

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN TELEVİZYON İZLEME SÜRESİNE GÖRE YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

AN INVESTIGATION OF THE LONELINESS LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS ACCORDING TO THEIR TELEVISION VIEWING TIME

Şüheda ÖZBEN*

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin televizyon izleme süresine göre yalnızlık düzeylerini incelemektir. Çalışma, betimsel ve karşılaştırmalı bir araştırmadır. Örneklem, araştırmaya gönüllü olarak katılan 258 kız ve 267 erkek olmak üzere toplam 525 üniversite öğrencisinden oluşturulmuştur. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde tek- yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Scheffe testi kullanılmıştır. Araştırma sonunda, televizyon izleme süresine göre öğrencilerin yalnızlık puanları arasındaki farklılığın anlamlı olduğu saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin televizyon izleme süresi arttıkça yalnızlık puanlarının da arttığı görülmüştür.

Anahtar kelimeler: üniversite öğrencisi, televizyon izleme süresi, yalnızlık düzeyi

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the loneliness levels of university students according to their television viewing time. It is a descriptive and comparative study. The sample consisted of 525 university students in Izmir. The UCLA Loneliness Scale and Personal Information Form were used in the study. The data were assessed through using one-way analysis of variance (ANOVA) and Scheffe test. A significant difference was found between loneliness scores of the students according to their television viewing time. The loneliness levels of more television viewers were significantly higher than the loneliness levels of less viewers.

Keywords: university student, television viewing time, loneliness levels,

*Yrd.Doç.Dr. DEÜ Buca Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü , suheda.ozben@deu.edu.tr

1. GİRİŞ

Televizyon, bütün dünyada yaygın olarak izlenen medya araçlarından biridir; izleyenlere eğitim, iletişim ve eğlence aracı olmuştur. Televizyonun izleyenler üzerinde yararlı ya da zararlı etkileri olabilmektedir. Televizyonu fazla izlemeden doğan bedensel, ruhsal, toplumsal, doğal olarak da eğitsel sorunların ortaya çıktığı gözlenmektedir. Bu nedenle konu, günümüzde özel bir önem taşımakta ve medyanın doğru kullanılması açısından ilgi odağı olmaktadır.

Televizyonun çok fazla izlenmesi; okuma, problem çözme, ödev yapma, hobi geliştirme, aile ve arkadaşlar ile etkileşime girme gibi olumlu alışkanlık ve becerileri (Randy & Hammermeister, 1996); toplumsal yaşama katılımı ve sosyal etkileşimi engelleyebilmektedir (Kubey,1990; Bruni ve Stanca, 2005). Televizyon izleyen çocuklar ve yetişkinler problem çözmede daha az yaratıcı, görevlerinde daha sebatlı, ve yapılandırılmamış zaman için daha az hoşgörülü olmuşlardır (Kubey ve Csikszentmihalyi, 2004). Televizyonun çok fazla izlenmesi öğrencilerin akademik başarısını da düşürebilmektedir (Shejwal ve Purayidathil, 2006).

Televizyon izlemenin gazete okumayı %20, dergi-magazin- kitap okumayı %22 oranında azalttığı; izleyenlerinin %66'sının sinemaya; %45'inin tiyatroya eskiye göre daha az gittiği saptanmıştır. Ayrıca bu alışkanlığın %32 oranında kişide uyuşukluk, tembellik yaptığı, %8,5 oranında kişide sınırlara, %4 oranında sağlığa, %3,4 oranında dikkate etki ettiği, yani ruhsal ve bedensel yönden olumsuz sonuçlar doğurduğu belirlenmiştir (Aziz, 1975:198-210).Ayrıca televizyon bağımlılık da oluşturabilmektedir (McIlwraith, 1998).

Televizyon bireyi yalnızlaştırmakta, ardından, kimliği silinmiş veya tekdüzeleştirilmiş birey haline getirerek toplumsal rolleri zayıflatmaktadır (Yavuzer, 1998). Bireyler bir araya geldiklerinde konuşmak, dertleşmek yerine herhangi bir televizyon programını izlemeyi tercih eder hale gelmişlerdir. Bunun sonucunda giderek sosyal ilişkiler zayıflamaktadır.

Doğal olarak ortaya çıkan, “insan sıkıntı ve yalnızlık yüzünden mi TV izler, ya da TV izleme mi insanları sıkıntıya ve yalnızlığa daha duyarlı hale getirir?” sorusunun cevabı, basit bir cevap değildir (Kubey ve Csikszentmihalyi, 2004). Randy ve Hammermeister, (1996) araştırmalarında yalnızlık ve televizyon izleme sıklığı arasında anlamlı bir farklılık olduğunu bulmuşlardır. Çok fazla televizyon izleyenlerin yalnızlık puan ortalamalarının orta ve hafif izleyicilerden daha yüksek olduğunu görmüşlerdir.

Sürekli televizyon izleme yalnızlıkla baş etme stratejilerinden biridir. Hibberd'e (2009) göre TV seyretmek, izleyenleri yalnızlık ve reddedilme duygularından uzaklaştırabilir, onlara sosyal ihtiyaçları karşılanıyormuş gibi bir yanılsama sağlayabilir. Çakır ve Çakır (2011) araştırmalarında yalnızlık düzeyi arttıkça televizyon izleme süresinin arttığını saptamışlar, katılımcıların kendilerini daha az yalnız hissetmek için televizyon izlediklerini görmüşlerdir. Toruk'un (2008) araştırmasında da katılımcıların 82 % si TV izlemenin asıl amacının yalnızlığı paylaşmak olduğunu ifade etmişlerdir. Rubenstein ve Shaver, (1980) televizyon seyretmeyi “sad passivity” olarak adlandırdıkları farklı bir başa çıkma stratejisi olarak saptamışlardır. “sad passivity” ağlama, uyuma, oturup düşünme, aşırı yeme, hiçbir şey yapmama, sakinleştirici alma, televizyon seyretme, içme ya da sarhoş olma cevaplarını kapsar. Hüzünlü bir pasiflik (sad passivity) yalnızlıkla başa çıkmak için karakteristik bir yanıtır.

Yalnızlık, kişinin ihtiyaç duyduğu sosyal ilişkilerin olmaması veya değişik sosyal ilişkileri bulunmasına rağmen, bu ilişkilerde yakınlığın, içtenliğin ve duygusallığın bulunmaması

durumuna kişinin verdiği tepkidir (Weiss, 1973). Weiss'e göre, "duygusal yalnızlık" bağlanma figürünün, "sosyal yalnızlık" ise sosyal ağın olmamasından meydana gelir. Yalnızlık bireylerin kişisel ilişkilerindeki eksiklikleri algılamalarından kaynaklanan olumsuz bir duygudur (Peplau ve Perlman, 1982). Yalnızlık, hoş olmayan, caydırıcı, üzücü, subjektif ve acı bir deneyimdir; bir kişinin sosyal ilişkiler ağında niceliksel ya da niteliksel olarak anlamlı eksiklikler olduğunda oluşur (Perlman & Peplau, 1984). Yalnızlığın özü toplumsal ilişkilerimizden doyumsuzluktur (Brehm, 1985).

Rokach'ın (1989) yalnızlık modeline göre: ilişkisel yetersizlikler (sosyal yabancılaşma, yetersiz sosyal destek sistemleri, sorunlu ilişkiler), travmatik olaylar (hareketlilik değişimleri, kayıplar, krizler), karakterolojik ve gelişimsel değişkenler (gelişimsel bozukluklar, kişisel eksiklikler) yalnızlık nedenleridir.

Yalnız insanların kendileri, başkaları ve durumlar hakkında akıldışı inançları olabilir. Bu yanlış anlamalar arkadaş edinmeyi, başkalarıyla duyguları paylaşmayı engelleyebilir (Hoglund ve Collison, 1989); olumsuz duygu ve olumsuz öz-değerlendirmeye neden olabilir. (Schultz ve Moore, 1986). Onlar, kendini açmada yetersizdirler, daha az çekicidirler. Arkadaşlarının kişiliğini daha olumsuz değerlendirirler (Perlman ve Peplau, 1984). Algılanan yalnızlık düzeyi arttıkça, başkalarına güven ve duygu kontrolü azalmaktadır (İmamoğlu, 2008).

Bazı çalışmalar, depresyon, anksiyete, içe dönüklük, atılganlık eksikliği, umutsuzluk, ve düşük sosyal risk alma (Russell, Peplau ve Cutrona, 1980); öfke, iyimserlik, olumsuz değerlendirme korkusu, sosyal beceri, sosyal destek ve disfori (Cacioppo, Hawkley, Ernst, Burleson, Berntson, Nouriani ve Spiegel, 2006); sosyal iletişim güçlüğü, fiziksel çekiciliğin eksikliği (Lamn ve Stephan, 1987); utangaçlık (Maroldo, 1981); dış kontrol odağı (Hojat, 1982); saldırganlık, düşük benlik saygısı ve stres (Jones , Freemon, & Goswick, 1981) gibi çeşitli psikolojik problemlerle yalnızlık arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur.

Erikson yalnızlık duygusunun genç yetişkinlikte önem kazandığını vurgulamaktadır. Erikson'a göre, (1963) yalnızlık, ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde psikososyal kriz nedeniyle daha da önem kazanmaktadır. Bu dönemde yakın ilişkiler kurulamazsa yalnızlık ve yalıtılmışlık ortaya çıkar. Böylece, yeni ilişkiler geliştirmek zorunda olan gençler, her yeni sosyal durumda yalnızlık duygusu hissedebilir (Brehm, 1985).

Üniversite yaşamı liseden üniversiteye geçiş dönemidir. Bu dönemde öğrencilerin çoğu evden ayrılırlar, onların eski sosyal ağları kopar ve öğrenciler yeni sosyal ağlar oluşturmak durumunda kalırlar. Bu geçiş döneminde, evden uzakta olma, aileden uzakta yaşama, yeni bir okula başlama, yeni bir ortamda yaşama ve daha önceki sosyal destek sistemlerinden yoksun kalma üniversite öğrencilerinde yalnızlığa neden olur (Demir, 1990; Bugay, 2007; Wiseman, Mayselless ve Sharabany, 2006).

Yalnız öğrenciler, arkadaş edinme, kendilerini tanıtmaya, gruplara katılma, partilerden zevk alma ve sosyal faaliyetleri başlatmak için telefon konuşmaları yapma gibi sorunlarının olduğunu bildirmişlerdir (Horowitz ve ark. 1982). Bu sonuçlar yetişkinliğe uyumlu bir geçişi engelleyebilir ve psikolojik iyilik halini tehlikeye sokabilir.

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin televizyon izleme sürelerine göre yalnızlık düzeylerini incelemek ve yalnızlıkla başa çıkmak için bazı öneriler sunmayı amaçlamaktadır.

2. YÖNTEM

2.1. Örneklem

Örneklem, araştırmaya İzmir'deki farklı üniversitelerden gönüllü olarak katılan 258 kız (%49,1) ve 267 erkek (%50.9) olmak üzere 525 üniversite öğrencisinden oluşturulmuştur. Yaş dağılımı 16 ile 37 arasında değişmektedir. Yaş ortalaması $M=21,58$; $sd=1,845$ ' dir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Veri Toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale) kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda üniversite öğrencilerinin sosyo- demografik özelliklerini saptamak için cinsiyet, yaş, bölüm ve televizyon izleme süresi gibi değişkenlere yer verilmiştir.

UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA Loneliness Scale)

Russell, Peplau ve Ferguson tarafından 1978' de geliştirilmiştir; Russell, Peplau ve Cutrona tarafından gözden geçirilmiştir (1980). Bu gözden geçirilen ölçeğin 10' u düz, 10' u ters yönde kodlanmış 20 maddesi bulunmaktadır. Bireylerden maddelerde yer alan durumları ne sıklıkla yaşadıklarını dördümlü Likert tipi ölçek üzerinde belirtmeleri istenmektedir. Ölçek olumlu yöndeki ifadeleri içeren maddelere "hiç yaşamam" 4, "nadiren yaşarım" 3, "bazen yaşarım" 2, "sık sık yaşarım" 1 puan; olumsuz ifadeleri içeren maddelere ise bunun tam tersi olarak, "hiç yaşamam" 1, "nadiren yaşarım" 2, "bazen yaşarım" 3, "sık sık yaşarım" 4 puan verilerek puanlanmaktadır. Puanlamada bireylerin tüm maddelerden aldığı puanlar toplanarak her birey için "genel yalnızlık puanı" elde edilmektedir. Her bir madde için puanlama 1-4 arasında değiştiği için ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20' dir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması yalnızlık düzeyinin yüksek olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir (Demir, 1989). Ölçeğin Türkçeye çeviri ve uyarlama çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Demir, benzer ölçekler geçerliğini Beck Depresyon Envanteri için .77 ve Çok Yönlü Depresyon Envanterinin "Sosyal İçe Dönüklük" alt ölçeği için .82 olarak bulmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini iç tutarlık ve testin tekrarı yöntemi ile incelemiş, iç tutarlık katsayısı .96, testin tekrarı yöntemi ile de güvenilirlik katsayısı .94 olarak saptanmıştır.

2.3. Uygulama

Veri toplamak için gerekli izin alındıktan sonra üniversite öğrencilerine ulaşılarak araştırmanın amacı açıklanmış ve araştırmaya katılıp katılmayacakları, uygun olup olmadıkları sorulmuştur. Araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyenler belirlenmiş ve kendilerinden randevu alınmıştır. İkinci aşamada, görüşme saatlerinde, onlar gruplandırılarak ölçekler uygulanmış ve veriler toplanmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde tek-yönlü varyans analizi ANOVA ve Scheffe testi kullanılmıştır. İstatistiksel analizler SPSS for Windows Release 13.00 kullanılarak yapılmıştır. Araştırmada, önem düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

3. BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin günlük televizyon izleme süresine göre sayıları, yalnızlık puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Üniversite öğrencilerinin günlük televizyon izleme süresine göre sayıları, yalnızlık puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları

Televizyon izleme zamanı	n	%	\bar{x}	SS
İzlemez	104	19,8	37,74	8,82
Bir saat izler	94	17,9	34,86	7,41
İki saat izler	124	23,6	36,31	8,51
Üç saat izler	97	18,5	38,41	8,87
Dört saat ve daha çok izler	86	16,4	41,35	10,57
Cevapsız	20	3,8		
Total	505	100,0	37,60	9,05

Üniversite öğrencilerinin 19.8%’i hiç televizyon izlemediklerini; 17.9%’ u günde bir saat; 23.6%’sı günde iki saat; 18.5%’ i günde üç saat; 16.4%’ü günde dört saat ve daha çok televizyon izlediklerini rapor etmişlerdir; 3.8%’i televizyon izleme süresini cevaplamamışlardır (Tablo 1).

Araştırmaya 525 öğrenci katıldığı halde 20 öğrencinin televizyon izleme süresini cevapsız bırakmaları nedeniyle analizler 505 öğrenciden elde edilen verilere göre yapılmıştır. Katılımcıların televizyon izleme sürelerine göre yalnızlık puanları arasındaki farklılığı belirlemek için tek- yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmış ve Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Günlük televizyon izleme sürelerine göre örneklemin yalnızlık puanlarının tek – yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

Televizyon izleme süresi	Varyansın Kaynağı (VK)	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
	Gruplar arası	2187.005	4	546,751	6,998	.000*
	Gruplar içi	39066.587	500	78,133		
	Toplam	41253.592	504			

*p<.05

Tablo 2’de görüldüğü gibi, günlük televizyon izleme süresine göre üniversite öğrencilerinin yalnızlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{4-504} = 6.998$, $p = .000^*$). Her gün 1 saat televizyon izleyenlerin yalnızlık puan ortalamaları $X = 34,86$, 2 saat izleyenlerin $X = 36,31$, hiç izlemeyenlerin $X = 37,74$, 3 saat izleyenlerin $X = 38,41$, 4 saat ve üzeri izleyenlerin yalnızlık puan ortalamalarının $X = 41,35$ olduğu saptanmıştır. Televizyon izleme süresi arttıkça üniversite öğrencilerinin yalnızlık puanları da artmaktadır. Yapılan Scheffe testi sonucunda yalnızlık puanları arasındaki farklılığın 1, 2 saat ile 4 saat ve daha çok televizyon izleyenlerden kaynaklandığı belirlenmiştir ($p < .05$). Bu farklılık 4 saat ve üzerinde

televizyon izleyenlerin lehine gerçekleşmiştir. 4 saat ve üzerinde televizyon izleyen öğrencilerin yalnızlık düzeyleri 1-2 saat izleyen öğrencilerden anlamlı derecede daha yüksektir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin televizyon izleme sürelerine göre yalnızlık düzeylerini karşılaştırmaktır. Araştırma sonunda televizyon izlemeyen üniversite öğrencilerinin yalnızlık puan ortalamalarının 1-2 saat izleyenlerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, gruptaki öğrenci özelliklerine bağlanabilir. Her gün televizyon izleyen üniversite öğrencilerinin televizyon izleme süresi arttıkça yalnızlık puanlarının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı görülmüştür. Bu sonuca göre uzun süre televizyon izlemenin yalnızlığa neden olduğu düşünülebilir. Gerçek yaşamda yeni insanlarla tanışma güçlüğü yaşayan, hem aileleriyle hem de diğer insanlarla doyumlu ilişkiler kuramayan, yakın dostluklar oluşturamayan, kendini açamayan üniversite öğrencileri daha uzun süre televizyon izliyor olabilirler.

Üniversite öğrencilerinin yalnızlık duyguları üzerine yapılan araştırma bulguları arasında tutarlılığın olmadığı, bazı araştırmalar, araştırmanın bu sonucunu desteklerken bazılarının desteklemediği belirlenmiştir. Demir'in (1990) araştırmasında, TV seyretme sıklığının yalnızlık üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Çakır ve Çakır'ın (2011), Kubey'in (1990), Hammermeister, Brock, Winterstein ve Page'in (2005), Toruk'un (2008) yaptıkları araştırmalarda bu araştırma ile benzer sonuçlar bulunmuştur. Çakır ve Çakır (2011) araştırmaya katılanların yalnızlık düzeyleri arttıkça, televizyon izleme sürelerinin de arttığını saptamışlardır. Kubey (1990) araştırmasında fazla televizyon izleyenlerin daha az izleyenlere göre daha yalnız olduklarını ve zamanlarının çoğunu evde geçirdiklerini görmüştür. Hammermeister, Brock, Winterstein ve Page (2005) araştırmalarında günde 2 saatten fazla televizyon izleyen kadınlarda daha az izleyenlere göre yalnızlık, umutsuzluk, utangaçlık, depresyon, yeme bozuklukları, düşük benlik saygısı, kilo memnuniyeti, algılanan çekicilik ve yaşam doyumu gibi psikososyal sağlık değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler olduğunu saptamışlardır. Toruk'un (2008) araştırmasında da örneklerin 82 % si TV izlemenin asıl amacının yalnızlığı paylaşmak olduğunu ifade etmişlerdir.

Bu araştırma sonucu üniversite öğrencilerinin doyumlu ilişkiler yaşayamadıklarını göstermektedir. Çünkü insanlararası ilişkilerin kalitesi yalnızlık düzeyini etkilemektedir. İlişkisel doyum ve yaşam doyumu ile yalnızlık arasında olumsuz bir ilişki olduğu görülmüştür (Bugay, 2007; Tuzgöl-Dost, 2007; Tümkiye, Aybek, ve Çelik, 2008). Yalnız bireyler doyurucu ilişkiler kuramamaktadırlar (İmamoglu, 2008).

5. ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri azaltmak için, onların sosyal becerilerini geliştirmek ve doyumlu ilişkiler kurmalarını sağlamak gerekir. Bu amaçla, üniversite öğrencileri için sosyal faaliyetler düzenlenebilir, onların sosyal destek ağları genişletilebilir. Brehm'in de belirttiği gibi (1985), yalnızlık duygusu ile başa çıkmak için daha çok televizyon izlemek daha doyumlu bir sosyal yaşam için yardımcı olmaz, üstelik uzun sürede sosyal ilişkiler zarara uğrar. Yaşantımızda ayrılmaz bir yeri olan televizyonun doğru kullanımı için medya eğitimine ihtiyaç vardır. Medya okuryazarlığı diye adlandırılan medya eğitimi seçici, akılcı ve eleştirici bir medya tüketicisi olma prosesidir (Hogan, 2001). Bu araştırmanın bulguları, üniversite öğrencileri ile psikolojik danışmanlıkta da yararlı olabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır. Birincisi, örneklem İzmirdeki üniversite öğrencilerinden oluşturulmuştur, sonuçlar Türkiye'deki bütün üniversite öğrencileri ile ilgili değildir. Daha sonra yapılacak araştırmaların Türkiye'deki bütün üniversite öğrencilerini temsil eden gruplarla yapılması önerilebilir. İkincisi, bu araştırmanın değişkenleri televizyon izleme süresi ve yalnızlık duygusudur. Gelecekte yapılacak araştırmalar yalnızlığa neden olan farklı psikososyal değişkenlerle de tasarlanabilir.

KAYNAKÇA

- Aziz, A.(1975). *Televizyonun Yetişkin Eğitimindeki Yeri ve Önemi*. Ankara: Türkiye ve Orta Doğu Amme İdaresi Enstitüsü Yayınları No. 148.
- Brehm, S. (1985). *Intimate Relationships*. New York: Random House.
- Bruni, L. ve Luca Stanca, L.(2005). Watching alone: Relational Goods, Television and Happiness. http://dipeco.economia.unimib.it/pdf/pubblicazioni/wp90_05.pdf
- Bugay, A. (2007). Loneliness and life satisfaction of Turkish university students. Retrieved from <http://www.ece.salford.ac.uk/presentations>
- Cacioppo, J. T., Louise, C., Hawkley, L. C., Ernst, J. M., Burleson, M., Berntson, G.,Nouriani, B., ve Spiegel, D. (2006). Loneliness within a nomological net: an evolutionary perspective. *Journal of Research in Personality*, 40, 1054–1085. DOI: 10.1016/j.jrp.2005.11.007
- Çakır, V. ve Çakır,V. (2011). Yalnızlık ve televizyon kullanımı. *Selçuk İletişim Dergisi*, 2011; 7(1):131-147.
- Demir, A.(1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Demir, A. (1990). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler*. Yayımlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ericson, E. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.).New York: W.W.Norton.
- Hammermeister, J., Brock, B., Winterstein, D. ve Page, R. (2005). Life Without TV? Cultivation Theory and Psychosocial Health Characteristics of Television-Free Individuals and Their Television-Viewing Counterparts. *Health Communication*, 17(3), 253–264 Copyright © 2005, Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Hibberd, J. (2009). Watching TV might not make you happy, but for some viewers it beats being alone.
<http://www.reuters.com/article/2009/04/28/us-loneliness-idUSTRE53R18G20090428>
- Hogan M.J. (2001). Parents and other adults: models and monitors of healthy media habits. Singer D. Singer J. *Handbook of children and the media Thousand Oaks (CA): Sage Publications* : pp 663-680.
- Hoglund, C. L., & Collison, B. B. (1989). Loneliness and irrational beliefs among college students. *Journal of college student development*, 30, 53.
- Hojat, M.R.(1982). Loneliness as a function of selected personality variables. *Journal of clinicial psychology*. 38, 137-141.
- Horowitz, L.M.; French, and Anderson, C.A.(1982). The prototype of a lonely person. In: Peplau, L.A., and Perlman, D., eds. *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. New York: Wiley-Interscience.

- İmamoğlu, S. (2008). *Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Jones, W. H., Freemon, J. E., ve Goswick, R. E. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of personality*, 49 (1), 27-48.
- Kubey, R. (1990): Television and the quality of family life, *Communication Quarterly*, 38:4, 312-324. DOI 10.1080/01463379009369769
- Kubey, R. ve Csikszentmihalyi, M. (2004). Television addiction is no mere metaphor, *Scientific American Special Edition*, 15512991, 14(1).
- Lamm, H. ve Stephan, E. (1987). Loneliness among German university students: some correlates. *Social Behavior and Personality*, 15 (2), 161-164.
- Maroldo, G.K. (1981). Shyness and loneliness among college men and women. *Psychological Reports* 48, 885-886.
- http://scholar.google.com.tr/scholar?q=Television+addiction+is+no+mere+metaphor%2C++&btnG=&hl=tr&as_sdt=0&as_vis=1
- McIlwraith, R. D.(1998). "I'm addicted to television": The personality, imagination, and TV watching patterns of self-identified TV addicts. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 42:3, 371-386.doi.10.1080/08838159809364456
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau and D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research And Therapy*. New York: Wiley Interscience.
- Perlman, D. ve Peplau, L. A. (1984). Loneliness research: a survey of empirical findings. In L. A. Peplau & S.Goldston (Eds.), *Preventing The Harmful Consequences of Severe And Persistent Loneliness*. (pp. 13-46). U.S. Government Printing Office, DDH Publication No. (ADM) 84-1312.
- Randy, M. ve Hammermeister, J. (1996). Psychosocial and health-related characteristics of adolescent television viewers. *Child Study Journal*, 00094005, 26(4).
- Rokach, A. (1989). Antecedents of Loneliness: A Factorial Analysis. *Journal of Psychology*, 123(4), 369-384.
- Rubenstein, C. ve Shaver, P. (1980). Loneliness in two northeastern cities. In J.Hartog, J. R. Audy, ve Y. A. Cohen (Eds.), *The anatomy of loneliness* (pp.319-337). New York: International Universities Press.
- Russell, D., Peplau, L. A., ve Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42 (3), 290-294.
- 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.
- Schultz, N. R., ve Moore, D.W. (1986). The loneliness experience of college students: Sex differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12, 111-119.
- Shejwal, B. R.& Purayidathil, J. (2006). Television Viewing of Higher Secondary Students : Does It Affect Their Academic Achievement and Mathematical Reasoning? Sage Publications New Delhi/Thousand Oaks/London DOI: 10.1177/097133360601800203

- Toruk, İ. (2008). Üniversite gençliğinin medya kullanma alışkanlıkları üzerine bir analiz. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* Sayı 19, 475-488
- Tuzgöl- Dost, M. (2007). Examining life satisfaction levels of university students in terms of some variables. Pamukkale University. *Journal of Education*, 2 (22), 132.
- Tümkaya, S., Aybek, B. ve Çelik, M. (2008). An investigation of students' life satisfaction and loneliness level in a sample of Turkish students. *International journal of human sciences* (Online) 5:1. Retrieved from <http://www.insanbilimleri.com>.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*, Cambridge. The MA:MIT Press.
- Wiseman, H., Mayseless, O., & Sharabany, R. (2006). Why are they lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students. *Personality and Individual Differences*, 40, 237–248. DOI: 10.1016/j.paid.2005.05.015.
- Yavuzer, H.(1998). *Ana- Baba ve Çocuk*. İstanbul: Remzi Kitapevi.

EXTENDED ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the loneliness levels of university students according to their television viewing time. It is a descriptive and comparative study. It's thought to be that the loneliness of individuals are related to viewing time of television; and important to determine television viewing time and loneliness levels of university students' and also will enlighten further research. This study focuses on university students' loneliness levels. The sample of students was randomly selected and all of them participated voluntarily. Participants were 525 single (unmarried) university students from different universities in Izmir. There were 258 females (49%) and 267 males (51%). The mean age of the participants was 21.58 years with a standard deviation of 1.845 years. The UCLA Loneliness Scale and Personal Information Form were used in the study. The data were assessed through using one-way analysis of variance (ANOVA) and Scheffe test. The loneliness levels of the university students was measured by the inventory and the data analysis was made according to their television viewing time. Statistical analyses were performed by using SPSS for Windows Release 13.00.

As a result of this study, it was found that there is a statistically difference between loneliness levels of the university students according to their every day television viewing time. The loneliness levels of more television viewers were significantly higher than the loneliness levels of less viewers. Consequently, in order to decrease Turkish university students' loneliness levels, universities should arrange social activities to enlarge student social support networks. University students should learn to give importance to developing positive relationships and friendships. These research findings may be beneficial in counselling university students.

There are some limitations to the current study. First, the sample was restricted to university students in İzmir, the results may not relate to all Turkish university students. It is suggested that further research should be made with groups representing all the university students in Turkey. Second, the variables of this study are television viewing time and loneliness. Future studies might also be designed to examine different psychosocial variables cause loneliness.