



Ergenlerde Empatik Eğilimin Yordayıcıları Olarak Yalnızlık ve Duygusal Özerklik¹

An Examination of Loneliness And Emotional Autonomy as the Predictor of Empathic Tendency among Adolescents

Mehmet Engin Deniz, Yıldız Teknik Üniversitesi Eğitim Fakültesi, edeniz@yildiz.edu.tr
ORCID:0000-0002-7930-3121

Abdullah Ensar Uzun, Başakşehir İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, [aensaruzun @msn.com](mailto:aensaruzun@msn.com)
ORCID:0000-0001-7809-4789

Öz. Bu araştırmanın amacı, ergenlerde empatik eğilimin yordayıcısı olarak yalnızlık ve duygusal özerklik durumlarının incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Başakşehir İlçesinde bulunan farklı türde liselere devam eden 277 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya 150 kız öğrenci; 127 erkek öğrenci katılmıştır. Araştırmanın verileri "UCLA Yalnızlık Ölçeği", "Duygusal Özerklik Ölçeği" ve "Empatik Eğilim Ölçeği" ile toplanmıştır. Araştırmanın sonucuna göre ergenlerin yalnızlıkları ile empatik eğilim düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerin yalnızlık düzeyi arttıkça empatik eğilim düzeyleri azalmakta; ergenlerin empatik eğilimleri arttığında ise yalnızlık düzeyi azalmaktadır. Bu bağlamda yalnızlık, empatik eğilimin anlamlı bir yordayıcısıdır. Ergenlerin duygusal özerk olma durumu ile empatik eğilim düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Ergenlerin duygusal özerklik düzeyi arttıkça empatik eğilimleri artmakta; ergenlerin empatik eğilimleri azaldığında ise duygusal özerkliği azalmaktadır. Bu bağlamda duygusal özerklik, empatik eğilimin anlamlı bir yordayıcısıdır.

Anahtar Sözcükler: Ergenler, yalnızlık, duygusal özerklik, empatik eğilim

Abstract. The main purpose of this study is to examine loneliness and emotional autonomy as predictors of empathic tendency in adolescents. The sample of the study consists of students, who are studying 9th, 10th and 11th grades of different high schools existing in city center of Başakşehir in İstanbul at 2017-2018 school year. Totally 277 students (150 female, 127 male) participate in this study. The relational survey method was used in this study. The data were collected through UCLA Loneliness Scale, Emotional Autonomy Scale and Empathic Tendency Scale. According to the results of the research, there is a significant negative correlation between the loneliness of the adolescents and the empathic tendency levels. In this context, loneliness is a significant predictor of empathic tendency. There is a significant positive relationship between emotional autonomy and empathic tendency levels of adolescents. In this context, emotional autonomy is a significant predictor of empathic tendency.

Keywords: Adolescents, loneliness, emotional autonomy, empathic tendency

SUMMARY

Introduction

Schools are important educational institutions where there are many students with different characteristics. In these educational institutions, various problems are faced in the education process. These problems are psychological, social or economic etc. it can be very diverse.

One of the problems encountered in school is that adolescents are alone. According to Parkhurst and Williams (1998), loneliness is "a feeling of unacceptance, disloyalty, to feel

¹ Bu çalışma 08.05.2018 tarihinde "GLOBETS 2018 Kongresi'nde" sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

unfamiliar with what is happening around them, to the absence of past attachment figures, personal information and experiences to share one's life, and to be left alone and not have a chance to make another choice "(Oruç, 2013). According to Weiss (1977), loneliness can occur in two forms, emotional and social loneliness. Emotional loneliness; "The feeling of anxiety and emptiness arising from the absence of a person's close attachment to another person. Social loneliness is accompanied by depression and distress resulting from the absence of a social network, including social relations. "(Kılınç, 2005)

Duck (1986) notes that loneliness is important in adolescence. According to the adolescents, loneliness is not about the number of persons but about the existence of a friend who is in accordance with his own characteristics and criteria. In this context, adolescents live their loneliness more generally than adults. Adolescents feel more loneliness when they stand alone (Akt: Erözkan, 2009). Therefore, loneliness in adolescents is thought to be an important issue that needs to be investigated (Eskin, 2000).

One of the tasks that must be fulfilled in order to be a healthy individual is autonomy. For most adolescents, the sense of autonomy is as important as identity development (Noom, Dekovic and Meeus, 2001, Akt: Deniz and Bakioğlu, 2017).

Autonomy is seen as a development process in which family relations continue, but at the same time one's own decisions are taken and can be self-motivated "(Collins, Gleason and Sesma, 1997, Özdemir ve Çok, 2011). Steinberg (2007) states that there are three types of autonomy, emotional, behavioral and value autonomy. The emotional autonomy dimension is discussed in this study. Emotional autonomy; "Is to acknowledge that the individual is responsible for his personal decisions and values. Thus, maturation, realistic assessment and balanced parental perceptions are emerging (Lamborn and Steinberg, 1993; Akt: Steel, 2015). According to Zimmer-Gembeck (2001), it is very important for emotional autonomy to develop for a healthy psychological development and self-perception in adolescents.

Another issue covered in the survey is empathetic. Budak (2009) defines empathy as "understanding and understanding people's emotions and thoughts". Dökmen (1994) defined empathy as empathic tendency (EE) and empathic skill (EB). Empathic skill refers to the "individual's ability to empathize". The empathic tendency "constitutes the empathic emotional dimension and shows the potential of the individual to empathize". (Akt: Mete ve Gerçek, 2005).

The aim of this research is to examine the situations of loneliness and emotional autonomy as a predictor of empathic tendencies in adolescents. Especially for adolescents who have a critical prescription in terms of the need for adult identification and recognition as an individual in society, it is important to determine emotional autonomy and loneliness situations and to predict the levels of empathic tendencies. Accordingly, it is considered that the implementation of the necessary measures and interventions will benefit and this study will contribute to the relevant literature.

Method

The screening model was used in this study. The screening model is a descriptive research method that allows the reflection of the past and present as if it exists as an existing situation, and which evaluates the research subject within his or her own circumstances " (Karasar, 2004).

The sample of the research consists of 277 students who attended different kind of high school in Basaksehir / Istanbul in the academic year of 2017-2018. 150 female students studying; 127 male students participated.

The data were collected through UCLA Loneliness Scale, Emotional Autonomy Scale and Empathic Tendency Scale. The UCLA loneliness scale was developed by Russel, Peplau and Ferguson (1978), then reviewed by Russel, Peplau and Cutrona (1980), and the scale adjustment work was done by Demir (1989). The Emotional Autonomy Scale was developed by Steinberg and Silverberg (1986) and translated into Turkish by Deniz (2010). The Empathic Tendency Scale was developed by Dökmen (1988).

Results

According to the results of the research, there is a significant negative correlation between the loneliness of the adolescents and the empathic tendency levels. Therefore, as the level of loneliness of adolescents increases, empathic tendency levels decrease; as the level of loneliness decreases, empathic tendencies of the adolescents increase. In this context, loneliness is a significant predictor of empathic tendency. There is a significant positive relationship between emotional autonomy and empathic tendency levels of adolescents. As emotional autonomy of the adolescents increases, their empathic tendency increases; as the level of emotional autonomy declines, empathic tendencies of adolescents decrease. In this context, emotional autonomy is a significant predictor of empathic tendency.

Discussion and Conclusion

According to the results of the research, there is a significant negative correlation between the loneliness of the adolescents and the empathic tendency levels. Loneliness is a significant predictor of empathic tendency. There is a significant positive relationship between emotional autonomy and empathic tendency levels of adolescents. In this context, emotional autonomy is a significant predictor of empathic tendency.

This study also includes some limitations. The study consists of students from different types of high school located in Istanbul-Başakşehir. Subsequent studies can be performed by creating different and larger sample groups. Psychoeducation programs which increase emotional autonomy and empathic tendency can be prepared and applied within the scope of psychological counseling services in the direction of findings.

GİRİŞ

Okullar farklı özelliklere sahip birçok öğrenciyi ağırlayan önemli eğitim kurumlarıdır. Eğitim-öğretim sürecinde bu kurumlarda, çeşitli sorunlarla karşı karşıya kalınmaktadır. Bu sorunlar, ruhsal, sosyal veya ekonomik vb. çok çeşitli olabilmektedir.

Okullarda karşılaşılan sorunlarda birisi de ergenlerin yalnız olmasıdır. "Yalnızlık, bireyin sosyal ilişkilerinin beklediği gibi gitmediği algısıdır. Evrenseldir ve insanın ait olma duygusunun sonucudur (Heinrich ve Gullone,2006; Akt: Karaoğlu ve Ark., 2009). Asher, Parkhurst ve Williams' a (1998) göre yalnızlık, etrafındakiler tarafından kabul görmeme, seilmeme duygularına; etrafında olup bitenlere yabancı hissetmeye, geçmişte sahip olunan bağlanma figürlerinin yokluğuna, kişisel ilgiler ve yaşantıların paylaşılacak birinin ve yalnız kalarak başka bir seçim yapma şansının olmamasına yol açabilen bir durumdur (Oruç, 2013). Başka bir tanımda yalnızlık, iletişim kurulmadığı için, bireyde yaşanan yanlış anlaşılmalardan dolayı kaygı hissetmesi ve uzaklaşmasıdır (Yalom, 1999; Yılmaz ve Altınok, 2009). Weiss' a (1977) göre yalnızlık, duygusal ve sosyal yalnızlık olarak iki türde gerçekleşebilir. Duygusal yalnızlık; kişinin başka bir insana yakın bir bağlılığın olmamasından kaynaklanan, kaygı ve boşluk duygularının görüldüğü durumdur. Sosyal yalnızlık ise, sosyal ilişkileri kapsayan, sosyal ağın var olmamasından kaynaklanan, depresyon ve sıkıntı ile birlikte görülür (Kılınç, 2005).

Duck (1986) yalnızlık duygusunun ergenlikte önem kazandığını, ergenlerin yalnızlık kavramlarının yanındaki kişi sayısının çok olmasından değil, kendi özellik ve kriterlerine uygun arkadaşının olup olmamasıyla ilgili olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda ergenler, bu tür yalnızlık duygularını yetişkinlerden daha genel olarak yaşarlar. Ergenler, tek başlarına kaldıklarında yetişkinlerden daha fazla yalnızlık duyguları hissetmektedirler (Akt: Erözkan, 2009). Rubin, LeMare ve Lollis (1998) ergenlik döneminde yalnızlık duygularına etki eden faktörler olarak "yeni bir ev ya da okul ortamına taşınma, bir arkadaşından uzaklaşma, sahip olunan bir nesnenin/ evde beslenen bir hayvanın kaybolması, ebeveynlerinin boşanma yaşantısı ya da önemli birinin ya da bakımını üstlendiği hayvanın ölmesi, yakın arkadaşlarının reddedilme, nasıl arkadaş edinebileceğine ilişkin yetersiz bilgiler ve sosyal becerilerde eksiklik ya da sahip olunan kişisel özellikler" vb. olduğunu vurgulamıştır (Erözkan, 2004).

Ergenlik döneminde birey, yetişkin dönem öncesi birey olduğunun farkına varma, bir takım sorumluluk ve rollerinin olduğu yeni ve karmaşık bir döneme girme sürecindedir. Böylesi önemli bir dönemde genç, arkadaşlık ilişkileri kuramazsa, yalnızlık ve umutsuzluk duyguları yaşayabilir (Demir, 1990; Akt: Köse,2009). Dolayısıyla ergenlerde yalnızlık konusu, araştırılması gereken önemli bir konu olduğu düşünülmektedir (Eskin, 2000).

Ergenlerin sağlıklı bir birey olabilmesi için gelişim görevlerinden birisi de özerkliktir. Çoğu ergen için özerklik duygusu, kimlik gelişimi kadar önemlidir (Noom, Dekovic ve Meeus, 2001; Akt: Deniz ve Bakioğlu, 2017). Özerklik, “aileyle ilişkilerin sürdüğü ancak aynı zamanda da kişinin kendi kararlarını aldığı, kendi kendini güdüleyebildiği bir gelişim süreci olarak görülmektedir” (Collins, Gleason ve Sesma, 1997; Çok ve Özdemir, 2011). Steinberg (2007) duygusal, davranışsal ve değer özerklikleri olmak üzere üç çeşit özerklik olduğunu belirtmektedir. Bu çalışmada duygusal özerklik boyutu ele alınmıştır Duygusal özerklik; “kişisel kararlar, değerler ve duygusal kararlılık açısından sorumluluğun bireyin kendisinde olduğunu kabul etmesiyle birlikte olgunlaşma, gerçekçi değerlendirme ve ebeveyne yönelik dengelenmiş algılar” anlamına gelmektedir (Lamborn ve Steinberg, 1993; Akt: Çelik, 2015). Başka bir tanımda, duygusal özerklik; aileden bağımsızlaşma ve bireyleşme olarak ifade edilir (Steinberg ve Silverberg, 1986; Akt: Özdemir ve Çok, 2011). Noom ve Ark.’ na (2001) göre, duygusal özerklik, ergenlerin çevreye göre değil, kendi istekleri doğrultusunda karar alma, kendilerine güven duyma anlamına gelmektedir (Akt: Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Zimmer-Gembeck’ a (2001) göre, ergenlerde sağlıklı bir ruhsal gelişim ve benlik algısı için duygusal özerkliğin gelişmesi oldukça önemlidir.

Araştırmada ele alınan diğer bir konu, empatidir. Empati, bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak, onun fenomenolojik dünyasına girerek, olaylara onun bakış açısıyla bakması, o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi sürecidir (Rogers,1983; Akt: Gökler, 2009). Benzer şekilde Budak (2009), kendini karşıdakinin yerine koyma, onun fikirlerini ve hislerinin temsili olarak yaşama, mutluluklarını ve acılarını paylaşma ve benzeri haller olarak tanımlamıştır.

Dökmen (1994) empatiyi, empatik eğilim (EE) ve empatik beceri (EB) olmak üzere iki yönüyle tanımlamıştır. Empatik beceri, “bireyin empati kurabilme durumunu” ifade etmektedir. Empatik eğilim ise “empatinin duygusal boyutunu oluşturmada ve bireyin empati yapma potansiyelini” göstermektedir (Akt: Gerçek ve Mete, 2005). Smith’ e (2006) göre empatik eğilim; bilişsel empati ve duygusal empati olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Bilişsel empati, olayları farklı bakış açısına göre değerlendirme; duygusal empati ise, bireyin yaşadığı duyguyu hissedebilme ve uygun reaksiyon gösterme anlamına gelmektedir (Büyükbeci, 2017). Kaya ve Siyez’a (2010) göre, empati becerisinin yüksek olması kişilerarası ilişkilerin sağlam ve uyumlu olmasını sağlarken, empati becerisinin düşük olması durumunda çatışmaların yaşanabileceği, iletişimsizliğin meydana gelebileceğini belirtmektedir. Ersoy ve Köşger (2016) de olumlu iletişimin kurulabilmesi için empati becerisinin ön şart olduğunu vurgulamaktadır.

Çalışmada yer alan değişkenlerle ilgili yapılmış çalışmalar incelendiğinde, yalnızlık ile empati arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalar görülmektedir. Büyükbeci (2017) yalnızlık algısının empatik eğilimi negatif yönde ve anlamlı olarak yordadığını bulgulamıştır. Brewe ve Kerlake (2015) de araştırmasında, ergenlerde empati düzeyinin yalnızlık ve benlik saygısı ile yakından ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Jiao ve Wang (2015) ergenlerde empati ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu ve yalnızlığın ahlaki kimlik gelişimi üzerindeki etkisinde empatik eğilimin güçlü bir aracılık rolü oynadığı bulgusuna ulaşmışlardır. Mc Whirter, Basett-Alesch, Gat ve Haribata (2002) da yalnızlık, empati ve benlik arasındaki ilişkiyi incelemiş, yalnızlık ile benlik saygısının arasında negatif korelasyon olduğunu, empati ile yalnızlık arasında anlamlı fark olmadığını bulgulamışlardır.

İlgili literatür incelendiğinde, duygusal özerklik ile çalışmada yer alan diğer değişkenlerle ilişkisini inceleyen çalışmaya rastlanmamakla birlikte genellikle duygusal özerklik ile akran baskısı, özgüven, okul başarısı, psikolojik sıkıntı, ebeveynlik stilleri, ebeveyn-çocuk iletişim kalıpları, depresyon semptomları, kimlik statüleri, öznel iyi oluş, yaşam doyumu, iletişim, benlik saygısı, sır saklama, intihar davranışı ve sosyal destek düzeyi gibi değişkenlerin ilişkisini inceleyen çalışmalara rastlanmıştır (Aydın, 2015).

Bu araştırmanın amacı, ergenlerde empatik eğilimin yordayıcısı olarak yalnızlık ve duygusal özerklik durumlarının incelenmesidir. Araştırma sonucunda elde edilen bilgilerin, özellikle yetişkin kimliği kazanma ve toplum içinde bir birey olarak kabul edilme ihtiyacı açısından kritik bir öneme sahip olan ergenlik dönemindeki gençler için; duygusal özerklik ve yalnızlık durumlarının belirlenmesi ve empatik eğilim düzeylerini ne de ölçüde yordadığının ortaya çıkarılması; bunun doğrultusunda gerekli önlem ve müdahalelerin uygulanmasının fayda sağlayacağı ve ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Çalışma Deseni

Bu araştırma, yalnızlık ve duygusal özerklik değişkenlerinin ergenlerde empatik eğilimi ne ölçüde yordadıkları ve adı geçen değişkenler arasındaki ilişkilerin incelendiği tarama modelinin kullanıldığı bir araştırmadır. Tarama modeli geçmişte ve günümüzde var olan bir durumun olduğu gibi yansıtılmasını sağlayan ve araştırma konusu olan bireyin kendi koşulları içerisinde değerlendiren betimsel bir araştırma yöntemidir (Karasar, 2004).

Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemini, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Başakşehir İlçesinde bulunan farklı türde liselere devam eden 277 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya 150 kız öğrenci (%54.16) ve 127 (%45.84) erkek öğrenci katılmıştır. Öğrenciler 9. 10. 11. Ve 12. sınıf düzeyinden seçilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın bu bölümünde araştırma kapsamında kullanılan ölçme araçları ile ilgili bilgiler sunulmaktadır.

Duygusal Özerklik Ölçeği

Steinberg ve Silverberg (1986) tarafından geliştirilen Duygusal Özerklik Ölçeği (Emotional Autonomy Scale) Çok, Deniz ve Duyan (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek uyarlama çalışması ölçek yazarından alınan izinler doğrultusunda altı alan uzmanı tarafından Türkçeye çevirisi yapılmıştır. İki alan uzmanı tarafından geri çevirisi yapılan ölçek, ölçek yazarının bilgilendirilmesi ve uzman önerilerinin de dikkate alınması sonucunda ölçek formu oluşturulmuştur. Verilerin toplanmasından sonra, güvenilirlik çalışması kapsamında ölçek Cronbach toplamı için alfa iç tutarlılık kat sayısı .79, idealleştirmeme alt ölçeği için .71, bağımsızlık alt ölçeği için .64 ve bireyleşme alt ölçeği için .67 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliğinin test edilebilmesi amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçek yapısının doğrulandığı görülmüştür. Ana babayı birey olarak görme alt ölçeği önceki çalışmalarda duygusal özerkliğe katkısının az olması ve madde toplam korelasyonlarının istenen düzeyde olmamasından dolayı faktör analizi kapsamına alınmamıştır. Üç faktörlü yapı doğrulayıcı faktör analizinde doğrulanmıştır ve madde uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür. Uyarlanmış olan ölçekte üç alt ölçek bulunmaktadır (Deniz, 2010).

UCLA Yalnızlık Ölçeği

Bireylerin yalnızlık düzeylerini belirlemek amacıyla Russel, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilmiş olan "UCLA Yalnızlık Ölçeği" (University of California Los Angeles Loneliness Scale) Demir (1989) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki maddelerden 10 tanesi düz, 10 tanesi ters kodlanmaktadır. Ölçek maddelerinde bahsi geçen durumu bireylerin ne sıklıkla yaşadıklarını belirtmelerini isteyen

ölçek 4'lü Likert tipindedir. Ölçekte, olumlu ifadeli maddelerde "hiç yaşamam" 4, "nadiren yaşarım" 3, "bazen yaşarım" 2, "sık sık yaşarım" 1 puan olarak değerlendirilirken; olumsuz ifadeli maddelerde "hiç yaşamam" 1, "nadiren yaşarım" 2, "bazen yaşarım" 3, "sık sık yaşarım" 4 puan verilerek puanlama yapılmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan 20-80 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puan arttıkça yalnızlık düzeyinin arttığı değerlendirilmektedir (Demir, 1989).

Empatik Eğilim Ölçeği

Dökmen (1988) tarafından geliştirilen Empatik Eğilim Ölçeği kişilerin günlük yaşamında empati kurma eğilimlerini ölçmektir. Likert türü bir ölçek olarak hazırlanan ve 20 maddeden oluşan ölçeğin maddelerinin yaklaşık yarısı, bireylerin sürekli evet deme eğilimlerini önlemek için negatif yazılmıştır. Empatik Eğilim Ölçeği, Dökmen (1988) tarafından 70 kişilik bir öğrenci grubuna üç hafta arayla iki defa uygulanmış, bu iki uygulamadan elde edilen testin tekrarı güvenirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Testi yarılama yöntemiyle öğrencilerin ölçeğin tek ve çift maddelerinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyon katsayısı ise .81'dir. Geçerlik çalışması için Empatik Eğilim Ölçeği ve Edwards Kişilik Tercih Envanteri'nin "Duyguları Anlama" bölümü arasındaki ilişkiye bakılmış ve .68 düzeyinde bir korelasyon bulunmuştur (Dökmen,1988).

BULGULAR

Betimsel İstatistikler

Bu araştırmanın değişkenlerini oluşturan Duygusal Özerklik, Yalnızlık ve Empatik Eğilime ait betimsel istatistikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Değişkenlere ait betimsel istatistikler

Değişkenler	\bar{x}	SS
Duygusal Özerklik	2.52	.34
UCLA Yalnızlık	50.79	5.81
Empatik Eğilim	3.36	.43

Tablo 1'de görüldüğü üzere araştırmaya katılan ergenlerin Duygusal Özerklik Ölçeğinden aldıkları puanların $\bar{x} = 2.52$. $SS = ,34$; UCLA Yalnızlık Ölçeğinden aldıkları puanların $\bar{x} = 50.79$, $SS = 5.81$; Empatik Eğilim Ölçeğinden aldıkları puanların $\bar{x} = 3.36$, $SS = .43$ olduğu görülmektedir.

Empatik Eğilim ve Yordayıcı Değişkenlere İlişkin Kolerasyon Analizi Sonuçları

Bu araştırmanın değişkenlerini oluşturan empatik eğilim ile duygusal özerklik ve yalnızlık arasındaki ilişkiye ait istatistikler Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Empatik eğilim ve yordayıcı değişkenlere ilişkin kolerasyon sonuçları

			Duygusal özerklik	Empatik eğilim
Empatik eğilim	R	-.211	.217	1
	P	.000	.000	.
	N	277	277	277

Tablo 2'de görüldüğü gibi örneklem grubunu oluşturan bireylerin Empatik Eğilim Ölçeği'nden aldıkları puanlar ile Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan Pearson analizi sonucunda değişkenler arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur ($r = -.211$; $p < .001$). Buna göre empatik eğilim düzeyi

arttıkça yalnızlık düzeyinin düştüğü görülmektedir. Benzer şekilde veri analizleri sonucunda bireylerin empatik eğilim düzeyleri ve duygusal özerklik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=.217$; $p<.001$). Buna göre empatik eğilim düzeyi arttıkça duygusal özerklik düzeyinin de arttığı görülmektedir.

Duygusal Özerklik ile Yalnızlık ve Empatik Eğilim Arasındaki İlişkiye Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bu araştırmada, duygusal özerklik ile Yalnızlık ve Empatik Eğilim arasındaki ilişkiler çoklu regresyon analizi tekniği ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, duygusal özerklik ve yalnızlık, empatik eğilimi anlamlı bir şekilde açıklamaktadır ($R = ,302$; $R^2= 0.91$; $F = 13,691$, $p< 0.01$). Analiz sonuçları Tablo 3'de yer almaktadır.

Tablo 3. *Duygusal özerklik ve yalnızlığın empatik eğilin üzerindeki yordayıcı etkisi*

<i>Değişkenler</i>	<i>B</i>	<i>Std. Hata</i>	<i>Beta</i>	<i>T</i>	<i>P</i>
Sabit	3.455	.292		11.834	.000
Duygusal Özerklik	.272	.073	.215	3.716	.000
Yalnızlık	-.015	.004	-.204	-3.53	.000

Tablo 3.'de görüldüğü üzere empatik eğilimi, duygusal özerklik ve yalnızlık ile açıklanmasına ilişkin değerler yer almaktadır. Bu sonuçlara göre, duygusal özerkliğin, empatik eğilim ile ilişkisi bulunmaktadır ($\beta = .215$; $t = 3.716$; $p < 0.01$). Ergenlerde duygusal özerklik arttıkça, ergenlerin empatik eğilim düzeyi artmaktadır. Empatik eğilim ile ilişkili olan bir diğer değişken yalnızlıktır ($\beta = -.204$; $t = -3.53$; $p < 0.01$). Yalnızlık düzeyi arttıkça, ergenlerde empatik eğilim azalmaktadır.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın amaçları çerçevesinde elde edilen bulgular tartışılmaktadır. Bu araştırma, ergenlerde empatik eğilimin yordayıcısı olarak yalnızlık ve duygusal özerklik durumlarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Bu araştırmanın bulguları dikkate alındığında, ergenlerin yalnızlıkları ile empatik eğilim düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Dolayısıyla ergenlerin yalnızlık düzeyi arttıkça empatik eğilim düzeyleri azalmakta; ergenlerin empatik eğilimleri arttığında ise yalnızlık düzeyi azalmaktadır. Bu bağlamda yalnızlık, empatik eğilimin anlamlı bir yordayıcısıdır. Elde edilen bu bulgu, benzer çalışmalar ile benzerlik göstermektedir (Pamukçu ve Meydan, 2010; Çivitçi ve Çivitçi, 2009; Büyükcebeci, 2017; Brewe ve Kerslake, 2015; Jiao ve Wang, 2015).

Bu çalışmadan elde edilen başka bir bulgu ise ergenlerin duygusal özerk olma durumu ile empatik eğilim düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunmasıdır. Dolayısıyla ergenlerin duygusal özerklik düzeyi arttıkça empatik eğilimleri artmakta; ergenlerin empatik eğilimleri azaldığında ise duygusal özerkliği azalmaktadır. Bu bağlamda duygusal özerklik, empatik eğilimin anlamlı bir yordayıcısıdır. İlgili literatür incelendiğinde, ergenlerde empatik eğilim ve duygusal özerklik ile ilgili bir çalışmaya rastlanmamıştır. Özellikle duygusal özerklik konusunda yeterli çalışma bulunmadığı için, konunun daha iyi anlaşılması adına yeni çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ancak empati ile ilgili yapılan çalışmalarda, bireyin başkalarına empati duymasının mutluluk, yaşam doyumu ve olumlu duygulanımı arttırdığı belirlenmiştir (Wei, Liao, Ku ve ark., 2011). Shenafelt ve Ark. (2005) empatinin iyi oluş ile ilişkisini ortaya koymuştur. Thomas ve Ark. (2007) de empatik eğilimle birlikte bireyin psikolojik iyi oluş düzeyinin arttığını belirlemiştir. Bu bilgilerden hareketle, duygusal özerklik ve iyi oluş ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, ergenlerin öznel iyi oluş ile duygusal özerklik arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki görülmüştür (Güney, 2017). Özer'in (2009) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin yüksekliğinin özerklik düzeylerinin yüksekliği ile

ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Ancak literatürde duygusal özerkliğin, iyi oluşu olumsuz etkilediğine yönelik de çalışma mevcuttur. Lamborn ve Steinberg' in (1993) yaptığı çalışmada duygusal özerklik puanları yüksek olan ergenlerin, düşük olanlara göre daha fazla davranış ve stres yaşadıklarını gösterdiği bulunmuştur (Akt., Morsünbül, 2011). Literatürde yer alan çalışmaların farklı olmasının kaynağı, ergenlerin içinde bulunduğu karmaşık dönemin getirdiği gelişimsel özelliklerden, yaşanan duygusal değişikliklerden kaynaklandığı söylenebilir.

Bu çalışma ayrıca bazı sınırlılıkları da içermektedir. Araştırma İstanbul-Başakşehir ilçesinde bulunan farklı türde liselere devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Bundan sonra yapılacak çalışmalar, farklı ve daha geniş örneklem grubu oluşturularak uygulanabilir. Elde edilen bulgular doğrultusunda psikolojik danışma hizmetleri kapsamında duygusal özerkliği ve empatik eğilimi artıracak psikoeğitim programları hazırlanıp uygulanabilir.

KAYNAKÇA

- Aydın (2015). Ders Dışı Sportif Etkinliklere Katılan Ve Katılmayan Öğrencilerin Duygusal Özerkliklerinin İncelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı. Trabzon.
- Brewer, G., & Kerlake, J. (2015). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in human behavior*, 48, 255-260.
- Budak, S. (2000), *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara.
- Büyükcebeci, A., & Deniz, M. (2017). Ergenlerde Sosyal Dışlanma, Yalnızlık ve Okul Öznel İyi Oluş: Empatik Eğilimin Aracılık Rolü. *International Online Journal of Educational Sciences*, 9(3).
- Çivitci, N., & Çivitci, A. (2009). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between loneliness and life satisfaction in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47(8), 954-958.
- Çimen, S. (2017). *Duygusal özerklik kazanımında benlik saygısı ve karar verme stillerinin etkilerinin belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Deniz, M., Çok, F., & Duyan, V. (2013). Duygusal özerklik ölçeği'nin ergenler için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *Eğitim ve Bilim*, 38(167).
- Deniz, M., & Bakioğlu, F. (2017). Ergenlerde Sır Saklamanın Duygusal Özerklik, Ahlaki Olgunluk, Yalnızlık, Utangaçlık ve Sosyal Destek açısından İncelenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(3), 1118-1133.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Turkish Journal of Psychology*, 7(24), 4-18.
- Duyan, V., Duyan, G. Ç., Çifti, E. G., Sevin, Ç., Erbay, E., & İkizoğlu, M. (2010). Liselerde okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150).
- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *A.Ü. EBF Dergisi*, 21(1-2), 155-190.
- Ersoy, E., & Köşger, F. (2016). Empati: Tanımı ve önemi. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 38, 1-7.
- Erözkan, A. (2009). The predictors of loneliness in adolescents. *Elementary Education Online*, 8(3), 809-819.
- Erözkan, A. (2004). Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri Ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2).
- Eskin, M. (2001). Ergenlikte yalnızlık, baş etme yöntemleri ve yalnızlığın intihar davranışı ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(5), 5-11.
- Gökler, R. (2009). Empatik Eğilim ölçeğinin ilköğretim sekizinci sınıflar için uyarlanması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 19(19).
- Jiao, J. J., & Wang, J. (2015). Loneliness and moral identity. *AP-Asia-Pacific Advances in Consumer Research*, 11, 161-162
- Karaoğlu, N., Aşaroğlu, S., & Deniz, M. E. (2009). Yalnız Mısın? Selçuk Üniversitesi Öğrencilerinde Yalnızlık Düzeyi İle İlgili Bir Çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26.
- Kaya, A., & Siyez, D. M. (2010). KA-Sİ çocuk ve ergenler için empatik eğilim ölçeği: Geliştirilmesi geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(156).
- Kılınç, H. (2005). Ergenlerin yalnızlık düzeyleri ve kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*.
- Köse, E. (2009). *Yurtta kalan ve ailesiyle birlikte yaşayan lise öğrencilerinin yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi* (Doctoral dissertation, DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü).

- Lamborn, S. D. and Steinberg, L. (1993). Emotional Autonomy Redux: Revisiting Ryan and Lynch. *Child Development*, 64, 483-499.
- Mcwhirter, B., Besett-Alesch, T., Horibata, J., & Gat, I. (2002). Loneliness in high risk adolescents, the role of coping, self-esteem and empathy. *Journal of Youth Studies*, 5(1), 69-84.
- Morsünbül, Ü. (2011). Ergenlikte özerkliğin ve kimlik biçimlenmesinin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Mete, S., & Gerçek, E. (2005). PDÖ yöntemiyle eğitim gören hemşirelik öğrencilerinin empatik eğilim ve becerilerinin incelenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9(2), 11-17.
- Oruç, T. (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi* (Doctoral dissertation, DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Özer, G. (2009). Öz-Belirleme Kuramı Çerçevesinde İhtiyaç Doyumu, İçsel Güdülenme ve Bağlanma Stilllerinin Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarına Etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.*
- Özdemir, Y., & Çok, F. (2011). Ergenlikte özerklik gelişimi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 152-162.
- Pamukçu, B., & Meydan, B. (2010). The role of empathic tendency and perceived social support in predicting loneliness levels of college students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 905-909.
- Shanafelt, T.D., West, C., Zhao, X., Novotny, P., Kolars, J., Habermann, T., et al. (2005). Relationship between increased personal well-being and enhanced empathy among internal medicine residents. *Journal of General Internal Medicine*, 20, 559-564.
- Thomas, M.R., Dyrre, L.N., Huntington, J.L., Lawson, K.L., Novotny, P.J., Sloan, J.A. et al. (2007). How do distress and well-being relate to medical student empathy? A multicenter study. *Journal of General Internal Medicine*, 22, 177- 183.
- Wei, M., Liao, K. Y. H., Ku, T. Y., & Shaffer, P. A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of personality*, 79(1), 191-221.
- Yılmaz, E., & Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 15(3), 451-470.