

YAPISAL EŞİTLİK MODELLEMESİ İLE YALNIZLIK, KENDİNİ AFFETME VE KENDİNİ SEVME DEĞİŞKENLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

*Mine AYDEMİR**
*Nuran BAYRAM***

Özet

Çalışmanın amacı, yapısal eşitlik modellemesi ile yalnızlık, kendini sevmeye ve affetme değişkenleri arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır. Çalışmaya gönüllü olarak kamu üniversitesinden 242 öğrenci katılmıştır. Çalışmaya katılanların %58,5'i kız öğrencidir. Çalışmada öğrencilerin yalnızlık düzeylerini belirlemek için UCLA yalnızlık ölçeği ile kendini sevmeye ve öz-yeterlilik olmak üzere iki boyutlu benlik saygısı ölçeği ve Heartland Affetme ölçeği kullanılmıştır. Modele ait uyum indeksleri, $X^2/df=1,603$; $GFI=0,89$; $CFI=0,90$; $RMSEA=0,05$; $SRMR=0,06$ olarak elde edilmiştir. Bu sonuçlar, modelin kabul edilebilir bir uyuma sahip olduğunu göstermiştir. Tahmin edilen tüm yol katsayıları istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Yapısal eşitlik modeline göre, kişinin kendisini affedebilmesinin kendini sevmesinde etkili olduğu, kendini sevmenin yalnızlık hissinde etkili olduğu ve yalnızlık hissini de kendini affetmede etkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Yapısal Eşitlik Modellemesi, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Benlik-Saygısı, Kendini-Sevme, Affetme.*

* Araş. Gör., mineaydemir@uludag.edu.tr, Uludağ Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, Görükle Kampüsü, 16059 Nilüfer/Bursa.

** Prof. Dr., nuranb@uludag.edu.tr, Uludağ Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü, Görükle Kampüsü, 16059 Nilüfer/Bursa.

Examination of the Relationship Between Loneliness, Self-Forgiveness and Self-Liking with Structural Equation Modeling

Abstract

The aim of the study was to determine the relationship among loneliness, self-liking and forgiveness variables with structural equation modeling. 242 students were voluntarily participated from public university. 58.5% of participants were female students. UCLA loneliness scale and self-esteem scale which contains two dimensions named self-liking and self-efficacy and Heartland Forgiveness scale are used to determine the level of loneliness of students. The results were $X^2/df=1.603$; $GFI=0.89$; $CFI=0.90$; $RMSEA=0.05$; $SRMR=0.06$ The goodness of fit provided evidence that the hypothesized model was stable. All estimated path coefficients were significant. According to the structural equation model was effective in being able to forgive oneself by self-liking, self-liking which is effective in the sense of loneliness and the feeling of loneliness also appeared to be effective in self-forgiveness.

Key Words: *Structural Equation Modeling, UCLA Loneliness Scale, Self-Esteem Scale, Self-liking, Forgiveness.*

1. GİRİŞ

Birey, toplum içindeki yaşamını sürdürürken karşılaştığı kişi ve durumlara göre davranışlar ortaya koyar. Bu davranışların anlaşılması ve aralarındaki ilişkilerin incelenmesi insanın anlaşılmasına yardımcı olması açısından önemlidir. Bu çalışmada ele alınan yalnızlık, kendini affetme ve kendini sevmeye kavramları insanın yaşamında sıklıkla karşılaştığı, ilişkili değişkenlerdir.

Yalnızlık Asher, Parkhurst ve Williams (1990)'a göre kişinin çevresinde olup bitenlere yabancı hissetmesine, kabul görmeme, sevilme duygularına neden olan bir durumdur. Peplau ve Pearlman (1982)'a göre yalnızlık, kişinin şu anki ilişkisi ile arzuladığı sosyal ilişkisi arasındaki fark sonucunda meydana gelen ve kişi için hoş olmayan bir durumdur. Yalnızlık nitelik ve nicelik yönünden kişinin sosyal ilişkilerinin yetersizliğini gösterir. Bu tanımdan yola çıkarak şu üç şeye değinilmektedir; Yalnızlık, yetersiz sosyal ilişkilerin sonucu oluşur, öznel bir deneyimdir (sosyal olarak izole olmak anlamında değil) ve caydırıcıdır. Peplau ve Perlman (1984), yalnızlığın hoş olmayan ve rahatsız edici bir duygu olmasına rağmen kişisel gelişim için bir teşvik olabileceğini belirtmişlerdir. Booth, Bartlett ve Bohnsack (1992)'a göre ise yalnızlık, çoğunlukla sosyal anlamda sınırlanmış ve bu sınırlanma nedeniyle kişilerarası iletişim yetenekleri gelişmemiş bireylerin yaşadığı durumdur (Erözkan, 2009: 810).

Yalnızlık kavramı birçok kavramla ilişkilidir. Depresyon, utangaçlık, kaygı, benlik saygısı, fiziksel sağlık bunlardan sadece birkaçıdır. Yalnızlığı ve yalnızlıkla ilişkisi olan ve olabileceği düşünülen kavramları ve ilişkileri incelemek bu sebeple önemlidir (Güloğlu&Kararımak, 2010: 77). Yalnızlığın nedenlerini Peplau ve Pearlman (1982) üç ana başlık altında toplamıştır. İlki; geçmişte yaşanan bir dışlanma deneyimi, ikincisi; iletişim ve tartışma yeteneklerinin zayıf olması ve üçüncüsü; kişinin yaptığı çarpıtmalardır (Karahan vd., 2004: 28).

Yalnızlıkla ilişkili olduğu düşünülen diğer kavram affetmedir. Enright ve Fitzgibbons (2000)'a göre affetme, hata yaptığı düşünülen kişiye karşı bireyin geliştirdiği öfke, kızgınlık, öç alma gibi duygulardan bilerek ve isteyerek vazgeçmesi ve bu tepkilerin yerine merhamet, cömertlik ve yardımseverlik gibi olumlu tepkiler oluşturması ve devam ettirmeye çalışması olarak tanımlanır. Enright (1991 ve 2001), Enright ve Fitzgibbons (2000), Ferch (1998), Gordon, Bancroft ve Snyder (2000), Malcolm ve Greenberg (2000), Worthington (1998) affetmeyle ilgili bazı modeller ortaya atmış ve incelemiştir (Bugay&Demir, 2012: 96). Affetme yapısı gereği çoklu bir yapı gösterir. Bu yapı Thompson vd. (2005) tarafından kendini affetme, başkalarını affetme ve durumu affetme olarak üç başlık altında toplanmıştır. Buradaki affetme kavramı, özür dileme, göz yumma ya da uzlaşma anlamına gelmemektedir (Thompson vd., 2005: 317).

Çalışmalar affetmenin; kişiler arası kurulan aile, arkadaş ve romantik ilişkiler gibi ilişkilerin kalitesini yükselttiğini ve bu ilişkilerden alınan doyumunu arttırdığını, diğer taraftan ise öfke, kaygı ve depresyon gibi olumsuz nitelendirilen tepkilerde azalma sağladığını, bireyin fiziksel ve psikolojik iyilik halinin artışına sebep olduğunu göstermiştir (Bugay&Demir, 2011: 8).

Yalnızlıkla ilişkisi araştırılan diğer değişken benlik saygısıdır. Rosenberg (1965), benlik saygısını bireyin kendisine yönelik olumlu ve olumsuz tutumları olarak tanımlamıştır. Bu tutumun olumlu olması benlik saygısını yükseltirken olumsuz tutum benlik saygısını düşürmektedir. Coopersmith (1967), benlik saygısını, bireyin kendisini yeterli, değerli ve önemli olarak değerlendirmesi biçiminde tanımlamıştır. Yakın dönemde Tafarodi ve Swann (1995) ise benlik saygısını kendini sevme ve öz-yeterlik olmak üzere iki boyutlu bir yapı olarak ele almışlardır. Kendini sevme düzeyinin yüksek olması, bireyin sosyal ortamlarda pozitif etkide bulunmasını, rahat olmasını ve kendini kabullenmesini sağlamaktadır (Rogers, 1961). Kendini sevme düzeyinin düşük olması ise bireyin kendini küçük ve değersiz görmesine ve sosyal ortamlarda yetersizlik yaşamasına neden olmaktadır (Blatt & Zuroff, 1992).

Bu çalışmada, insan yaşamında son derece öneme sahip yalnızlık, kendini sevme ve affetme kavramlarının birlikte ele alınarak aralarındaki

ilişkilerin yapısal eşitlik modellemesi ile ortaya konulması amaçlanmaktadır. Tüm bu kavramların literatürde ayrı ayrı ya da ikili olarak ele alındığı görülmüş ancak üçünün birlikte ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle bu kavramların birlikte ilk kez ele alınmasından dolayı çalışma ayrı bir öneme sahip olduğu söylenebilir.

2. YÖNTEM

Katılımcılar

Çalışmaya gönüllü olarak bir kamu üniversitesinde eğitim gören 242 üniversite öğrencisi katılmıştır.

Kullanılan Ölçekler

Çalışmada UCLA Yalnızlık ölçeği, Heartland Affetme ölçeği ve Kendini Sevme ölçekleri olmak üzere üç farklı ölçek kullanılmıştır.

Öğrencilerin yalnızlık düzeylerini ölçmek için Russell, Peplau ve Ferguson (1978)'ın geliştirdiği, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılan UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 1978 yılında Russel, Peplau ve Ferguson tarafından geliştirilmiştir ve genel yalnızlık düzeylerini ölçmeyi amaçlamaktadır. 10'u düz 10' ters olan toplam 20 maddeden oluşan ölçeğin maddeleri 1-4 arasında derecelendirilmiştir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Yüksek puanlar, yalnızlığın daha yoğun olarak yaşandığının göstergesidir (Demir, 1989: 15). Ölçek için bu çalışmada Cronbach Alfa katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin kendilerini affetme düzeyini ölçmek amacıyla, Thompson ve ark. (2005) tarafından geliştirilen, Bugay ve Demir (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış Heartland Affetme Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 18 maddelik, 7'li Likert tipi ve 3 alt ölçekten oluşan bir ölçme aracıdır. Heartland Affetme Ölçeği kendini, başkalarını ve durumu affetmek olmak üzere üç alt ölçekten oluşmaktadır. Çalışmada *Kendini Affetme* alt ölçeği kullanılmıştır. Yüksek puanlar, kişinin kendisini kolaylıkla affettiğinin göstergesidir. Ölçek için bu çalışmada Cronbach Alfa katsayısı .75 olarak bulunmuştur.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin kendilerini sevme düzeyini ölçmek amacıyla, Tafarodi ve Swann (2001) tarafından geliştirilen, Doğan (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış iki-boyutlu Benlik Saygısı ölçeğinden yararlanılmıştır. İki-boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği 16 maddelik, 5'li Likert tipi ve *Kendini Sevme* ve *Özyeterlik* olmak üzere iki alt ölçekten oluşan bir ölçme aracıdır. Çalışmada *Kendini Sevme* alt ölçeği kullanılmıştır.

Yüksek puanlar, kişinin kendisini sevdiğinin göstergesidir. Çalışmada ölçek için Cronbach Alfa katsayısı .81 olarak bulunmuştur.

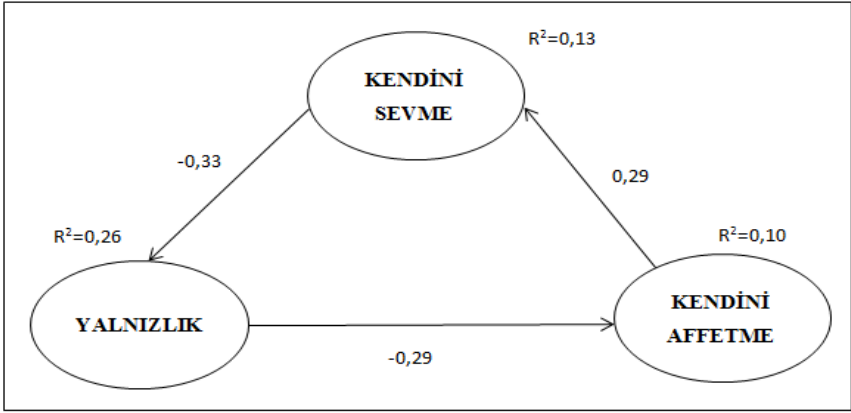
Veri Analizi

Verilerin analiz edilmesinde, betimsel istatistikler, güvenilirlik analizi (Cronbach's alpha) ve Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) kullanılmıştır. YEM'in bilimsel çalışmalarda çokça kullanılıyor olmasının temel nedeni, verilen bir modeldeki gözlenen değişkenlere ilişkin ölçüm hatalarını açıkça hesaba katan bir yöntem olmasından kaynaklanmaktadır. Yapısal eşitlik modellemesi direkt ve dolaylı yolların eşanlı tahminine izin verdiği için özellikle mediatör değişkenlerin varlığını test etmede uygun bir analiz tekniğidir. Kurulan modelin uyumunun değerlendirilmesinde en yaygın kullanılan uyum indeksleri: (1) yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA) iyi bir uyum için 0,05'den küçük olmalı; (2) model tarafından açıklanan varyans ve kovaryansın miktarını gösteren uyum iyiliği indeksi (GFI) kabul edilebilir bir uyum için 0,90'ın üstünde olmalı; (3) karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) kabul edilebilir bir uyum için 0,90'ın üstünde olmalı; (4) standardize edilmiş kalıntıların ortalama karekökü (SRMR) iyi bir uyum için 0,05'den küçük olmalıdır (Steiger (1990); Byrne (2001); Hoyle (1995); Bayram (2010)).

Verilerin analiz edilmesinde kullanılan yapısal eşitlik modelinin çözümü için AMOS 16.0 programı kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Çalışmaya katılanların %60'ı kız öğrencilerden, %36'sı 4. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. %43'ü ailesinin büyükşehirde yaşadığını, %74'ü de aylık harçlığının giderlerini karşıladığını belirtmiştir. Tahmin edilen yapısal eşitlik modeli aşağıdaki gibidir.



$X^2/df = 1,603$; GFI = 0,89; CFI = 0,90; RMSEA = 0,05; SRMR = 0,06

*Bilgi Kriterine dayanan uyum indeksleri (AIC, BCC, BIC, CAIC) için, hipotez edilen modelin değerleri, hem bağımsız hem de doymuş modelden daha küçüktür.

*Tüm katsayılar standardize edilmiş katsayılardır.

Şekil 1. Yapısal Eşitlik Modeli

Modeldeki her bir ok hipotezleri göstermekte ve tüm katsayılar standardize edilmiş katsayılardır. Tahmin edilen tüm yol katsayıları istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Modelde gizil değişkenler arasındaki etkilerin tahmin edilmesinde maksimum olabilirlik tahmin yöntemi kullanılmıştır. Veriler için elde edilen en iyi sonuç Şekil 1’de sunulmuştur. Hipotez edilen modelin uyumunu gösteren uyum indekslerine bakıldığında ($X^2/df=1,603$; GFI=0,89; CFI=0,90; RMSEA=0,05; SRMR=0,06) modelin kabul edilebilir bir uyum gösterdiği görülmektedir. *Yalnızlık* değişkenindeki varyansın %26’sı direkt olarak *Kendini Sevme* ve dolaylı olarak da *Kendini Affetme* değişkenleri tarafından açıklanmıştır. Diğer bir ifade ile, *Yalnızlık* değişkenini açıklamada *Kendini Sevme* değişkeni, *Kendini Affetme* değişkeni için mediatör (aracı) etkiye sahiptir. *Kendini Affetme* değişkenindeki varyansın %10’u direkt olarak *Yalnızlık* ve dolaylı olarak da *Kendini Sevme* değişkenleri tarafından açıklanmıştır. *Kendini Sevme* değişkenindeki varyansın %13’ü direkt olarak *Kendini Affetme* ve dolaylı olarak da *Yalnızlık* değişkenleri tarafından açıklanmıştır. Tahmin edilen model sonucunda, *Kendini Sevme*’nin *Yalnızlık* üzerinde ve *Yalnızlık* değişkeninin *Kendini Affetme* değişkeni üzerinde negatif etkiye sahip olduğu ve *Kendini Affetme* değişkeninin *Kendini Sevme* değişkeni üzerinde ise pozitif etkiye sahip olduğu sonuçları elde edilmiştir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmada ele alınan yalnızlık, kendini sevme ve kendini affetme değişkenlerinin birbiri üzerinde dolaylı ve doğrudan etkileri olduğu görülmüştür. Literatür incelemesi sonucu ilgili değişkenler arasında benzer bulgular elde edildiği görülmüştür. Yalnızlık ve Affetme değişkenleri arasında Neto & Mullet (2004), Day & Maltby (2005), Breen vd. (2010) negatif etki bulmuşlardır. Yalnızlık ve Benlik Saygısı değişkenleri arasında Odacı (1994), Tritt & Duncan (1997), Koçak (2008), Güloğlu & Kararımak (2010) negatif etki bulmuşlardır. Affetme ve Benlik Saygısı değişkenleri arasında Enright (1996), Maltby vd. (2001), Eaton vd. (2006), Strelan (2007) pozitif etki bulmuşlardır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçların literatürdeki sonuçlar ile uyumlu olduğu elde edilmiştir.

Kişinin yalnız olması, dışlanmış hissetmesi, iletişim kuramaması ya da mevcut durumu çarpıtarak yalnızlaşması özellikle bireyin toplumsal ilişkiler kurarken yarattığı problemler göz önüne alındığında önemi hissedilmektedir. Benzer şekilde kişinin kendini sevmesi değer vermesi kişinin tatmin edici bir yaşam sürdürmesini sağlarken affetme gibi olumlu duygular geliştirmesi sağlıklı ilişkiler içinde bireyin fiziksel anlamda da sağlıklı bir kişi olması açısından önemli olabilmektedir. Bu çalışmanın sonucunda göre, kişinin kendisini affedebilmesinin kendini sevmesinde etkili olduğu, kendini sevmenin yalnızlık hissinde etkili olduğu ve yalnızlık hissini de kendini affetmede etkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Bilgilendirme

Bu çalışmanın ilk versiyonu 16. Uluslararası Ekonometri, Yöneylem Araştırması ve İstatistik Sempozyumunda sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

KAYNAKLAR

- Asher, S. R., Parkhurst, J. T., Hymel, S., & Williams, G. A. (1990), "Peer rejection and loneliness in childhood" In S. R. Asher, & J. D. Coie (Eds.), *Peer rejection in childhood*, New York: Cambridge University Press, s. 253–273
- Bayram, N. (2010), *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş AMOS Uygulamaları*, Ezgi Kitabevi.
- Booth, R., Bartlett, D., & Bohnsack, J. (1992), "An examination of the relationship between happiness, loneliness, and shyness in college students", *Journal of College Student Development*, 33, s. 157-162.
- Bugay A., Demir A. (2011), "Hataya İlişkin Özelliklerin Başkalarını Affetmeyi Yordaması", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35), s. 8-17
- Bugay A., Demir A. (2012), "Affetme Arttırılabilir mi?: Affetmeye Geliştirme Grubu", *Türk Psikoloji Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (37), s. 96-106.

- Byrne, B. M. (2001), *Structural Equation Modeling with AMOS*, London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Demir A. (1989), “UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması”, *Psikoloji Dergisi*, 7(23) s. 14-18.
- Demir A. (1990), “Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, *Hacettepe Üniversitesi SBE*. s. 38-46.
- Erözkan A., (2009), “Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcıları”, *İlköğretim Online*, 8(3), 809-819, 2009.
- Güloğlu B., Kararımak Ö. (2010), “Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık”, *Ege Eğitim Dergisi*, (11),2 s.73-88.
- Hoyle, R. H. (1995), The structural equation modeling approach: Basic concepts and fundamental issues. In Hoyle, R. H., editor, *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*, pages 1-15. Sage Publications.
- Karahan T.F., Sardoğan M.E., Şar A.H., Ersanlı E., Kaya S.N., Kumcağız H. (2004), “Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkiler”, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, s.27-39.
- Peplau, Perlman (1982), *Perspectives on Loneliness in Peplau and Perlman Loneliness A Source Book of Current Theory*, New York: Wiley-Interscience
- Peplau, Perlman (1984), Loneliness Research: A Survey of Empirical Findings, Chapter 2, In L. A. Peplau & S. Goldston (Eds.), *Preventing the harmful consequences of severe and loneliness* (pp. 13-46). U.S. Government Printing Office, 1984. DDH Publication No. (ADM) 84-1312.
- Rosenberg M. (1965), *Society and The Adolescent Self Image*, Princeton University Press, 30-31.
- Steiger, J. H. (1990), “Structural model evaluation and modification: An interval estimation approach”, *Multivariate Behavioral Research*, 25(2):173-180.
- Thompson L.Y., Snyder C.R., Hoffman L. vd., (2005), “Dispositional Forgiveness of Self”, *Others and Situations, Journal of Personality*, 73:2