürü öğrencilerin sportif ve müziksel aktiviteler yapması, kişilik gelişimlerine olumlu yönde katkıda bulunur. Bu çalışmanın amacı kırsal kesimde öğrenim gören ve yaşayan öğrencilere spor ve müzikle eğitim sürekliliğini sağlayarak spor ve müzik faaliyetlerinin yalnızlık tutum düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Bu kapsamda spor ve müzik eğitiminin yalnızlık tutum düzeyleri üzerine etkisinin cinsiyet, sınıf, yaş ve yapmakta olduğu aktivite türü değişkenine göre farkı var mıdır? sorularına cevap aranmıştır.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırma Modeli

Araştırma nicel araştırma yöntemlerinden olan ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. İlişkisel tarama modelleri, iki ve ikiden daha fazla sayıdaki değişkenler arasında birlikte değişimin varlığını ya da seviyesini belirleyerek derecelendirmeyi hedefleyen araştırma yöntemleridir. Yapılan farklı tarama modellerinde neden-sonuç ilişkisi aranmamakla birlikte, ilişkiler tartışılabilir ve bir yargıya varılabilir. İlişkisel tarama korelasyon türü ilişki ve karşılaştırma yolu ile ilişki olmak üzere iki türlü yapılır” (Kıncal, 2015).

### 2.2. Araştırma Örnekleme

Araştırmanın etik kurul kararı Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Alt Etik Kurul Başkanlığından (26.02.2019 tarihli ve 70400699/10.00-190066441 sayılı kararında) alınmıştır. Veri toplanacak okullar ile ilgili uygulama izin yazısı ise 30.01.2020 tarihli Erzurum Valiliği İl Millî Eğitim Müdürlüğünden alınmıştır. Araştırmamız öncesinde öğrenciler bilgilendirilmiş ve onayları alınmıştır.

**Tablo 1.** Araştırma örnekleminin bağımsız değişkenlere göre dağılımı

Cinsiyet	n	%
Kadın	96	57,1
Erkek	72	42,9
5. Sınıf	22	13,1
6. Sınıf	66	39,3
7. Sınıf	56	33,3
8. Sınıf	24	14,3
Toplam	168	100,0

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Öğrencilere ait demografik bilgileri belirlemek için “Kişisel Bilgi Formu”, öğrencilerin yalnızlık tutumları için “Yalnızlık Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Kullanılan veri toplama araçlarına ilişkin açıklamalar aşağıda verilmiştir.

*Kişisel Bilgi Formu:* Araştırmada öğrencilere ait demografik bilgileri belirlemek için beş sorudan oluşan “kişisel bilgi formu” hazırlanmıştır. Bilgi formunda öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf ve yapmakta oldukları aktivite türüne ait sorular sorulmuştur.

*Yalnızlık Tutum Ölçeği (YTÖ):* Ülkemizde geçerlik yöntemi ile UCLA Yalnızlık Ölçeğinin geçerlik çalışması yapılmıştır. Demir tarafından uygulanan Çok Yönlü Depresyon Ölçeğinin Sosyal İçerik Dönüklük alt ölçeği ile UCLA Yalnızlık Ölçeğinin geçerlik çalışmasında sık kullanılan Beck Depresyon Envanteri alınmış ve sosyal İçerik Dönüklük alt ölçeği ile 0,82, Beck Depresyon Envanteri ile ise 0,77 korelasyon belirlenmiştir (Demir, 1989). Çocuklar için Yalnızlık Ölçeği ilk kez 3-6. sınıf öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini ölçmek için geliştirilmiş (Asher vd., 1984), daha sonra küçük değişikliklerle (Örneğin; “Kendimi yalnız hissediyorum” yerine “Okulda kendimi yalnız hissediyorum” gibi) okul temelli yalnızlık ölçeği haline getirilmiştir (Asher & Wheeler, 1985). Daha sonra ölçek ortaokul öğrencilerine uygun hale getirilmiş (Asher & Wheeler, 1985) son olarak da ölçek 5-7 yaş grubundaki çocuklar için yenilenmiştir (Cassidy & Asher, 1992).

Bu çalışmada Türkçe’ye uyarlanmasına çalışılan ölçek (Asher & Wheeler, 1985)’in orijinal çocuklar için yalnızlık ölçeğinin, küçük değişikliklerle okul temelli hale getirdikleri ve 3-6. sınıf öğrencileri için yeniledikleri formudur. Ölçek orijinal olarak 3-6. sınıflar arasındaki öğrencilere uygulanmakla birlikte bu çalışmada 7. ve 8. sınıflar da dahil edilmiş böylece 3-8. sınıf öğrencileri için uygunluğu test edilmiştir. Ölçekte 16’sı asıl, 7’i dolgu maddesi olmak üzere toplam 23 madde bulunmaktadır. Dolgu maddeleri “Kitap okumayı severim”, “Spor yapmayı severim” ve “Çok TV seyredirim” gibi çocukların hobi ve ilgileri ile ilgili maddelerdir ve toplam yalnızlık puanının hesaplanmasında dikkate alınmamaktadır. Çocuklar her bir madde ile ilgili tepkilerini 5’li bir dereceleme üzerinden işaretlemektedirler. Bu dereceler (1) “Benim için her zaman doğru”, (2) “Benim için çoğunlukla doğru”, (3) “Benim için bazen doğru”, (4) “Benim için doğru değil” ve (5) “Benim için hiç doğru değil” i ifade etmektedir. Ölçekten alınabilecek minimum puan 16, maksimum puan ise 80’dir. Yaşanan yalnızlık duygusu, ölçekten alınan puanla doğru orantılıdır. Alınan puan yükseldikçe yaşanan yalnızlık duygusu artmaktadır.

### 2.4. Aktiviteler

Öğrencilerin katıldığı aktiviteler, eğitimi aksatmayacak şekilde hafta içi ve hafta sonu olmak üzere uygulandı. Aktivitelerde bireysel (atletizm, güreş, kayak) ve takım sporları (futbol, voleybol) ile müzik faaliyetleri (ses yarışması ve grup solo çalışmaları) yapılmıştır. Öğrenciler gönüllü olarak faaliyetlerin birine veya birkaçına katılım yapmışlardır.

### 2.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın birinci aşamasında 175 öğrenci tarafından doldurulan veriler kontrol edilmiştir. Eksik ya da yanlış doldurulan veri değerlendirmeye alınmamıştır. Daha sonra çalışmaya uygun olan 168 veri değerlendirmeye tabi tutulmuştur. Verilerin değerlendirilmesi ve istatistik testlerin yapılmasında ise SPSS 22.00 istatistik paket programı kullanıldı. Verilerin analizinde tanımlayıcı analiz yöntemi kullanılmıştır. Bunlar; frekans, aritmetik, aritmetik ortalama, standart hata, standart sapma ve yüzdeler dağılımdır. Farklı iki bağımsız değişkenler ile yalnızlık tutumları arasındaki farklılaşmayı belirlemek için Bağımsız-Tek örneklem T Test ve ikiden fazla farklı değişken ile yalnızlık arasındaki farklılaşmayı belirlemek için Tek-Yönlü One Way (Tukey) testi yapılarak sonuçlar  $p < 0,05$  önem düzeyine göre yorumlanmıştır. Öğrencilerin yaşları ile yalnızlık tutumu arasındaki ilişkiyi belirlemek için korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır.

Verilerin normal dağılıma sahip olma standardına bakmak için mod, medyan ve aritmetik ortalama değerleri ile çarpıklık ve basıklık katsayıları göz önünde tutulmuştur. Yalnızlık ölçeğinin mod, medyan ve aritmetik ortalamaları birbirine yakın olduğu, çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde, (George & Mallery, 2010; Büyüköztürk vd., 2012) belirttiği sınırlar içerisinde (-1 ile +1; -1.5 ile +1.5; -2.0 ile +2.0) yer alan veri setinin normal bir dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir. İncelenen bu araştırma istatistikleri kapsamında parametrik testler kullanılmıştır.

### 3. BULGULAR

**Tablo 2.** Yalnızlık ölçeği puanlarının mod, medyan, aritmetik ortalama, çarpıklık ve basıklık değerleri (Normallik Dağılımı)

	Yalnızlık Düzeyi
n	168
Mean	54,7738
Median	54,5000
Std. Deviation	12,85325
<b>Skewness</b>	<b>-,074</b>
Std. Error of Skewness	,187
<b>Kurtosis</b>	<b>-,879</b>
Std. Error of Kurtosis	,373
Minimum	29,00
Maksimum	78,00

**Tablo 3.** Öğrencilerin yapmakta oldukları aktivite türü dağılımı

Aktivite	n	%	Toplam %
Müzik	40	23,8	23,8
Spor	104	61,9	85,7
Her ikisi	24	14,3	100,0
Toplam	168	100,0	

Tablo 3' te katılımcı öğrencilerin yapmakta oldukları aktivite türüne bakıldığında; 'Müzik' diyenlerin 40 kişi (%23,8), 'Spor' diyenlerin 104 kişi (%61,9) ve 'Her ikisi' diyenlerin 24 kişi (%14,3) olduğu görülmektedir.

**Tablo 4.** Öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin cinsiyet türüne göre farklılığı

Yalnızlık Düzeyi	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	t	p
	Kız	96	54,00	11,81	-,901	,369
	Erkek	72	55,81	14,14		

Tablo 4' te katılımcı öğrencilerin cinsiyetleri ile yalnızlık düzeyleri arasında yapılan t testi analizi sonrasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

**Tablo 5.** Öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin yapılan aktivite türüne göre farklılığı

Yalnızlık Düzeyi	Aktivite	n	$\bar{x}$	ss	f	p	Fark
	Müzik (1)	40	58,45	11,682	7,823	,000**	3<1
	Spor (2)	104	55,36	12,63			
	Her ikisi (3)	24	46,08	12,26			
	Toplam	168	54,77	12,85		,003*	3<2

\*p<.05, \*\*p<.01

Tablo 5' te katılımcı öğrencilerin yapmakta oldukları aktivite türleri ile yalnızlık düzeyleri arasında yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova/Tukey) testi sonucunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

**Tablo 6.** Öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin sınıf değişkenine göre farklılığı

	Sınıf Düzeyi	n	$\bar{x}$	ss	f	p	Fark
Yalnızlık Düzeyi	5. Sınıf (1)	22	54,90	15,21			
	6. Sınıf (2)	66	57,39	11,50			
	7. Sınıf (3)	56	54,82	11,69	3,775	,005	2>4
	8. Sınıf (4)	24	47,33	14,48			
	Toplam	168	54,77	12,85			

p<.01

Tablo 6' da katılımcı öğrencilerin öğrenim görmekte oldukları sınıf düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova/Tukey) testi sonucunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 7.** Öğrencilerin yaşları ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki (korelasyon)

		Yaş	Yalnızlık Düzeyi
Yaş	r	1	-,163*
	p		,035
	n	168	168

Tablo 7' de katılımcı öğrencilerin yaşları ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yaş ilerledikçe yalnızlık düzeyi azalmaktadır.

**Tablo 8.** Öğrencilerin yaşları ile yalnızlık düzeyleri arasındaki regresyon analizi

		b	SE	Beta	t	p
Yaş	(Constant)	3,933	,398		9,870	,000
	Yalnızlık Düzeyi	-,015	,007	-,163	-2,128	,035

p<.05

Tablo 8' de katılımcı öğrencilerin yaşları ile yalnızlık düzeyleri arasında ters yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaşları bir puan arttıkça yalnızlık düzeylerinin -,163 puan düştüğü gözlenmektedir.

#### 4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, spor ve müzik faaliyetleri ile kırsal kesimde eğitim gören öğrencilerin okula karşı bağlılıklarını arttırmak ve yalnızlık düzeylerini düşürmek için yapılmıştır. Kırsalda okuyan çocukların sosyo-ekonomik zayıflığı ve çevresel imkânlarının eksikliği de yalnızlığa sebep olmaktadır.

Ortaöğretimde öğrenim gören 96 kız ve 72 erkek öğrencinin yalnızlık tutum düzeyleri cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi spor ve müzikal aktivite değişkenleri açısından incelenmiştir. Araştırmanın yapıldığı yerin kırsal alan olmasının yaptığımız araştırmayı diğer araştırmalardan farklı kılan en önemli faktör olduğunu düşünmekteyiz. Buna gerekçe olarak, günümüzde şehir merkezlerinde veya merkez ilçelerdeki aynı yaş grubu veya üniversitede okuyan öğrenciler üzerine yapılacak aynı konulu araştırmalarda çıkan sonuçlara etken olabilecek, yalnızlığı tamamen ortadan kaldırmaya da azaltacak yapılar (kreş, spor-sanat okulları ve gençlik merkezleri vb.) mevcuttur. Ancak bu veya benzer yapılar kırsalda bulunmamaktadır.

Elde edilen bulgulara göre, araştırmaya katılan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında erkeklerin kızlara göre daha yalnız olduğu tespit edilse de bu farklılık anlamlılık ifade etmemektedir. Literatür incelendiğinde, elde edilen bu sonuçları destekler nitelikte olan çalışmaların olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada erkek ve kız öğrencilerin yalnızlık puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı ifade edilmiştir (Kozaklı, 2006; Yılmaz vd., 2008). Ergenlikte yalnızlık ve intihar sebepleri konulu araştırmada (Yılmaz vd., 2008) cinsiyet ile yalnızlık düzeyleri arasında yine anlamlı bir farklılık bulunmadığını tespit edilmiştir. Başka bir araştırmada öğrencilerde yalnızlık problemi araştırılmış ve erkek öğrencilerin yalnızlık değerlerinin kız öğrencilere göre daha yüksek seviyede olduğunu fakat bu durumun anlamlı seviyede olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmaların yanında sonuçlarımızı destekler nitelikte olan farklı araştırmalarda bulunmaktadır (Certel vd., 2016; Demirtaş, 2007; Erim, 2001; Pancar, 2009; Oruç, 2013; Kılıç, 2014).

Medora ve ark. (1987) yapmış olduğu araştırmada ise cinsiyet ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiş, kız öğrencilerin yalnızlık düzeyi erkek öğrencilerin yalnızlık düzeyinden yüksek olduğu bulunmuştur. Demir ve Buluş yaptıkları çalışmalarda da cinsiyet ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu; erkek öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin kızlara göre daha fazla olduğu sonucu ortaya çıkmıştır (Demir, 1990; Buluş, 1997). Yalnızlık ile cinsiyet değişkeninin etkisini incelemek için yapılan araştırma sonuçlarına göre kız öğrenciler lehine anlamlı fark bulunmuştur (Yüksel-Şahin, 1991; Odacı & Kalkan, 2010). Farklı çalışmalarda ise elde ettiğimiz sonuçlarla çelişen bulgulara yer verilmiştir ve erkek öğrenciler lehine anlamlı fark bulunmuştur (Karataş Karayel, 2011; Körler, 2011; Sarıçam, 2011; Yılmaz vd., 2008).

Bu bulgular ışığında, insan hayatında önemli bir etken olan yalnızlık duygusunun cinsiyet değişkeni ile tek başına açıklanamayacağı ve cinsiyetin yalnızlığı tek bir faktör olarak anlamlı düzeyde etkileyemeyeceği düşünülmektedir. Araştırmamız özelinde ise öğrencilerin yaşam alanları, günlük işleri, yaşam tarzlarındaki benzerlikler ve akrabalık bağlarının sebep olduğu bilinirlik, kız ve erkek çocuklar arasında yalnızlık üzerinde farklılık oluşturmadığı düşünülmektedir. Ayrıca kırsal kesimde eğitim gören öğrencilerin okul dışı günlük yaşam alanı ve aile içindeki iş yükleri bakımından belli bir yaşa kadar kız-erkek ayrım yapılmaksızın yürütüldüğü düşünüldüğünde araştırmamız sonucunu etkileyen faktör olarak düşünülebilir.

Eğitim ve öğretim, kırsal kesimde akademik eğitimin yanı sıra çocukların sosyalleşmesi için çok önemlidir. Okulda geçirdikleri ders zamanlarının dışında yapılan sportif ve müziksel çalışmalara çocukların katılımları sağlanarak çalışma sonuçları incelenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerde yapılan aktivite türleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki farklılaşma incelendiğinde, öğrencilerin yapmakta oldukları aktivite türleri ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Her iki aktiviteyi de birlikte yapan öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin, yalnızca müziksel veya sportif aktivite yapan öğrencilerden düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamız süresince her iki aktiviteye yeteneği ve ilgisi olan öğrencilerin daha çok sosyalleştiği, özgüvenlerinin ve okula bağlılıklarının arttığı gözlemlenmiştir. Bu gelişimin öğrencilerin akran ilişkilerini geliştirerek yalnızlık duygularının daha da azalmasına sebep olduğu araştırmamız süresince gözlemlendiğimiz önemli bir gelişmedir.

Yazıcılar (2004) yapmış olduğu çalışmada, egzersiz sıklığı çok olan öğrencilerin, sıklığı az olan öğrencilere göre daha düşük düzeyde yalnızlık puanlarına sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Page ve ark. (1994) yaptıkları çalışmada da yine sıklıkla egzersiz yapan gençlerin sıklıkla egzersiz yapmayan gençlere göre daha az yalnızlık, utangaçlık ve ümitsizlik özellikleri taşıdıkları ortaya konmuştur. Bu araştırmalar çalışma sonuçlarımızı destekler niteliktedir. Öğrencilerin yapmayı tercih ettikleri aktiviteler bireysel yetenekleri ve ilgi alanları göz önünde bulundurularak tamamen ilgi alanlarına göre şekillendirilmiştir. Mevcut imkânlar dâhilinde sportif ve müzikal yönde gelişim dönemi özellikleri de dikkate alındığında erkek öğrencilerin açık alandaki aktivitelerde daha istekli olduğu gözlemlenmiştir. Diğer yandan kızların ise müzikal solo etkinlik çalışmalarında daha istekli olduğu gözlemlenmiştir. Öğrenciler sevdikleri aktiviteler ile ilgilendikleri zaman grup/takım içerisindeki rollerinin (takım kaptanı, solo ve koro müzik tarzı çalışmaların) verdiği heyecan ve katılımcı tavırları ciddi şekilde gözlemlenmiştir. Araştırmamız evreni içerisinde yatılı bölge okulları da bulunmaktadır. Yatılı ilköğretim okullarında yapılan bir araştırmanın sonuçları önemlidir. Araştırmaya göre öğrencilerin umutsuzluk ve yalnızlık puanları arasında doğru orantılı bir korelasyon olduğu, buna karşın umutsuzluk düzeyi ile spor yaşı arasında ters bir korelasyon olduğu ve spor yaşı arttıkça umutsuzluk düzeyinde azalma olduğu tespit edilmiştir (Kırımoğlu, 2010).

Sınıf düzeylerine göre yalnızlık seviyelerine bakıldığında ise anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Farklılaşmaya bakıldığında ise 6. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin 8. sınıfta okuyan öğrencilerden yüksek olduğu bulunmuştur. Tespitimizi destekler nitelikte olan araştırmalarda sınıf düzeyi değişkeni ile yalnızlık arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş ve sınıf düzeyi yükseldikçe yalnızlık düzeyinin azalmakta olduğunu, sınıf düzeyi azaldıkça yalnızlık düzeyinin artmakta olduğu sonucuna varmışlardır (Köse, 2009; Sarıçam, 2011).

Araştırma sonuçlarımızla çelişen ve aksi sonuç ifade eden çalışmalarda ise sınıf değişkeni ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Karaoğlu vd., 2009; Pancar, 2009; Gülден, 2010; Atli vd. 2015; Oruç, 2013). Ancak bu araştırmalar il merkezlerindeki devlet ve özel okullarda yapılmış olması göz önünde bulundurulmalıdır. Certel ve ark. (2016) tarafından yürütülen araştırmada öğrenci yalnızlığı ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunmasa da Karayel ve Yılmaz (2011) tarafından yapılan araştırmalarda, öğrencilerin yaşları ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiş olması elde ettiğimiz sonuçla paralellik göstermektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşları ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda yaş ilerledikçe yalnızlık düzeyi azalmaktadır. Öğrencilerin yaşları bir puan arttıkça yalnızlık düzeylerinin (-,163 puan) düştüğü görülmektedir.

Öğrencilerin yalnızlık durumlarını okullarda verilen sosyal hizmet açısından değerlendiren araştırma sonucuna göre sosyal hizmetlerin okullarda meydana gelen problemlerin çözümünde önemli bir role sahip olduğu belirtilmiştir (Duyan vd., 2010). Diğer yandan kentte yaşayan çocukların sosyal problem çözme becerilerinin kırsalda yaşayan çocuklara göre daha üst becerilere sahip olduğu ve sosyal problem çözme becerilerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği belirten çalışmalarda bulunmaktadır (Basun & Erden, 2020).

Eğitimin, her anlamda ve her alanda verimli ve donanımlı birey yetiştirme amacı düşünüldüğünde, öğrencilerin fiziksel, zihinsel ve psikomotor özelliklerinin yanı sıra psikomotor ve sosyal özelliklerinin de sağlıklı olarak geliştirilmesi önemlidir. Bireyin bir başına kalma veya diğer bir ifadeyle yalnız kalma problemi günümüz şartlarında ve tüm toplumlarda düşünülmesi gereken psikososyal bir problemdir. Bu noktada, problemlerden uzak kalabilen veya problemlerini çözebilen sağlıklı bireylerin yetişebilmesi sadece bireysel bir fayda olarak değil, aynı zamanda toplumsal ve ülke genelinde bir fayda olarak da düşünülebilir. Problemlerden arınabilmenin bir yolu olarak, mevcut sorunları paylaşarak çözebilme ya da paylaşarak olumsuz etkisini azaltma adına sosyalleşmenin önemli bir rol oynayabileceği gerçeği göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin planlı veya plansız olarak, tek başına ya da bir grup ile yapabileceği fiziksel veya müzikal aktivitelerle, yalnız kalmanın getirebileceği her türlü olumsuzluktan uzak kalacağı düşünülebilir.

Öğrencilerin eğitim öğretim sürecinde ve sosyal yaşamlarında yalnızlık düzeylerinin düşürülmesi amacıyla eğitim sürecinin sportif aktiviteler ve müzikle desteklenmesinin önemlidir. Genel olarak konu ile alakalı araştırmalar merkezlerde yapıldığı bundan dolayı araştırmanın farklı bölgelerdeki kırsal alanlarda yaşayan öğrenciler üzerinde yapılması hem yalnızlık ve problem çözme gibi sorunların üstesinden gelebilecek hem de çocukları okula bağlayabilecek faaliyetlerin tespit edilmesi açısından önemlidir.

## 5. DESTEK VE TEŞEKKÜR BEYANI

Araştırmamızın yapılmasında katkı sağlayan Erzurum ili Çat ilçesindeki uygulama okullarına, öğrencilerimize ve ailelerine teşekkür ederiz.

## 6. ETİK BEYANI

Araştırma Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Etik Kurul Başkanlığının 26.02.2019 tarih ve 70400699/10.00-190066441 sayılı kararı ve Erzurum Valiliği İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nün 30.01.2020 tarih ve 36648235-605.01-E.2120257 sayılı uygulama izni ile yapılmıştır.

## 7. YAZAR KATKILARI

Araştırma FK ve YS tarafından tasarlandı. YS müzik ve spor aktivitelerini uygulayarak verileri topladı. Makale formatına dönüştürülmesi ve dergi yazım formatına göre uyarlanması FK tarafından yapılmıştır.

## 8. KAYNAKLAR

- Asher, S. R., Hymel, S., & Renshaw, P. D. (1984). Loneliness in Children. *Child Development*, 55(4), 1456–1464. <https://doi.org/10.2307/1130015>
- Asher, S. R., & Wheeler, V. A. (1985). Children's loneliness: a comparison of rejected and neglected peer status. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(4), 500. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.53.4.500>
- Atli, A., Kelda, G., & Sonar, O. (2015). Üniversite öğrencilerinin yabancılaşıma ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 149-160. <https://dergipark.org.tr/en/pub/mkusbed/issue/19575/208760>
- Basun, B., & Erden, Ş. (2020). Kent merkezi ve kırsalda yaşayan okul öncesi çocuklarının sosyal problem çözme becerilerinin incelemesi. *Millî Eğitim Dergisi*, 49(227), 271-288. <https://dergipark.org.tr/en/pub/milliegitim/issue/56322/778269>
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 82-90. <https://dergipark.org.tr/en/pub/pauefd/issue/11140/133271>
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Örnekleme yöntemleri [PowerPoint slaytı]*. SlaytPaylaşım <http://w3.balikesir.edu.tr/~msackes/wp/wp-content/uploads/2012/03/BAY-Final-Konulari.pdf>
- Cassidy, J., Asher, S. R. (1992). Loneliness and peer relations in young children. *Child Development*, 63(2), 350-365. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1992.tb01632.x>

- Certel, H., Yakut, S., Yakut, İ., & Gülsün, B. (2016). Öğrencilerde yalnızlık problemi. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 5(8), 3069-3084. <http://www.itobiad.com/en/download/article-file/233718>
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18. <https://www.psiolog.org.tr/tr/yayinlar/dergiler/1031828/tpd1300443319890000m000359.pdf>
- Demir, A. (1990). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini etkileyen bazı etmenler* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Demirtaş, A. (2007). *İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- 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. <http://egitimvebilim.ted.org.tr/index.php/EB/article/view/628>
- Erim, B. (2001). *Yetiştirme yurtlarında ve aileleri yanında yaşayan ergenlerin, benlik saygısı, depresyon ve yalnızlık düzeyleri ile sosyal destek sistemleri açısından karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Eroğlu, B. (2011). *Öğretmenlik uygulamasının beden eğitimi öğretmeni adaylarının mesleki yeterlikleri ve mesleğe yönelik tutumları üzerine etkileri* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference* (10. Baskı). Allyn & Bacon. <https://lib.ugent.be/catalog/rug01:001424067>
- Gülден, Ç. (2010). Lise ve üniversite öğrencilerinin problemlili internet kullanım düzeyleri ile algılanan iyilik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Bahkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(24), 70-85. <https://dergipark.org.tr/en/pub/baunsobed/issue/50235/647944>
- Hikmet, A. (2006). *Öğretmenler ve öğrenciler için okullarda beden eğitimi* (6. Baskı). Bağırğan Yayınevi. [https://www.nobelyayin.com/okullarda-beden-egitimi-ogretmen-ve-ogrenciler-icin\\_2390.html](https://www.nobelyayin.com/okullarda-beden-egitimi-ogretmen-ve-ogrenciler-icin_2390.html)
- Jones, W. H., Carpenter, B. N., & Quintana, D. (1985). Personality and interpersonal predictors of loneliness in two cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(6), 1503. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.6.1503>
- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S., & Deniz, M. (2009). Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26. <https://dergipark.org.tr/en/pub/marumj/issue/411/2946>
- Karataş Karayel, G. (2011). *Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak mükemmeliyetçilik* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Muğla Üniversitesi.
- Kılıç, Ş. D. (2014). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Kıncal, R. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (4. Baskı). Nobel Yayınevi. [https://www.nobelyayin.com/bilimsel-arastirma-yontemleri\\_2986.html](https://www.nobelyayin.com/bilimsel-arastirma-yontemleri_2986.html)
- Kırımoglu, H., Filazoglu Çokluk, G. & Yıldırım, Y. (2010). Yatılı ilköğretim bölge okulu 6. 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre yalnızlık ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi (Hatay ili örneği). *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(3), 101-108. [https://doi.org/10.1501/Sporm\\_0000000183](https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000183)
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Mersin Üniversitesi.
- Körler, Y. (2011). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Köse, E. (2009). *Yurtta kalan ve ailesiyle birlikte yaşayan lise öğrencilerinin yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Medora, N., Woodward, J., & Larson, J. (1987). Adolescent loneliness: A cross-cultural comparison of Americans and Asian Indians. *International Journal of Comparative Sociology*, 28, 204. <https://www.proquest.com/openview/115d3cd7823fd9529b1efab1c09d2ad5/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1819659>
- Odacı, H., & Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education*, 55(3), 1091-1097. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2010.05.006>
- Oruç, T. (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Page, R. M., Scanlan, A., & Deringer, N. (1994). Childhood loneliness and isolation: Implications and strategies for childhood educators. *Child Study Journal*, 24(2), 107-118.



- Pancar, A. (2009). *Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. [Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Uçan, A. (1994). *Müzik eğitimi*. Müzik Ansiklopedisi Yayınları.
- Yazıcılar, İ. (2004). *Spor yapan ve spor yapmayan gençlerin yalnızlık düzeylerinin araştırılması* [Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Celal Bayar Üniversitesi.
- Yılmaz, E., Yılmaz, E., & Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2), 71-79. <http://193.255.240.32/geneltip/upload/sayi/56/GTD-00447.pdf>
- Yüksel-Şahin, F. (1991). *İçsel ya da dışsal denetimli olmanın ve bazı değişkenlerin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyine etkisi* [Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.