

# Yetişkinlerde Sosyal-Duygusal Yalnızlık, Manevi Duyarlık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Investigating the Relationships Between Social-Emotional Loneliness, Spiritual Sensitivity and Life Satisfaction in Adults

Hacer YILDIRIM-KURTULUŞ<sup>[1]</sup> Haluk ALÇIN<sup>[2]</sup> Oğuzhan YILMAZ<sup>[3]</sup>

Başvuru Tarihi: 27 Ocak 2023

ÖZ

Kabul Tarihi: 01 Haziran 2023

Bu çalışmada yaşam doyumu ile sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık değişkenleri arasındaki ilişkiler nicel yöntemler ile incelenmiştir. Bununla birlikte, sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık değişkenlerinin yaşam doyumunu ne kadar yordadığı da ele alınmıştır. Araştırmanın örneklemini 20-63 yaş arasındaki yetişkinlerden oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan yetişkinler 150'si kadın ve 96'sı erkek olmak üzere 246 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada yer alan yetişkinlerin yaş aralığı 20-63 yaş arasındadır. Araştırma örneklemine ulaşabilmek için seçkisiz örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Yetişkinlerde sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık ile yaşam doyumu değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı analiziyle ve sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlığın yaşam doyumunu ne derece yordadığı Basit Doğrusal Regresyon analiziyle incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre, sosyal-duygusal yalnızlık ve yaşam doyumu arasında negatif yönlü; manevi duyarlık ve yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bununla birlikte sosyal-duygusal yalnızlığın yaşam doyumunun %22'sini ve manevi duyarlığın yaşam doyumunun %2'sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular literatürü literatür ışığında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** *yetişkin, sosyal-duygusal yalnızlık, manevi duyarlık, yaşam doyumu*

Received Date: January 27, 2023

ABSTRACT

Accepted Date: June 01, 2023

This study examined the relationships between life satisfaction, social-emotional loneliness, and spiritual sensitivity variables using quantitative methods. In addition, the extent to which social-emotional loneliness and spiritual sensitivity variables predict life satisfaction was also discussed. The sample of the study consisted of adults between the ages of 20-63. Adults participating in the study consisted of 246 people, 150 women, and 96 men. The age range of the adults included in the study is between 20 and 63. In order to reach the research sample, the convenience sampling method, one of the random sampling methods, was used. The relationships between social-emotional loneliness and spiritual sensitivity and life satisfaction variables in adults were examined with Pearson Product-Moment analysis and to what extent social-emotional loneliness and spiritual sensitivity predicted life satisfaction was analyzed with Simple Linear Regression analysis. According to the research findings, there was a negative relationship between social-emotional loneliness and life satisfaction; a positive and significant relationship was found between spiritual sensitivity and life satisfaction. However, it was concluded that social-emotional loneliness explained 22% of life satisfaction, and spiritual sensitivity explained 2% of life satisfaction. The findings obtained from the research were discussed in the light of the literature.

**Keywords:** *adult, social-emotional loneliness, spiritual sensitivity, life satisfaction*

**Atf Cite** Yıldırım-Kurtuluş, H., Alçın, H., & Yılmaz, O. (2023). Yetişkinlerde sosyal-duygusal yalnızlık, manevi duyarlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 5(2), 857-872. <https://doi.org/10.47793/hp.1243425>

<sup>[1]</sup> Dr. | Millî Eğitim Bakanlığı | Psikolojik Danışman | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0002-0880-1318 | haceryildirim91@gmail.com

<sup>[2]</sup> Uzm. | Millî Eğitim Bakanlığı | Psikolojik Danışman | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0001-6506-5604

<sup>[3]</sup> Uzm. | Millî Eğitim Bakanlığı | Öğretmen | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0001-8318-7672

## GİRİŞ

**Y**aşam doyumunu hem bireyler hem de devletler açısından refahın bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Kahneman vd., 2004; Pavot ve Diener, 2008). Refahın uzun süreli olumlu etkileri göz önüne alındığında yaşam doyumunu arttıracak mekanizmaların incelenmesine ihtiyaç vardır. Yaşam doyumunu veya mutluluk, çoğu bireyin çabaladığı, yaygın olarak paylaşılan bir hedeftir (Hartung vd., 2021). Bununla birlikte, yaşam doyumunu psikolojik (veya öznel) iyi oluşun üç temel yönünden biri olarak kavramsallaştırılır, diğerleri ise olumlu ve olumsuz etkidir (Diener vd., 1999). Yaşam doyumunu kavramı bireyin yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmesinden veya yargısından oluşmaktadır (Murthy vd., 2001). Gelişimsel dönem ve gelişim pavogörevlerinin özelliklerine bakıldığında, bebeklerin ve küçük çocukların yaşam doyumuna ilişkin yargıda bulunmak için bilişsel yeteneklerden yoksun olduğu bilinmektedir (Arnett, 2000; Coffey vd., 2014). Bununla birlikte bireylerin yetişkinliğe geçişle birlikte riskli davranışları deneyimleme ve psikolojik sorunlar yaşama gibi ihtimallerinin artması (Steinberg, 2005), yetişkinlerde yaşam doyumunun araştırılmasını gerekli kılmaktadır.

Alanyazında yetişkinlik dönemi beliren yetişkinlik (18-25 yaş), genç yetişkinlik (26-34 yaş), orta yetişkinlik (35-64 yaş) ve ileri yetişkinlik (65+ yaş) olmak üzere dört dönemde ele alınmaktadır (Arnett, 2000). Erikson'a (1968) göre beliren yetişkinlik döneminde gencin mesleki, politik ve cinsel açısından bir kimlik oluşturması ve geleceğiyle ilgili planlar yapması gerekmektedir. Genç yetişkinlik döneminde ise gençten çevresindeki kişilerle yakın ilişkiler kurması, dostluk ve sevgi ilişkilerine girmesi ve sorumluluk alması beklenmektedir. Orta yetişkinlik döneminde ise bireyin kendisi ve toplum için üretken ve yaratıcı olması gerekir. İleri yetişkinlik dönemine gelindiğinde, tüm hayatını gözden geçiren bireyin kendini olduğu gibi kabul etmesi, benlik bütünlüğünü koruması ve ölümü kabullenmesi gerekmektedir. Bireyin tüm bu gelişim görevlerini yerine getirmesi iyilik halini ve yaşamdan memnuniyet duymasını beraberinde getirmektedir (Tümlü ve Receptoğlu, 2013). Yetişkinlik döneminde yaşam doyumunu sağlık, yalnızlık, maddi durum, maneviyat, sosyal destek ve dindarlık (Cowlshaw vd., 2013; Ozmen vd., 2018; Ranta vd., 2013; Røysamb vd., 2003) gibi faktörlerden etkilenmektedir. Bu dönemde yaşam doyumunun yüksek oluşu daha iyi sağlık, daha iyi sosyal davranışlar, daha iyi sosyal ilişkiler, daha düşük depresyon oranları ve daha düşük intihar riski gibi olumlu çıktılarla büyük ölçüde ilişkilidir (Koivumaa-Honkanen vd., 2001; Matthews vd., 2006). Yapılan kesitsel ve boylamsal araştırmalarda yaşam doyumunun beliren ve genç yetişkinlik döneminde daha düşük, orta yetişkinlik boyunca daha yüksek ve ileri yetişkinlik döneminde daha düşük olduğu görülmüştür (Baird vd., 2010). Bununla birlikte, mevcut literatürde yaşam doyumunda 40 ila 50 yaşlarına kadar bir azalma, ardından yaklaşık 70 yaşına kadar bir artış ve sonrasında bir plato veya azalma olduğunu göstermektedir (Blanchflower ve Oswald, 2019). Görüldüğü gibi

yetişkinliğin her aşamasında farklı gelişim görevleri bulunmakta ve bireylerin farklı yetişkinlik dönemlerinde yaşam doyumları değişkenlik göstermektedir. Yetişkinlik dönemindeki bu dalgalanmalar fiziksel ve zihinsel sağlık, sosyoekonomik koşullar, sosyal ilişkiler ve yaşamın diğer alanlarındaki değişimler ile açıklanmaktadır (Baird vd., 2010). Bu değişimlerden sosyal ilişkiler ve bireylerin yaşam doyumlarının sosyal aidiyetle ilişkili olması (Hudaynazarova vd., 2021; Küçükşen vd., 2023) yaşam doyumunun yalnızlıkla olan ilişkisini açıklamayı gerekli kılmaktadır.

Yalnızlık çoğu zaman tatmin edici sosyal ilişkilerin yokluğu veya algılanan yokluk olarak tek boyutlu bir şekilde tanımlanmaktadır (Young, 1982). Özellikle kişinin sahip olmak istediği kişilerarası ilişkiler ile şu anda sahip olduğu algıladığı ilişkiler arasındaki çelişki, bireyi yalnızlık yaşamaya itmektedir (Salimi, 2011). Bununla birlikte Weiss (1973), ilişkilerdeki farklı eksikliklerle ilişkili farklı yalnızlık türlerinden bahsetmiştir. Weiss'ın kavramsallaştırmasına göre, duygusal yalnızlık, gerçekten yakın bir bağın (genellikle eş, sevgili, ebeveyn veya çocukla) kaybindan veya yokluğundan kaynaklanırken, sosyal yalnızlık, akranlarla bir sosyal ilişkiler ağının olmamasından kaynaklanır. Weiss, kişinin duygusal olarak yalnız olabileceğini, ancak sosyal olarak yalnız olamayacağını ve bunun tersini, çünkü her tür yalnızlığın azaltılması için farklı ilişki türlerinin gerekli olduğunu ifade etmektedir. Salimi'ye (2011) göre yalnızlık hayatın temel bir gerçeğidir ve bu nedenle herkes tarafından hayatının bir döneminde farklı derecelerde deneyimlenir. Bununla birlikte, artan yaşla birlikte sosyal aktivite düzeylerinin azalması fiziksel ve zihinsel sağlık sorunları için bir risk faktörüdür (Hawkey vd., 2009; Perissinotto vd., 2012). Öte yandan yalnızlık, yaşam doyumunu için önemli bir gösterge ve kırılabilirlik faktörüdür (Diener vd., 1985). Alanyazında yapılan çalışmalarda yalnız insanların yaşam doyumlarının da düşük olduğunu göstermiştir (Goodwin vd., 2001; Swami vd., 2007), ancak çok az araştırma duygusal ve sosyal yalnızlık arasındaki ayrıma odaklanmaktadır.

Araştırmada ele alınan ve yaşam doyumunu ile ilişkili olduğu düşünülen bir diğer kavram ise manevi duyarlıktır. Literatürde maneviyat kavramı din kavramından daha geniş bir yelpazede ele alınarak, kişisel, duygusal, deneyimsel ve düşünceli olanı ifade etmektedir (Pargament, 1999). Bununla birlikte kişinin benliğinin nihai anlamı için varoluşsal arayışını da yansıtmaktadır (Roof, 1999). Dolayısıyla maneviyatın, bireyin hayatta anlam bulmasını sağlayan içsel bir süreç olduğu söylenebilir (Türk ve Bilici, 2021). Bireyler maneviyat aracılığıyla hayata anlam ve amaç yüklerler ve hayatın müziğiyle dans etmeyi ve hareket etmeyi öğrenirler (Ferrell vd., 1998). Yapılan bir araştırmada maneviyatın bireylerin yaşının artmasıyla birlikte güçlendiği bilinmektedir (Wink ve Dillon, 2002). Bu durum olgunlaşmanın olumlu bir sonucu olarak maneviyatın gelişmesi ve orta yaş civarında bireylerin tipik olarak benliğin daha manevi yönünü keşfetmek için içe dönmeleri ile açıklanmaktadır. Bununla birlikte, kişinin orta yaşta gelen ölümlülük konusundaki farkındalığının artması da etkilidir (Wink, 1999). Yapılan araştırmalarda da yetişkinlik

dönemindeki maneviyatın fiziksel ve zihinsel sağlık, iyilik algısı, başkalarıyla olumlu ilişkiler, yaşamda anlam oluşturma ve yaşam zorluklarıyla başa çıkma gibi olumlu göstergelerle ilişkili olduğu gözlemlenmektedir (Belzen, 2015; Hill vd., 2000; Park, 2005).

Tüm bu bilgiler ışığında sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlığın yetişkinlerde yaşam doyumunu artırıcı özellikler olduğu ve birbirleriyle ilişkili kavramlar olduğu söylenebilir. Erikson'un (1982) psikososyal gelişim kuramına göre yetişkin bir bireyin kimlik sorununu çözmüş olması ve diğer insanlarla yakın ilişkiler kurabilmesi beklenmektedir. Bireyin diğer insanlarla yakın ilişki kurmaktan kaçması toplumsal gruplardan soyutlanması ve böylelikle refahının olumsuz etkilenmesi ile sonuçlanır. Sullivan (1953) kişilerarası ilişkiler kuramında sevgi, aidiyet ve ilişkinin bireyin genel iyilik haline katkısı vurgulanmaktadır. Bununla birlikte maneviyat da yetişkinlerde refahlı ilişkili kavramlardandır ve anlam arayışının bir uzantısı olarak değerlendirilmektedir (Eryılmaz, 2016). Nesne ilişkileri kuramı da maneviyatı bireyin kendini güvende hissettiği kişiler arası ilişkilerin prototipini elde etmesini sağlayan bir geçiş nesnesi olarak ele almaktadır (LaMothe, 2010). Manevi bir duyarlılık stres verici durumlarla başa çıkmada proaktif bir kaynak olarak işlevsel önem taşımaktadır (Ekşi vd., 2016).

Alanyazın incelendiğinde yaşam doyumunu iyimserlik, mutluluk (Bal ve Gülcan 2014), bağlanma stilleri (Guarnieri vd., 2015), psikolojik sağlık (Durak, 2021), fiziksel aktivite (Maher vd., 2015) ve sosyal bağların rolü (Hollifield ve Conger, 2015) ile açıklayan çeşitli çalışmalara rastlanmıştır. Bununla birlikte, yaşam doyumunun sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık ile açıklandığı araştırmalara rastlanmamıştır. Dolayısıyla bu araştırmada yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık, manevi duyarlık ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi yetişkinlerin refah düzeyinin ve iyilik halinin altında yatan mekanizmaların anlaşılmasını kolaylaştırabilir. Böylelikle, araştırma sonuçlarının yetişkinlere yönelik yaşam doyumuna müdahalelerinin planlanmasına ve toplum ruh sağlığına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte araştırma, yetişkinlerin gelişim psikolojisi açısından ihtiyaçlarının belirlenmesine de ışık tutabilir. Bu doğrultuda bu araştırma sosyal-duygusal yalnızlık, manevi duyarlık ve yaşam doyumunu değişkenlerini bir arada incelenmesi ve araştırmanın yetişkin grubu üzerinde yürütülmesi açısından önemlidir. Sonuç olarak araştırmanın problem cümlesi şöyledir; "Yetişkinlerin sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlılıkları yaşam doyumunu yordamakta mıdır?"

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada yaşam doyumunu ile sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık ile arasındaki ilişkiler nicel yöntemler ile incelenmiştir. Araştırmanın modeli, yordayıcı korelasyonel

ilişkisel tarama modelidir (Büyüköztürk vd., 2008). Kullanılan bu modelde, araştırılmak istenen bir durum veya olay olduğu gibi ele alınmakta ve duruma neden olan değişkenlerin ilişkileri, etkileri ve dereceleri incelenmektedir (Kaya vd., 2012). Araştırmanın bağımlı değişkeni yaşam doyumdur. Araştırmanın bağımsız değişkenleri ise sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık değişkenleridir.

### **Araştırmanın Çalışma Grubu**

Araştırmanın evreni yetişkinlerden oluşmaktadır. Evreni temsil etmesi açısından araştırmaya katılması gereken örneklem büyüklüğü G\*Power 3.1 programı üzerinde yapılan güç analizi ile belirlenmiştir. Güç analizi sonrasında araştırmanın çalışma grubu 196 kişi olarak belirlenmiştir. Sonuç olarak, araştırmanın çalışma grubu 20-63 yaş arasındaki 246 yetişkinden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme belirlenirken seçkisiz örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan 246 yetişkinin 150'si (%61) kadın ve 96'sı (%39) ise erkektir. Katılımcıların 13'ü (%5.3) düşük, 221'i (%89.8) orta ve 12'si (%4.9) ise yüksek sosyo-ekonomik seviyede olduklarını ifade etmişlerdir.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplamak için "Yetişkinler için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği", "Manevi Duyarlık Ölçeği" ve "Yaşam Doyumu Ölçeği" kullanılmıştır.

**Yetişkinler için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği.** Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği Di Tommaso ve Spinner (1993) tarafından geliştirmiş ve kısa formu DiTommaso, Brannen ve Best'in (2004) çalışmalarıyla oluşturulmuştur. Oluşturulan bu kısa formun Türk kültürüne uyarlaması ise Akgül (2020) tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmada yapılan analizlerde, ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmaları kapsamında korelasyonu değerinin .78' olduğu görülmüştür. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı ise .92 dir. Ölçeğin test-tekrar test devamlılık katsayıları .93 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca ölçeğin yapı geçerliliği için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi (CFI= .92; NFI= .92; TLI= .91; RMSEA = .091) yapılmış olup geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu görülmüştür. Yapılan ölçek uyarlama işlemleri sonucunda, ölçeğin 3 faktörlü ve 15 maddeli bir yapısı olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan puanların düşüklüğü yetişkin tarafından algılanan yalnızlığın arttırdığı anlamına gelmektedir. Alınan puanların yüksekliği ise yetişkin tarafından algılanan yalnızlığın düşük olduğu anlamına gelmektedir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach alfa katsayısı ise .74'dür.

**Manevi Duyarlık Ölçeği.** Manevi duyarlık ölçeği, Tirri, Nokelainen ve Ubani (2006) tarafından geliştirilmiş olup Türk Kültürüne Elban ve Aslan (2022) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek uyarlama çalışmasında, ölçeğin iç tutarlık katsayısı Cronbach Alpha değeri ölçeğin tümü için .85 olarak hesaplanmıştır. Yine, analiz sonuçlarında elde edilen uyum iyiliği değerleri

( $\chi^2/df=2.76$ ; CFI=.93; NFI=.90; NNFI=.91; GFI=.94; AGFI; 91; RMSEA=.07) sonucunda ölçek geçerli ve güvenilir bir ölçek olarak ifade edilmiştir. Yapılan ölçek uyarlama işlemleri sonucunda, ölçeğin 3 faktörlü ve 11 maddeli bir yapısı olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan puanların yüksek olması manevi olarak duyarlılığın yüksek olduğunu göstermektedir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach alfa katsayısı ise .76'dır.

**Yaşam Doymu Ölçeği.** Yaşam doymu ölçeği Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş olup Türk Kültürüne Dağlı ve Baysal (2016) tarafından uyarlanmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışması sonucunda tek boyutlu yapısı doğrulanmıştır ve ölçek beş maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan puanların yüksek olması bireyin yaşam doyumunun fazla olduğunu göstermektedir. Orijinal ve uyarlanan ölçek arasında toplam puan bakımından .92 bir ilişki bulunmuş. Bununla birlikte, uyarlanan ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık kat sayısı .88 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test- tekrar test güvenilirliği ise .97 olarak bulunmuştur. Yine, analiz sonuçlarında elde edilen uyum iyiliği değerleri ( $\chi^2/df=1.17$ ; GFI=.99; AGFI; 97; RMSEA=.03) sonucunda ölçek geçerli ve güvenilir bir ölçek olarak ifade edilmiştir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach alfa katsayısı ise .86'dır.

### Veri Toplama Süreci

Araştırmanın veri toplama süreci online olarak Google Formlar aracılığıyla yürütülmüştür. Katılımcılara istedikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri ve elde edilen verilerin bilimsel bir çalışma için kullanılacağı belirtilmiştir Bununla birlikte araştırmaya katılacak katılımcılar ilk olarak araştırma hakkında bilgilendirilmiş ve gönüllü onamları alınmıştır. Ölçek formlarında yer alan ölçek maddelerinin boş kalması Google Formlar programı aracıyla engellenmiştir. Araştırmanın veri toplama süreci 2022 yılının Mayıs ayından Temmuz ayına kadar yaklaşık üç ay sürmüştür.

### Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizi SPSS26 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri setinin hazırlanmasında ilk olarak uç değer hesaplama olan Mahalanobis uzaklık ölçümlerinde de uç değerlere rastlanmadığı görülmüştür. Sonrasında verilerin analizine geçmeden önce veri seti normallik, tek yönlü aykırı değer, çok yönlü aykırı değer ve çoklu bağlantı problemi açısından incelenmiştir (Çokluk vd., 2018). Verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığında; sosyal ve duygusal yalnızlık değişkeni için  $\chi^2=-.71$ ,  $B=-.11$ ; manevi duyarlık için  $\chi^2=-.30$ ,  $B=.40$ ; yaşam doymu için  $\chi^2=-.08$ ,  $B=-.33$  olarak hesaplanmıştır. Elde edilen bu değerlerin  $+1$  değerleri içerisinde yer almasıyla verilerin normal dağılım sergilediği kabul edilmiştir (Hair vd., 2013). Verilerin tek yönlü uç değerlerin tespiti için değişkenlerin standardize edilmiş skorları

incelenmiştir. Standardize edilmiş skorların tümünün -3 ile +3 aralığında olduğu görülerek, veri setinde tek yönlü uç değer olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Schumacker ve Tomek, 2013).

Normallik varsayımlarını karşılayan veri setinde sosyal-duygusal yalnızlığı ve manevi duyarlık ile yaşam doyumu değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı analizi ile incelenmiştir. Bununla birlikte sosyal-duygusal yalnızlığın ve manevi duyarlığın yaşam doyumu ne derece yordadığı Basit Doğrusal Regresyon analizi ile incelenmiştir.

### Etik Onay

Veri toplama sürecinde katılımcılar araştırma hakkında bilgilendirilmiş ve onam alınmıştır. Bununla birlikte İstanbul'da bir devlet üniversitesinde yer alan Etik Kurul'dan araştırmanın etik kurul izni alınmıştır (Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu-Toplantı No: 202301).

## BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacına ve alt problemlere uygun olarak yapılan analizlere yer verilmiştir. Ayrıca bu analizlerin bulgularına da bu bölümde yer verilmiştir

### Yaşam doyumu ile sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık değişkenlerinin arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

**Tablo 1**

*Yaşam doyumu, sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık arasındaki analiz sonuçları*

Değişkenler	1	2	3
Yaşam Doyumu (1)	1		
Sosyal-Duygusal Yalnızlık (2)	.47**	2	
Manevi Duyarlık (3)	.15*	.08	3

\*\* $p < .01$  \* $p < .05$

Tablo 1'de görüldüğü üzere, yaşam doyumu ile sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson Çarpım Momentler Korelasyon Katsayısı Analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda, yaşam doyumu ile sosyal-duygusal yalnızlık arasında orta düzey pozitif bir ilişki ( $r = .47, p < .01$ ); yaşam doyumu ile manevi duyarlık arasında düşük düzey pozitif bir ilişki ( $r = .15, p < .05$ ) bulunmaktadır.

## Sosyal ve duygusal yalnızlığın yaşam doyumunu yordamasına yönelik bulgular

**Tablo 2**

*Yaşam doyumunun yordanmasına yönelik regresyon analizi sonuçları*

Yordayıcı	Yordanan	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	SH	KD	P
S.D. Yalnızlık	Yaşam Doyumu	.22	.13	.47	.02	8.21	.01

Tablo 2’de, sosyal-duygusal yalnızlığın yaşam doyumunu üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $\beta = .47$ ,  $p < .05$ ). Bununla birlikte sosyal-duygusal yalnızlığın yetişkinlerin yaşam doyumlarının %22’sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

## Manevi duyarlığın yaşam doyumunu yordamasına yönelik bulgular

**Tablo 3**

*Yaşam doyumunun yordanmasına yönelik regresyon analizi sonuçları*

Yordayıcı	Yordanan	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	SH	KD	p
Manevi Duyarlık	Yaşam Doyumu	.02	.11	.15	.05	2.34	.02

Tablo 3’te görüldüğü üzere, manevi duyarlığın yaşam doyumunu üzerindeki doğrudan etkisinin de anlamlı olduğu görülmüştür ( $\beta = .15$ ,  $p < .05$ ). Manevi duyarlık ise yetişkinlerin yaşam doyumununun %2’sini açıklamaktadır.

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı yetişkinlerde sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırma bulgularına göre, sosyal-duygusal yalnızlık olma ve yaşam doyumunu arasında negatif yönlü; manevi duyarlık ve yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Araştırmanın ilk bulgusunda sosyal-duygusal yalnızlık ve yaşam doyumunu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Alanyazında farklı gelişim grubunda yapılan araştırmalarda, araştırma sonuçlarımızla benzer olarak, yalnızlığın yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (Akyol, 2013; Eroğlu, 2007; Gilman ve Huebner 2006; Türkel ve Dilmaç, 2019; Wong vd., 2010). Yapılan bu araştırmada ise yalnızlığı iki boyutlu olarak ele alması ve yetişkin örneklemini ile çalışması açısından diğerlerinden ayrılmaktadır. Sosyal yalnızlık, bireylerin sosyal



çevresindeki kişilerle aktivitesinin az oluşu ve kendisini herhangi bir sosyal çevreye ait hissedememe olarak ele alınmaktadır. Duygusal yalnızlık kişinin yakınlık olarak bağlarını yetersiz bulması ya da o kişiler tarafından kabul hissine sahip olmamasıdır (Weis, 1973). Yaşam doyumu ise kişinin mutluluğunu ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesini içermektedir (Pavot ve Diener, 1993). Segrin (2006)'e göre yaşam doyumu sosyal destek, sosyal bağ gibi etkileşimlerden büyük ölçüde etkilenmektedir. Literatürde yer alan kuramsal yaklaşımlarda kişilerarası ilişkinin insan refahı üzerindeki etkisini açıklamaktadır (Erikson, 1982; Sullivan, 1953). Kuramsal yaklaşımlara göre, özellikle yetişkinlik dönemi bireyin ilişki ağında farklı deneyimleri barındırması ile önemli bir dönemdir (Guarnieri, 2015). Bu dönemdeki ilişki kalitesi, diğer kişilerle kurulan bağlar ya da kurulamaması sonucunda yaşanan yalnızlık bireyin refah düzeyinde kilit bir rol oynamaktadır (Arnett, 2000). Bireyin sosyal çevresiyle etkileşim halinde olması ve kendisini bir gruba ait hissetmesi yaşam doyumunun temel bir göstergesi olarak ele alınmaktadır (Ma ve Huebner 2008; Wei vd., 2011). Sosyal-duygusal yalnızlığın yaşam doyumunu negatif yönde yordamasının sebebi, kişinin yalnızlıktan kaynaklı olarak depresyon, kaygı gibi negatif duygularının yüksek oluşu ve zorlu yaşam durumları ile baş edememesi ile açıklanabilir.

Araştırmanın ikinci bulgusunda manevi duyarlık ve yaşam doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Alanyazında farklı gelişim grubunda yapılan araştırmalarda, bu araştırmanın sonuçları benzer olarak, maneviyat ve dindarlık kavramlarının yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür (Esteban vd., 2021; Jafari vd., 2010; Kelley ve Miller, 2007). Yapılan bu araştırma ise manevi duyarlık kavramını yetişkin örnekleme ile çalışması açısından diğerlerinden ayrılmaktadır. Maneviyat, bireyin hayatta anlam bulmasını sağlayan içsel bir süreçtir (Türk ve Bilici, 2021). Yaşam doyumu ise kişinin mutluluğunu ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesini içermektedir (Pavot ve Diener, 1993). Jung'a (1964) göre maneviyat insanın güçlü bir yönüdür ve kişiyi refaha ve bütünleşmeye doğru ilerletebilir. Psikolojik sağlık açısından manevi duyarlık dua etme, meditasyon yapma, inanma ve bağışlama gibi unsurlara sahiptir (Türk ve Bilici, 2021). Nesne ilişkileri kuramı (Winnicott, 1971) ise maneviyatı bir geçiş nesnesi olarak ele alır ve bu geçiş nesnesinin kişinin diğerleriyle etkileşimini anlamlandırma ve fark etme sürecini kolaylaştırdığını öne sürer. Böylelikle maneviyat kişinin baş etme becerisini, özneliği ve yaratıcılığını arttırarak refahını da arttıracaktır. Yapılan araştırmalarda manevi duyarlığa sahip olan bireylerin hayatlarını anlamlandırma, kaygıyı azaltma ve ruh sağlıklarını koruma konusunda daha güçlü oldukları görülmüştür (Çayır ve Emhan, 2010). Manevi duyarlığın yaşam doyumunu pozitif yönde yordamasının sebebi, manevi duyarlığın beraberinde getirdiği değerlerin insan ruh sağlığı üzerinde koruyucu bir etkiye sahip olması ile açıklanabilir.

Görüldüğü gibi bu araştırmanın sonuçları, sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlığın yetişkin yaşam doyumunu anlamda düzeyde yordadığını göstermektedir. Bu sonuçtan hareketle

toplum ruh sağlığı ve bireylerin iyilik hali için yetişkin yaşam doyumunu arttıracak etkinliklerin planlanması önerilebilir. Bunun için belediyeye ait psikolojik danışma merkezlerinde çalışan psikolojik danışmanların yetişkinlerin sosyal destek kaynaklarını ve manevi duyarlıklarını geliştirecek psiko eğitim programlarını uygulamaları önerilebilir. Bu etkinliklerin anlamlı ve etkili olabilmesi için bu tasarlanan bu müdahale programlarının halka duyurulması önemlidir. Bununla birlikte çalışan yetişkinler için de kurum ve kuruluşlarda işverenlerin işçilerin ruh sağlığı sürekliliği için bu eğitimleri planlaması önerilebilir.

Bununla birlikte, bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmadan elde edilen veriler araştırmada kullanılan ölçme araçlarından elde edilen verilerle sınırlıdır. Bu araştırmada da öz-bildirime dayalı ölçekler kullanıldığı için, sonuçlar ölçek maddelerinin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır. Bundan sonraki araştırmalarda bu sınırlılığın önüne geçmek için gözlem, görüşme gibi farklı teknikler kullanılarak çalışmanın nitel ve karma yöntemlerle desteklenmesi önerilebilir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise yöntemsel olarak neden sonuç ilişkisinin tam olarak kurulamamasıdır. Bundan sonraki çalışmalarda, araştırmada ele alınan sosyal-duygusal yalnızlık ve manevi duyarlık ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin tam olarak ortaya çıkarabilmek için boylamsal ve deneysel çalışmalarla desteklenmesi önerilebilir.

## KAYNAKÇA

- Akgül, H. (2020). Yetişkinler için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği'nin (SELSA-S) Türk kültürüne uyarlaması: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(21), 54-69.
- Akyol, S. U. (2013). *Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Pamukkale Üniversitesi.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *The American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Baird, B. M., Lucas, R. E., & Donnellan, M. B. (2010). Life satisfaction across the lifespan: Findings from two nationally representative panel studies. *Social Indicators Research*, 99(2), 183-203. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9584-9>
- Bal, P. N., & Gülcan, A. (2014). Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Asya Öğretim Dergisi*, 2(1), 41-52.
- Belzen, J. (2015). Religion and religiosity as cultural phenomena: From ontological reductionism to acknowledgment of plurality. In J. Valsiner, G. Marisico, N. Chaudhary, T. Sato, & V. Dazzani (Eds.), *Psychology as the science of human being* (pp. 193-208). Springer.
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2019). Do humans suffer a psychological low in midlife? Two approaches (with and without controls) in seven data sets. In M. Rojas (Ed.), *The economics of happiness* (pp. 439-453). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-15835-4\\_19](https://doi.org/10.1007/978-3-030-15835-4_19)
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri. Pegem Akademi.
- Coffey, D., Gupta, A., Hathi, P., Khurana, N., Spears, D., Srivastav, N., & Vyas, S. (2014). Revealed preference for open defecation. *Economic & Political Weekly*, 49(38), 43.
- Çokluk, Ö., Şekercioglu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Pegem.
- Cowlshaw, S., Niele, S., Teshuva, K., Browning, C., & Kendig, H. (2013). Older adults' spirituality and life satisfaction: A longitudinal test of social support and sense of coherence as mediating mechanisms. *Ageing & Society*, 33(7), 1243-1262. <https://doi.org/10.1017/S0144686X12000633>
- Dağlı, A., & Baysal, N. (2016). Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15, 1-13. <https://doi.org/10.17755/esosder.263229>
- Di Tommaso, E., & Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA). *Personality and Individual Differences*, 14(1), 127-134. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90182-3](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90182-3)
- Di Tommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119. <https://doi.org/10.1177/0013164403258450>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276 -302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Durak, İ. (2021). Psikolojik sağlamlık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide öz yeterliğin aracı etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(78), 1175-1190. <https://doi.org/10.17755/esosder.816639>
- Ekşi, H., Kaya, Ç., & Çiftçi, M. (2016). Maneviyat ve psikolojik danışma. İçinde Ekşi, H. ve Kaya, Ç. (Eds.), *Manevi yönelimli psikoterapi ve psikolojik danışma* (ss:13-46). Kaknüs Yayınları.
- Elban, M., & Aslan, S. (2022). Manevi Duyarlık Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Rumeli Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 28, 215-224. <https://doi.org/10.29000/rumelide.1132545>.

- Emhan, A., & Çayır, C. (2010). Girişimcilerin stres ile başedebilmesinde tinsel değerlerin etkisi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 24(2), 101-120.
- Erikson, E. H. (1968). *İdentity: Youth and crisis*. Morton.
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed*. Norton
- Eroğlu, Ç. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 10-21.
- Eryılmaz, A. (2016). *Herkes için mutluluğun başucu kitabı: Kuramdan uygulamaya pozitif psikoloji* (2.baskı). Pegem Akademi.
- Esteban, R. F. C., Turpo-Chaparro, J. E., Mamani-Benito, O., Torres, J. H., & Arenaza, F. S. (2021). Spirituality and religiousness as predictors of life satisfaction among Peruvian citizens during the COVID-19 pandemic. *Heliyon*, 7(5), 39-51. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06939>
- Ferrell, B. R., Grant, M., Funk, B., Otis-Green, S., & Garcia, N. (1998). Quality of life in breast cancer: Part II: Psychological and spiritual well-being. *Cancer Nursing*, 21(1), 1-9.
- Gilman, R. & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 293-301. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9036-7>
- Goodwin, R., Cook, O., & Yung, Y. (2001). Loneliness and life satisfaction among three cultural groups. *Personal Relationships*, 8(2), 225-230. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2001.tb00037.x>
- Guarnieri, S., Smorti, M., & Tani, F. (2015). Attachment relationships and life satisfaction during emerging adulthood. *Social Indicators Research*, 121(3), 833-847. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0655-1>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate data analysis*. Pearson.
- Hartung, J., Spormann, S. S., Moshagen, M., & Wilhelm, O. (2021). Structural differences in life satisfaction in a US adult sample across age. *Journal of Personality*, 89(6), 1232-1251. <https://doi.org/10.1111/jopy.12654>
- Hawkley, L. C., Thisted, R. A., & Cacioppo, J. T. (2009). Loneliness predicts reduced physical activity: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Health Psychology*, 28(3), 354-363. <https://doi.org/10.1037/a0014400>
- Hill, P., Pargament, K., Hood, R., McCullough, M., Swyers, J., Larson, D., & Zinnbauer, B. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 30, 51-77. <https://doi.org/10.1111/1468-5914.00119>
- Hollifield, C. R., & Conger, K. J. (2015). The role of siblings and psychological needs in predicting life satisfaction during emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 3(3), 143-153. <https://doi.org/10.1177/2167696814561544>
- Hudaynazarova, A., Avşaroğlu, S., Nurkoyuncu, S., & Başarıkan, R. (2021). Yetişkinlerin yaşam doyumu, yalnızlık ve öz-tiksinme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 183-198. <https://doi.org/10.33206/mjss.812760>
- Jafari, E., Najafi, M., Sohrabi, F., Dehshiri, G. R., Soleymani, E., & Heshmati, R. (2010). Life satisfaction, spirituality well-being and hope in cancer patients. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1362-1366. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.288>
- Jung, C. J. (1964). *Man and his symbols*. Doubleday.
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D., Schwarz, N., & Stone, A. (2004). Toward national well-being accounts. *The American Economic Review*. 94(2), 429-434. <http://doi.org/10.2307/3592923>
- Kaya, A., Balay, R., & Göçen, A. (2012). The level of teachers' knowing, application and training need on alternative assessment and evaluation techniques. *Journal of Human Sciences*, 9(2), 1229-1259.
- Kelley, B. S., & Miller, L. (2007). Life satisfaction and spirituality in adolescents. In R. L. Piedmont (Ed.), *Research in the Social Scientific Study of Religion*, (pp. 233-254). Brill.

- Koivumaa-Honkanen, H., Honkanen, R., Viinamaki, H., Heikkila, K., Kaprio, J., & Koskenvuo, M. (2001). Life satisfaction and suicide: A 20-year follow-up study. *The American Journal of Psychiatry*, *158*(3), 433–439. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.3.433>
- Küçükşen, K., Toptaş, T., & Çetin, S. N. (2023). Yetişkin bireylerde aile bütünlük duygusunun yaşam doyumu üzerindeki etkisi. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, *13*(1), 119–130. <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.1123493>
- LaMothe, R. (2010). God representations as transitional subjects. *Psychoanalytic Review*, *97*(3), 425–449. <https://doi.org/10.1521/prev.2010.97.3.425>
- Ma, C. Q., & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, *45*(2), 177–190. <https://doi.org/10.1002/pits.20288>
- Maher, J. P., Pincus, A. L., Ram, N., & Conroy, D. E. (2015). Daily physical activity and life satisfaction across adulthood. *Developmental Psychology*, *51*(10), 47–59. <https://doi.org/10.1037/dev0000037>
- Matthews, K. A., Owens, J. F., Edmundowicz, D., Lee, L., & Kuller, L. H. (2006). Positive and negative attributes and risk for coronary and aortic calcification in healthy women. *Psychosomatic Medicine*, *68*(3), 355–361. <https://doi.org/10.1097/01.psy.0000221274.21709.d0>
- Murthy, R.S., Manoel-Bertolote, J., Epping-Jordan, J., Funk, M., Prentice, T., Saraceno, B., & Saxena, S. (2001). *The World Health Report 2001-Mental Health: New Understanding, New Hope*. Geneva, Switzerland: World Health Organization. Retrieved from <http://www.who.int/whr/2001/en/>
- Ozmen, C. B., Brelsford, G. M., & Danieu, C. R. (2018). Political affiliation, spirituality, and religiosity: Links to emerging adults' life satisfaction and optimism. *Journal of Religion and Health*, *57*(2), 622–635. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0477-y>
- Pargament, K. (1999). The psychology of religion and spirituality? Yes and no. *The International Journal for the Psychology of Religion*, *9*(1), 3–16. [https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0901\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327582ijpr0901_2)
- Park, C. (2005). Religion and meaning. In R. Paloutzian & C. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 357–381). Guilford Press.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993) Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, *5*, 164–172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, *3*(2), 137–152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Perissinotto, C.M., Cenzer, I.S., & Covinsky, K.E. (2012). Loneliness in older persons: A predictor of functional decline and death. *Archives of Internal Medicine*, *172*(14), 1078–1083. <https://doi.org/10.1001/archinternmed.2012.1993>
- Ranta, M., Chow, A., & Salmela-Aro, K. (2013). Trajectories of life satisfaction and the financial situation in the transition to adulthood. *Longitudinal and Life Course Studies*, *4*(1), 57–77. <https://doi.org/10.14301/llcs.v4i1.216>
- Roof, W. C. (1999). *Spiritual marketplace: Baby boomers and the remaking of American religion*. Princeton University Press.
- Røysamb, E., Tambs, K., Reichborn-Kjennerud, T., Neale, M. C., & Harris, J. R. (2003). Happiness and health: Environmental and genetic contributions to the relationship between subjective wellbeing, perceived health, and somatic illness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*(6), 1136–1146. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.6.1136>
- Salimi, A. (2011). Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *29*, 292–295. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.241>
- Schumacker, R., & Tomak, S. (2013). *Understanding statistics using*. Springer.
- Segrin, C. (2006). Family interactions and well-being: Integrative perspectives. *Journal of Family Communication*, *6*, 3–21. [https://doi.org/10.1207/s15327698jfc0601\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327698jfc0601_2)
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, *9*(2), 69–74. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2004.12.005>

- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York, NY: W. W. Norton ve Company.
- Swami, V., Chamorro-Premuzic, T., Sinniah, D., Maniam, T., Kannan, K., Stanistreet, D., & Furnham, A. (2007). General health mediates the relationship between loneliness, life satisfaction and depression: A study with Malaysian medical students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42, 161-166. <https://doi.org/10.1007/s00127-006-0140-5>
- Tirri, K., Nokelainen, P., & Ubani, M. (2006). Conceptual definition and empirical validation of the Spiritual Sensitivity Scale. *Journal of Empirical Theology*, 19(1), 37-62.
- Tümlü, G. Ü., & Receptoğlu, E. (2013). Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3, 205-213.
- Türk, M. E., & Bilici, M. (2021). Psikanalitik ve psikodinamik perspektiften din ve maneviyat. *İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(18), 22-34.
- Türkel, Z., & Dilmaç, B. (2019). Ergenlerde sosyal medya kullanımı, yalnızlık ve yaşam doyumunu arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 57-70.
- Wei, M., Liao, K., Ku, T., & Shaffer, P. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality*, 79(1), 191-221. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00677.x>
- Weiss, R. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT Press.
- Wink, P. (1999). Addressing end-of-life issues: Spirituality and inner life. *Generations*, 23, 75-80.
- Wink, P., & Dillon, M. (2002). Spiritual development across the adult life course: Findings from a longitudinal study. *Journal of Adult Development*, 9(1), 79-94.
- Winnicott, W., D. (1971). *Oyun ve Gerçeklik*. Metis Yayınları.
- Wong, D.F.K., Chang, Y., He, X., & Wu, Q. (2010). The protective functions of relationships, social support and self-esteem in the life satisfaction of children of migrant workers in Shanghai, China. *International Journal of Social Psychiatry*, 56(2), 143-157. <https://doi.org/10.1177/0020764009102755>
- Young, J. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. In L. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 379-405). Wiley-Interscience.

## EXTENDED ABSTRACT

### Introduction

It is thought that social-emotional loneliness and spiritual sensitivity are features that increase life satisfaction in adults and are interrelated concepts. When the literature is examined, the role of optimism, happiness (Bal & Gülcan 2014), attachment styles (Guarnieri et al., 2015), resilience (Durak, 2021), physical activity (Maher et al., 2015) and social ties (Hollifield & Conger, 2015) have been found in various studies explaining it. However, no studies have been found in which life satisfaction is explained by social-emotional loneliness and spiritual sensitivity. However, it is thought that this research, examining the relationships between social-emotional loneliness, spiritual sensitivity, and life satisfaction of adults, will contribute to the literature in terms of understanding the mechanisms underlying the welfare level and well-being of adults. However, the research can also shed light on determining the needs of adults in terms of developmental psychology. In this direction, this research is important in terms of examining the variables of social-emotional loneliness, spiritual sensitivity, and life satisfaction together and conducting the research on the adult group.

### Method

This study examined the relationships between life satisfaction and social-emotional loneliness and spiritual sensitivity using quantitative methods. The research was designed according to the relational screening model, one of the general screening models. The research sample consists of 246 adults between the ages of 20-63. While determining the sample of the study, the convenience sampling method, one of the random sampling methods, was used. Of the 246 adults who participated in the study, 150 (61%) were female and 96 (39%) were male. Thirteen (5.3%) of the participants stated that they were at a low socio-economic level, 221 (89.8%) at a medium level, and 12 (4.9%) of them at a high socio-economic level. "Social and Emotional Loneliness Scale", "Spiritual Sensitivity Scale" and "Life Satisfaction Scale" were used to collect data in the study.

### Results

The relationships between social-emotional loneliness and spiritual sensitivity and life satisfaction variables in adults were examined with Pearson Product-Moment analysis and to what extent social-emotional loneliness and spiritual sensitivity predict life satisfaction with Simple Linear Regression analysis. According to the research findings, there is a negative relationship between social-emotional loneliness and life satisfaction; A positive and significant relationship was found between spiritual sensitivity and life satisfaction. However, it was

concluded that social-emotional loneliness explained 22% of life satisfaction and spiritual sensitivity explained 2% of life satisfaction.

### **Discussion & Conclusion**

In the first finding of the study, a negative significant relationship was found between social-emotional loneliness and life satisfaction. Similar to our research results, in studies conducted in different developmental groups in the literature, it was observed that loneliness significantly predicted life satisfaction (Akyol, 2013; Eroğlu, 2007; Gilman & Huebner 2006; Türkel & Dilmaç, 2019; Wong et al., 2010). In this study, it differs from others in that it handles loneliness in two dimensions and works with an adult sample.

In the second finding of the study, a positive and significant relationship was found between spiritual sensitivity and life satisfaction. In studies conducted in different developmental groups in the literature, it was observed that the concepts of spirituality and religiosity significantly predicted life satisfaction, similar to our research results (Esteban et al., 2021; Jafari et al., 2010; Kelley & Miller, 2007). It differs from the others in terms of working with it.