



# AREL ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ DERGİSİ

JOURNAL OF HEALTH SCIENCES AREL UNIVERSITY

Web sayfası (Home page): <https://dergipark.org.tr/tr/pub/arsagbil>



Araştırma Makalesi

## 18-35 Yaş Bireylerin Dinledikleri Müzik Türlerinin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyleri ile İlişkisi

Merve Bat Tonkuş<sup>1</sup>, Sevcan Karataş<sup>2\*</sup>, Gamze Sarıoğlu<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, 34010 Zeytinburnu, İstanbul

<sup>1</sup>E-mail: mervebat.tonkus@yeniuyuzuil.edu.tr Orcid: 0000-0002-1046-6862

<sup>2</sup>İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi SHMYO İlk ve Acil Yardım Bölümü, 34010 Zeytinburnu, İstanbul

E-mail: sevcan.karatas@yeniuyuzuil.edu.tr Orcid: 0000-0003-0247-35411

<sup>3</sup>E-mail: sarioglugmze45@gmail.com Orcid: 0009-0006-2937-9984

### Özet

Bu araştırma bireylerin dinledikleri müzik türlerinin sosyal ve duygusal yalnızlık ile arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapıldı. Tanımlayıcı tipteki bu çalışmanın örneklemini 18-35 yaş arası 209 katılımcı oluşturdu. Veriler, araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ve 'Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği' ile Google Forms aracılığıyla toplandı. Katılımcıların dinledikleri müzik türü ile ölçek ve alt ölçek puan ortalaması karşılaştırıldığında, arabesk müzik dinlediğini belirten katılımcıların Türkçe pop- rock, Türkçe rap- hip hop ve diğer müzik türlerini dinlediğini belirten katılımcılardan daha yüksek olduğu görüldü ( $p<0,05$ ). Özel sektörde çalıştığını belirten katılımcıların 'sosyal yalnızlık' alt ölçek puan ortalamasının diğer katılımcılardan daha yüksek olduğu, eğitim durumu ön lisans olan katılımcıların 'yalnızlık-romantik' alt ölçek puan ortalamasının diğer katılımcılardan daha düşük olduğu görüldü. Çalışma sonuçları, müzik dinlemenin katılımcıların sosyal ve duygusal yalnızlıkları ile bir ilişkisi olduğunu göstermektedir. Sosyal ve duygusal yalnızlık üzerinde olumlu etkisi olan müzik türlerinin dinlenmesinin yaygınlaştırılmasının ve bireylerin bu müzikleri dinlemeleri hususunda teşvik edilmesi önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Duygusal yalnızlık, Müzik, Sosyal yalnızlık

### *The Relationship Between the Type of Music Listen to by Individuals Aged 18-35 and Their Social and Emotional Loneliness Levels*

#### Abstract

This research was conducted to determine the relationship between the types of music individuals listen to and social and emotional loneliness. The sample of this descriptive study consisted of 209 participants aged 18-35. The data was collected through Google Forms with the Personal Information Form prepared by the researchers and the "Social and Emotional Loneliness Scale for Adults". When the type of music the participants listened to and the scale and subscale mean scores were compared, it was seen that the participants who stated that they listened to arabesque music had a higher score than the participants who stated that they listened to Turkish pop-rock, Turkish rap-hip hop and other types of music ( $p<0.05$ ). It was observed that the 'social loneliness' subscale mean score of the participants who stated that they worked in the private sector was higher than the other participants, and the 'loneliness-romantic' subscale mean score of the participants with an associate degree was lower than the other participants. Study results show that listening to music has a relationship with participants' social and emotional loneliness. It is recommended that listening to music genres that have a positive effect on social and emotional loneliness be disseminated and individuals be encouraged to listen to this music.

**Keywords:** Emotional loneliness, Music, Social loneliness

## 1. GİRİŞ

İnsanın son yüzyılda yaşadığı en yoğun duygulardan biri olan yalnızlık kavramı, geçmişten günümüze birçok kez ele alınarak çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Yalnızlık; kişinin mevcut sosyal ilişkileri ile yaşamayı arzu ettiği sosyal ilişkileri arasındaki uyumsuzluk neticesindeki hoş olmayan psikolojik bir durum (Parlman ve Peplau, 1984); gereksinim duyulan sosyalliğinin olmaması veya var olan sosyal ilişkilerdeki duygusallık yönüyle yaşanan eksikliğin bir sonucu (Weiss, 1973; Neto ve Barros, 2000); boşluk hissi, üzüntü hali ve özlem duygularının eşlik ettiği bir bilişsel farkındalık süreci (Asher ve Paquette, 2003) şeklinde farklı tanımlarla açıklanmaya çalışılmıştır. Tanımlardan da anlaşılacağı gibi yalnızlık, olumsuz ve endişe verici duyguları içinde barındıran, bu olumsuz duygularla karşılaşmamak ya da uzaklaşmak için çaba gerektiren bir süreçtir (Geçtan, 1999; Yasak, 2023). Özellikle ergenlik ve gençlik döneminde artma ihtimali yüksek olan yalnızlık duygusunun olumsuz etkilerinden kurtulmanın, müzik ile ilişki halinde olmakla bir miktar azalacağı düşünülmektedir (Güven, 2017).

Erken çocukluk döneminden yetişkinliğe kadar olan süreçte bireyler müzik dinleyerek, şarkı söyleyerek, müzik aleti çalarak ya da dans ederek meşgul olmuşlardır. Motor, bilişsel ve duygusal olarak uyarıcı etkiye sahip olan müziğin, stresi azaltmada da işlevi olduğu bilinmektedir (Saarikallio, 2019; Yağcı ve Kapıkıran, 2019). Son teknolojik gelişmelerle birlikte gençlerin hayatlarında önemli bir yer teşkil eden müzik, sosyal var olma eylemini de beraberinde getirmektedir. Yalnızca bir enstrüman çalmak veya doğrudan müzik icrasında bulunmanın ötesinde, müzik videolarını takip etmek, yeni çıkan albümleri dinlemek; bireylerin tercih ettikleri veya benimsedikleri kişisel, duygusal ve sosyal mesajları iletmede önemli bir belirleyici olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin müzik tercihlerine odaklanan araştırmaların büyük bir kısmı, kişilerin duygusal ve sosyal durumlarının müzik seçiminde etkisinin azımsanmayacak düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır (İmik, 2007; Gedik, 2007; Şenel, 2014). Bazı kişilerin müzik tercihleri o andaki duygularını ifade etmeye yardımcı olabilecek özellik taşıyabilecekken, bazı kişilerin ise içinde bulunduğu duygu durumundan çıkmasına yardımcı olabilecek tam tersi bir müzik tercihi olabilmektedir (İmik & Haşhaş, 2020). Bu nedenledir ki bireylerin gerçek dünyalarını anlamak için müzik en önemli araçlardan birisi olarak kabul edilmektedir (Güven, 2017).

Bu araştırma ile; 18-35 yaş arası bireylerin dinledikleri müzik türlerinin sosyal ve duygusal yalnızlık ile arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amaçlanmıştır.

## 2. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma, Türkiye’de yaşayan 18-35 yaş arasındaki bireylerin dinledikleri müzik türlerinin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyleri ile ilişkisini tespit etmek amacıyla tanımlayıcı tipte gerçekleştirildi. ‘Bireylerin dinledikleri müzik türlerinin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyleri ile bir ilişkisi var mıdır’ sorusuna yanıt arayan araştırma, Ocak 2023-Mayıs 2023 tarihleri arasında tamamlandı. Araştırmanın örneklemini, müzik medya uygulamalarını daha aktif kullandığı ön görülen (Çuhadar ve Çerezcioglu, 2020) yaş grubunun 18-35 yaş olması nedeni ile, 18-35 yaş aralığında olan, araştırmaya katılmayı kabul eden 209 katılımcı oluşturdu. ‘Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği Kısa Versiyonunun (SELSA-S)’ ve araştırmacılar tarafından oluşturulan ‘Kişisel Bilgi Formu’ kullanılarak elde edilen veriler, kartopu tekniği kullanılarak Google Forms aracılığıyla çevrimiçi toplandı. Verilerin toplanmasında herhangi bir kuruma bağlı kalınmadı. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 25 kullanıldı. Araştırmada kullanılan ölçeğin güvenilirliğinin hesaplanmasında ise Cronbach Alpha değerlerine bakıldı. Tanımlayıcı analizler için standart sapma (SS), oran, yüzde; gruplar arasındaki farklılığın tespitinde Independent Samples T-testi ve One-Way ANOVA testi kullanıldı. Araştırmanın yapılabilmesi için gerekli olan ölçek kullanım izni (ölçek sahibinden e-posta üzeri ile yazılı olarak) ve bir vakıf üniversitesinden etik kurul izni alındı. Katılımcılardan da araştırmaya katılmayı kabul ettiklerine ilişkin yazılı onamları çevrimiçi formlar aracılığıyla alındı.

## 2.1. Veri Toplama Araçları

### 2.1.1. Kişisel bilgi formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, aile tipi, aile gelir düzeyi ve dinledikleri müzik türlerine yönelik araştırmacılar tarafından hazırlanan toplam 14 sorudan oluşmaktadır.

### 2.1.2. Yetişkinler için sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği

Tommaso ve Spinner (1993) tarafından geliştirilen, Tommaso ve ark. (2004) tarafından kısa form olarak uyarlanan “yetişkinler için Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği Kısa Versiyonunun” (SELSA-S) Türkçeye uyarlama çalışması, Akgün (2020) tarafından gerçekleştirilmiştir. “Kesinlikle katılmıyorum” ile “Kesinlikle katılıyorum” arasında değişen, 7’li likert tipte olan ölçme aracı 15 madde ve “Sosyal Yalnızlık Alt Ölçeği” (2, 5, 7, 9, 13), “Duygusal Yalnızlık-Aile Alt Ölçeği” (1, 4, 8, 11, 12) ve “Duygusal Yalnızlık-Romantik Alt Ölçeği” (3, 6, 10, 14, 15) olmak üzere üç alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçek maddelerinin 6’sı düz (1, 4, 7, 10, 13, 15); 9’u (2, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 14) ters yönde puanlanmaktadır. Ölçekten alınacak en düşük puan 15, en yüksek puan 105’tir. Ölçekten yüksek puan alınması sosyal ve duygusal yalnızlığın fazla olduğunu göstermektedir. Ölçeğin alt ölçeklerine ilişkin iç tutarlılık katsayıları; Duygusal Yalnızlık-Romantik 0,87, Duygusal Yalnızlık-Aile 0,89 ve Sosyal Yalnızlık 0,90 olarak bulunmuştur (Akgül, 2020). Bu çalışmada ölçeğin ve alt boyutlarının güvenilirlik analizi Tablo 1’de verildi.

**Tablo 1.** Sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeğinin güvenilirlik sonuçları

	Cronbach's Alpha
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S)	0,809
Sosyal Yalnızlık	0,752
Duygusal Yalnızlık- Aile	0,800
Duygusal Yalnızlık- Romantik	0,773

## 3. BULGULAR

Katılımcıların %74,2’si kadın; %87,6’sı bekar; %56,5’i öğrenci; %40,2’si lise mezunu; %81,8’i çekirdek aile tipinde aile yapısında ve %67,9’u gelirinin giderine denk olduğunu belirtti. Katılımcıların sosyo-demografik ve ailesel özelliklerine ait veriler Tablo 2’de paylaşıldı.

**Tablo 2.** Katılımcıların sosyo-demografik ve ailesel özelliklerine ilişkin bulgular

Değişkenler	n	%
Cinsiyet	Kadın	155 74,2
	Erkek	54 25,8
Medeni haliniz nedir?	Bekar	183 87,6
	Evli	26 12,4
Meslek	Kamu sektör	33 15,8
	Özel sektör	58 27,8
	Öğrenci	118 56,5
Eğitim durumunuz nedir?	Lise mezunu	84 40,2
	Ön lisans mezunu	44 21,1
	Lisans mezunu	81 38,8
Aile tipiniz hangisidir?	Çekirdek aile (Anne, baba ve/veya kardeşlerin birlikte yaşadığı aile)	171 81,8
	Geniş aile (Anne, baba, kardeş, dede, nine)	38 18,2
Ailenizin gelir düzeyinizi belirtiniz	Gelir giderden az	25 12,0
	Gelir gidere denk	142 67,9
	Gelir giderden fazla	42 20,1

Katılımcıların %99,5'i müzik dinlemeyi sevdiğini; %45'i en çok Türkçe pop- Rock müzik dinlemekten hoşlandığını; %34,4'ü günde ortalama 1-2 saat müzik dinlediğini; %10'u profesyonel ya da amatör olarak müzikle ilgilendiğini ve bunların %50'i hem Türkçe pop- rock müzik ve diğer müzik türleriyle ilgilendiğini; %41,1'i müziği her durumda ve her zaman dinlediğini; %38,8'i duygusal ve yalnız hissettiğinizde en çok Türkçe pop- Rock müzik ve Emir Can İğrek dinlediğini ve %46,9'u dinlediği müzik türü ve/veya müzisyenin kendini iyi ve mutlu hissetmesine neden olduğunu bildirdi. Katılımcıların müzikle ilgilerine ilişkin bulgular Tablo 3'de gösterildi.

**Tablo 3.** Katılımcıların müzikle ilgilerine ilişkin bulgular

Değişkenler		n	%
Müzik dinlemeyi sever misiniz?	Evet	208	99,5
	Hayır	1	0,5
En çok ne tür müzikleri dinlemeyi seversiniz	Türkçe Pop- Rock Müziği	94	45,0
	Arabesk Müziği	30	14,4
	Türkçe Rap- Hip Hop Müziği	29	13,9
	Diğer	56	26,8
Günde ortalama kaç saat müzik dinliyorsunuz?	0-1 saat	71	34,0
	1-2 saat	72	34,4
	2-3 saat	40	19,1
	4-5 saat	26	12,4
Profesyonel ya da amatör olarak müzikle ilgileniyor musunuz?	Evet	21	10,0
	Hayır	188	90,0
Yukarıdaki sorunuz evet ise ilgilendiğiniz müzik türünü belirtiniz? (n=22)	Türkçe Pop- Rock Müziği	11	50,0
	Diğer	11	50,0
En çok hangi durumlarda müzik dinlemeyi tercih edersiniz?	Her zaman	86	41,1
	Yolculuk yaptığım zamanlarda	43	20,6
	Üzgün/ Mutlu olduğum zamanlarda	38	18,2
	Diğer	42	20,1
Duygusal ve yalnız hissettiğinizde en çok hangi tür müzik ve seslendirici dinlersiniz?	Türkçe Pop- Rock Müziği-Emir Can İğrek	81	38,8
	Arabesk Müziği- Ferdi Tayfur	70	33,5
	Diğer	58	27,8
Dinlediğiniz müzik türü ve/veya müzisyen duygularınızda herhangi bir değişiklik yol açar mı?	Herhangi bir değişiklik hissetmem	20	9,6
	Sakinleşirim	77	36,8
	Kendimi iyi, mutlu hissederim	98	46,9
	Diğer	14	6,7

Katılımcıların Sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği puan ortalamasının oldukça düşük olduğu görüldü ( $\bar{X}=45,56\pm SS=16,83$ ). Sosyal yalnızlık alt ölçek puan ortalaması ( $\bar{X}=12,78\pm SS=6,77$ ), duygusal yalnızlık-aile alt ölçek puan ortalaması ( $\bar{X}=11,63\pm SS=7,22$ ) ve duygusal yalnızlık-romantik alt ölçek puan ortalaması ( $\bar{X}=21,14\pm SS=9,19$ ) Tablo 4'de gösterildi.

**Tablo 4.** Sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği ve alt ölçek puan ortalamaları

	Minimum	Maximum	Ortalama ( $\bar{X}$ )	Standart Sapma
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S)	15	105	45,56	16,83
Sosyal Yalnızlık	5	35	12,78	6,77
Duygusal Yalnızlık- Aile	5	35	11,63	7,22
Duygusal Yalnızlık- Romantik	5	35	21,14	9,19

Katılımcıların sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği için en yüksek puan ortalamasına sahip ifadenin “bana ihtiyacım olan desteği veren ve beni teşvik eden sevgilim/eşim var” ( $\bar{X}=4,78\pm SS=2,56$ ) ifadesi; ölçekteki en düşük puan ortalamasına sahip ifadenin ise “görüşlerimi paylaştığım hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.” ( $\bar{X}=1,71\pm S.S.=1,40$ ) ifadesi olduğu görüldü. Katılımcıların verdiği cevaplar doğrultusunda sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeğinin madde puan ortalamaları Tablo 5’te sunuldu.

**Tablo 5.** Sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği madde puan ortalamaları

Maddeler	Ortalama ( $\bar{X}$ )	Standart Sapma
1- Ailemle birlikteyken kendimi yalnız hissediyorum.	1,88	1,53
2- Kendimi, arkadaş grubunun bir parçası gibi hissediyorum.	2,89	2,16
3- En samimi düşünce ve hislerimi paylaştığım bir sevgilim/ eşim var.	4,76	2,60
4- Ailemde bana destek verme ve beni teşvik etme konusunda güvenebileceğim hiç kimse yok, ancak olmasını isterdim.	1,95	1,71
5-Arkadaşlarım, davranışlarımın sebeplerini ve düşüncelerimi anlıyorlar.	3,43	2,12
6- Bana ihtiyacım olan desteği veren ve beni teşvik eden sevgilim/eşim var.	4,78	2,56
7- Görüşlerimi paylaştığım hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	1,71	1,40
8- Kendimi aileme yakın hissediyorum.	2,73	2,11
9- Yardım alma konusunda arkadaşlarıma güvenebilirim	2,97	2,23
10- Duygusal ilişkimin daha tatmin edici olmasını isterdim.	3,55	2,40
11- Kendimi, ailemin bir parçası gibi hissediyorum.	2,58	2,16
12- Ailem beni gerçekten önemsiyor.	2,49	2,08
13- Beni anlayan hiçbir arkadaşım yok, ancak olmasını isterdim.	1,79	1,45
14- Mutluluğuna katkıda bulunduğum bir sevgilim/eşim var.	4,69	2,63
15- Duygusal gereksinimlerimi karşılayacak yakın duygusal ilişkiye ihtiyacım var.	3,37	2,47

Katılımcıların sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının; cinsiyet, aile tipi, meslek, eğitim durumu, en çok dinlenen müzik ile duygusal ve yalnız hissedildiğinde dinlenen müzik türü arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı ( $p>0,05$ ) en çok ne tür müzik dinlemeyi sevme durumu değişkeniyle istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görüldü ( $p<0,05$ ). Katılımcıların dinledikleri müzik türü ile sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeğinden aldıkları puan ortalaması karşılaştırıldığında, arabesk müzik dinlediğini belirten katılımcıların türkçe pop- rock, türkçe rap- hip hop ve diğer müzik türlerini dinlediğini belirten katılımcılardan daha yüksek olduğu görüldü (Tablo 6).

Katılımcıların meslekleriyle sosyal yalnızlık alt ölçeğinden aldıkları puan arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görüldü. Farklılığın ‘özel sektör’ den kaynaklandığı, özel sektörde çalıştığını belirten katılımcıların sosyal yalnızlık alt ölçeği puan ortalamasının kamuda çalıştığını ve öğrenci olduğunu belirten katılımcıların puan ortalamasından daha yüksek olduğu görüldü. Eğitim durumu ile duygusal yalnızlık-romantik alt ölçeğinden alınan puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu; eğitim durumunu ‘ön lisans’ olarak belirten katılımcıların alt ölçek puanının eğitim durumu ‘lise’ ve ‘lisans’ olan katılımcılardan daha düşük olduğu görüldü. En çok dinlenen müzik türü ile sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık-aile alt ölçeklerinden aldıkları puan arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edildi. Arabesk müzik dinlediğini ifade eden katılımcıların sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık-aile alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamasının diğer müzik türlerini daha çok dinlediğini belirten katılımcılardan daha yüksek olduğu görüldü (Tablo 7).

**Tablo 6.** Katılımcıların ölçek puanlarının sosyo-demografik ve müzikle ilgilerine ilişkin bulgularla karşılaştırılması

Değişkenler		$\bar{X}$	SS	T/F	p
Cinsiyet	Kadın	46,47	16,51	1,314	0,190
	Erkek	42,98	17,62		
Aile tipiniz hangisidir?	Çekirdek aile	45,21	16,53	-0,653	0,515
	Geniş aile	47,18	18,29		
Meslek	Kamu sektör	43,39	20,04	2,546	0,081
	Özel sektör	49,75	16,81		
	Öğrenci	44,11	15,62		
Eğitim durumunuz nedir?	Lise mezunu	47,10	16,65	0,775	0,462
	Ön lisans mezunu	43,27	18,91		
	Lisans mezunu	45,22	15,84		
En çok ne tür müzikleri dinlemeyi seversiniz	Türkçe Pop- Rock Müziği	43,91	17,19	4,036	0,008*
	Arabesk Müziği	55,23	17,27		
	Türkçe Rap- Hip Hop Müziği	43,37	15,74		
	Diğer	44,30	15,12		
En çok hangi durumlarda müzik dinlemeyi tercih edersiniz?	Her zaman	45,34	15,97	0,037	0,991
	Yolculuk zamanlarında yaptığım	46,23	17,61		
	Üzgün/ Mutlu olduğum zamanlarda	45,13	16,13		
	Diğer	45,73	18,85		
Duygusal ve yalnız hissettiğinizde en çok hangi tür müzik ve seslendirici dinlersiniz?	Türkçe Pop- Rock Müziği- Emir Can İğrek	43,01	15,76	2,137	0,121
	Arabesk Müziği- Ferdi Tayfur	48,65	17,09		
	Diğer	45,41	17,62		

\*p<0,05, SS: Standart Sapma.

**Tablo 7.** Katılımcıların alt ölçek puanlarının sosyo-demografik ve müzikle ilgilerine ilişkin bulgularla karşılaştırılması

Değişkenler	Sosyal Yalnızlık		Duygusal Yalnızlık- Aile		Duygusal Yalnızlık- Romantik	
	$\bar{X}$	S.S.	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS
<b>Cinsiyet</b>						
Kadın	13,07	6,82	11,99	7,39	21,40	9,20
Erkek	11,98	6,62	10,59	6,68	20,40	9,21
	t=1,018 p=0,310		t=1,228 p=0,200		t=0,687 p=0,493	
<b>Aile tipiniz hangisidir?</b>						
Çekirdek aile	12,70	6,68	11,50	6,87	21,00	9,29
Geniş aile	13,18	7,24	12,18	8,71	21,81	8,80
	t=-0,396 p=0,692		t=-0,448 p=0,656		t=-0,494 p=0,622	
<b>Meslek</b>						
Kamu sektör	11,15	7,00	11,21	7,76	21,03	10,47
Özel sektör	15,75	6,42	13,08	7,18	20,91	9,15
Öğrenci	11,78	6,47	11,03	7,05	21,29	8,90
	f=8,382 p=0,000		f=1,644 p=0,196		f=0,037 p=0,694	
<b>Eğitim durumunuz nedir?</b>						
Lise mezunu	13,27	7,23	12,46	7,30	21,36	8,86
Ön lisans mezunu	13,65	7,08	11,77	7,78	17,84	9,43
Lisans mezunu	11,81	6,03	10,69	6,80	22,71	9,04
	f=1,422 p=0,244		f=1,254 p=0,587		f=4,173 p=0,017	
<b>En çok ne tür müzikleri dinlemeyi seversiniz</b>						
Türkçe Pop- Rock Müziği	12,29	6,18	10,96	6,51	20,64	9,83
Arabesk Müziği	16,00	8,58	16,70	8,80	22,53	8,24
Türkçe Rap- Hip Hop Müziği	10,75	5,41	11,20	7,39	21,41	9,64
Diğer	12,94	6,83	10,25	6,33	21,10	8,45
	f=3,405 p=0,019		f=6,352 p=0,000		f=0,325 p=0,808	
<b>En çok hangi durumlarda müzik dinlemeyi tercih edersiniz?</b>						
Her zaman	11,97	6,29	11,00	6,83	22,37	9,02
Yolculuk yaptığım zamanlarda	13,53	7,43	12,13	7,69	20,55	9,11
Üzgün/ Mutlu olduğum zamanlarda	12,92	6,47	11,86	6,86	20,34	10,04
Diğer	13,57	7,31	12,19	7,97	19,97	8,83
	f=0,775 p=0,509		f=0,384 p=0,765		f=0,891 p=0,447	
<b>Duygusal ve yalnız hissettiğinizde en çok hangi tür müzik ve seslendirici dinlersiniz?</b>						
Türkçe Pop- Rock Müziği- Emir Can İğrek	11,98	6,35	10,46	6,57	20,55	9,58
Arabesk Müziği- Ferdi Tayfur	13,80	7,29	13,17	7,84	21,68	8,78
Diğer	12,68	6,64	11,39	7,11	21,32	9,22
	f=1,358 p=0,260		f=2,711 p=0,069		f=0,297 p=0,743	

SS: Standart Sapma

#### 4. TARTIŞMA

Araştırma sonuçlarında kadın katılımcıların sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği ile alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamalarının erkek katılımcılardan bir miktar yüksek olmasına rağmen istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Literatürde sosyal ve duygusal yalnızlık ile ilgili çalışmalar da mevcut çalışma ile benzer sonuçları göstermektedir (Demir ve Tarhan, 2001; Çeçen, 2008; Pancar, 2009; Çakır ve Çakır, 2011; İlhan, 2012; Oruç, 2013; Kılıç, 2014; Yalçın, 2015; Aktaş ve Yılmaz, 2017; Güven, 2017).

Katılımcıların en sık dinledikleri müzik türünün Türkçe-pop ve Türkçe rock müzik olduğu görülmektedir. Sağır ve Öztürk (2015) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada öğrencilerin en fazla pop müzik dinledikleri, Güven (2017) tarafından lise öğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada ise öğrencilerin sıklıkla Türkçe pop ve rock müzik dinledikleri sunulmuştur. Literatürde üniversite, lise ve ilköğretim öğrencileri ile yapılan farklı çalışmalar da mevcut çalışma ile benzer sonuçlar göstermekte olup, gençlerin sıklıkla Türkçe pop ve rock müzik dinlediğini raporlamaktadır (Artemiz, 2009; Kalyoncu, 2011; Akça ve Şenol, 2012; Bulut ve Altay, 2012; Sağır ve Öztürk, 2015; Sakar ve Maba, 2015; Güven, 2017). Alanda yapılan çalışmaların sonuçlarından da yola çıkarak gençler arasında sıklıkla dinlenen müzik türünün pop ve rock müzik lehine olmasının günümüz popüler kültüründe pop müzik ve rock müziğin en ön planda olan müzik türü olmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu sonuçları, gençlerin bir düşünce ya da tutumdan bağımsız olarak, daha fazla eğlenceye yönelik olması nedeniyle pop ve rock müzik dinlemeyi tercih etmelerinin güçlü bir olasılık olduğu şeklinde yorumlamak mümkündür.

Mevcut çalışmadaki katılımcıların duygusal ve yalnız hissettiklerinde sıklıkla Arabesk müzik dinledikleri, ayrıca sıklıkla arabesk müzik dinlediğini belirten katılımcıların sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği ve alt ölçeklerinden aldıkları puanların, sıklıkla diğer müzik türlerini dinlediğini belirten katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Bozkurt ve ark. (2015) tarafından öğrencilerin duygu durumlarına göre dinledikleri müzik türlerinin incelendiği bir çalışmada öğrencilerin en mutlu oldukları zamanlarda en çok pop müzik dinledikleri, en az arabesk, halk müziği ve sanat müziği dinledikleri raporlanmıştır. Aynı çalışmada aşk, öfke ve korku duygularını yoğun yaşadıkları zamanlarda ise öğrencilerin çoğunluğunun yine pop müzik dinlemeyi tercih ettikleri ancak arabesk müzik dinleme oranlarının, mutlu oldukları zamanki dinleme oranlarına göre arttığı; üzüntülü oldukları zamanlarda ise en çok arabesk müzik dinledikleri görülmektedir (Bozkurt ve ark., 2015). Yapısal olarak çoğunlukla içinde acı, hüznün ve yalnızlık duyguları barındıran bu müzik türünün gençlerin en hüznü ve yalnız oldukları zamanlarda duygularını ifade ediş biçimi olarak tercih etmelerinin beklenen bir durum olduğu düşünülmektedir. Genel olarak bireylerin günlük yaşamda karşılaştıkları zorlayıcı, sıkıntılı durumlarda iç dünyalarında yaşadıkları acı ve üzüntüyü anlamlandırabilmek ve ifade etmek için bu duyguları içinde barındırma ihtimali yüksek olan arabesk müziği dinlemeyi tercih etmeleri olasıdır. Literatürde müzik türleri ve yalnızlık ilişkisini doğrudan ortaya koymayı hedefleyen çalışma sayısı sınırlı olmakla beraber, dolaylı yoldan ilişkilendiren çalışmalara rastlamak mümkündür. Artemiz (2009) yaptığı bir çalışmada bireylerin kişilik özellikleri ile müzik tercihleri arasında bir bağ olduğunu, arabesk müzik dinleyen bireylerin ilgi arayışı içinde olan bireyler olduğunu belirtmiştir (Artemiz, 2009). Yapılan farklı çalışmalar da ise pop müzik dinleyenlerin daha neşeli ve sosyal kişiler olduğu (North ve ark., 2005), arabesk müzik dinleyenlerin daha depresif ve öfkeli ve şiddete eğilimli kişilik özellikleri gösterdikleri raporlanmıştır (Güner, 1995; Sezer, 2011; Uluçay, 2018).

#### 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Alanda yapılan farklı çalışmalar ve mevcut çalışma sonuçları, bireyler için müziğin yalnızca bir eğlence aracı olmayıp, duygularını ifade etme aracı olarak da kullandıklarını göstermektedir. Yalnızlık duygularının daha yoğun yaşandığı ergenlik ve gençlik dönemlerinde bireylerin farklı baş etme yöntemleri ve duygularını ifade edecek yollar aramaları normal kabul edilmektedir. Ancak yalnızlık hissinin beraberinde getirdiği duyguları doğru şekilde ifade edebilmek ve doğru



yere yönlendirmek önem kazanmaktadır. Dinlenen bazı müzik türleri, takip edilen müzik kanalları veya rol model olarak kabul edilen müzikle uğraşan kişilerin gençlerde şiddet eğilimini pekiştirici özellikte olduğu düşünülmektedir (Uluçay, 2018). Bilim insanlarının müziğin eğitimsel, tedavi edici ve bireylerin bazı ruhsal/kişilik özelliklerini belirlemedeki gücü üzerinde yoğunlaşmakta ve önemini vurgulamakta olduğu bir dönemde (Williams, 2008) toplumsal olarak müzik kültürünün küçük yaşlarda edinilmesi gerektiği, ruhsal ve eğitimsel boyutuyla da ele alınması gerektiği görülmektedir. Bu nedenle yalnızlık ve müzik ilişkisine odaklanan çalışmaların daha küçük yaş grupları ile yapılması, gençlerdeki sosyal ve duygusal yalnızlığı azaltmaya yönelik bireysel/ailesel/grup psikolojik destek uygulamaları ile gençlerin yaşamlarında anlam bulmalarına yardımcı kaynakları keşfetmelerine yardımcı olunması önerilmektedir.

#### Yazarların çalışmaya katkıları

**Merve Bat Tonkuş** ve **Gamze Sarioğlu**; Çalışma konusu, literatür tarama, veri toplama, veri analizi ve yorumlama, makale yazımı ve kontrolü. **Sevcan Karataş**; Literatür tarama, içeriğin eleştirel incelenmesi, makale yazımı ve kontrolü.

#### Etik kurul beyanı

İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Etik Kurulunun 09.01.2023 tarih 2023/01-989 sayılı toplantısında etik kurul onayı alınmıştır.

#### Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ederler.

#### KAYNAKLAR

- Akça, R.P. & Şenol, V. (2012). Müzik, reklam ve kitle iletişimin ergen üzerindeki etkisi. *Akademik Bakış Dergisi*, 28, 1-19.
- 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.
- Aktaş, H. & Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100.
- Artemiz, B. (2009). Ergenlerin farklı müzik türlerine ilişkin ilgileri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Asher, S. R. ve Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *American Psychological Society*, 12(3), 75-78.
- Bulut, D. & Altay, E. (2012). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin müzik profilleri: Yozgat ili örneği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20(1), 237-254.
- Çakır, V. & Çakır, V. (2011). Yalnızlık ve televizyon kullanımı. *Selçuk İletişim*, 7(1), 131-147.
- Çeçen, A.R. (2008). Öğrencilerin cinsiyetlerine ve ana baba tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Demir, A. & Tarhan, N. (2001). Loneliness and social dissatisfaction in Turkish adolescents. *The Journal of Psychology*, 135(1), 113-123.
- di Tommaso, E., and Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA). *Personality and Individual Differences*, 14, 127-134.
- di Tommaso, E., Brannen, C. and 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. Doi: 10.1177/0013164403258450
- Geçtan, E. (2000). Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar. Metis Yayınları, İstanbul.
- Gedik, A.C. (2007). *Popüler Müzikte Beğeni Farklılıkları*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Güzel Sanatlar Enstitüsü, Müzik Bilimleri Anabilim Dalı, Müzik Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir.
- Güner, N. (1995). Ergenlerin Dinledikleri Müzik Türünün Depresyon ve Saldırganlık Düzeyine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Güven, E. (2017). Güzel sanatlar lisesi öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile dinledikleri müzik türü arasındaki ilişki. *İlköğretim Online*, 16(3), 1247-1261. doi: 10.17051/ilkonline.2017.330254
- İlhan, T. (2012). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık: cinsiyet rolleri ve bağlanma stillerinin yalnızlığı yordama güçleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(4), 2377-2396.

- İmik, Ü. (2007). *Sosyal Statünün Müziksel Beğeniye Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- İmik, Ü. & Haşhaş, S. (2020). Müzik nedir ve hayatımızın neresindedir. *İnönü Üniversitesi Kültür ve Sanat Dergisi*, 6(2), 196-202. DOI: 10.22252/ijca.854961
- Kalyoncu, N. (2011). Ergenlerin televizyon müzik programı tercihleri üzerine bir araştırma. *Karadeniz Teknik Üniversitesi İletişim Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 43-57.
- Kılıç, Ş.D. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, Erzurum.
- Neto, F. ve Barros, J. (2000). Psychosocial concominants of loneliness among students of cape verde and portugal. *Journal of Psychology*, 134(5), 245-255.
- North, A.C., Desborough, L. & Skarstein, L. (2005). Musical preference, deviance, and attitudes towards music celebrities. *Personality and Individual Differences*, 38(8), 1903-1914.
- Oruç, T. (2013). *Üniversite Öğrencilerinde Psikososyal Değişkenlere Göre Yalnızlık ile Otomatik Düşünceler İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı, İzmir.
- Pancar, A. (2009). *Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Adana.
- Peplau, L.A. ve Perlman, D. (1984). Loneliness Research: A Survey of Emprical Findings. Peplau, L.A. ve Goldston, S.E. (Ed.), *Preventing the Harmful Consequences of Severe and Persistent Loneliness*. National Institute of Mental Health, Rockville, MD., pp.13-46.
- Saarikallio, S. (2019). Music as a resource for agency and empowerment in identity construction. In: Katrina McFerran, K., Derrington, P. and Saarikallio, S. (Ed.). *Handbook of Music, Adolescents and Wellbeing*. Oxford University Press, Oxford, pp.89-98.
- Sağır, A. & Öztürk, B. (2015). Sosyolojik bağlamda müzik ve kimlik: Karabük üniversitesi örneği. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 121-154.
- Sakar, M. H. & Maba, A. (2015). Ortaokul öğrencilerinin müziksel tercihleri ve dinleme pratikleri. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 36, 980-996.
- Sezer, F. (2011). Öfke ve psikolojik belirtiler üzerine müziğin etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1472-1493.
- Şenel, O. (2014). Müzik tercihinin karmaşık arka planı. *Journal of International Social Research*, 7(30), 213- 227.
- Çuhadar, Ç.B. & Çerezcioglu, A.B. (2020). Algoritmaların yönlendirdiği dinleme pratikleri: Sahte bireyselleşme bağlamında kişiye özel çalma listeleri. *Eurasian Journal of Music and Dance*, (17), 129-158. doi: 10.31722/ejmd.844771
- Uluçay, T. (2018). Lise öğrencilerinin dinledikleri müzik türlerinin şiddet eğilimlerine etkisi. *Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi*, (41), 135-153. doi: 10.32547/ataunigsed.450424
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. US: The MIT Press, Cambridge, MA.
- Yağcı, U. and Kapıkıran, Ş. (2019). Aktif yaş alma: müzik etkinliklerine katılan ve katılmayan bireylerin sosyal destek, yalnızlık ve yaşam doyumu. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, 12(2), 113-120.
- Yalçın, G. (2015). *Sosyal Medyanın Yoğun Kullanımın İleri Ergenlikte Yalnızlık ve Depresyona Etkisi*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yasak, B. (2023). *Genç Yetişkinlerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlık ile Sanal Kimlik Arasındaki İlişkide Öz Yeterliliğin Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, İstanbul.