

Psikolojik Danışmanların Mutluluk Düzeyleri ile Sosyal Zeka ve İş Yaşamındaki Yalnızlıkları Arasındaki İlişki

The Relationship Between Psychological Counselors' Levels of Happiness and Their Social Intelligence and Loneliness in Their Work Lives

Metin Taytaş^{ID} ve Mecit Aslan^{ID}

Öz. Bu çalışmada, psikolojik danışmanların mutluluk düzeyleri ile sosyal zeka ve iş yaşamındaki yalnızlıkları arasındaki ilişki incelenmiştir. İlişkisel tarama modeline göre yürütülen çalışmanın araştırma grubu Van merkez ve ilçelerde görev yapan psikolojik danışmanlarından oluşmaktadır. Araştırma verilerini toplamak için "İş Yaşamında Yalnızlık Ölçeği" ile "Sosyal Zeka Ölçeği" ve "Oxford Mutluluk Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın verileri, betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t testi, tek yönlü varyans analizi, korelasyon analizi ve regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, psikolojik danışmanların iş yaşamındaki yalnızlıkları düşük, sosyal zekaları ve mutlulukları ise yüksek düzeydedir. Araştırmada sosyal zeka ve mutluluk düzeyi arasında pozitif yönde bir ilişki bulunurken, sosyal zeka ve mutluluk düzeyinin iş yaşamında yalnızlık ile negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Son olarak, yapılan basamaklı regresyon analizi sonucunda iş yaşamında yalnızlık ölçeğinin duygusal yoksunluk alt boyutu ve sosyal zeka ölçeğinin sosyal farkındalık ve sosyal beceriler alt boyutları mutluluğun anlamlı yordayıcıları olarak tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler. Psikolojik danışman, iş yaşamında yalnızlık, sosyal zeka, mutluluk.

Abstract. In this study, the relationship between psychological counselors' levels of happiness and their social intelligence and loneliness in working life was examined. Conducted using a relational survey model, the research group consisted of psychological counselors working in the central district and counties of Van. The data were collected using the *Loneliness in Working Life Scale*, the *Social Intelligence Scale*, and the *Oxford Happiness Questionnaire*. The research data were analyzed using descriptive statistics, independent samples *t*-tests, one-way analysis of variance (ANOVA), correlation analysis, and regression analysis. The findings indicated that psychological counselors reported low levels of loneliness in working life, while their levels of social intelligence and happiness were high. The results also revealed a positive relationship between social intelligence and happiness, whereas both social intelligence and happiness were negatively related to loneliness in working life. Finally, the stepwise regression analysis demonstrated that the emotional deprivation subdimension of the Loneliness in Working Life Scale and the social awareness and social skills subdimensions of the Social Intelligence Scale were significant predictors of happiness.

Keywords. Psychological counselor, loneliness in work life, social intelligence, happiness

Metin Taytaş

Van Yüzüncüyıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Van, Türkiye
e-mail: metintaytas@yyu.edu.tr

Mecit Aslan

Van Yüzüncüyıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Van, Türkiye
e-mail: mecitaslan@yyu.edu.tr

Geliş/Received: 08.09.2025

Kabul/Accepted: 12.03.2026



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

GİRİŞ

Modern kent yaşamının getirdiği bireysellik, teknolojik ilerlemeler ve sosyal değişimler, yalnızlık kavramını giderek daha fazla ön plana çıkarmakta ve bu durum bireylerin sosyal hayattan uzaklaşmasına yol açmaktadır. Kuşkusuz, bu durum geleneksel sosyalleşme biçimlerini azaltarak bireylerin değer sistemlerini değiştirmiş ve bireyci yaşam tarzlarına yönelmelerine ve yalnızlık hissini derinleştirmesine neden olmuştur. Bu değişimlerin bir sonucu olarak, günümüzde bireyler kalabalıklar içinde yalnızlaşmakta ve yabancılaşma ile karşı karşıya kalmaktadır. Oysa ki insanlar sosyal varlıklar olarak hayatlarında diğerleriyle etkileşim kurma ihtiyacı duymaktadırlar. Ancak, bireylerin yeterli sosyal ilişkilere erişememesi durumunda yalnızlık hissi ortaya çıkmakta ve bireylerde mutsuzluk yaratabilmektedir. Bu açıdan bakınca, iş ortamında mutluluk, bireylerin performansını etkileyen ve yaşam tatminini artıran önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Diğer taraftan, bireylerin mutluluk düzeyleri çevresel koşulların yanı sıra tutum ve davranışlardan da etkilendiğinden, güçlü sosyal ilişkilerin geliştirilmesi iş verimliliğini artırmakta; buna bağlı olarak çalışanların motivasyonları olumlu yönde etkilenebilmektedir. Dolayısıyla, mutluluğu pozitif etkilediği düşünülen sosyal zeka araştırma konusu olmuştur.

Thorndike, sosyal zekayı insanları anlama ve yönetme yeteneği olarak tanımlarken, Frankovský ve Birknerová (2014), bu kavramı insanlarla iyi geçinme, sosyal durumlarda hedeflere ulaşma veya sosyal bilgi kaynakları olarak ele almışlardır. Başka bir çalışmada ise sosyal zeka, ilişkileri yönetme becerileri ile ilgili olup, çatışma yönetimi, takım çalışması ve liderlik gibi alanlarda daha başarılı bireyleri tanımlamaktadır (Goleman, 2007). Literatürde, farklı araştırmacılar, sosyal zekayı tanımlamak için çeşitli yaklaşımlar geliştirmiş, ancak herkes tarafından kabul edilen tek bir tanım oluşturulamamıştır. Bu tanımlar, aslında bize sosyal zekanın çok boyutlu bir yapı olduğunu göstermektedir. Bu açıdan bakınca, bu durumun öncülleri ile sonuçları üzerine araştırmaların yapılması kaçınılmaz gözükmektedir. Bu konu ile ilgili iki öncül ortaya çıkmaktadır; ilki, yüksek sosyal zekaya sahip bireyler, ikicisi, düşük sosyal zekaya sahip bireyler. Yüksek sosyal zekaya sahip bireyler diğer insanların duygularını ve isteklerini anlamada ve buna uygun davranış sergilemede yetkinlik göstererek sağlıklı ilişkiler kurabilirler. Düşük sosyal zekaya sahip bireyler ise genellikle olumsuz sosyal etkileşimlerde bulunarak başkalarının olumsuz hissetmesine neden olmaktadır (Buzan, 2002; Albretch, 2006).

İş yerinde yalnızlık ise bireylerin sosyal ilişkilerde yaşadığı eksiklikler ve yetersizlikler sonucu ortaya çıkan bir deneyim ve çalışanın sosyal ortamda dışlanması ve iyi ilişkilerin eksikliğinde ortaya çıkan bir sıkıntı olarak tanımlanmaktadır (Çetin & Alacalar, 2016). O halde yalnızlık, insanlarla iletişim kurma isteğini yansıtan, kontrol edilmediğinde ciddi sorunlara yol açabilen, diğerleriyle sağlıklı ve anlamlı ilişkiler kurma ihtiyacından doğan evrensel bir duygu olarak tanımlanabilir. Bu bağlamda, yalnızlık, bireyin sosyal ilişkilerindeki eksiklikler nedeniyle yaşadığı psikolojik bir durum olduğu için diğer insanlara olan ihtiyacın farkına varıldığı anda ortaya çıkmaktadır. Bu da bireylerin ruhsal durumları üzerinde olumsuz etkiler yaratmakta ve stres, depresyon, anksiyete gibi duygusal sorunlarla kendini göstermektedir (Doğan vd., 2009). Dolayısıyla, bu durum iş verimliliğini düşürmekte ve çalışanların iş doyumunu azaltmaktadır. Her ne kadar, psiko-analitik ve hümanist teoriler, yalnızlığın kökenlerini çocukluk dönemine ve bireyin kendini kabul edememesi gibi durumlara dayandırsa da aslında yalnızlığın, bireylerin sosyal çevreleri tarafından dışlanması ve kişilerarası etkileşimdeki sorunlardan kaynaklandığını söyleyebiliriz.

Diğer taraftan, sosyal destek eksikliği nedeniyle iş yerinde yaşanan yalnızlık duygusu iletişim bozuklukları, dışlanmışlık hissi ve stres gibi durumlarda ya da sosyal ihtiyaçların karşılanmaması ve kişisel tatminin sağlanamaması durumlarında ortaya çıkabilir. Bireysel yaşanan bu duygunun yanı sıra, fiziksel yalnızlık hissi de sosyal çevredeki bağların zayıflamasıyla ilişkilidir ve birey, sosyal ortamda bulunmasına rağmen yalnızlık duygusu yaşayabilir (Russell vd., 2012). Ayrıca, insanlar, iş ortamında kendilerini bir topluluğa ait hissetmediklerinde ya da duygusal bağ kuramadıklarında yalnızlık hissi yaşayabilirler. Bu durum, bireylerin iş yerindeki sosyal ağlarına katılmalarını zorlaştırmakta ve iletişim eksikliklerine yol açmaktadır. Sonuç olarak, iletişim kurma ihtiyacı olan bireyler, yoğun rekabet ortamında etkileşimde bulunmakta zorlanmakta ve bu da yalnızlık duygusunu pekiştirmektedir.

Literatür incelendiğinde, iş yerinde yalnızlığı tetikleyen faktörler arasında; kişisel özellikler (Page & Cole, 1991), stres düzeyi (Cooper, 1981), uzun çalışma saatleri (Bell vd., 1990), yapılan işin niteliği (Çorapçıoğlu, 1998), sosyal ilişkilerdeki eksiklik (Brelim, 1985) ve çevresel etkenler (Wright vd., 2006) yer almaktadır. Ancak, yalnızlıkla ilgili çalışmaların yaygınlığına karşılık, iş yaşamında yalnızlık konusunda yapılan araştırmaların sayısının sınırlı olduğu belirtilmiştir (Wright, 2015). İş yerindeki yalnızlık, iş yükü ve algılanan iş stresi

ile pozitif, iş doyumunu ve örgütsel bağlılık ile negatif ilişkiler göstermiştir (Wright vd., 2006). Bunun yanı sıra, yalnızlık duygusu bireylerin sosyal ilişkiler kurmasını ve sosyal destek almasını zorlaştırarak, iş yaşamında izolasyon hissine neden olabilir. İş yerinde yalnızlık, hem bireysel hem de örgütsel hedeflerin dengesi üzerinde olumsuz etkilere yol açmakta; iş verimliliği ve iş tatmini gibi unsurları da olumsuz yönde etkilemektedir (Wright, 2015).

Mutluluk, sosyal zekâ ve iş yaşamında yalnızlık arasındaki ilişkilere baktığımızda; Sosyal zekâ düzeyi yüksek bireylerin empati kurma, etkili iletişim ve çatışma çözme becerilerini geliştirdiği, bu becerilerin ise sosyal ilişkilerin kalitesini artırarak bireyin mutluluk düzeyini desteklediği belirtilmektedir (Goleman, 2007). Bu nedenle, sosyal zekânın mutluluk ile pozitif yönde ilişkili olduğu literatürde sıklıkla vurgulanmaktadır.

Wright, Burt ve Strongman (2006), iş yerinde yalnızlığı sosyal yoksunluk ve duygusal izolasyon boyutlarıyla ele alarak, bu durumun çalışanların iş doyumunu olumsuz etkilediğini belirtmiştir.

Literatürde, iş yaşamında yalnızlık ile mutluluk arasında negatif yönlü ilişkiler bulunduğu yalnızlık duygusunun, bireylerin stres, anksiyete ve depresyon düzeylerini artırarak öznel iyi oluşlarını olumsuz etkilediği ve mutluluk düzeylerinin düşmesine neden olduğu (Doğan vd., 2009; Wright, 2015), ayrıca, iş yerinde yalnızlık yaşayan bireylerin sosyal destek algılarının düşük olduğu, bu durumun ise iş doyumunu ve motivasyonu azalttığı belirtilmektedir (Wright et al., 2006).

Sosyal zekâ ile iş yaşamında yalnızlık arasındaki ilişki incelendiğinde, sosyal zekâ düzeyi yüksek bireylerin kişilerarası ilişkiler kurma ve sürdürme konusunda daha başarılı oldukları ve bu nedenle iş ortamında yalnızlık yaşama olasılıklarının daha düşük olduğu görülmektedir. Silman ve Doğan (2013), sosyal zekânın sosyal etkileşimleri güçlendirdiğini ve bireylerin sosyal izolasyon yaşamasını engelleyici bir rol üstlendiğini belirtmektedir. Benzer şekilde, Mercan ve arkadaşları (2012), duygusal ve sosyal zekâ düzeyi arttıkça iş yaşamında yalnızlık algısının azaldığını ortaya koymuştur.

Bu çerçevede değerlendirildiğinde, sosyal zekâ, mutluluğu artıran koruyucu bir faktör olarak öne çıkarken; iş yaşamında yalnızlık mutluluğu azaltan bir risk faktörü olarak değerlendirilebilir. Sosyal zekânın yüksek olması, bireylerin iş ortamında daha güçlü sosyal bağlar kurmasını sağlayarak yalnızlık duygusunu

azaltmakta; azalan yalnızlık ise bireyin mutluluk düzeyini olumlu yönde etkilemektedir. Özellikle insanlarla yoğun etkileşim gerektiren psikolojik danışmanlık mesleğinde, bu değişkenler arasındaki ilişkilerin mesleki mutluluk üzerinde belirleyici bir rol oynadığı öngörülmektedir.

Bu bağlamda, sosyal zekânın mesleki doyum ve genel mutluluk üzerindeki etkisinin, danışmanların psikolojik dayanıklılığı ve mesleki verimliliği açısından belirleyici olduğu söylenebilir. Ayrıca, psikolojik danışmanlık gibi mesleklerde, bireylerin algıladığı sosyal destek, çalışma ortamının verimliliğini etkileyen önemli bir faktördür. Öte yandan, psikolojik danışmanların destekten yoksun kalmaları ya da mesleki izolasyon yaşamaları, iş yaşamında yalnızlık hissini artırarak hem bireysel hem de mesleki refahlarını olumsuz etkileyebilir. Literatürde bu değişkenleri bir modelde ele alan bir çalışma bulunmadığı için, bu araştırmanın alana özgün katkı sunması ve psikolojik danışmanların desteklenmesine yönelik stratejilere ışık tutması açısından önemli katkılar sağlaması beklenmektedir. Dolayısıyla bu çalışma, psikolojik danışmanların mutluluk düzeyleri ile sosyal zeka ve iş yaşamında yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamaktadır. Bu genel amaçtan hareketle aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. Psikolojik danışmanların mutlulukları, sosyal zekaları ve iş yaşamındaki yalnızlıkları ne düzeydedir?
2. Psikolojik danışmanların mutlulukları, sosyal zekaları ve iş yaşamındaki yalnızlıkları cinsiyete, eğitim düzeyine, mesleki deneyime ve okuldaki öğrenci sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Psikolojik danışmanların mutlulukları, sosyal zekaları ve iş yaşamındaki yalnızlıkları arasında bir ilişki var mıdır?
4. Psikolojik danışmanların sosyal zekaları ve iş yaşamındaki yalnızlıkları mutluluklarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Bu araştırma, Psikolojik Danışmanların mutluluk düzeyleri ile sosyal zeka ve iş yaşamında yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği nicel bir araştırmadır. Çalışmada en az iki değişken arasındaki ilişkiyi ve derecesini belirleme fırsatı veren ilişki tarama modeli (McMillan & Schumacher, 2004)

kullanılmıştır. Çalışmanın bağımlı değişkeni, Psikolojik Danışmanların mutluluk düzeyleri; bağımsız değişkenleri ise sosyal zeka ve iş yaşamında yalnızlıktır.

Araştırma Grubu

Tablo 1. Çalışma grubuna ait frekans ve yüzde dağılımları

Değişkenler		<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kadın	174	66.2
	Erkek	89	33.8
Öğrenim Düzeyi	Lisans	208	79.1
	Lisansüstü	55	20.9
Hizmet Yılı	1 ile 5 yıl arası	126	47.9
	6 ile 10 yıl arası	54	20.5
	11 ile 15 yıl arası	45	17.1
	16 yıl ve üzeri	38	14.4
Öğrenci Sayısı	0 ile 250 arası	63	24.0
	251 ile 500 arası	78	29.7
	501 ile 1000 arası	93	35.4
	1001 ve üzeri	29	11.0
Çalıştığınız Kurum	Anaokulu	17	6.5
	İlkokul	67	25.5
	Ortaokul	90	34.2
	Lise	74	28.1
	Ram	15	5.7
Alanı İsteyerek mi seçtiniz?	Evet	238	90.5
	Hayır	25	9.5

Bu çalışma, yukarıda özellikleri belirtilen çeşitli kamu kurumlarında çalışan okul psikolojik danışmanlarıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmada toplam 263 psikolojik danışman yer almıştır. Psikolojik danışmanların 174'ü kadın ve 89'u ise erkektir. Psikolojik danışmanlardan lisans mezunu olanların oranı %79,1 iken lisansüstü eğitim mezunu olanların oranı %20,9'dur. Psikolojik danışmanların hizmet yılına bakıldığında; % 47,9'unun 1-5 yıl aralığında, % 20,5'inin 6-10 yıl aralığında, % 17,1'inin 11-15 yıl aralığında ve % 14,4'ünün 16 yıl ve üzeri olduğu görülmektedir. Çalışılan kuruma bakıldığında; % 6,5'inin anaokulunda, % 25,5'inin ilkokulda, % 34,2'sinin ortaokulda, % 28,1'inin lisede ve % 5,7'sinin RAM'da görev yaptığı görülmektedir. Psikolojik Danışmanlardan % 90,5'inin alanı isteyerek seçtikleri görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Oxford Mutluluk Ölçeği: Ölçeğin ilk hali Oxford Mutluluk Envanteri (OME) olarak Argyle, Martin ve Crossland (1989) tarafından geliştirilmiş ve 29 madde ve üç boyuttan oluşmaktadır. Daha sonra OME, Hills ve Argyle (2002) tarafından revize edilerek hem uzun formu hem de 8 maddelik kısa formu geliştirilmiştir. Ölçeğin araştırmada kullanılan kısa formunun Türkçe'ye uyarlaması Doğan ve Akıncı-Çötök (2011) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışmasında bir maddenin madde-ölçek korelasyonunun 0.30'un altında (0.17) olması nedeniyle söz konusu madde ölçekten çıkarılmıştır. Böylece ölçeğin beşli likert türündeki kısa formu yedi madde ve tek boyut olacak şekilde Türkçe'ye uyarlanmıştır. Mevcut araştırmada ölçeğin iç tutarlık katsayısı 0.81 olarak bulunmuştur.

İş Yaşamında Yalnızlık Ölçeği: İş Yaşamında Yalnızlık Ölçeği, Wright vd., (2006) tarafından geliştirilmiş ve Doğan vd., (2009) Türkçe'ye uyarlanmıştır. Beşli likert türündeki ölçek 16 madde ve iki boyuttan (duygusal yoksunluk ve sosyal arkadaşlık) oluşmaktadır. Ölçekte ters kodlanması gereken yedi madde bulunmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek düzeydeki yalnızlık anlamına gelirken, düşük puanlar ise iş yaşamındaki yalnızlığın düşük düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada ölçeğin toplamına ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı $\alpha = .94$, duygusal yoksunluk boyutu için .93 ve sosyal arkadaşlık için .90 olarak bulunmuştur.

Tromso Sosyal Zeka Ölçeği (TSZÖ); Silvera vd. (2001) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlanması ise Doğan (2006) tarafından yapılmıştır. Beşli likert türündeki ölçek 21 madde ve üç boyuttan (sosyal bilgi süreci, sosyal beceri ve sosyal farkındalık) oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek sosyal zeka anlamına gelirken düşük puanlar düşük sosyal zeka anlamına gelmektedir. Mevcut çalışmada ölçeğin tamına ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı $\alpha = .86$, sosyal bilgi süreci boyutu için .83, sosyal beceri boyutu için .85 ve sosyal farkındalık boyutu için .78 olarak bulunmuştur.

İşlem

Çalışmanın verileri, 2024-2025 eğitim öğretim yılında, Van merkez ve ilçelerde görev yapan psikolojik danışmanlarla yüzyüze görüşülerek toplanmıştır. Araştırma kapsamında detaylı bir literatür taraması yapıldıktan sonra uygulamalar için Van Yüzüncü yıl Üniversitesi Etik Kurulundan 23.05.2024 tarih ve 2024/10 sayılı kararına istinaden gerekli izin alınmıştır. Daha sonra, çalışmada kullanılan ölçekler için ölçek sahipleri ile iletişime geçip onay alındıktan sonra araştırmacılar tarafından demografik değişkenler için bilgi formu oluşturulmuştur. Psikolojik danışmanlar uygulama öncesinde araştırmanın amacı, önemi, gönüllülük ilkesi, ölçme araçlarının cevaplanma süresi gibi konularda bilgilendirilmiştir. Ölçme araçlarının doldurulmasının yaklaşık 20 dk. sürdüğü gözlemlenmiştir. Araştırma kapsamında toplamda 269 psikolojik danışmana ulaşılmıştır. Elde edilen veriler incelenmiş 6 adet ölçeğin rastgele ve eksik doldurulduğu gözlenmiştir. Bu nedenle 6 katılımcı analiz dışı tutulmuş olup veriler 263 kişi üzerinden analiz edilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde SPSS programı kullanılmıştır. Öncelikle araştırmada yer verilen değişkenlere ilişkin betimsel istatistiklere bakılmıştır. Bunun devamında, fark analizleri ve değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Söz konusu analizler öncesi gerekli varsayımların karşılanıp karşılanmadığı tek tek test edilmiştir. Bu kapsamda varyans homojenliği için Levene Testi, normal dağılım için çarpıklık ve basıklık değerleri ile grafikler (P-P, Histogram) incelenmiştir. Otokorelasyon durumu Durbin-Watson testi ile, çoklu doğrusal bağlantı durumu ise VIF ve Tolerance değeri ile incelenmiştir. Araştırmada kullanılan iş yaşamında yalnızlık ölçeği puanları, sosyal zeka ölçeği puanları ve mutluluk ölçeği puanları için skewness ve kurtosis değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında olması verilerin normal dağıldığını göstermektedir (Tabachnick ve Fidell 2013). Durbin-Watson Değeri 2.027 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca VIF 2.5'ten düşük ve Tolerance değerleri 0.20'den yüksek çıkmıştır. Varsayımların sağlanması nedeniyle parametrik testler (bağımsız gruplar için t testi, ANOVA, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi) yapılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir. Büyüköztürk

(2019) 0.30'un altındaki korelasyonların düşük düzeyde, 0.30 ile 0.70 arasındaki korelasyon katsayılarının orta düzeyde; 0.70 ile 1 arasındaki korelasyon katsayılarının yüksek düzeyde ilişkiyi gösterdiğini belirtmektedir. Çalışmada ilişki düzeylerinin yorumlanmasında bu aralıklar temel alınmıştır. Farklı regresyon yöntemleri bulunmakla birlikte araştırmanın keşfedici amacını ön plana çıkararak ve veri setindeki en güçlü yordayıcıları matematiksel olarak belirlemeyi sağlayan basamaklı regresyon analizi tercih edilmiştir. Bağımsız gruplar t testi sonrası etki büyüklüğünün belirlenmesi için Cohen's d, ANOVA için Kısmi Eta-Kare katsayısı hesaplanmıştır.

Etik Kurul Onayı

Çalışma verileri toplanmadan önce, yayın etiğine dair gerekli izin alınmıştır (Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Yayın Etik Kurulu, 23.05.2024 14:00 E-2024/10).

BULGULAR

Psikolojik danışmanların mutluluk düzeyleri ile sosyal zeka ve iş yaşamında yalnızlık puanlarına ilişkin betimsel istatistikler aşağıda tablo 2 'de verilmiştir.

Tablo 2. Betimsel istatistikler

Değişkenler	N	Min	Max	Ortalama	SS	Çarpıklık	Basıklık
Sosyal Zeka (Toplam)	263	2.86	4.81	3.77	.37	.240	-.104
Sosyal Bilgi	263	2.75	5.00	3.81	.44	.180	.377
Sosyal Beceriler	263	1.67	5.00	3.62	.63	-.527	.505
Sosyal Farkındalık	263	2.00	5.00	3.84	.48	-.337	.537
Yalnızlık (Toplam)	263	1.00	4.25	2.23	.72	.452	-.157
Duygusal Yoksunluk	263	1.00	4.89	2.38	.84	.425	-.379
Sosyal Arkadaşlık	263	1.00	4.29	2.05	.67	.531	.320
Mutluluk (Toplam)	263	2.00	5.00	3.46	.59	-.171	-.262

Not: Sosyal arkadaşlık boyutunun maddeleri ters kodlanmıştır.

Tablo 2’de görüldüğü üzere, katılımcıların sosyal zeka puanlarının aritmetik ortalaması 3.77, iş yaşamında yalnızlık puanlarının ortalaması 2.23 ve mutluluk puanlarının ortalaması 3.46’dır. Benzer ortalamaların alt ölçekler için de ortaya çıktığı görülmektedir. Dolayısıyla bu değerler psikolojik danışmanların sosyal zeka puanlarının yüksek, iş yaşamında yalnızlık puanlarının düşük ve mutluluk puanlarının yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca, tabloda yer verilen çarpıklık ve basıklık değerlerinin -.527 ile .537 arasında değişiyor olması verilerin normal dağılımına işaret etmektedir.

Psikolojik danışmanların sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterme durumu aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 3. Psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamında yalnızlıkları ve mutluluklarının cinsiyete göre incelenmesi

	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	Sd	p
Sosyal Zeka (Toplam)	Kadın	174	3.78	.37	.617	261	.538
	Erkek	89	3.75	.38			
Sosyal Bilgi	Kadın	174	3.86	.43	2.621	261	.009
	Erkek	89	3.71	.44			
Sosyal Beceri	Kadın	174	3.60	.67	-.790	261	.430
	Erkek	89	3.67	.54			
Sosyal Farkındalık	Kadın	174	3.84	.47	-.373	261	.709
	Erkek	89	3.86	.50			
Yalnızlık (Toplam)	Kadın	174	2.26	.74	.935	261	.351
	Erkek	89	2.18	.66			
Duygusal Yoksunluk	Kadın	174	2.46	.87	2.069	261	.040
	Erkek	89	2.23	.77			
Sosyal Arkadaşlık	Kadın	174	2.01	.68	-1.040	261	.300
	Erkek	89	2.11	.66			
Mutluluk (Toplam)	Kadın	174	3.47	.56	.280	261	.780
	Erkek	89	3.44	.65			

Tabloda görüldüğü üzere, psikolojik danışmanların sosyal zeka toplam puanları ile sosyal beceri ve sosyal farkındalık alt boyutları, yalnızlık toplam puanları ile sosyal arkadaşlık alt boyut puanları ve mutluluk puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$). Diğer taraftan, sosyal bilgi ve duygusal yoksunluk alt boyutlarının puanları kadın psikolojik

danışmanlar lehine anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p < .05$). Anlamlı farklar için hesaplanan Cohen's d etki büyüklüğü katsayısı sosyal etki boyutu için 0.34 (küçük-orta etki), duygusal yoksunluk boyutu için 0.28 (küçük etki) olarak saptanmıştır.

Aşağıdaki tabloda psikolojik danışmanların sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanları eğitim düzeyi değişkenine göre incelenmiştir.

Tablo 4. Psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamında yalnızlıkları ve mutluluklarının eğitim düzeyine göre incelenmesi

	Eğitim Düzeyi	N	Ort.	SS	t	Sd	p
Sosyal Zeka (Toplam)	Lisans	208	3.76	.38	-.245	261	.806
	Lisansüstü	55	3.78	.37			
Sosyal Bilgi	Lisans	208	3.82	.43	.772	261	.441
	Lisansüstü	55	3.77	.47			
Sosyal Beceri	Lisans	208	3.62	.63	-.278	261	.781
	Lisansüstü	55	3.64	.62			
Sosyal Farkındalık	Lisans	208	3.83	.49	-1.070	261	.286
	Lisansüstü	55	3.91	.43			
Yalnızlık (Toplam)	Lisans	208	2.23	.72	-.210	261	.833
	Lisansüstü	55	2.25	.72			
Duygusal Yoksunluk	Lisans	208	2.36	.84	-.600	261	.549
	Lisansüstü	55	2.44	.87			
Sosyal Arkadaşlık	Lisans	208	2.05	.69	.454	261	.650
	Lisansüstü	55	2.01	.63			
Mutluluk (Toplam)	Lisans	208	3.45	.58	-.305	261	.761
	Lisansüstü	55	3.48	.64			

Tabloda yer verilen analiz sonuçlarına göre, sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk toplam ve alt boyut puanları eğitim düzeyi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p > .05$). Bir diğer ifadeyle, lisans ve lisansüstü eğitim mezunu olmak psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamındaki yalnızlıkları ve mutlulukları üzerinde belirleyici bir değişken değildir.

Psikolojik danışmanların sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanlarının mesleki deneyim değişkenine göre farklılık gösterme durumu aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 5. Psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamında yalnızlıkları ve mutluluklarının mesleki deneyimlerine göre incelenmesi

Değişken		KT	Sd	KO	F	p	Anlamlı Fark (Tukey)
Sosyal Zeka (Toplam)	G. Arası	.056	3	.019	.129	.943	
	G. İçi	37.434	259	.145			
	Toplam	37.490	262				
Sosyal Bilgi	G. Arası	.760	3	.253	1.300	.275	
	G. İçi	50.455	259	.195			
	Toplam	51.214	262				
Sosyal Beceri	G. Arası	2.655	3	.885	2.251	.083	
	G. İçi	101.828	259	.393			
	Toplam	104.483	262				
Sosyal Farkındalık	G. Arası	.348	3	.116	.491	.689	
	G. İçi	61.188	259	.236			
	Toplam	61.536	262				
Yalnızlık (Toplam)	G. Arası	7.268	3	2.423	4.869	.003	1>3
	G. İçi	128.870	259	.498			
	Toplam	136.138	262				
Duygusal Yoksunluk	G. Arası	11.274	3	3.758	5.472	.001	1>3
	G. İçi	177.856	259	.687			
	Toplam	189.129	262				
Sosyal Arkadaşlık	G. Arası	3.501	3	1.167	2.583	.054	
	G. İçi	117.026	259	.452			
	Toplam	120.527	262				
Mutluluk (Toplam)	G. Arası	2.150	3	.717	2.036	.109	
	G. İçi	91.175	259	.352			
	Toplam	93.325	262				

1: 1-5 yıl, 2: 6-10 yıl, 3: 11-15 yıl, 4: 16 yıl ve üzeri

Tabloda yer verilen analiz sonuçları, psikolojik danışmanların yalnızlık toplam ve duygusal yoksunluk alt boyutu puanlarının mesleki deneyime göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiğini ($p < .05$), sosyal zeka toplam puanları ile alt boyut puanlarının, sosyal arkadaşlık alt boyutu puanlarının ve mutluluk puanlarının ise mesleki deneyime göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymaktadır. Farkın kaynağının belirlenmesi için başvurulan Tukey Testi sonucunda mesleki deneyimi 1-5 yıl olan psikolojik

danışmanlar ile mesleki deneyimi 11-15 yıl olan psikolojik danışmanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Analiz sonuçları mesleğin başında olan (1-5 yıl) psikolojik danışmanların iş yaşamında daha çok yalnızlık yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Etki büyüklükleri yalnızlık (toplam) boyutu için 0.053 (orta etkiye yakın), duygusal yoksunluk boyutu için ise 0.060 (orta etki) olarak hesaplanmıştır.

Aşağıdaki tabloda psikolojik danışmanların sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanları okul kademesine göre incelenmiştir.

Tablo 6. Psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamında yalnızlıkları ve mutluluklarının okul kademesine göre incelenmesi

Değişken		KT	Sd	KO	F	p
Sosyal Zeka (Toplam)	G. Arası	.087	4	.022	.150	.963
	G. İçi	37.403	258	.145		
	Toplam	37.490	262			
Sosyal Bilgi	G. Arası	.196	4	.049	.248	.911
	G. İçi	51.018	258	.198		
	Toplam	51.214	262			
Sosyal Beceri	G. Arası	1.393	4	.348	.872	.481
	G. İçi	103.089	258	.400		
	Toplam	104.483	262			
Sosyal Farkındalık	G. Arası	.649	4	.162	.687	.601
	G. İçi	60.887	258	.236		
	Toplam	61.536	262			
Yalnızlık (Toplam)	G. Arası	4.190	4	1.047	2.048	.088
	G. İçi	131.948	258	.511		
	Toplam	136.138	262			
Duygusal Yoksunluk	G. Arası	6.149	4	1.537	2.167	.073
	G. İçi	182.981	258	.709		
	Toplam	189.129	262			
Sosyal Arkadaşlık	G. Arası	3.626	4	.906	2.000	.095
	G. İçi	116.901	258	.453		
	Toplam	120.527	262			
Mutluluk (Toplam)	G. Arası	2.459	4	.615	1.746	.140
	G. İçi	90.866	258	.352		
	Toplam	93.325	262			

Tabloda yer verilen sonuçlara göre, sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk toplam puanları ile alt boyut puanları psikolojik danışmanların görev yaptığı okul kademesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$). Bir diğer ifadeyle, psikolojik danışmanları hangi kademedeki görev yapıyor olurlarsa olsunlar benzer sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanlarına sahiptir.

Psikolojik danışmanların sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanlarının okuldaki öğrenci sayısı değişkenine göre farklılık gösterme durumu aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 7. Psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamında yalnızlıkları ve mutluluklarının okuldaki öğrenci sayısına göre incelenmesi

Değişken		KT	Sd	KO	F	p
Sosyal Zeka (Toplam)	G. Arası	.020	3	.007	.046	.987
	G. İçi	37.470	259	.145		
	Toplam	37.490	262			
Sosyal Bilgi	G. Arası	.197	3	.066	.334	.801
	G. İçi	51.017	259	.197		
	Toplam	51.214	262			
Sosyal Beceri	G. Arası	.344	3	.115	.286	.836
	G. İçi	104.138	259	.402		
	Toplam	104.483	262			
Sosyal Farkındalık	G. Arası	.691	3	.230	.981	.402
	G. İçi	60.844	259	.235		
	Toplam	61.536	262			
Yalnızlık (Toplam)	G. Arası	2.926	3	.975	1.896	.131
	G. İçi	133.212	259	.514		
	Toplam	136.138	262			
Duygusal Yoksunluk	G. Arası	5.017	3	1.672	2.352	.073
	G. İçi	184.113	259	.711		
	Toplam	189.129	262			
Sosyal Arkadaşlık	G. Arası	1.326	3	.442	.960	.412
	G. İçi	119.201	259	.460		
	Toplam	120.527	262			
Mutluluk (Toplam)	G. Arası	1.366	3	.455	1.283	.281
	G. İçi	91.959	259	.355		
	Toplam	93.325	262			

Tabloda yer verilen sonuçlara göre, sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk toplam puanları ile alt boyut puanları okuldaki öğrenci sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>.05$). Bir diğer ifadeyle, okulda öğrenci sayısı psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamındaki yalnızlıkları ve mutlulukları üzerinde belirleyici bir değişken değildir.

Psikolojik danışmanların sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanları arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla başvuru Pearson korelasyon analizi sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 8 Mutluluk, sosyal zeka ve iş yaşamında yalnızlık arasındaki ilişkiye dair yapılan korelasyon analizi sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1. Sosyal Zeka (Toplam)	1						
2. Sosyal Bilgi	.735**	1					
3. Sosyal Beceriler	.761**	.323**	1				
4. Sosyal Farkındalık	.725**	.318**	.328**	1			
5. Yalnızlık (Toplam)	-.390**	-.087	-.434**	-.337**	1		
6. Duygusal Yoksunluk	-.367**	-.022	-.446**	-.339**	.958**	1	
7. Sosyal Arkadaşlık	-.355**	-.175**	-.336**	-.273**	.887**	.716**	1
8. Mutluluk (Toplam)	.417**	.144*	.393**	.387**	-.426**	-.444**	-.321**

Tablo 3'ten anlaşılacağı üzere katılımcıların mutluluk puanları ile sosyal zeka puanları arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki varken ($r=.417$; $p<0.01$), mutluluk puanları ile iş yaşamında yalnızlık puanları arasında negatif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r=-.426$; $p<0.01$). Diğer taraftan, katılımcıların sosyal zeka puanları ile iş yaşamında yalnızlık puanları arasında negatif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=-.390$; $p<0.01$).

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan mutluluğun alt ölçekler ile ilişkisi incelendiğinde, mutluluk puanları ile sosyal bilgi ile düşük düzeyde, sosyal beceriler ve sosyal farkındalık ile orta düzeyde, pozitif yönde anlamlı bir ilişki

olduğu ($p < 0.05$). Bunun yanında mutluluk puanları ile duygusal yoksunluk ve sosyal arkadaşlık puanları arasında da negatif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($0.30 < r < 0.70$; $p < 0.01$).

Araştırma kapsamında sosyal zeka ve iş yaşamında yalnızlık puanlarının katılımcıların mutluluk puanlarını yordayıp yordamadığı alt ölçekler üzerinden incelenmiş ve bu kapsamda yapılan basamaklı regresyon analizi sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 9. Regresyon analizi sonuçları

Model	Değişken	B	SH	β	t	p
Model 1	Sabit	4.207	.099		42.649	.000
	Duygusal Yoksunluk	-.312	.039	-.444	-7.998	.000
		R=.444	R ² = .197	$\Delta R^2 = .194$	F = 63.965	p < .001
Model 2	Sabit	2.787	.316		8.833	.000
	Duygusal Yoksunluk	-.248	.040	-.353	-6.227	.000
	Sosyal Farkındalık	.329	.070	.268	4.718	.000
		R=.510	R ² = .260	$\Delta R^2 = .254$	F = 45.720	p < .001
Model 3	Sabit	2.185	.362		6.040	.000
	Duygusal Yoksunluk	-.197	.042	-.280	-4.656	.000
	Sosyal Farkındalık	.282	.070	.229	4.017	.000
	Sosyal Beceriler	.183	.057	.194	3.232	.001
		R=.537	R ² = .289	$\Delta R^2 = .281$	F = 35.069	p < .001

Tablo 9'da görüldüğü üzere iş yaşamında yalnızlık ölçeğinin duygusal yoksunluk alt boyutu ($\beta = -.280$) ve sosyal zeka ölçeğinin sosyal farkındalık ($\beta = .229$) ve sosyal beceriler ($\beta = .194$) alt boyutları mutluluğun anlamlı yordayıcılarıdır ($F = 35.069$, $p < .001$). Psikolojik danışmanların mutluluk düzeylerinin yordanması amacıyla yapılan analiz üç basamakta gerçekleşmiştir. Birinci basamakta mutluluk düzeyini %19 oranında yordayan duygusal yoksunluk bulunmaktadır. İkinci basamakta %6 yordama gücüne sahip sosyal farkındalık ve üçüncü basamakta %3 yordama gücüne sahip sosyal beceriler

değişkeni modele eklenmiştir. Duygusal yoksunluk, sosyal farkındalık ve sosyal beceriler alt ölçekleri birlikte psikolojik danışmanların mutluluk düzeylerini %28 oranında açıklamaktadır. Modelin matematiksel denklemi aşağıdaki gibidir:

$$\text{Mutluluk} = 2.185 + (-.197 \times \text{Duygusal Yoksunluk}) + (.282 \times \text{Sosyal Farkındalık}) + (.183 \times \text{Sosyal Beceriler})$$

TARTIŞMA

Bu araştırmada, psikolojik danışmanların sosyal zeka puanlarının yüksek, iş yaşamında yalnızlık puanlarının düşük ve mutluluk puanlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, sosyal zekânın bireyin sosyal ilişkiler kurma ve empati geliştirme becerilerini artırarak yalnızlık duygusunu azalttığını ve yaşam doyumunu yükselttiğini savunan literatürle uyumludur (Goleman, 2007; Albrecht, 2006). Özellikle psikolojik danışmanlık gibi duygusal meslek gruplarında, sosyal zekânın yüksek olması, hem profesyonel ilişkilerin niteliğini artırmakta hem de danışmanların kendilerini sosyal açıdan yeterli hissetmelerini sağlamaktadır (Riggio & Reichard, 2008). Bununla birlikte, sosyal zekâsı yüksek bireylerin iş ortamında yalnızlık yaşama olasılıklarının düşük olduğu ve sosyal bağ kurmada daha başarılı oldukları literatürde vurgulanmaktadır (DiTommaso et al., 2003; Zysberg & Zisberg, 2008). Bu bağlamda elde edilen bulgular, psikolojik danışmanların mesleki rollerini etkili biçimde yerine getirmelerinde sosyal zekânın önemli bir kaynak olduğunu göstermektedir.

Araştırma sonucunda ulaşılan bir diğer sonuç ise, psikolojik danışmanların sosyal zeka, yalnızlık ve mutluluk puanları cinsiyete göre değişmemiştir. Bu sonuç, sosyal zekâ, mutluluk ve yalnızlık gibi psikososyal değişkenlerin genel düzeyde cinsiyete bağlı olarak önemli bir değişim göstermediğini düşündürmektedir. Bu bulgu, sosyal zekânın bireysel yaşam deneyimlerinden ve kişilik özelliklerinden daha fazla etkilendiğini savunan çalışmalarını destekler niteliktedir (Riggio, 2006; Goleman, 2007). Fakat, çalışmamızda sosyal bilgi ve duygusal yoksunluk alt boyutlarının puanları kadınların lehine anlamlı bir farklılık göstermiştir. Bu durum, kadınların sosyal bilgi edinme, duyguları tanıma ve yorumlama süreçlerinde daha duyarlı olduklarını gösteren literatürle örtüşmektedir. Diğer taraftan, kadın danışmanların duygusal yoksunluk puanlarının daha düşük olması, onların sosyal ilişkilerde daha tatminkâr

deneyimlere sahip olduklarını veya duygusal destek arayışlarını daha etkili biçimde yönettiklerini düşündürmektedir. Bu sonuç, kadınların iş yaşamında ilişkisel yönelime ve duygusal bağlılığa daha fazla önem verdiklerini savunan Rollero (2016) ve Tamres, Janicki ve Helgeson'un (2002) araştırmalarıyla da tutarlıdır. Tüm bu bulgular ışığında, psikolojik danışmanlık mesleğinde cinsiyete bağlı bazı farklılıkların özellikle duygusal ve bilişsel sosyal bileşenlerde ortaya çıkabileceği, ancak genel mutluluk ve yalnızlık düzeylerinde kadın ve erkek danışmanlar arasında anlamlı bir fark oluşmadığı şeklinde ifade edilebilir.

Bu çalışmada, lisans ve lisansüstü eğitim mezunu olmak psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamındaki yalnızları ve mutlulukları üzerinde belirleyici bir değişken olmamıştır. Bu bulgu, duygusal ve sosyal becerilerin yalnızca akademik eğitim düzeyiyle doğrudan ilişkilendirilmemesi gerektiğine işaret etmektedir. Bu becerilerin gelişimi, kişilik özellikleri, yaşam deneyimleri, mesleki etkileşimler ve duygusal farkındalık gibi bireysel faktörlerle de şekillenmektedir (Cantor & Kihlstrom, 1987; O'Connell vd., 2017). Bu doğrultuda, eğitim düzeyi farklılığı, sosyal zekâ üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmamış olabilir. Benzer şekilde, iş yaşamında yalnızlık duygusunun, bireyin mesleki konumundan çok, örgütsel iklim, kişiler arası ilişkiler ve sosyal destek sistemleriyle ilişkili olduğu vurgulanmaktadır (Wright vd., 2006). Özellikle psikolojik danışmanlar gibi duygusal emeği yüksek olan meslek gruplarında, yalnızlık hissi akademik bilgi birikiminden ziyade, meslekî etkileşimler ve örgütsel yapı ile şekillenmektedir (Yıldız & Güler, 2021). Nitekim, Diener ve Seligman (2004), bireyin mutluluğunun yalnızca dışsal başarılarla değil, sosyal ilişkilerdeki tatmin ve kişisel anlamla belirlendiğini ifade etmektedir. Dolayısıyla, psikolojik danışmanların eğitim düzeyleri, mutluluk algılarında belirleyici bir unsur oluşturmamış olabilir. Bu durum, psikolojik danışmanların mesleki yeterliliklerinin yalnızca akademik düzeyde değil, aynı zamanda duygusal zekâ, empatik beceriler ve kişiler arası iletişim gibi daha bütüncül bir yaklaşımla değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Araştırma sonucunda ulaşılan bir diğer sonuç; mesleki deneyimi 1-5 yıl olan psikolojik danışmanlar mesleki deneyimi 11-15 yıl olan psikolojik danışmanlara göre daha yalnız oldukları görülmüştür. Bu bulgu, iş yaşamında yalnızlık hissini özellikle kariyerin ilk yıllarında daha yoğun yaşandığını belirten literatürle uyumludur. Özellikle yeni başlayan psikolojik danışmanlar, yeterli sosyal destek bulamama ve deneyim eksikliği gibi nedenlerle yalnızlık yaşayabilmektedir (Wright vd., 2006; Özdemir & Tuncay, 2008). Nitekim,

literatürde, yeni başlayan öğretmen ve danışmanların iş yerinde aidiyet hissi geliştirmelerinin zaman aldığı, bu sürecin destekle yapılandırılmadığı durumlarda yalnızlığa neden olabileceği belirtilmektedir (Ingersoll, 2001; Özdemir & AYTEKİN, 2019). Sonuç olarak, psikolojik danışmanlık mesleğinde kariyerin ilk yıllarının duygusal olarak daha zorlayıcı olduğu ve bu dönemde danışmanların yalnızlık hissiyle daha sık karşılaşabileceği görülmektedir. Bu nedenle, yeni başlayan psikolojik danışmanlara yönelik süpervizyon desteği ve meslek içi dayanışma gibi koruyucu müdahalelerin güçlendirilmesi önerilmektedir.

Araştırma sonucunda ulaşılan bir diğer sonuç ise; psikolojik danışmanların sosyal zeka, iş yaşamında yalnızlık ve mutluluk puanları görev yaptığı okul kademesine göre değişmemiştir. Dolayısıyla, sosyal zekâ puanlarında okul kademesi temelli bir farklılığın gözlemlenmemesi, bu becerinin bireyler arası değişkenlik göstermesine rağmen bağlamsal faktörlerden sınırlı ölçüde etkilendiğini göstermektedir. Benzer şekilde, iş yaşamında yalnızlık duygusu da çalışılan okul düzeyinden çok, bireyin meslekî çevresiyle kurduğu ilişkiler, örgütsel destek algısı ve kişiler arası uyum gibi değişkenlerle ilişkilidir (Wright vd., 2006). Psikolojik danışmanların, okul düzeyi ne olursa olsun benzer yapısal sorumluluklara ve meslekî yalnızlık risklerine sahip olmaları, bu bulgunun temelini oluşturabilir. Ayrıca, mutluluk düzeyinin okul kademesine göre değişmemesi, bireysel iyi oluşun kurumsal veya yapısal değişkenlerden çok, kişisel kaynaklara, öz-yeterlilik düzeyine, başa çıkma stratejilerine ve sosyal destek sistemlerine bağlı olduğunu gösteren literatürle örtüşmektedir (Diener & Seligman, 2004; Ryff & Singer, 2008). Psikolojik danışmanlık, okul türünden bağımsız olarak duygusal emek gerektiren bir meslek olduğundan, danışmanların yaşadıkları mutluluk düzeylerinin çalıştıkları kademeye göre belirgin farklılık göstermemesi anlamlıdır.

Araştırma sonucunda ulaşılan bir diğer sonuç; okulda öğrenci sayısı psikolojik danışmanların sosyal zekaları, iş yaşamındaki yalnızlıkları ve mutlulukları üzerinde belirleyici bir değişken değildir. Bu bulguları dolaylı olarak destekleyen araştırma sonuçları vardır. Örneğin, öğrenci sayısının fazlalığının, doğrudan yalnızlık düzeyine yansımadağı, danışmanın sahip olduğu başa çıkma mekanizmalarının belirleyici olduğu düşünülmektedir (Toker & Tınaztepe, 2009). Bu nedenle, okulda öğrenci sayısının sosyal zekâyâ doğrudan bir etkisinin olmaması beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Ayrıca, Diener ve Seligman (2004), bireyin mutluluğunun çevresel koşullardan çok, sosyal

ilişkiler, öznel başarı algısı ve psikolojik ihtiyaçların karşılanmasıyla bağlantılı olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda, öğrenci sayısının fazla ya da az oluşu, psikolojik danışmanın mesleki mutluluğu üzerinde anlamlı bir etki yaratmamaktadır.

Araştırma sonucunda ulaşılan bir diğer sonuç ise, psikolojik danışmanların mutluluk puanları ile sosyal zeka puanları arasında pozitif bir ilişki olmuştur. Bu durum, sosyal zekâ düzeyi yüksek olan psikolojik danışmanların, daha yüksek düzeyde mutluluk deneyimlediklerini göstermektedir. Sosyal ilişkilerde başarılı olan bireylerin daha güçlü bir yaşam deneyimledikleri araştırmalarla da desteklenmektedir (Lyubomirsky vd., 2005). Bu doğrultuda, sosyal zekânın mutluluk üzerinde önemli bir belirleyici olduğu söylenebilir. Çalışmada, psikolojik danışmanların mutlulukları ile iş yaşamında yalnızlıkları arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, çalışma ortamında sosyal izolasyon yaşayan bireylerin, psikolojik iyi oluş düzeylerinin azalması (Wright vd., 2006) bulgusuyla örtüşmektedir. Bu da yalnızlık hissinin mutluluk üzerinde doğrudan olumsuz bir etki yarattığını göstermektedir. Ayrıca, bu çalışmada psikolojik danışmanların sosyal zeka puanları ile iş yaşamında yalnızlık puanları arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuç, sosyal zekâ düzeyi yüksek psikolojik danışmanların, iş yaşamında daha az yalnızlık hissettiklerini göstermektedir. Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde; sosyal zekânın, hem yalnızlığı azaltıcı hem de mutluluğu artırıcı bir psikososyal değişken olduğu; yalnızlığın ise mutluluğun önünde engelleyici bir faktör oluşturduğu söylenebilir. Bu nedenle, psikolojik danışmanların sosyal zekâ becerilerinin geliştirilmesine yönelik eğitim ve süpervizyon süreçleri, yalnızlıkla baş etmeleri ve daha yüksek düzeyde mutluluk deneyimlemeleri açısından işlevsel olabilir.

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan mutluluğun alt ölçekler ile ilişkisi incelendiğinde; mutluluk puanlarının sosyal bilgi ile düşük düzeyde, sosyal beceriler ve sosyal farkındalık ile orta düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulgular, sosyal zekanın özellikle duygusal ve kişiler arası etkileşim becerileri ile bağlantılı olan alanlarının bireylerin mutluluk düzeyleri üzerinde daha etkili olduğunu göstermektedir. Riggio (2006) da sosyal beceri ve farkındalık düzeyi yüksek bireylerin, daha sağlıklı ilişkiler kurduklarını ve yaşam doyumlarının daha yüksek olduğunu ifade etmektedir. Bu doğrultuda, psikolojik danışmanların sosyal etkileşim yeterliklerinin mutluluk düzeylerini artırması beklenen bir durumdur. Bunun yanında, mutluluk puanları ile duygusal yoksunluk ve sosyal arkadaşlık puanları arasında da negatif bir ilişki olduğu

görülmüştür. Bu sonuç, iş yaşamında duygusal açıdan destek görmeyen ve sosyal bağları zayıf olan psikolojik danışmanların, daha düşük düzeyde mutluluk yaşadıklarını göstermektedir. Sosyal arkadaşlık alt boyutunda yalnızlık yaşayan bireylerin mutluluk düzeylerinin düşük olması da literatürde desteklenmektedir. Örneğin; Diener ve Seligman (2002), mutlu bireylerin genellikle güçlü sosyal ilişkilere sahip olduklarını ve sosyal bağların mutluluğun en güçlü belirleyicilerinden biri olduğunu ifade etmektedir. Bu bulgular, psikolojik danışmanlık gibi insan ilişkileri temelli bir meslek grubunda, sosyal zekânın özellikle empatik farkındalık ve etkileşim becerisi boyutlarının; yalnızlığın ise duygusal ve sosyal bağ eksikliğinin mutluluk düzeyleri üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, psikolojik danışmanlara yönelik hizmet içi eğitimlerde sosyal-duygusal yeterliklerin güçlendirilmesi önerilebilir.

Araştırma sonucunda, duygusal yoksunluk, sosyal farkındalık ve sosyal beceriler alt ölçekleri birlikte psikolojik danışmanların mutluluk düzeylerini %28 oranında yordadığı görülmüştür. Bu bulgu, literatürde birey sosyal bir çevrede bulursa dahi, ihtiyaç duyduğu psikolojik desteği alamadığı durumlarda kendini yalnız ve dışlanmış hissedebilir (Yaşar, 2007; Peplau & Perlman, 1982) bulgusuyla uyumludur. Bu tür bir yalnızlık, bireyin mutlu olmasını ve iş yerinde tatmin yaşamasını önemli ölçüde engellemektedir. Ayrıca, duygusal yoksunluk yaşayan bireylerin, zamanla iş ortamındaki kişilerle duygusal bağ kurmaktan kaçındıkları, bu durumun ise hem bireysel mutluluğu hem de ekip içi sosyal etkileşimi olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Kaplan, 2011; Weiss, 1987). Öte yandan, sosyal arkadaşlık boyutunda yalnızlık yaşayan bireylerin, iş ortamındaki sosyal etkileşimlere katılım göstermemesi, kendilerini grubun bir parçası olarak görmemelerine yol açmakta ve bu durum da bireysel mutluluk düzeylerini azaltmaktadır (Mercan vd., 2012; Karaduman, 2013). Özellikle psikolojik danışmanlık gibi doğrudan insan ilişkisi kurmayı gerektiren mesleklerde, bu tür sosyal kopukluklar mesleki işlevselliği de zedeleyebilmektedir (Oğuz & Kalkan, 2014). Bu durum, psikolojik danışmanların iş ortamında yalnızca teknik yeterliklerle değil, aynı zamanda sosyal ve duygusal destek sistemleriyle de donatılmaları gerektiğini göstermektedir.

SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER

Bu çalışmanın, kesitsel bir tasarıma sahip olması ve değişkenler arasındaki ilişkilerin belirli bir zaman diliminde incelenmesi nedensel çıkarımlar yapılmasını sınırlandırmaktadır. Ayrıca, verilerin ölçekler aracılığıyla toplanmış olması, katılımcıların algılarına dayalı ölçüm hatalarına açık bir durum yaratmaktadır. Diğer taraftan, araştırma örnekleminin yalnızca Van yüzüncü yıl üniversitesi'nde öğrenim gören lisans öğrencileriyle sınırlı olması, elde edilen bulguların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Bu nedenle, sonuçlar değerlendirilirken söz konusu sınırlılıkların dikkate alınması önerilmektedir.

Bu çalışma çerçevesinde yapılan literatür taramasında, psikolojik danışmanların iş ortamındaki yalnızlık deneyimlerine dair ampirik çalışmaların eksikliği dikkat çekicidir. Bu doğrultuda, yalnızlık ile iş yaşamı bağlamındaki sosyal ilişkiler arasındaki pozitif yönlü ilişkilerin ampirik düzeyde incelenmesi, hem literatüre önemli katkılar sağlayabilir hem de meslek elemanlarının psikolojik iyi oluşunu destekleyecek yapıcı müdahalelere zemin hazırlayabilir. Ayrıca, bu çalışmada, psikolojik danışmanlık mesleğinde kariyerin ilk yıllarının duygusal olarak daha zorlayıcı olduğu ve bu dönemde danışmanların yalnızlık hissiyle daha sık karşılaşabileceği görülmektedir. Bu nedenle, yeni başlayan psikolojik danışmanlara yönelik süpervizyon desteği ve meslek içi dayanışma gibi koruyucu müdahalelerin güçlendirilmesi önerilmektedir. Diğer taraftan, psikolojik danışmanların sosyal zekâ becerilerinin geliştirilmesine yönelik eğitim ve süpervizyon süreçleri, yalnızlıkla baş etmeleri ve daha yüksek düzeyde mutluluk deneyimlemeleri açısından işlevsel olabilir. Son olarak, bu çalışmada psikolojik danışmanlık meslek grubunda, sosyal zekânın özellikle empatik farkındalık ve etkileşim becerisi boyutlarının; yalnızlığın ise duygusal ve sosyal bağ eksikliğinin mutluluk düzeyleri üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, psikolojik danışmanlara yönelik hizmet içi eğitimlerde sosyal-duygusal yeterliklerin güçlendirilmesi önerilebilir.

SONUÇ

Sonuç olarak, psikolojik danışmanların sosyal zeka ve mutluluk düzeyi arasında pozitif bir ilişki bulunurken, sosyal zeka ve mutluluk düzeyinin iş yaşamında yalnızlık ile negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, psikolojik danışmanların

iş yaşamında yalnızlıkları, duygusal yoksunluk boyutunda, sosyal zekaları ise sosyal farkındalık ve sosyal beceriler boyutunda mutluluklarını etkilediği görülmüştür. Bu durum, özellikle sosyal farkındalığın, etkileşim becerisinin, duygusal ve sosyal bağ eksikliğinin mutluluk düzeyleri üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir. Bu kapsamda, günlük yaşamında sağlıklı ve doyurucu sosyal ilişkiler kurabilen bir psikolojik danışman, iş ortamında yeterli sosyal destek göremediğinde ya da meslektaşlarıyla anlamlı ilişkiler kurmakta zorlandığında, iş yerinde mutsuzluk duygusuyla karşı karşıya kalabilmektedir. Özellikle empati, iletişim ve destek verme gibi temel mesleki becerilere sahip bu profesyonellerin, kendi iş ortamlarında sosyal olarak izole edilmesi mutluluk düzeylerini olumsuz etkileyebilmektedir.

KAYNAKÇA

- Albretch, K. (2006). *Social intelligence: The new science of success*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Bell, R. A., Roloff, M. E., Van Camp, K., & Karol, S. H. (1990). Is it lonely at the top? Career success and personal relationships. *Journal of Communication*, 40(1), 9-23. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1990.tb02235.x>
- Brelim, S. (1985). *Intimate relationships*. New York: Random House.
- Buzan, T. (2002). *The power of social intelligence*. New York, NY: PerfectBound Publisher.
- Cooper, C. (1981). *The stress check*. Englewood Cliffs, CA: Prentice-Hall.
- Çetin, A., & Alacalar Çakır, A. (2016). İş yaşamında yalnızlığı yordamada kişilik özellikleri ile algılanan sosyal ve örgütsel desteğin rolü. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 12, 193-216. <https://doi.org/10.17130/10.17130/ijmeb.2016.12.27.968>
- Çorapçıoğlu, A. Ö. (1998). Cezaevinde yalnızlık ve yalnızlığın depresyonla ilişkisi. *Kriz Dergisi*, 6(1), 21-31.
- Deniz, M. E. (2006). The relationships among coping with stress, life satisfaction, decision-making styles and communication styles. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(1), 55-74.
- Derks, B., Scheepers, D., Van Laar, C., & Ellemers, N. (2008). The threat of being atypical: The social identity burden of non-traditional gender roles in work contexts. *British Journal of Social Psychology*, 47(3), 517-534. <https://doi.org/10.1348/014466607X248103>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5(1), 1-31. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415>
- Ditomaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2003). Measurement and validity characteristics of the short version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119. <https://doi.org/10.1177/0013164403258450>
- Doğan, T., & Çetin, B. (2009). Tromso sosyal zekâ ölçeği Türkçe formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(2), 691-720.
- Doğan, T., & Akıncı-Çötök, N. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 165-172.
- Duck, S. (1991). Staying healthy with a little help from friends? In S. Duck (Ed.), *Human relationships: An introduction to social psychology* (pp. 1-20). Newbury Park, CA: Sage.
- Frankovský, M., & Birknerová, Z. (2014). Measuring social intelligence-the MESI methodology. *Asian Social Science*, 10(6), 90-97. <https://doi.org/10.5539/ass.v10n6p90>
- Goleman, D. (2007). *Social intelligence: The new science of human relationships*. Bantam Books.

- Hall, J. A. (1978). Gender effects in decoding nonverbal cues. *Psychological Bulletin*, 85(4), 845–857. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.85.4.845>
- Kaplan, M. S. (2011). Öğretmenlerin işyerinde yalnızlık duygularının okullardaki örgütsel güven düzeyi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yayımlanmış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Karaduman, G. B. (2013). Örgütsel yalnızlık ve iş performansı ilişkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 30, 127–138.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803–855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>
- Mercan, N., Gökğöz, S., & Toprak, M. (2012). İşyeri yalnızlığı ve sosyal fobi arasındaki ilişkiye yönelik bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 4(2), 213–226.
- Mercan, N., Oyur, E., Alamur, B., Gül, S., & Bengül, S. (2012). İş yaşamında yalnızlık ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiler. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (27), 213–226.
- Oğuz, E., & Kalkan, F. (2014). Örgütsel sinizm, yalnızlık ve iş doyumunu arasındaki ilişkiler. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 20(3), 295–320.
- Page, R., & Cole, G. (1991). Demographic predictors of self-reported loneliness in adults. *Psychological Reports*, 68(3), 939-945. <https://doi.org/10.2466/pr0.1991.68.3.939>
- 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: John Wiley & Sons.
- Riggio, R. E. (2006). *The Social Skills Inventory (SSI): Measuring nonverbal social intelligence*. In V. Manusov & M. L. Patterson (Eds.), *The SAGE handbook of nonverbal communication* (pp. 203–218). Sage Publications.
- Riggio, R. E. (2010). Before emotional intelligence: Research on nonverbal, emotional, and social competencies. *Industrial and Organizational Psychology*, 3(2), 178–182.
- Riggio, R. E., & Reichard, R. J. (2008). The emotional and social intelligences of effective leadership: An emotional and social skill approach. *Journal of Managerial Psychology*, 23(2), 169–185. <https://doi.org/10.1108/02683940810850808>
- Rollero, C. (2016). Men and women in the news: Gender roles in Italian television advertising. *Sex Roles*, 75(7–8), 409–421. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0627-7>
- Russell, D. W., Cutrona, C. E., McRae, C., & Gomez, M. (2012). Is loneliness the same as being alone? *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 146(1-2), 7-22. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.589414>
- Silman, F., & Doğan, T. (2013). Social intelligence and loneliness as predictors of academic success. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 8(1), 13–24.
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2–30. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_1

- Toker, B., & Tınaztepe, C. (2009). İşyerinde yalnızlık: Boyutları ve nedenleri üzerine bir inceleme. *İş, Güç: Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 11(2), 101–118.
- Yaşar, E. (2007). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi.
- Zysberg, L., & Zisberg, A. (2008). Days of worry: Emotional intelligence and social support mediate worry in nursing students. *Journal of Nursing Education*, 47(9), 422–427. <https://doi.org/10.3928/01484834-20080901-03>
- Weiss, R. S. (1987). Reflections on the present state of loneliness research. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 1-16.
- Wright, S. L., Burt, C. D. B., & Strongman, K. T. (2006). Loneliness in the workplace: Construct definition and scale development. *New Zealand Journal of Psychology*, 35(2), 59-68.
- Wright, S. L. (2015). Coping with loneliness at work. In A. Sha'ked & A. Rokach (Eds.), *Addressing loneliness: Coping, prevention and clinical interventions* (pp. 122–134). New York, NY: Routledge.
- Wright, S. L. (2015). Loneliness in the workplace. In R. J. Burke, C. L. Cooper, & A. S. Antoniou (Eds.), *The multi-generational and aging workforce* (pp. 187–202). Edward Elgar Publishing.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Metin Taytaş, Van Yüzüncüyıl Üniversitesi, Özel Eğitim Bölümü,
metintaytas@yyu.edu.tr

Metin Taytaş, Van Yüzüncüyıl University, Department of Special Education,
metintaytas@yyu.edu.tr

Mecit Aslan, Van Yüzüncüyıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri
Bölümü, mecitaslan@yyu.edu.tr

Mecit Aslan, Van Yüzüncüyıl University, Faculty of Education, Department of Educational
Sciences, mecitaslan@yyu.edu.tr

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.

No conflict of interest has been reported by the authors.

Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.

No funding support has been received.

ORCID

Metin Taytaş  <https://orcid.org/0000-0003-3585-7357>

Mecit Aslan  <https://orcid.org/0000-0002-7970-5892>

Extended Abstract

Introduction: This study was designed to examine the relationship between psychological counselors' levels of happiness and their social intelligence and loneliness in their work lives. The research group for this study, conducted according to the correlational survey model, consists of school psychological counselors. The study utilized the “Loneliness Scale in Work Life,” “Social Intelligence Scale,” and “Oxford Happiness Scale.” The data from the study were analyzed using descriptive statistics, t-tests for independent groups, one-way analysis of variance, correlation analysis, and regression analysis. According to the research results, psychological counselors have low levels of loneliness in their work life and high levels of social intelligence and happiness. Furthermore, the study found a positive and significant relationship between social intelligence and happiness levels, while determining that social intelligence and happiness levels are negatively related to loneliness in work life. Finally, the stepwise regression analysis revealed that the emotional deprivation subscale of the loneliness scale in work life and the social awareness and social skills subscales of the social intelligence scale were identified as significant predictors of happiness.

Method: The SPSS program was used to analyze the data obtained in this study. Descriptive statistics were examined for the variables included in the study. Subsequently, difference analyses and correlation and regression analyses were performed to determine the relationships between the variables. Prior to these analyses, the necessary assumptions were tested individually, and since the assumptions were met, parametric tests (t-test, ANOVA, Pearson's Moment Correlation, and Multiple Linear Regression Analysis) were performed. In the study, skewness and kurtosis values between -1.5 and +1.5 were used as criteria for the loneliness scale scores, social intelligence scale scores, and happiness scale scores used in the study, and the significance level was set at 0.05. These ranges were used as a basis for interpreting the relationship levels in the study.

Results: In this study, difference analyses and correlation and regression analyses were examined to determine the relationships between variables. As a result, a positive relationship was found between psychological counselors' social intelligence and happiness levels, while social intelligence and happiness levels were found to be negatively related to loneliness in work life. Furthermore, it was observed that psychological counselors' loneliness in work life affected their happiness in terms of emotional deprivation, while their social intelligence affected their happiness in terms of social awareness and social skills.

Discussion & Conclusion: When the results of the study are evaluated overall, it was determined that psychological counselors had high social intelligence scores, low loneliness scores in their work life, and high happiness scores. This finding is consistent with the literature arguing that social intelligence reduces feelings of loneliness and increases life satisfaction by enhancing an individual's ability to form social relationships and develop empathy (Goleman, 2007; Albrecht, 2006). Particularly in emotional professions such as psychological counseling, high social intelligence both enhances the quality of professional relationships and ensures that counselors feel socially competent (Riggio & Reichard, 2008).

Another finding of the study revealed that the total loneliness and emotional deprivation subscale scores of psychological counselors showed a statistically significant difference based on professional experience, while the total social intelligence scores and subscale scores, the social friendship subscale scores, and the happiness scores did not show a significant difference based on professional experience. The Tukey Test, used to determine the source of the difference, revealed a significant difference between psychological counselors with 1-5 years of professional experience and those with 11-15 years of professional experience. The analysis results show that psychological counselors at the beginning of their careers (1-5 years) experience more loneliness in their work life. This finding is consistent with the literature indicating that feelings of loneliness in the workplace are particularly intense during the early years of one's career. Newly qualified psychological counselors, in particular, may experience loneliness due to reasons such as a lack of adequate social support and insufficient experience (Wright et al., 2006; Özdemir & Tuncay, 2008).

Another finding from the research is that there is a positive, moderate, and significant relationship between psychological counselors' happiness scores and their social intelligence scores. This indicates that psychological counselors with higher levels of social intelligence experience higher levels of happiness. Research also supports that individuals who are successful in social relationships develop a stronger sense of belonging and experience their lives as more meaningful (Lyubomirsky et al., 2005). In this regard, it can be said that social intelligence is an important determinant of happiness. The study found a negative, moderate, and significant relationship between psychological counselors' happiness scores and their loneliness scores in their work lives. This finding reveals that psychological counselors who feel less lonely in their work lives experience higher levels of happiness.

When examining the relationship between happiness, the dependent variable of the study, and its subscales, it was found that happiness scores had a low-level, positive, and significant relationship with social knowledge, and a medium-level, positive, and significant relationship with social skills and social awareness. These findings indicate that areas of social intelligence, particularly those related to emotional and

interpersonal interaction skills, have a greater impact on individuals' levels of happiness. Riggio (2006) also states that individuals with high levels of social skills and awareness establish healthier relationships and have higher life satisfaction.

Within the scope of the research, it was examined whether social intelligence and loneliness scores in work life predicted participants' happiness scores through sub-scales. The emotional deprivation, social awareness, and social skills sub-scales together explain 28% of psychological counselors' happiness levels. This finding is consistent with the literature indicating that the experience of loneliness in work life is closely related to the dimension of emotional deprivation. For example, even if an individual is in a social environment, they may feel lonely and excluded if they do not receive the psychological support they need (Yaşar, 2007; Peplau & Perlman, 1982).

Finally, this study demonstrates that within the psychological counseling profession, social intelligence—particularly the dimensions of empathic awareness and interaction skills—and loneliness, specifically the lack of emotional and social bonds, are decisive factors in determining happiness levels. Therefore, it is recommended that in-service training for psychological counselors focus on strengthening social-emotional competencies.