





Öğretmen Adaylarının Sosyal-Duygusal Yalnızlık ve Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi¹²

Examining the Relationship between Social-emotional Loneliness and Psychological Resilience Levels of Pre-service Teachers

Sayfa | 3184

Tuğçe SUSKAN , Yüksek Lisans Öğrencisi, Hacettepe Üniversitesi, suskantugce@gmail.com

Hanife ESEN AYGÜN , Doç. Dr., Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, hanifeesen@comu.edu.tr

Geliş tarihi - Received: 6 Haziran 2024
Kabul tarihi - Accepted: 10 Eylül 2024
Yayın tarihi - Published: 28 Aralık 2024

¹Bu çalışma Tuğçe SUSKAN'ın, Doç. Dr. Hanife ESEN-AYGÜN danışmanlığında yürüttüğü TÜBİTAK-2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destek Programı kapsamında desteklenen projeden üretilmiştir.

² Bu çalışmanın bir bölümü 9-11 Kasım 2023 tarihleri arasında İstanbul Kültür Üniversitesinde düzenlenen 16. Ulusal Okul Öncesi Öğretmenliği Öğrenci Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Suskan, T. ve Esen Aygün, H. (2024). Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(3)*, 3184-3208.

DOI. 10.51460/baebd.1496830



Öz. Bu çalışmada, öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ile psikolojik sağlık düzeylerinin ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 635 öğretmen adayı katılmıştır. Araştırma, nicel araştırma türü olan yordayıcı korelasyonel modelde tasarlanmıştır. Verilerinin toplanmasında Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA-S) ve Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ) kullanılmıştır. Bulgular, öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeylerinin orta düzeyde olduğuna işaret etmektedir. Öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyleri erkek öğretmen adaylarının lehine anlamlı farklılık göstermekle birlikte sınıf düzeyi ve anabilim dalına göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyinin düşük düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. Sosyal-duygusal yalnızlık düzeyi cinsiyete göre kadın öğretmen adaylarının lehine anlamlı farklılık göstermektedir. Sınıf düzeyi değişkenine göre sosyal-duygusal yalnızlık düzeyi anlamlı farklılık göstermezken, duygusal yalnızlık-romantik alt-boyutunda anlamlı farklılık görülmektedir. Anabilim dalı düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık görülmezken duygusal yalnızlık-aile alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmaktadır. Son olarak çalışmada, psikolojik sağlık ve sosyal-duygusal yalnızlık arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak araştırma bulguları, sosyal-duygusal yalnızlık düzeyinin psikolojik sağlık düzeyini anlamlı düzeyde yordadığına işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: “Sosyal-duygusal yalnızlık.”, “Psikolojik sağlık.”, “Öğretmen adayı.”.

Abstract. This study aimed to examine the relationship pre-service teachers' social-emotional loneliness and psychological resilience levels. 635 pre-service teachers participated in the research. The research was designed in the predictive correlational model, which is a type of quantitative research. Social and Emotional Loneliness Scale for Adults and Brief Psychological Resilience Scale were used to collect the data. The findings indicate that the psychological resilience levels of pre-service teachers are at moderate level. Although the psychological resilience levels differ significantly in favor of male pre-service teachers, they do not differ significantly according to grade level and department. Findings show that the social-emotional loneliness level of pre-service teachers is low. The social-emotional loneliness level varies significantly according to gender in favor of female pre-service teachers. While social-emotional loneliness level does not show a significant difference according to the grade level variable, there is a significant difference in the emotional loneliness-romantic sub-dimension. While there is no significant difference in the department level variable, there is a significant difference in the emotional loneliness-family sub-dimension. Finally, a low, negative, and significant relationship was found between psychological resilience and social-emotional loneliness. As a result, research findings indicate that the social-emotional loneliness level significantly predicts the psychological resilience level.

Keywords: : “Social-emotional loneliness.”, “Psychological resilience.”, “Pre-service teacher.”.



Extended Abstract

Introduction. Weiss (1975) explained loneliness in two dimensions: emotional and social. Emotional loneliness is the emotional state that occurs in the lack of close and intimate relationships and social loneliness is an unpleasant emotional state that occurs in the absence of social relationships. Psychological resilience is defined as when individuals face these negative life events while still being able to experience positive emotions again even if there are minor and temporary disruptions in their functionality (Bonanno, 2014). Psychological resilience is stated as a protective factor that allows the individual to adapt to new situations and cope with the risk factors they encounter throughout life. (Gizir, 2007). Loneliness is directly associated with psychological resilience because it is related to the protective and risk factors encountered in life (Güloğlu and Kararımak, 2010).

In late adolescence and early adulthood, individuals have a high risk of experiencing loneliness (Deniz, Hamarta, & Ari, 2005). Research has revealed that a lot of university students experience the feeling of loneliness (İkiz & Mete–Otlı, 2015). Research conducted with university students shows that people who have high levels of psychological resilience feel less lonely (Güloğlu and Kararımak, 2010; Kılıç, 2014; Yakıcı and Traş, 2018). These studies' results show the relationship between loneliness and psychological resilience and provide important data for understanding this relationship. However, research was not found on the relationship between social-emotional loneliness and psychological resilience level of pre-service teachers.

Coping with loneliness and stress are part of social skills (Akkök, 2003). Research indicates that the teacher's social skill has an impact on the student's social behavior (Genç, 2005; Çubukçu and Gültekin, 2006). In this direction, it is thought that determining the social characteristics of pre-service teachers and the factors affecting their social characteristics important in preventing social-emotional problems in schools. Accordingly, this study aimed to examine the relationship between pre-service teachers' social-emotional loneliness and psychological resilience levels.

In line with the main purpose of the research, the research questions were determined as follows:

- What are the psychological resilience levels of pre-service teachers?
- Do pre-service teachers' psychological resilience levels differ significantly according to a)-gender b)-grade level c)-department?
- What are the social-emotional loneliness levels of pre-service teachers?
- Do pre-service teachers' social-emotional loneliness levels differ significantly according to a)-gender b)-grade level c)-department?
- Is there a significant relationship between the psychological resilience level of pre-service teachers and their social-emotional loneliness levels?
- Do pre-service teachers' social-emotional loneliness levels predict their psychological resilience levels?

Method. The research was designed in a predictive correlational model, which is a type of quantitative research. As the data tools 'The Social and Emotional Loneliness Scale for Adults' and 'Brief Psychological Resilience Scale' were used to collect data. The simple random sampling method was used to collect data. A total of 635 volunteer pre-service teachers, 494 females and 141 males, participated in the research. Skewness and kurtosis coefficients were examined in order to examine the compliance of the data with the normality assumption. Accordingly, the t-test and Anova test,

Suskan, T. ve Esen Aygün, H. (2024). Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(3), 3184-3208.*

DOI. 10.51460/baebd.1496830



which are parametric tests, were used to analyze the data. In addition, Post-hoc test was applied to determine which group caused the differences in the test results. Correlation and regression tests were used to examine the relationship between social-emotional loneliness and psychological resilience.

Results. It is seen that the psychological resilience levels of the pre-service teachers participating in the research are at a moderate level and the average scores of male pre-service teachers ($\bar{x}=3.15$) are higher than that of female pre-service teachers ($\bar{x}=2.99$). Also, there is no significant difference between grade level and psychological resilience levels, $F(631) = .875, p < .454$. and there is no significant difference between department and psychological resilience levels, $F(629) = 2.207, p < .052$.

It was concluded that pre-service teachers' social-emotional loneliness levels were low and the social-emotional loneliness levels of male pre-service teachers ($\bar{x}=3.05$) were higher than female pre-service teachers ($\bar{x}=2.96$). It is seen that there is no significant difference between grade level and social-emotional loneliness level, $F(631) = 1.796, p < .147$. However, there is a significant difference in the emotional romantic sub-dimension in the grade level variable, $F(631) = 8.028, p < .000$. Also, there is no significant difference between the department and social-emotional loneliness levels, $F(629) = .992, p < .422$. However, there is a significant difference in the emotional loneliness-family sub-dimension in the department variable, $F(629) = 3.826, p < .002$.

It is determined that there is a negative, low-level significant relationship at the level of $-.129$ between the social-emotional loneliness levels of pre-service teacher and their psychological resilience levels. In other words, it is understood that there is a negative relationship between psychological resilience and social-emotional loneliness. It is seen that the results of simple linear regression analysis regarding the role of social-emotional loneliness levels in predicting psychological resilience levels are significant ($F= 10.788$), $p > .05$. This finding, obtained from variance analysis, indicates that the relationship between social-emotional loneliness and psychological resilience is linear ($R= .129, R^2= .017, p < .05$). In other words, 17% of the psychological resilience level is explained by social-emotional loneliness.

Discussion and Conclusion. It is understood that pre-service teachers' psychological resilience it is neither high nor low. In this regard, it is thought to increase the pre-service teachers' psychological resilience various settings in teacher training programs will contribute to pre-service teachers. Within the scope of this research, it is thought that the low levels of social-emotional loneliness of pre-service teachers are positive in terms of their mental health and professional competence.

However, while there is a strong relationship between loneliness and psychological resilience, it is known that cognitive impairment (Windle et al., 2021), stress (Wang et al., 2024), mental health (Gerino, 2017), social support (Lee et al., 2020; Liang et al., 2019) and physical health (Lim et al., 2022) are also known to play a role in this relationship. Based on this information, future studies examining various mediators in the relationship between psychological resilience and social-emotional loneliness may provide a more comprehensive understanding of this relationship.

In this study, unlike other studies in the literature, the relationship between social-emotional loneliness and psychological resilience was examined. It is thought that the difference between the findings and the literature is a result of the examined different concepts from each other. On the other hand, although there is a strong relationship between loneliness and psychological resilience, this relationship includes cognitive impairments (Windle et al., 2021), stress (Wang et al. 2024), mental health (Gerino, 2017), social support (Lee et al., 2020; Liang et al., 2019), physical health (Lim et al.,

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Araştırma Makalesi / Research Paper



2022) are known to play a role. Based on this information, it is thought that future studies examining the mediating variables will provide more extensive information about psychological resilience and social-emotional loneliness.



Giriş

Yalnızlık her birey tarafından deneyimlenebilir. Yalnızlık, bireylerin sosyal yaşantısını olumsuz etkileyen bir durumdur. Yalnızlık, bireyin ihtiyaç duyduğu sosyal ilişkilerin nicelik ve niteliğinin karşılanmaması durumunda oluşan ve iyi hissettirmeyen bir deneyim olarak tanımlanmaktadır (Perlman, Peplau ve Goldston, 1984). Armağan (2014)'a göre yalnızlık, bireyin iç dünyasına yönelerek dış dünyadan uzaklaşmasıdır. Yalnızlık, yoğunluğu, nedenleri ve koşullarına göre değişiklik gösteren çok boyutlu bir olgudur (Heinrich ve Gullone, 2006). Sosyal yalnızlık, kişinin sosyal ilişkilerinin iyi olmadığına işaret eder (Heinrich ve Gullone, 2006). Öznel olarak algılanan yalnızlık bireyin içinde bulunduğu ortamda bulunan kişilerin sayısından bağımsız olarak hissedilebilmektedir (Perlman ve Peplau, 1984). Bir diğer ifade ile bireylerin kalabalık bir ortamda bile kendisini yalnız hissedebileceği söylenebilir.

Weiss (1975) yalnızlığı iki boyuta ayırarak incelemiştir: duygusal ve sosyal. Duygusal yalnızlık yakınlık ve bağlanma ilişkilerinin eksikliği halinde ortaya çıkan duygu durumu olarak tanımlanırken; sosyal yalnızlık sosyal ilişkilerin eksikliğinde yaşanan hoş olmayan duygu durumu olarak tanımlanır. Bu doğrultuda, yalnızlığın temelinde, sosyal ve yakın ilişkilerde yaşanan eksiklikler ve bu ilişkilerin verimsizliği vardır (Buluş, 1997). Bireyin, ihtiyacı olduğu bazı yakınlık ve samimi sosyal ilişkilerin eksikliğinde yalnızlık hissettiği söylenebilir.

Yalnızlığın dolaylı veya doğrudan olmak üzere bireyin hayatının neredeyse her alanına etkisi olduğu bilinmektedir (Armağan, 2014). Yalnızlık yaşayan birey, kaçınma davranışı göstererek bu durumla baş etmeye çalışmaktadır (Duy, 2003). Bu durum, bireyin kendisini daha da yalnızlaştırmasına sebep olarak kısır bir döngü haline gelmektedir (Sarıçam, 2011; Duy, 2003). Weiss (1975) tarafından çevrelerinde ortak ilgilerini paylaşabilecekleri ve aktiviteler yapabileceği bir gruba ait olamamanın ortaya çıkardığı eksiklik olarak tanımlanan sosyal yalnızlık, bireyler üzerinde bazı durumları ortaya çıkarabilmektedir. Sosyal yalnızlığın deneyimlenmesi sonucunda depresyon, yabancılaşma, amaçsızlaşma, kaygı, uyku bozuklukları gibi bazı olumsuz durumlar oluşabilmektedir (Di Tomasso ve Spinner, 1997; Lee ve Ko, 2018). Başka kişilerle yakınlık ve bağlanma eksikliği sonucu deneyimlenen yalnızlık türü olarak tanımlanan duygusal yalnızlık, bireyin boşlukta hissetmesine yol açabilmektedir (Weiss, 1975). Bu durum, bireyde kaygı ve terk edilme korkusu gibi hisler meydana gelmesine sebep olabilmektedir (Di Tomasso ve Spinner, 1997). Bu doğrultuda, sosyal-duygusal yalnızlık duygu durumu, bireyleri fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan etkileyebilir (Yılmaz ve Altınok, 2009). Bu bağlamda sosyal-duygusal yalnızlık, bireyin ihtiyaç duyduğu yakın ilişkilerin ve sosyal ağların eksikliğini algılaması sonucu ortaya çıkan duygu durumu olarak ifade edilebilir. Sosyal-duygusal yalnızlığın bireyin psikolojik durumu üzerinde bazı etkileri olduğu görülmektedir. Örneğin; sosyal-duygusal yalnızlık düzeyi yüksek bir bireyin düşük düzeyde sosyal destek algıladığı bilinmektedir (Adamczyk, 2016). Sosyal-duygusal yalnızlık ile öznel iyi oluş, yaşamın anlamı ve amacının anlamlı ölçüde ilişkili olduğu görülmektedir (Özdoğan, 2021). Ayrıca, sosyal-duygusal yalnızlık ile yaşam doyumunun negatif bir ilişkiye sahip olduğu, özellikle duygusal yalnızlığın yaşam doyumu için güçlü bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Bozorgpour ve Salimi, 2012). Bu bağlamda bireyin karşılaşmış olduğu bu sorunların bireyin psikolojik sağlık durumu ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

Pek çok insan yaşam süresince zorlu yaşam olaylarıyla karşılaşabilmektedir. Psikolojik sağlık, olumsuz bu olaylar karşısında bireylerin işlevselliklerinde küçük ve geçici kesintiler oluşsa da Suskan, T. ve Esen Aygün, H. (2024). Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(3), 3184-3208.*
DOI. 10.51460/baebd.1496830



yeniden olumlu duygusal deneyimler yaşayabilmeleri hali olarak tanımlanmaktadır (Bonanno, 2014). Doğan (2015), psikolojik sağlamlığı, bireyin olumsuz yaşam olayları sebebiyle ortaya çıkan ruh halinden hızlıca uzaklaşabilmesi ve toparlanabilme gücü olarak açıklamaktadır. Masten (2014), psikolojik sağlamlığın rahatsız hissettiren durumlara karşı bireyin uyum sağlamasını belirten dinamik bir süreç olduğunu ifade etmektedir. Günlük yaşamda karşılaşılan zorlu durumlardan büyük ve sıkıntı verebilen yaşam olaylarına yanıt verebilmek ve olumlu bir şekilde uyum sağlamak için psikolojik olarak sağlamlığın gerekliliği yadsınamazdır (Fletcher ve Sarkar, 2013). Bu bağlamda, olumsuz durumların üstesinden başarıyla gelebilme ve oluşan yeni duruma uyum gösterebilme kabiliyeti psikolojik sağlamlık olarak ifade edilebilir.

Üniversite yıllarını kapsayan 18-22 yaş aralığı geç ergenlik dönemi olarak bilinmektedir ve bireyler için bu dönem bir geçiş dönemidir (Newman, 1991). Bu dönemin gelişim özelliklerine göre bireyler ebeveynlerinden özerkleşerek bağımsız hale gelirler ve akran gruplarıyla yakın ilişkiler kurmayı deneyimlerler. Bu dönemde bireyler yeni sosyal çevre, aileden özerkleşme, yakın ilişkiler kurulması, sosyal kimlik, aidiyet ve mesleki arayışları gibi bir dizi uyum sorunuyla karşı karşıya gelebilmektedir ve başa çıkmaya çalışmaktadır (Nicpon vd., 2006; Dyson ve Renk, 2006; Asıcı, 2017). Örneğin, öğretmen adaylarının üniversite yaşamına uyum düzeylerinin düşük olması bu süreçte yaşanan zorluklardan biridir (Esen-Aygün ve Şahin-Taşkın 2019). Benzer şekilde, başa çıkma sürecinde anlamlı ilişkilerin kurulmakta zorlanması (Moeller ve Seehuus, 2019) ve sosyal duygusal desteğin eksikliği (Cutrona, 1982) gibi durumlar öğrencilerin sosyal-duygusal yalnızlık yaşamalarına sebep olmaktadır. Özellikle geç ergenlik ve erken yetişkinlik döneminde bireylerin yalnızlık yaşama riski yüksektir (Deniz, Hamarta ve Ari, 2005). Ergenlik ve yetişkinlik döneminde yalnızlık durumuna etkisi olabilecek birtakım durumlar söz konusudur. Yeni bir ev-okul ortamına taşınma, ebeveyn boşanması, arkadaşlık ilişkilerinin bozulması ve yakın birinin veya canlının ölümü gibi durumlar bu sorunlara örnek olarak gösterebilir (Armağan, 2014). Günümüzde artan nüfus (Karahana vd., 2004) ve yoğunlaşan teknoloji kullanımı (Çakır ve Oğuz, 2017) gibi sebepler bireyi yalnızlaştırmakta ve kendine yabancılaşmasına yol açmaktadır. Bunlara ek olarak, Covid-19 pandemi süresince bireylerin yalnızlık düzeyinin sosyal kısıtlanmayla birlikte normalden daha fazla olduğu görülmüştür (Killgore vd., 2020; Werner vd., 2021; Çetin ve Anuk, 2020). Bu doğrultuda, üniversite öğrencilerinin yaşadığı sorun alanları incelendiğinde; bu sorunların arkadaşlık ilişkileri, duygusal ilişkiler, aile ilişkileri ve uyum sorunları olduğu görülmektedir. Bu sorunlar, bireylerin duygusal olarak iyi olma durumlarına karşı risk faktörü oluşturabilmektedir (Asıcı, 2017).

Psikolojik sağlamlık, bireyin gelişimi boyunca karşılaştığı risk faktörlerine karşı uyum sağlamasını ve başa çıkmasını sağlayan korucu bir faktör olarak ifade edilmektedir (Gizir, 2007). Yalnızlık evrensel bir risk faktörüdür ve her yaş grubunda görülebilmekle birlikte ergenler ve genç yetişkinlikte sık deneyimlenmektedir (Ponzetti, 1990). Yalnızlık, yaşamda karşılaşılan koruyucu ve risk faktörleriyle ilişkili olmasından psikolojik sağlamlıkla doğrudan ilişki içindedir (Güloğlu ve Kararımak, 2010). Üniversite öğrencilerinin katılımcı olduğu araştırmalar, yüksek psikolojik sağlamlığa sahip bireylerin daha az yalnız hissettiğini ifade etmektedir (Güloğlu ve Kararımak, 2010; Kılıç, 2014; Yakışı ve Traş, 2018).

Alanyazın incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik sağlamlık düzeyleri konusunda çeşitli araştırmaların yapıldığı görülmektedir (Güloğlu ve Kararımak, 2010; Karaoğlu vd., 2009; Kılıç ve Alver, 2017; Yelpaze, 2021), Bu araştırmalar sonuçları bakımından incelendiğinde yalnızlık

Suskan, T. ve Esen Aygün, H. (2024). Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(3), 3184-3208.*

DOI. 10.51460/baebd.1496830



ile psikolojik sağlık ilişkisini anlamada önemli kanıtlar sunmaktadır. Bununla birlikte, alanyazın incelendiğinde, sosyal-duygusal yalnızlık ile psikolojik sağlık ilişkisini öğretmen adayları üzerinde inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu bilgiler doğrultusunda, öğretmen adaylarının psikolojik sağlık ile sosyal-duygusal yalnızlık düzeyinin ilişkisini ilk kez inceleyecek olan bu çalışmanın özgün olduğu ve sosyal-duygusal yalnızlığın psikolojik sağlığı ne ölçüde açıkladığı hakkında kapsamlı bilgiler sunması bakımından alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bireyin sosyal becerilere sahip olması hem kendisi hem de toplumun bir üyesi olması açısından son derece önemlidir (Genç, 2005). Sosyal beceriler, yalnızlık ve stresle başa çıkmayı kapsar (Akkök, 2003). Araştırmalar, öğretmenin sosyal beceri düzeyinin öğrencilerin sosyal davranışları üzerinde etkisi olduğunu ifade etmektedir (Zeki, 2005; Çubukçu ve Gültekin, 2006). Öğretmen adaylarında sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeylerinin bilinmesi öğretmen adaylarının yaşayabileceği sosyal-duygusal sorunları anlamada yardımcı olacaktır. Araştırmalar, üniversite döneminde yaşanan yalnızlık duygusunun bireylerin hayatlarının önemli bir bölümünü etkileyebilecek sonuçlara neden olduğunu ortaya koymaktadır (Bıyık, 2004; Yakıcı, 2017). Bu çerçevede sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık öğretmen adaylarının yaşamlarında etkisi olan önemli kavramlar olarak görülmektedir.

Öğretmenin mesleki yeterlilikleri göz önünde bulundurulduğunda, okulun amaçları arasında nitelikli ve her bakımdan sağlıklı bireyleri yetiştirmek olduğu görülmektedir. Nitelikli ve her bakımdan sağlıklı bireyler yetiştirmek için en başta öğretmenlerin sağlıklı olmasıyla gerçekleşebileceği düşünülmektedir. Psikolojik sağlığı yüksek bireylerin olumlu ve güçlü arkadaşlık kurma, etkili iletişim ve yeni durumlara hızlıca uyum gösterme becerilerine sahip olmak gibi ortak özellikleri olduğu görülmektedir. Yalnızlık yaşayan bireyin sorumluluklarını tamamlaması, sağlıklı ve anlamlı bir hayat sürdürmesinin zor olacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda öğretmenin psikolojik sağlık düzeyinin geliştirilmesi öğretmenin kendi psikolojisi ve öğrencileriyle olumlu ve etkili iletişim kurabilmesi gibi hususlar açısından öğrencilere ve dolaylı olarak topluma katkı sağlamaktadır (Hoşoğlu vd., 2018). Buna bağlı olarak, öğretmen adaylarında sosyal-duygusal yalnızlık ile psikolojik sağlık düzeyinin incelenmesi ve ilişkili olduğu değişkenlerin belirlenmesi önemlidir. Bu nedenle bu çalışmada, sosyal-duygusal yalnızlık ile psikolojik sağlık düzeylerinin öğretmen adaylarında incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmadan elde edilen bulguların öğretmen eğitiminin niteliğinin artmasına katkısı olacağı düşünülmektedir. Öğretmenlik mesleği öğrenci, veli ve meslektaşlarıyla sürekli etkileşim halinde olması bakımından sosyal bir meslektir. Bu kapsamda, öğretmenin hem öğrencilerine model olması hem de yalnızlığın toplumsal bir soruna dönüşmesinin engellenmesi açısından bu araştırmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmanın ana amacı doğrultusunda araştırmanın soruları aşağıdaki gibidir:

- Öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyleri nedir?
- Öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyleri a)-cinsiyete b)- öğrenim gördüğü sınıf düzeyine göre c)-anabilim dalı/bölümüne göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri nedir?
- Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri a)-cinsiyete b)- öğrenim gördüğü sınıf düzeyine göre c)-anabilim dalı/bölümüne göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyi ile sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmakta mıdır?



- Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri psikolojik sağlık düzeylerini yordamakta mıdır?

Yöntem

Sayfa | 3192

Araştırma modeli

Öğretmen adaylarının psikolojik sağlık ve sosyal-duygusal yalnızlık arasındaki ilişkiyi inceleyen bu çalışmada, nicel araştırma türü olan yordayıcı korelasyonel model kullanılmıştır (Kumandaş-Öztürk, 2019). Yordayıcı korelasyonel model ile değişkenler arasındaki ilişki incelenir ve değişkenlerden birinin diğerini ne düzeyde yordadığı araştırılır (Büyüköztürk vd., 2010). Bu doğrultuda, sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeyinin öğretmen adaylarında incelenmesi ve aralarında anlamlı ilişkinin var olup olmadığı araştırılmıştır. Bununla birlikte, öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyi psikolojik sağlık düzeylerini ne ölçüde açıkladığı incelenmiştir.

Araştırma evreni ve örnekleme

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Fakültesinde öğrenci olan öğretmen adayları araştırma evrenini oluşturmaktadır. Araştırmaya katılacak öğrencileri belirlemede basit seçkisiz örnekleme yönteminden olan tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın yürütüldüğü Eğitim Fakültesi'nde yaklaşık 3000 lisans öğrencisi öğrenim görmektedir. 3000 kişilik evren büyüklüğünde 341 kişilik örneklem önerilmektedir (Krejcie ve Morgan, 1970). 635 öğretmen adayına ulaşılmıştır. Öğretmen adaylarına kısaca araştırmanın amacı açıklandıktan sonra çalışmaya katılmaya gönüllü olanlara bilgilendirilmiş onam formu sunulmuştur. Ardından ölçme araçlarını doldurmaları sağlanmıştır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1.
Demografik bilgiler

Özellikler		N
Cinsiyet	Kadın	494
	Erkek	141
Bölüm	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	194
	Türkçe Öğretmenliği	53
	Fen Bilgisi Öğretmenliği	123
	İngilizce Öğretmenliği	83
	Okul Öncesi Öğretmenliği	110
	Sınıf Öğretmenliği	76
Sınıf Düzeyi	1	223
	2	146
	3	125
	4	141
Toplam		635



Tablo 1'e göre, araştırmaya Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (n= 194), Türkçe Öğretmenliği (n= 53), Fen Bilgisi Öğretmenliği (n= 123), İngilizce Öğretmenliği (n= 83), Okul Öncesi Öğretmenliği (n= 110) ve Sınıf Öğretmenliği (n= 76) anabilim dallarında öğrenim gören 635 öğrenci katılım sağlamıştır. Bununla birlikte, 494'ü kadın, 141'i erkek öğretmen adaydır. 223 birinci sınıf, 146 ikinci sınıf, 125 üçüncü sınıf ve 141 son sınıf öğrencisi katılmıştır.

Veri toplama

Araştırma verilerinin elde edilmesinde verilerin toplanmasında Smith ve ark. (2008) tarafından geliştirilen ve Doğan (2015) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Di Tommaso ve Spinner (1993) tarafından geliştirilip Akgül (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Bu araştırmanın etik kurulu izni Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 05.10.2023 tarihinde 12/11 karar sayısıyla alınmıştır. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarına ait bilgiler aşağıdaki gibidir:

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği

Smith vd., (2008) tarafından geliştirilen ölçek ve Doğan (2015) tarafından Türkçe diline uyarlanmıştır. Ölçek, 5'li likert türündeki altı maddeden oluşmaktadır. 2, 4 ve 6. Madde tersten kodlanmıştır. Cevap anahtarı "Hiç uygun değil" (1), "Uygun değil" (2), "Biraz Uygun" (3), "Uygun" (4), "Tamamen Uygun" (5) şeklindedir. Ölçek sonucu alınan yüksek puan yüksek psikolojik sağlık düzeyini belirtmektedir. Madde analizi sonucu, madde toplam korelasyonu değerlerinin .49 ile .66 arasında değiştiği görülmüştür. İç tutarlılık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Doğan (2015) tarafından yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın %54.66'sını açıklayan tek faktörlü bir yapıya ulaşılmıştır. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda faktör yüklerinin .70 ile .82 arasında değiştiği görülmektedir. DFA sonuçları uyum indeksleri x^2/sd (12.86/7) = 1,83, NFI = 0.99, NNFI = 0.99, CFI = 0.99, IFI = 0.99, RFI = 0.97, GFI = 0.99, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.05, SRMR = 0,03 olarak bulunmuştur (Doğan, 2015). Bu bulgular doğrultusunda, KPSÖ' nün orijinal yapısının Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir olduğu anlaşılmaktadır.

Yetişkinler için Sosyal-Duygusal Yalnızlık Ölçeği

Di Tommaso ve Spinner (1993) tarafından geliştirilmiş ve Akgül (2019) tarafından Türk dili ve kültürüne uyarlanmıştır. Sosyal, duygusal-aile, duygusal-romantik olmak üzere sosyal-duygusal yalnızlık üç alt boyuttan oluşmaktadır. 15 puan ölçekten alınacak en düşük puan, 105 ise en yüksek puandır. Puan arttıkça yalnızlık düzeyi de artmaktadır. Sosyal yalnızlık alt boyutu 5 maddeden oluşmaktadır. Aile ve romantik alt gruplarından oluşan duygusal yalnızlık, aile ve romantik ilişkileri kapsayan 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 9 madde ters, 6 madde düz kodlanmış olmak üzere toplam 15 madde içermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları; Duygusal romantik Yalnızlık Alt Ölçeği .85, Duygusal Ailesel Yalnızlık Alt Ölçeği .76, Sosyal Yalnızlık Alt Ölçeği .82 ve toplamda .83 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi (CFI= .92; NFI= .92; TLI= .91; RMSEA = .091) ile yapılmış ve üç faktörlü yapı desteklenmiştir. Bu bulgular doğrultusunda, SELSA-S 'in orijinal yapısının Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir olduğu anlaşılmaktadır.



Verilerin analizi

Verilerin normallik varsayımına uygunluğunun incelenmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Normallik varsayımına ilişkin bulgular Tablo 2’de gösterilmiştir.

Sayfa | 3194 Tablo 2.

Çarpıklık ve basıklık katsayıları

	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	.004	.189	-.388	.376
Psikolojik Sağlık	.091	.189	.393	.376
Valid N (listwise)				

Tablo 2 çarpıklık ve basıklık katsayısının kendi standart hatasına bölünmesi sonucunda elde edilen değerler veri setinin normal dağılıma uygunluğu hakkında bilgi sunmaktadır. Buna göre çarpıklık ve basıklık katsayılarının kendi standart hatasına bölünmesi sonucu elde edilen değerler +/- 1.96 aralığında yer alması veri setinin normal dağılıma uygunluğuna işaret eder (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu araştırmada Sosyal-duygusal yalnızlık için çarpıklık değeri/Standart hata (.004/.189) 0.02, basıklık değeri/Standart hata (-.388/.376) - 1.03; Psikolojik Sağlık için çarpıklık değeri/Standart hata (.091/.189) 0.48 ve basıklık değeri/Standart hata (.393/.376) 1.04 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen bu değerler veri setinin normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir. Bu kapsamda araştırmada parametrik testler uygulanmıştır. Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesinde korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Verilerin analizinde parametrik testlerden t testi ve Anova testi kullanılmıştır. Ayrıca, test sonucunda çıkan farklılıkların hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla da Post-Hoc testi uygulanmıştır. Sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkinin incelenmesinde korelasyon ve basit doğrusal regresyon testi kullanılmıştır. Veriler SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular

Araştırmada ilk olarak, öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyleri belirlenmiştir. Öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeylerinin betimsel istatistikleri Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 3.

Psikolojik sağlık düzeyine ilişkin betimsel istatistikler

	N	Mean	Std. Dev.
Psikolojik Sağlık	635	3.03	.599

Tablo 3’teki betimsel istatistikle öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyleri puanlarının ortalamalarının \bar{X} = 3.03 olduğunu göstermektedir. Kısa psikolojik sağlık ölçeği 1: Uygun



değil- 5: Tamamen Uygun yelpazesinde değerlendirilen 5'li Likert tipinde hazırlanmıştır. Test sonucunda elde edilen yüksek puanlar yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığı işaret etmektedir.

Araştırmanın ikinci alt sorusu kapsamında psikolojik sağlamlık düzeyi cinsiyete göre incelenmiştir. Tablo 4'te cinsiyete göre t-testi sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 4.

Psikolojik sağlamlık düzeyine ilişkin cinsiyete göre istatistikler

Faktör	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss.	sd.	t	p	d
Psikolojik Sağlamlık	Kadın	494	2.99	.59	633	-2.816	.005	0.192
	Erkek	141	3.15	1.61				

Tablo 4'e göre psikolojik sağlamlık cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır, $t(633) = -2.816$, $p < .05$. Araştırmaya katılan erkek öğretmen adaylarının erkek öğretmen adaylarının ortalama puanlarının ($\bar{x} = 3.15$) kadın öğretmen adaylarından ($\bar{x} = 2.99$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinde erkek öğretmen adaylarının lehine anlamlı farklılık bulunduğu anlaşılmaktadır. Cinsiyetin psikolojik sağlamlık düzeyi üzerindeki etki büyüklüğünü belirlemek amacıyla Cohen d değeri hesaplanmıştır. Buna göre ortalamalar farkı/ harmanlanmış standart sapma = Cohen d (Cohen, 1988; akt: Tabachnick ve Fidell, 2013) kullanılmıştır. Öncelikle harmanlanmış standart sapma $\sqrt{(494 - 1)(0.59 \times 0.59) + (141 - 1)(1.61 \times 1.61) / 494 + 141 - 2} = 0.83$ olarak hesaplanmıştır. Ardından ortalamalar farkı harmanlanmış standart sapmaya bölünerek $(2.99 - 3.15) / 0.77$, cinsiyetin psikolojik sağlamlık üzerindeki etki büyüklüğü 0.192 olarak hesaplanmıştır. Cohen d etki büyüklüğü 0.20 için küçük, 0.50 için orta 0.80 için büyük olarak yorumlanmaktadır (Cohen 1988 akt: Özsoy ve Özsoy, 2013). Buna göre, cinsiyetin psikolojik sağlamlık üzerindeki etki büyüklüğünün küçük olduğu anlaşılmaktadır. Bir diğer ifade ile kadın ve erkeklerin psikolojik sağlamlık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekle birlikte bu farklılaşma küçük düzeyde gerçekleşmektedir.

Araştırmanın üçüncü alt sorusu kapsamında öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeyleri sınıf düzeyine göre incelenmiştir. Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin sınıf düzeyine göre incelenmesinde varyans analizi yapılmıştır. Öncelikle veri setinin varyans analizine uygunluğunu belirlemek amacıyla Levene testi yapılmıştır. Levene testinin bulguları tablo 5'te yer almaktadır.

Tablo 5.

Levene istatistiği

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Psikolojik Sağlamlık	.336	3	631	.800

Tablo 5'te görüldüğü üzere p değeri .05'ten büyük olduğu için (.800) varyanslar homojen ve varyans analizine uygundur. Tablo 6'da psikolojik sağlamlık düzeyinin sınıf düzeyine göre Anova testi sonuçları yer almaktadır.



Tablo 6.

Psikolojik sağlamlık düzeyine ilişkin sınıf düzeyine göre Anova testi sonuçları

		Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	Sig.
Psikolojik Sağlamlık	Gruplar içi	.946	3	.315	.875	.454
	Gruplar arası	227.241	631	.360		
	Toplam	228.186	634			

Tablo 6 incelendiğinde sınıf düzeyi ve psikolojik sağlamlık düzeyi arasında anlamlı farklılık bulunmadığı anlaşılmaktadır, $F(631) = .875$, $p < .454$.

Araştırmanın dördüncü alt sorusu kapsamında öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeyleri öğrenim gördükleri anabilim dalı bölümlerine göre incelenmiştir. Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin anabilim dalına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla varyans analizine uygun uygunluğunu saptamak için Levene testi yapılmıştır. Levene testi bulguları Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7.

Levene istatistiği

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Psikolojik Sağlamlık	4.504	5	629	.000

Tablo 7'de görüldüğü üzere p değeri .05'ten büyük olduğu için (.000) varyanslar homojen ve varyans analizine uygundur. Psikolojik sağlamlık düzeyinin anabilim dalına göre Anova Testi sonuçları Tablo 8'de yer almaktadır.

Tablo 8.

Psikolojik sağlamlık düzeyine ilişkin anabilim dalı bölümüne göre anova testi sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	Sig.
Psikolojik Sağlamlık	Gruplar içi	3.933	5	.787	2.207	.052
	Gruplar arası	224.253	629	.357		
	Toplam	228.186	634			

Tablo 8 incelendiğinde öğretmen adaylarının anabilim dalı bölümü ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı anlaşılmaktadır, $F(629) = 2.207$, $p < .052$.

Araştırmanın beşinci alt sorusu kapsamında öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri incelenmiştir. Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerine ilişkin betimsel istatistikler Tablo 9'daki gibidir.

Tablo 9.

Sosyal-duygusal yalnızlık düzeyine ilişkin betimsel istatistikler

	N	Mean	Std. Dev.
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	635	2.98	1.02



Tablo 9’da yer alan betimsel istatistikler incelendiğinde öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık puanlarının ortalamalarının \bar{X} = 2.98 olduğu görülmektedir. Sosyal-duygusal yalnızlık ölçeği 1- Kesinlikle katılmıyorum- 7- Kesinlikle Katılıyorum yelpazesinde değerlendirilen 7’li Likert tipinde maddelerden hazırlanmıştır. 7.00 en yüksek puan olduğu düşünüldüğünde öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin düşük olduğu görülmektedir.

Araştırmanın altıncı alt sorusu kapsamında öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri cinsiyete göre incelenmiştir. Tablo 10 cinsiyete göre t-testi sonuçlarını göstermektedir.

Tablo 10.
Sosyal-duygusal yalnızlık düzeyine ilişkin cinsiyete göre istatistikler

Faktör	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss.	sd.	t	p
Sosyal Yalnızlık	Kadın	494	2.35	1.25	633	-1.88	.060
	Erkek	141	2.58	1.21			
Duygusal Yalnızlık-Aile	Kadın	494	2.14	1.36	633	-1.36	.174
	Erkek	141	2.31	1.42			
Duygusal Yalnızlık-Romantik	Kadın	494	4.38	1.92	633	.596	.551
	Erkek	141	4.27	1.93			
Tüm Ölçek	Kadın	494	2.96	1.01	633	-.997	.319
	Erkek	141	3.05	1.05			

Tablo 10 incelendiğinde ölçeğin tamamında sosyal-duygusal yalnızlığın cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmadığı görülmektedir, $t(633)=-.997$, $p<.05$. Tüm ölçek bulguları yakından incelendiğinde; araştırmaya katılan erkeklerin ortalama puanlarının (\bar{x} =3.05) kadınlardan (\bar{x} =2.96) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, erkek öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin kadın öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmanın yedinci alt sorusu kapsamında öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri sınıf düzeyine göre incelenmiştir. Öncelikle varyans analizi uygulanması amacıyla Levene testi uygulanmıştır. Levene testi bulguları Tablo 11’de gösterilmektedir.

Tablo 11.
Varyansların homojenliği testi

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Sosyal Yalnızlık	.314	3	631	.815
Duygusal Yalnızlık-Aile	.638	3	631	.590
Duygusal Yalnızlık- Romantik	15.311	3	631	.000
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	.858	3	631	.463

Tablo 11’de görüldüğü üzere p değeri .05’ten büyüktür (.463). Varyanslar homojen ve varyans analizine uygundur. Tablo 12’de öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin sınıf düzeyine göre Anova testi bulguları gösterilmektedir.



Tablo 12.

Sosyal-duygusal yalnızlık düzeyine ilişkin sınıf düzeyine göre anova testi sonuçları

		Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	Sig.
Sosyal Yalnızlık	Gruplar içi	3.917	3	1.306	.841	.472
	Gruplar arası	979.300	631	1.552		
	Toplam	983.217	634			
Duygusal Yalnızlık-Aile	Gruplar içi	7.774	3	2.591	1.367	.252
	Gruplar arası	1195.728	631	1.895		
	Toplam	1203.502	634			
Duygusal Yalnızlık-Romantik	Gruplar içi	86.800	3	28.933	8.028	.000
	Gruplar arası	2274.096	631	3.604		
	Toplam	2360.896	634			
Tüm Ölçek	Gruplar içi	5.655	3	1.885	1.796	.147
	Gruplar arası	662.250	631	1.050		
	Toplam	667.904	634			

Tablo 12 incelendiğinde sınıf düzeyi ile sosyal-duygusal yalnızlık düzeyi arasında anlamlı farklılık bulunmadığı anlaşılmaktadır, $F(631)= 1.796$, $p < .147$. Bununla birlikte, sosyal-duygusal yalnızlığın duygusal romantik alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu görülmektedir, $F(631)=8.028$, $p < .000$. Post-Hoc testi farkın hangi gruptan kaynaklandığını görmek amacıyla veri setine uygulanmıştır. Tablo 13'te Post-Hoc testi sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 13.

Duygusal yalnızlık-romantik alt boyutu düzeyine ilişkin sınıf düzeyine göre post-hoc testi sonuçları

Sınıf Düzeyi	N	Subset for alpha = 0.05		
		1	2	3
4	141	3.8837		
3	125	4.0016	4.0016	
2	146		4.5274	4.5274
1	223			4.7543
Sig.		.949	.076	.726

Tablo 13 incelendiğinde duygusal yalnızlık- romantik düzeyinde sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık olduğu anlaşılmaktadır. Tablo 13'te yer alan bulgular incelendiğinde; duygusal yalnızlık-romantik düzeyinde birinci sınıftakilerin üçüncü sınıftakilere göre; ikinci sınıftakilerin de dördüncü sınıfta öğrenim gören öğretmen adaylarına göre anlamlı farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır.

Araştırmanın sekizinci alt sorusu kapsamında öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri öğrenim gördükleri anabilim dalı bölümlerine göre incelenmiştir. Öncelikle varyans analizine uygunluğunu belirlemek için Levene testi yapılmıştır. Levene testi sonuçları Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14.
Varyansların homojenliği testi

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Sosyal Yalnızlık	.686	5	629	.634
Duygusal Yalnızlık-Aile	1.975	5	629	.080
Duygusal Yalnızlık- Romantik	3.045	5	629	.010
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	1.199	5	629	.308

Tablo 14'te görüldüğü üzere p değeri .05'ten büyüktür (.308). Buna göre varyansların homojen ve varyans analizine uygun olduğu anlaşılmaktadır. Tablo 15'te Anova testi sonuçları öğretmen adaylarının anabilim dalına göre sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerini göstermektedir.

Tablo 15.
Sosyal-duygusal yalnızlık düzeyine ilişkin anabilim dalı bölümüne göre anova testi sonuçları

		Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	Sig.
Sosyal Yalnızlık	Gruplar içi	12.772	5	2.554	1.656	.143
	Gruplar arası	970.445	629	1.543		
	Toplam	983.217	634			
Duygusal Yalnızlık-Aile	Gruplar içi	35.520	5	7.104	3.826	.002
	Gruplar arası	1167.982	629	1.857		
	Toplam	1203.502	634			
Duygusal Yalnızlık-Romantik	Gruplar içi	35.332	5	7.066	1.911	.090
	Gruplar arası	2325.564	629	3.697		
	Toplam	2360.896	634			
Tüm Ölçek	Gruplar içi	5.224	5	1.045	.992	.422
	Gruplar arası	662.680	629	1.054		
	Toplam	667.904	634			

Tablo 15 incelendiğinde öğretmen adaylarının öğrenim gördükleri anabilim dalı bölümü ile sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmadığı anlaşılmaktadır, $F(629) = .992$, $p < .422$. Bununla birlikte, sosyal-duygusal yalnızlığın alt boyutları incelendiğinde duygusal yalnızlık- aile alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu görülmektedir, $F(629) = 3.826$, $p < .002$.

Araştırmanın dokuzuncu alt sorusu kapsamında öğretmen adaylarının psikolojik sağlık ve sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Tablo 16.
Sosyal-duygusal yalnızlık ile psikolojik sağlık ilişkisinin korelasyon katsayısı değerleri

		Sosyal-Duygusal Yalnızlık	Psikolojik Sağlık
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	Pearson Correlation	1	-.129**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	635	635
Psikolojik Sağlık	Pearson Correlation	-.129**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	635	635

Suskan, T. ve Esen Aygün, H. (2024). Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(3), 3184-3208.

DOI. 10.51460/baebd.1496830



Tablo 16’da verilen Pearson korelasyon analizine göre öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeyleri arasında -0.129 düzeyinde, negatif ve düşük düzeyde anlamlı ilişkisi olduğu görülmektedir. Bir diğer ifade ile psikolojik sağlık ile sosyal-duygusal yalnızlık arasında ters yönlü ilişkinin var olduğu anlaşılmaktadır.

Sayfa | 3200

Bu çalışmada son olarak, öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin psikolojik sağlık düzeylerini yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Bu kapsamda uygulanan regresyon testi sonuçları Tablo 17’deki gibidir.

Tablo 17.

Sosyal-duygusal yalnızlık düzeyinin psikolojik sağlık düzeyini yordamasında basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Standart HataB	R	R ²	Standardize edilmiş β	t	F
Constant	3.257	.073	.129 ^a	.17		44.831	10.788
Sosyal-Duygusal Yalnızlık	-.076	.023			-.129	-3.284	

Sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin psikolojik sağlık düzeylerini yordamasında basit doğrusal regresyon analizi sonuçlarının anlamlı olduğu görülmektedir ($F= 10.788$), $p>.05$. Bu bulgu aralarındaki ilişkinin doğrusal olduğunu işaret etmektedir ($R= .129$, $R^2= .017$, $p<.05$). Sosyal-duygusal yalnızlık düzeyinin öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyini yordamakta olduğu anlaşılmaktadır. Bir diğer ifade ile psikolojik sağlık düzeyinin %17’si sosyal-duygusal yalnızlık tarafından açıklanmaktadır.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Öğretmen adaylarında psikolojik sağlık ve sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bu çalışmada öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeyleri, sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri, psikolojik sağlık ve sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir. Bununla beraber, öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin psikolojik sağlık düzeylerini ne ölçüde yordadığı incelenmiştir. Çalışmada ulaşılan sonuçlar alanyazın dikkate alınarak kapsamlı bir şekilde tartışılmıştır.

Araştırma bulguları öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeylerinin ‘biraz uygun’ ($\bar{X}= 3.03$) düzeyinde olduğunu göstermektedir. Bu durum, öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeylerinin orta düzeyde olduğuna dikkat çekmektedir. Öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeylerinin orta düzeyde olması, uzayan ergenlik, üniversite hayatına uyum, akademik zorluk ve ekonomik şartlara kadar geniş bir yelpazede ele alınmalıdır. Alanyazın incelendiğinde ulaşılan bu bulgunun benzer çalışmalar ile uyumluluk gösterdiği anlaşılmaktadır (Hoşoğlu, vd., 2018; Aydın vd., 2019). Aydın, vd. (2019) tarafından yürütülen çalışmada öğretmen adaylarının psikolojik sağlık düzeylerinin orta seviyede olduğu anlaşılmaktadır. Karal ve Biçer (2021) tarafından pandemi döneminde gerçekleştirilen ve üniversite öğrencilerinin bu dönemdeki psikolojik sağlamlıklarının incelendiği çalışmanın sonucunda katılımcıların psikolojik sağlık düzeyi orta düzey olduğuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde, Erkoç ve Daniş (2020)’ in yapmış olduğu çalışma sonucu bu bulguyu



destekler niteliktedir. Üniversite öğrencileri lisans döneminin başında yeni bir ortama uyum sağlama, yeni arkadaşlıklar kurma ve aileden uzaklaşma gibi sorunlarla başa çıkmaya çalışırken üst dönemlerdeki öğrenciler derslerde başarılı olma ve son sınıf öğrencileri de kariyer planlaması ve iş bulma gibi konularla baş etmeye çalışmaktadır (Özer, 2016). Bu doğrultuda, öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlıklarının ne yüksek ne de düşük düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. Yüksek psikolojik sağlamlığa sahip bireylerin uyum içinde ilişki kurabilme, empati, iletişim kurma, problem çözme, gelecekle ilgili hedef belirleme gibi özelliklere sahip olduğu görülmektedir (Bulut, 2016). Bu anlamda, öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlıklarının artırılması için öğretmen yetiştirme programları kapsamında çeşitli düzenlemeler yapılmasının öğretmen adaylarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeyleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde erkek öğretmen adaylarının lehine anlamlı farklılık bulunduğu anlaşılmaktadır. Alanyazın incelendiğinde, Hoşoğlu vd., (2018) ve Aydın vd. (2019) tarafından öğretmen adaylarıyla yapılan çalışmanın bulguları ile benzerlik göstermektedir. Gök ve Yılmaz-Koçar (2021) tarafından yapılan 30 araştırmanın incelendiği meta-analiz çalışmasında psikolojik sağlamlığın erkeklerin lehine anlamlı etkiye sahip olduğuna ulaşılmıştır. Bu araştırmalar mevcut araştırmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Diğer taraftan, alanyazın incelendiğinde psikolojik sağlamlığın cinsiyet değişkenine göre incelendiği bazı çalışmalarda farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Örneğin, Eroğlu (2020) tarafından öğretmen adaylarıyla yapılan çalışmada bulguları kadınların psikolojik sağlamlık düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde, Kılıç ve Alver (2017) üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada kadın öğrencilerin lehine anlamlı farklılığa ulaşılmıştır. Bir kısım araştırmalarsa psikolojik sağlamlığın cinsiyete göre değişmediğini ortaya koymaktadır (Traş vd., 2019, Aydoğdu, 2013; Yakıcı, 2017). Toplumsal cinsiyet rolleri bakımından erkekler baskın, hırslı, cesur vb. kabul edilmektedir. Bu rolleri üstlenen erkekler sorunlarını dile getirmekten veya yardım istemekten kaçınırlar (Dökmen, 2017). Bu durum, erkeklerin psikolojik olarak sağlam olduklarını ve zorlu olayları kolaylıkla atatabileceklerini düşünmelerine yol açabilir. Dolayısıyla bu araştırmada erkeklerin lehine olan psikolojik sağlamlık düzeyinin toplumsal cinsiyet rolleri ile ilgili olduğu düşünülebilir.

Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeyleri sınıf düzeyine göre incelendiğinde öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmadığı anlaşılmaktadır. Alanyazın incelendiğinde, Aydın vd. (2019) tarafından 982 beden eğitimi öğretmeni adayı ile yapılan çalışmada sınıf düzeyine göre psikolojik sağlamlık düzeyinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın, üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeyinin araştırıldığı çalışmalar doğrultusunda incelendiğinde çalışma bulgularının alanyazınla uyumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Güngörmüş vd., 2015; Seçim, 2020). Öğretmen yetiştirme lisans programı incelendiğinde, öğretmen adaylarının lisans süresince psikososyal açıdan da gelişmeleri hedeflendiği görülmektedir. Bu durumun, psikolojik sağlamlığı da olumlu anlamda etkilediği anlaşılmaktadır.

Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeyleri öğrenim görmekte oldukları anabilim dalı dikkate alınarak incelendiğinde öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. İlgili alanyazın incelendiğinde; Oktan vd., (2014) öğretmen adaylarıyla gerçekleştirdiği çalışmada anabilim dalı değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda, araştırmada ulaşılan bulgunun alanyazındaki benzer çalışmalar ile uyumluluk gösterdiği anlaşılmaktadır. Bu durum, öğrenim görülen alanın öğretmen adaylarının



psikolojik sağlık düzeyleri üzerinde rolü olmadığını göstermektedir. Psikolojik sağlık bireyin yaşadığı deneyimler ile ilgilidir. Bu doğrultuda, öğretmen adaylarının anabilim dalı bölümü ile psikolojik sağlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmaması bölümde yaşadıkları olumsuz bir deneyim olmaması ile açıklanabilir.

Sayfa | 3202

Araştırma bulguları öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin 'Katılmıyorum' ($\bar{X}= 2.98$) düzeyinde olduğunu göstermektedir. Bu durum, öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin düşük düzeyde olduğuna dikkat çekmektedir. Bu bulgu öğretmen adaylarının kendilerini sosyal-duygusal açıdan yalnız hissetmedikleri şeklinde yorumlanabilir. Yılmaz vd., (2008) araştırmasında üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyinin düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Süel ve Ünlü (2020)'nin beden eğitimi öğretmeni adaylarıyla gerçekleştirdiği çalışmada yalnızlık düzeylerinin orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde, Güloğlu ve Kararım (2010)'ın öğretmen adayları ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonuçları da öğretmen adaylarının orta düzeyde yalnız olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, ulaşılan bulgunun alanyazın ile uyumlu olduğu anlaşılmaktadır. Bu durumun, aileden özerk yeni sosyal ilişkiler kurma ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, sosyal bir kişiliğe sahip olmak öğretmenlik mesleği için gerekli görülen kişilik özellikleri arasındadır (Hotaman, 2011). Bu araştırma kapsamında öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin düşük olmasının, öğretmen adaylarının ruh sağlığı ve mesleki yeterliliği açısından olumlu olduğu düşünülmektedir.

Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri cinsiyete göre incelendiğinde anlamlı farklılık bulunmadığı görülmektedir. Bununla birlikte, bulgular yakından incelendiğinde erkek öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin ortalama puanlarının ($\bar{x}=3.05$) kadın öğretmen adaylarından ($\bar{x}=2.96$) yüksektir. Bu durum, erkek öğretmen adaylarının kadın öğretmen adaylarına kıyasla nispeten daha yalnız hissettiği şeklinde yorumlanabilir. İlgili alanyazın incelendiğinde; Çeçen (2007) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmanın sonucunda sosyal ve duygusal yalnızlık ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık olmamasına karşın erkek katılımcıların yalnızlık düzeyi kadın katılımcılardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bulgunun bu araştırma sonucu tarafından desteklendiği anlaşılmaktadır. Demir ve Buğa (2019) 419 öğretmen adayıyla gerçekleştirdiği çalışmada, erkeklerin kadınlara göre daha az yalnız hissettiği sonucuna ulaşmıştır. Alanyazın üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen çalışmalar doğrultusunda incelendiğinde, erkeklerin kadın öğrencilere göre daha fazla yalnızlık yaşadığı belirlenmiştir (Buluş, 1996; Demirli, 2007; Atli vd., 2015). Perla ve Perlman' a (1982) göre sosyal becerilerin yetersizliği durumunda birey, yalnızlık duygusunu yaşayabilmektedir. Erikson (1963) bu dönemde doyum sağlayan duygusal yakın ilişkilerin kurulmasının önemli olduğunu vurgulamaktadır. Bu doğrultuda, sosyal becerilerin yetersizliği yakın duygusal ve sosyal ilişkilerin kurulmasını engelleyebilir. Öğretmen adaylarının iletişim becerilerinin incelendiği çalışmalar incelendiğinde; kadınların erkeklerden daha yüksek seviyede iletişim becerisine sahip olduğu ve arkadaş canlısı oldukları görülmüştür (Çuhadar vd., 2014). Araştırma sonucunda ulaşılan bulgu, kadınların sosyal becerilerinin daha yüksek olmasıyla açıklanabilir.

Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri sınıf düzeyine göre incelendiğinde öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmadığı anlaşılmaktadır. Alanyazında bu bulguyu destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Atli vd., 2015).



Çalışmalar, yalnızlığın öznel olduğu ve her sınıf düzeyinde deneyimlenebileceğini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte duygusal yalnızlık-romantik boyut sınıf düzeyi değişkenine göre birinci sınıftakiler üçüncü sınıftakilere göre; ikinci sınıftakiler dördüncü sınıftaki öğretmen adaylarına göre anlamlı farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde yalnızlığın alt boyutlarına ilişkin araştırma sayısının oldukça sınırlı olduğu anlaşılmaktadır. Yonar ve Demir (2020) tarafından 441 üniversite öğrenciyle gerçekleştirilen araştırma bulguları yaş arttıkça romantik yalnızlık düzeyinin azaldığını belirtmektedir. Bu dönemde kimlik oluşturma sürecindeki bireyler yaşamlarını birlikte sürdürmeyi planladıkları romantik ilişki arayışındadır (Arnett, 2007). Buna bağlı olarak, üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyi arttıkça romantik yalnızlık düzeylerinin farklılaştığı söylenebilir.

Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri öğrenim görmekte oldukları anabilim dalı dikkate alınarak incelendiğinde öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinde anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Buluş (1997) tarafından üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen araştırma sonucuna göre bölüm değişkenine göre anlamlı farklılık bulunmuştur. Benzer şekilde, Yılmaz vd., (2008) sağlık yüksekokulu öğrencileriyle yaptıkları çalışmanın bulgularında yalnızlığın bölüm değişkenine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumda, elde edilen bulgunun alanyazındaki diğer çalışmalardan farklı olduğu anlaşılmaktadır. Bu durum, çalışmaların yürütüldüğü sosyal çevrenin farkı ile açıklanabilir. Bununla birlikte araştırma bulguları yakından incelendiğinde, aile duygusal yalnızlığı açısından anlamlı fark olduğu anlaşılmaktadır.

Öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık ve sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde, öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeyleri ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, elde edilen bulgunun desteklendiği anlaşılmaktadır (Güloğlu ve Kararımak, 2010; Kılıç ve Alver, 2017; Yakıcı ve Traş, 2018; Yelpaze, 2021; Topkaya vd., 2022). Örneğin; Güloğlu ve Kararımak (2010) tarafından 410 öğretmen adayı ile gerçekleştirilen araştırma sonucunda psikolojik sağlamlık ve yalnızlık arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Ulaşılan bulgular, öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlık düzeylerinin yükselmesinin sosyal-duygusal yalnızlık hissini deneyimlemelerini azaltacağı yönündedir. Sosyal ilişkilerin ve samimi yakın ilişkilerin eksikliğinde hissedilen sosyal-duygusal yalnızlık bireyin ruh sağlığı için risk faktörüdür (Weiss, 1973; Ponzetti, 1990). Psikolojik sağlamlık ise bireyin yaşam boyunca karşılaştığı risk faktörleriyle başa çıkmasını sağlayan koruyucu bir faktördür (Gizir, 2007). Bu bağlamda, güçlü sosyal ve duygusal ilişkiler kuran bireylerin psikolojik sağlamlığı olumlu etkilenmektedir. Bu durumda bireylerin yaşamındaki zorluklarla daha etkili bir şekilde başa çıkacağı ve ruh sağlığı üzerinde olumlu etkileri olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmada son olarak, öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini yordayıp yordamadığı incelendiğinde; öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık düzeylerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini negatif ve düşük düzeyde anlamlı şekilde yordadığı görülmektedir. Bu durum, sosyal-duygusal yalnızlığın öğretmen adaylarının psikolojik sağlamlığı üzerinde belirli bir ölçüde rolü olduğunu göstermektedir. Alanyazın incelendiğinde; Yelpaze (2021) Türkiye’de öğrenim gören uluslararası üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmada psikolojik sağlamlığın yalnızlık için anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Topkaya vd., (2020) tarafından psikolojik sağlamlıkla ilgili faktörlerin incelendiği çalışmada, psikolojik sağlamlığın en önemli yordayıcısının yalnızlık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada ise alanyazındaki diğer



çalışmalardan farklı olarak sosyal-duygusal yalnızlık ile psikolojik sağlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Yalnızlık ile psikolojik sağlık arasında güçlü bir ilişki bulunmakla birlikte, bu ilişkide bilişsel bozukluklar (Windle vd., 2021), stres (Wang vd. 2024), mental sağlık (Gerino, 2017), sosyal destek (Lee vd., 2020; Liang vd., 2019), fiziksel sağlık (Lim vd., 2022) gibi unsurların rolü olduğu bilinmektedir. Bu bilgilerden hareketle gelecek çalışmalarda, psikolojik sağlık ve sosyal-duygusal yalnızlık arasındaki ilişkide aracı değişkenlerin incelenmesinin psikolojik sağlık ve sosyal-duygusal yalnızlık hakkında daha kapsamlı bilgi sunacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlamlığın ebeveyn tutumlarıyla incelenmesinin alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Teşekkür

Bu çalışma, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında yürüttüğü TÜBİTAK-2209-A Üniversite Öğrencileri Desteği Programı projesinden üretilmiştir. Katkıları için TÜBİTAK'a teşekkürlerimizi sunarız.



Kaynakça

- Adamczyk, K. (2016). An investigation of loneliness and perceived social support among single and partnered young adults. *Current Psychology, 35*, 674-689.
- 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.
- Akkök, F. (2003). *İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi-öğretmen el kitabı*. İstanbul Özgür Yayınları.
- Armağan, A. (2014). Yalnızlık ve kişilerarası iletişim ilişkisi: Öğrenciler üzerinde bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 7(30)*, 27-43.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child development perspectives, 1(2)*, 68-73.
- Asıcı, E. (2017). Üniversite Dönemi Gençliği ve Uyum Problemleri. Savi Çakar, F. (Ed.), *Yaşam Dönemleri ve Uyum Sorunları* içinde (8. Baskı, 289-311). PEGEM Akademi.
- Atli, A., Keldal, G., & Sonar, O. (2015). Üniversite öğrencilerinin yabancılaşma ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki/the relationship between the levels of university students'alienation and loneliness. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 12(29)*, 149-160.
- Aydın, İ., Öncü, E., Akbulut, V., Küçük-Kılıç, S. (2019). Öğretmen adaylarında boş zaman sıklık algısı ve psikolojik sağlık ilişkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 21(1)*, 39-53.
- Aydoğdu, T. (2013). *Bağlanma stilleri, başa çıkma stratejileri ile psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bıyık, N. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Duygularının Kişisel ve Sosyal Özellikleri, Öfke Eğilimleri Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist, 59(1)*, 20-28.
- Bozorgpour, F., & Salimi, A. (2012). State self-esteem, loneliness and life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 69*, 2004-2008.
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3 (3)*, 8290.
- Bulut, B. (2016). Ergenlerin anksiyete, sosyal destek ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Büyükoztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2010). Bilimsel araştırma yöntemleri (5. bs.). *Ankara: Pegem Akademi, 109*.
- Cutrona, C. E. (1982). Transition to college: Loneliness and the process of social adjustment. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy, 36*, 291-309.
- Çeçen, A. R. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3(2)*, 180-190.
- Çetin, C., & Anuk, Ö. (2020). COVID-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılık: Bir kamu üniversitesi öğrencileri örneklemi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, 7(5)*, 170-189.
- Çubukçu, Z. & Gültekin, M. (2006). İlköğretimde öğrencilere kazandırılması gereken sosyal beceriler. *Bilig, (37)*, 155-174.
- Çuhadar, C., Özgür, H., Akgün, F., Gündüz, Ş. (2014). Öğretmen adaylarının iletişim becerileri ve iletişimci biçimleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 15(1)*, 295-311.
- Demir, S., & Buğa, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişki: bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 20(3)*, 859-875.
- Demirli, A. (2007). Cinsiyetin, bağlanma tipinin ve aile yapısının üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi üzerindeki rolü. *Orta Doğu Teknik Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- Deniz, M., Hamarta, E., & Ari, R. (2005). An investigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social Behavior and Personality: an international journal, 33(1)*, 19-32.



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Araştırma Makalesi / Research Paper

- DiTommaso, E., & Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: A re-examination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and individual differences, 22(3)*, 417-427.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being, 3(1)*, 93-102.
- Dökmen, Z. Y. (2017). Toplumsal cinsiyet- sosyal psikolojik açıklamalar [Social gender, social psychological explanations]. Ankara: Remzi Kitabevi.
- Duy, B. (2003). *Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı grupta psikolojik danışmanın yalnızlık ve fonksiyonel olmayan tutumlar üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Dyson, R., & Renk, K. (2006). Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of clinical psychology, 62(10)*, 1231-1244.
- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. New York: Norton.
- Erkoç, B., & Daniş, M. Z. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin tespit edilmesine yönelik bir araştırma. *Kırklareli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 4(1)*, 34-42.
- Eroğlu, M. (2020). Öğretmen Adaylarının Psikolojik Dayanıklılıklarının İncelenmesi. *Eğitim ve Yeni Yaklaşımlar Dergisi, 3(2)*, 80-86.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience. *European psychologist.*
- Gerino, E., Rollè, L., Sechi, C., & Brustia, P. (2017). Loneliness, resilience, mental health, and quality of life in old age: A structural equation model. *Frontiers in psychology, 8*, 310944.
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 3(28)*, 113-128.
- Gök, A., & Koğar, E. Y. (2021). A meta-analysis study on gender differences in psychological resilience levels. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi, 3(2)*, 132-143.
- Güloğlu, B., & Kararımak, Ö. (2010). Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlık. *Ege Eğitim Dergisi, 11(2)*, 73-88.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A., & Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 6(1)*, 9-14.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review, 26(6)*, 695-718.
- Hotaman, D. (2011). Is it possible that faculties of education select their students. *Journal of Theoretical Educational Science, 4(1)*, 126-136
- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Şar, A. H., Erganlı, E., Kaya, S. N., Kumcağız, H. (2004). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18*, 27-39.
- Karal, E., & Biçer, B. G. (2021). Salgın hastalık dönemindeki üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi, 3(4)*, 17-34.
- Karaoğlu, N. & Avşaroğlu, S. & Deniz, M. (2015). Yalnız mısın? Selçuk üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal, 22 (1)*, 19-26 .
- Kılıç, Ş. D., & Alver, B. (2017). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasındaki ilişkilerin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches, 2(3)*, 116-147.
- Killgore, W. D., Cloonan, S. A., Taylor, E. C., & Dailey, N. S. (2020). Loneliness: A signature mental health concern in the era of COVID-19. *Psychiatry research, 290*, 113117.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and psychological measurement, 30(3)*, 607-610.
- Kumandaş-Öztürk, H. (2019). Araştırma Modelleri ve Türleri. Yılmaz, K & Arık, R. S (Ed.), *Eğitimde Araştırma Yöntemleri* içinde (76-98). PEGEM Akademi.

Suskan, T. ve Esen Aygün, H. (2024). Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(3)*, 3184-3208.
DOI. 10.51460/baebd.1496830



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Araştırma Makalesi / Research Paper

- Lee, J., Hong, J., Zhou, Y., & Robles, G. (2020). The relationships between loneliness, social support, and resilience among Latinx immigrants in the United States. *Clinical social work journal*, 48(1), 99-109.
- Lee, Y., & Ko, Y. G. (2018). Feeling lonely when not socially isolated: Social isolation moderates the association between loneliness and daily social interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(10), 13401355.
- Liang, D., Teng, M., & Xu, D. (2019). Impact of perceived social support on depression in Chinese rural-to-urban migrants: The mediating effects of loneliness and resilience. *Journal of community psychology*, 47(7), 1603-1613.
- Lim, Y. M., Baek, J., Lee, S., & Kim, J. S. (2022). Association between loneliness and depression among community-dwelling older women living alone in South Korea: the mediating effects of subjective physical health, resilience, and social support. *International journal of environmental research and public health*, 19(15), 9246.
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child development*, 85(1), 6-20.
- Moeller, R. W., & Seehuus, M. (2019). Loneliness as a mediator for college students' social skills and experiences of depression and anxiety. *Journal of adolescence*, 73, 1-13.
- Newman, B. M., & Newman, P. R. (2017). *Development through life: A psychosocial approach*. Cengage Learning.
- Nicpon, M. F., Huser, L., Blanks, E. H., Sollenberger, S., Befort, C., & Kurpius, S. E. R. (2006). The relationship of loneliness and social support with college freshmen's academic performance and persistence. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 8(3), 345-358.
- Oktan, V., Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2014). Psikolojik doğum sırasının psikolojik sağlamlığın yordanmasındaki rolünün incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*.
- Özdoğan, A. Ç. (2021). Subjective Well-Being and Social-Emotional Loneliness of University Students: The Mediating Effect of the Meaning of Life. *Journal of Pedagogical Research*, 5(1), 18-30.
- Özer, E. (2016). Temel benlik değerlendirmesi, başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlamlık. *Turkish Studies*, 11(14), 587-606.
- Özsoy, S., & Özsoy, G. (2013). Eğitim araştırmalarında etki büyüklüğü raporlanması. *İlköğretim Online*, 12(2), 334-346.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1-18). New York: Wiley.
- Perlman, D., Peplau, L. A., & Goldston, S. E. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*, 13-46.
- Ponzetti Jr, J. J. (1990). Loneliness among college students. *Family relations*, 336-340.
- Sarıçam, H. (2011). Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum*.
- Seçim, G. (2020). Bilişsel esneklik ve duygu düzenleme özelliklerinin psikolojik sağlamlık üzerine etkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(2), 505-524.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
- Süel, N., ve Ünlü, H. (2019). Loneliness and Perceived Social Support: A Research on Physical Education Teacher Candidates. *Erzincan University Journal of Education Faculty*, 22(1), 106-123.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics* (Vol. 6, pp. 497-516). Boston, MA: Pearson.
- Topkaya, N., Şahin, E., & Taş, M. (2022). Yetişkin Bir Örneklem Grubunda Psikolojik Sağlamlıkla İlişkili Faktörler. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(4), 1628-1640.
- Wang, Q., Yan, G., Hu, Y., Ding, G., & Lai, Y. (2024). Stress and emotion in a locked campus: the moderating effects of resilience and loneliness. *Frontiers in Psychology*, 14, 1168020.
- Weiss, R. (1975). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT press.

Suskan, T. ve Esen Aygün, H. (2024). Öğretmen adaylarının sosyal-duygusal yalnızlık ve psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(3), 3184-3208.
DOI. 10.51460/baebd.1496830



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (3), 3184-3208.
Araştırma Makalesi / Research Paper

- Werner, A. M., Tibubos, A. N., Mülder, L. M., Reichel, J. L., Schäfer, M., Heller, S., ... & Beutel, M. E. (2021). The impact of lockdown stress and loneliness during the COVID-19 pandemic on mental health among university students in Germany. *Scientific Reports, 11*(1), 1-11.
- Windle, G., Hoare, Z., Woods, B., Huisman, M., & Burholt, V. (2021). A longitudinal exploration of mental health resilience, cognitive impairment and loneliness. *International journal of geriatric psychiatry, 36*(7), 1020-1028.
- Yakıcı, E. G. (2017). *Beliren yetişkinlerin psikolojik dayanıklılık düzeylerinde yordayıcı değişkenler olarak yaşam doyumu ve yalnızlık* (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).
- Yakıcı, E., & Traş, Z. (2018). Life satisfaction and loneliness as predictive variables in psychological resilience levels of emerging adults. *Research on Education and Psychology, 2*(2), 176-184.
- Yelpaze, İ. (2021). Uluslararası üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yordayıcısı olarak bilişsel esneklik. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 22*(1), 105-131.
- Yılmaz, E., & Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 59*(59), 451-470.
- Yılmaz, E., Yılmaz, E., & Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi, 18*(2).
- Yonar, S., & Demir, İ. (2020). Beliren Yetişkinlerde Romantik Yalnızlığın Yordanmasında Bağlanma ve Flört Kaygısının Rolü. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi, 7*(2), 517-542.