T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE AKRAN KISKANÇLIĞI: BİR KARMA YÖNTEM ÇALIŞMASI

Sinan OKUR

(Doktora Tezi)

İstanbul, 2023

T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE AKRAN KISKANÇLIĞI: BİR KARMA YÖNTEM ÇALIŞMASI

PEER JEALOUSY AMONG UNIVERSITY STUDENTS: A MIXED METHOD STUDY

Sinan OKUR
(Doktora Tezi)

Danışman
Doç. Dr. Durmuş ÜMMET

İstanbul, 2023

Tüm kullanım hakları

M.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü'ne aittir.

© 2023

ONAY

Sinan OKUR tarafından hazırlanan "*Üniversite Öğrencilerinde Akran Kıskançlığı: Bir Karma Yöntem Çalışması*" konulu bu çalışma 18/07/2023 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda aşağıda isimleri yer alan jüri üyeleri tarafından başarılı bulunmuş ve doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

	ADI SOYADI	**İMZA**
Üye (Tez Danışmanı)	**:** Doç. Dr. Durmuş ÜMMET	……
Üye	**:** Prof. Dr. Halil EKŞİ	……
Üye	**:** Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ	……
Üye	**:** Prof. Dr. Müge YÜKSEL	……
Üye	**:** Doç. Dr. Ümüt ARSLAN	……

ÖZGEÇMİŞ

EĞİTİM

2013 – 2014	Kafkas Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Lisans Eğitimi
2014 – 2017	Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Lisans Eğitimi
2017 – 2019	Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Eğitimi
2019 – 2023	Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Doktora Eğitimi

DENEYİM

09.2018 – 12.2018	İstanbul Kültür Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı – Araştırma Görevlisi
04.2019 – 06.2019	Millî Eğitim Bakanlığı Tire İnkılap Ortaokulu – Ücretli Öğretmen
07.2019 – …	Millî Savunma Üniversitesi Hava Harp Okulu Dekanlığı Eğitim Bilimleri Bölümü – Öğretim Görevlisi

ETİK BEYANI

Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırladığım çalışmamda;

- Sunduğum bilgileri, dokümanları ve verileri akademik ve etik kurullar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Çalışmamda yararlandığım eserlerin tamamına atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Elde ettiğim verilerde ve sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı bildirir, aksi bir durumda aleyhimde doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiği beyan ederim.

18/07/2023

Sinan OKUR

ÖNSÖZ

Dört yıl boyunca büyük emek ve özveri göstererek hazırladığım doktora tezimi tamamlamış olmanın gururunu ve heyecanını yaşıyorum. Bu bölümü beni her zaman çalışmaya teşvik eden ve desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen hayatımdaki önemli kişilere teşekkür etmek için bir fırsat olarak görüyorum. Öncelikle bu tezin ortaya çıkma sürecinde her zaman yanımda olup bana anlayışla yaklaşan, ne zaman ihtiyacım olsa bir telefon kadar uzağımda olduğunu bildiğim ve desteğini daima hissettiğim kıymetli tez danışmanım Doç. Dr. Durmuş ÜMMET'e teşekkür ederim. Kendisiyle çalışmak benim için büyük bir şans ve onurdur.

Tez savunmamda yer alarak değerli katkılarda bulunan, yapıcı geri bildirimler vererek araştırmama katkı sağlayan ve akademik hayatımda hep desteğini hissettiren kıymetli jüri üyeleri Prof. Dr. Halil EKŞİ'ye, Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ'e, Prof. Dr. Müge YÜKSEL'e ve Doç. Dr. Ümüt ARSLAN'a teşekkürü bir borç bilirim.

Kendisiyle tanıştıktan sonra hayat görüşümü değiştiren, kişisel ve akademik anlamda gelişimime büyük katkı sağlayan, kişiliği, duruşu ve yaklaşımıyla kendime örnek aldığım değerli hocam Doç. Dr. Seydi Ahmet SATICI'ya ve kıymetli eşi Doç. Dr. Begüm SATICI'ya şükranlarımı sunarım. Ayrıca, lisans ve yüksek lisans eğitimimde üzerimde emeği olan tüm hocalarıma teşekkür ederim.

Teşekkür etmem gereken bir diğer kişi de ne zaman başım sıkışsa yardımıma koşan değerli dostum Gökhan DEMİRDÖKEN'dir. Sadece akademik konularda değil hayatımın her alanında yanımda olduğun için kendimi çok şanslı hissediyorum. Umarım dostluğumuz her zaman sürer. İyi ki varsın.

Doktora derslerimin ilk gününde tanıştığım ve bu uzun yolculukta birçok şeyi paylaştığım Hasan KÜTÜK'e çok teşekkür ederim. Seninle vakit geçirmekten keyif aldığım kıymetli arkadaşım, iyi ki seni tanıdım ve iyi ki bir aradayız. Doktora eğitimim sırasında tanıştığım ve kendisinden hep destek gördüğüm Tuğba TURGUT'a candan teşekkür ederim. Ayrıca, tez sürecimde beni her zaman anlayışla karşılayan, birlikte akademik çalışmalar yürüttüğümüz ve güzel bir arkadaşlık kurduğumuz Zahide Gül KARAAĞAÇ'a ve Fatma Betül YILMAZ'a sonsuz teşekkür ederim. Sizlerle çalışıyor olmaktan büyük mutluluk duyuyorum.

Bir büyük teşekkürü de tabii ki kıymetli aileme etmeliyim. Hayatım boyunca beni destekleyen ve üzerimde sonsuz emekleri olan canım annem, babam, abilerim ve ablama çok teşekkür ederim. Hakkınızı hiçbir zaman ödeyemem. Sizleri çok seviyorum.

En özel teşekkürüm ise sevgili eşim Ezgi'ye. Bana her daim inandığın ve hep destek olduğun için kendimi çok şanslı hissediyorum. Birlikte geçireceğimiz güzel zamanlardan çalmama rağmen bana hep anlayışla yaklaştığın için sana minnettarım. Bu zorlu süreçte hiç düşünmeden gösterdiğin bütün fedakârlıklardan dolayı çok teşekkür ederim. İyi ki varsın, seni çok seviyorum.

Son olarak, doktora eğitim sürecinde TÜBİTAK 2211-A Genel Yurt İçi Doktora Burs Programı kapsamında beni destekleyen Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu Bilim İnsanı Destek Programları Başkanlığına teşekkür ederim.

Sinan OKUR

Temmuz, 2023

Bu doktora tezi, üzerimde sonsuz emeği olan değerli hocam Sadık BAYIR'a ithaf edilmiştir.

ÖZET

Kıskançlık türlerinden biri olan akran kıskançlığı, bireylerin sıklıkla yaşadığı bir duygu olmasına rağmen alanyazında yeterince ele alınmamıştır. Bu nedenle, bu araştırmada üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığının detaylı olarak incelenmesi hedeflenmiştir. Bu çalışma sırasıyla nitel araştırma, ölçek geliştirme ve hipotetik model test etme olmak üzere üç bölümden oluşan bir karma yöntem araştırmasıdır. Araştırmanın ilk iki aşaması keşfedici sıralı desen olarak tasarlanmıştır. Birinci aşamada, üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığı deneyimlerinin ortaya konması amaçlanmıştır. İkinci aşamada, nitel araştırma aşamasında elde edilen bulgulardan yola çıkarak Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilmesi amaçlanmıştır. Üçüncü ve son aşamada ise, akran kıskançlığının benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenleri ile arasındaki ilişkilerin hipotetik bir modelde sınanması amaçlanmıştır.

Araştırmanın birinci aşamasında yorumlayıcı fenomenolojik desenden faydalanılmıştır. Bu kapsamda, 14 üniversite öğrencisiyle akran kıskançlığına dair görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu görüşmeler yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemiyle incelenmiştir. Analiz sonucunda "akran kıskançlığının davranışsal yönü", "akran kıskançlığının duygusal yönü" ve "akran kıskançlığının bilişsel yönü" olmak üzere üç kapsayıcı tema ortaya konmuştur. Bu temalardan hareketle araştırmanın ikinci aşamasında Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilmesi için dört farklı çalışma grubunda yer alan toplam 971 üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır. Birinci grupta açımlayıcı faktör analizi ve güvenirlik analizi için 424 katılımcıya, ikinci grupta doğrulayıcı faktör analizi, madde analizi, madde tepki kuramı ve güvenirlik analizleri için 375 katılımcıya, üçüncü grupta ölçüt bağıntı geçerliği için 75 katılımcıya ve dördüncü grupta test-tekrar test için 97 katılımcıya ulaşılmıştır. Gerçekleştirilen tüm analizlerin sonucunda dört alt boyuttan ve 14 maddeden oluşan Akran Kıskançlığı Ölçeği geliştirilmiştir. Üçüncü aşamada ise, 515 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen çalışmada akran kıskançlığı ve yalnızlığın, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide seri çoklu aracı rol oynadığı belirlenmiştir. Elde edilen tüm bulgular, alanyazın ışığında tartışılarak yorumlanmıştır. Bu karma yöntem araştırmasının tüm bulguları akran kıskançlığına dair anlayışımızı genişletmiştir.

Anahtar Kelimeler: Akran kıskançlığı, benlik saygısı, yalnızlık, yaşamda uyum, karma yöntem araştırması, keşfedici sıralı desen, seri aracılık analizi.

ABSTRACT

PEER JEALOUSY AMONG UNIVERSITY STUDENTS: A MIXED METHOD STUDY

Peer jealousy, which is one of the types of jealousy, has not been adequately addressed in the literature, although it is a feeling that individuals often experience. Therefore, in this study, it is aimed at examining in detail peer jealousy among university students. This study is mixed methods research consisting of three parts: qualitative research, scale development, and hypothetical model testing, respectively. The first two phases of the research were designed as an exploratory sequential design. In the first stage, it was aimed at revealing the peer jealousy experiences of university students. In the second stage, it was aimed to develop the Peer Jealousy Scale based on the findings obtained in the qualitative research stage. In the third and final stage, it was aimed at testing the relationships between the variables of peer jealousy, self-esteem, loneliness, and harmony in life in a hypothetical model.

In the first stage of the research, an interpretive phenomenological design was used. In this context, interviews were conducted with 14 university students about peer jealousy. These interviews were analyzed using the interpretative phenomenological analysis method. As a result of the analysis, three overarching themes were revealed: "the behavioural aspect of peer jealousy", "the emotional aspect of peer jealousy" and "the cognitive aspect of peer jealousy". Based on these themes, data were collected from a total of 971 university students in four different study groups in order to develop the Peer Jealousy Scale in the second phase of the research. In the first group, 424 participants were reached for exploratory factor analysis and reliability analysis, 375 participants in the second group for confirmatory factor analysis, item analysis, item response theory, and reliability analyses, 75 participants in the third group for criterion correlation validity, and 97 participants in the fourth group for test-retest. As a result of all the analyses performed, the Peer Jealousy Scale consisting of four sub-dimensions and 14 items was developed. In the third stage, in the study conducted with 515 university students, it was determined that peer jealousy and loneliness played a serial multiple mediating role in the relationship between self-esteem and harmony in life. All the findings obtained were discussed and interpreted in light of the literature. All the findings of this mixed-methods research have expanded our understanding of peer jealousy.

Keywords: Peer jealousy, self-esteem, loneliness, harmony in life, mixed method research, exploratory sequential design, serial mediation analysis.

İÇİNDEKİLER

ONAY i
ÖZGEÇMİŞ ii
ETİK BEYANI iii
ÖNSÖZ iv
ÖZET vii
ABSTRACT viii
KISALTMALAR LİSTESİ xiii
TABLOLAR LİSTESİ xiv
ŞEKİLLER LİSTESİ xv
BÖLÜM I: GİRİŞ 1
1.1. Problem Durumu 1
1.2. Amaç 7
1.3. Önem 8
1.4. Sayıltılar 10
1.5. Sınırlılıklar 11
1.6. Tanımlar 12
BÖLÜM II: ALANYAZIN 13
2.1. Kıskançlık 13
2.1.1. Psikanalitik Kuram ve Kıskançlık 16
2.1.2. Bireysel Psikoloji ve Kıskançlık 17
2.1.3. Kişilerarası İlişkiler Kuramı ve Kıskançlık 18
2.1.4. Antropolojik Kuram ve Kıskançlık 18
2.1.5. Evrimsel Yaklaşım Kuramı ve Kıskançlık 18
2.1.6. Bilişsel Olgusal Kuram ve Kıskançlık 19
2.1.7. Sosyal Karşılaştırma Kuramı ve Kıskançlık 19
2.1.8. Eşitlik Teorisi ve Kıskançlık 20
2.1.9. Transaksiyonel Yaklaşım ve Kıskançlık 20
2.2. Akran Kıskançlığı 21
2.3. Benlik Saygısı 24
2.3.1. Benlik Saygısı ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar 30
2.4. Yalnızlık 31
2.4.1. Yalnızlık ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar 34
2.5. Yaşamda Uyum 37

BÖLÜM III: YÖNTEM 41
3.1. Karma Araştırma Modeli 41
3.2. Nitel Araştırma Bölümü 44
3.2.1. Araştırma Modeli 44
3.2.2. Çalışma Grubu 44
3.2.3. Veri Toplama Araçları 47
3.2.4. Verilerin Toplanması 47
3.2.5. Verilerin Analizi 48
3.2.6. Araştırmanın Geçerliği ve Güvenirliği 49
3.2.7. Araştırmacının Rolü 50
3.3. Nicel Araştırma Bölümü: Ölçek Geliştirme 50
3.3.1. Akran Kıskançlığı Ölçeği Geliştirme Süreci 51
3.3.2. Çalışma Grubu 52
3.3.3. Veri Toplama Araçları 53
3.3.3.1. Kişisel Bilgi Formu 53
3.3.3.2. BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği 53
3.3.4. Verilerin Toplanması 54
3.3.5. Verilerin Analizi 54
3.4. Nicel Araştırma Bölümü: Hipotetik Model Test Etme 57
3.4.1. Araştırma Modeli 57
3.4.2. Çalışma Grubu 57
3.4.3. Veri Toplama Araçları 57
3.4.3.1. Kişisel Bilgi Formu 58
3.4.3.2. Yaşamda Uyum Ölçeği-3 58
3.4.3.3. İki Boyutlu Benlik Saygısı: Kendini Sevme/Özyeterlik Ölçeği 58
3.4.3.4. Akran Kıskançlığı Ölçeği 59
3.4.3.5. UCLA Yalnızlık Ölçeği 59
3.4.4. Verilerin Toplanması 59
3.4.5. Verilerin Analizi 60
BÖLÜM IV: BULGULAR 61
4.1. Nitel Araştırma Bulguları 61
4.1.1. Tema 1: Akran Kıskançlığının Davranışsal Yönü 62
4.1.1.1. Kategori 1: Farklı Görünmeye Dönük Davranışlar 63
4.1.1.1.1. Kabul Görmeye Dönük Davranışlar 63
4.1.1.1.2. Başkasının Yerinde Olmaya Dönük Davranışlar 63

4.1.1.1.3. Ön Plana Çıkmaya Dönük Davranışlar 64
4.1.1.2. Kategori 2: Üstün Olmaya Dönük Davranışlar 64
4.1.1.2.1. Hırsa Dönük Davranışlar 64
4.1.1.2.2. Rekabete Dönük Davranışlar 65
4.1.1.2.3. Yüksek Başarıya Dönük Davranışlar 65
4.1.2. Tema 2: Akran Kıskançlığının Duygusal Yönü 65
4.1.2.1. Kategori 1: Olumsuz Duygulanım 66
4.1.2.1.1. Haset Etme 66
4.1.2.1.2. Çekememe Hali 67
4.1.3. Tema 3: Akran Kıskançlığının Bilişsel Yönü 67
4.1.3.1. Kategori 1: Kendine Dönük Düşünceler 67
4.1.3.1.1. Düşük Benlik Saygısı 68
4.1.3.1.2. Özgüven Eksikliği 68
4.1.3.1.3. İlgi Eksikliği 68
4.2. Nicel Araştırma Bulguları: Ölçek Geliştirme 69
4.2.1. Ön Analiz Bulguları 69
4.2.2. Açımlayıcı Faktör Analizi Bulguları 69
4.2.3. Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları 72
4.2.4. Madde Tepki Kuramı Analiz Bulguları 74
4.2.5. Ölçüt Bağıntı Geçerliği Bulguları 78
4.2.6. Güvenirlik Bulguları 78
4.3. Nicel Araştırma Bulguları: Hipotetik Model Test Etme 80
4.3.1. Ön Analiz ve Betimsel İstatistik Bulguları 80
4.3.2. Seri Çoklu Aracılık Analizi Bulguları 82
BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER 84
5.1. Nitel Araştırmaya İlişkin Sonuç ve Tartışma 84
5.2. Nicel Araştırma: Ölçek Geliştirmeye İlişkin Sonuç ve Tartışma 91
5.3. Nicel Araştırma: Hipotetik Model Test Etmeye İlişkin Sonuç ve Tartışma 94
5.4. Öneriler 97
5.4.1. Uygulayıcılara Öneriler 97
5.4.2. Araştırmacılara Öneriler 98
KAYNAKÇA 100
EKLER 135
Ek-1: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Kurul Onayı 135

Ek-2: Büyük Beş-50 Kişilik Testi Örnek Maddeleri 136
Ek-3: BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği Örnek Maddeleri 137
Ek-4: Nitel Aşama Görüşme Soruları 138
Ek-5: Kişisel Bilgi Formu Örnek Sorular 139
Ek-6: Yaşamda Uyum Ölçeği-3 Örnek Maddeleri 140
Ek-7: İki Boyutlu Benlik Saygısı: Kendini Sevme/Özyeterlik Ölçeği Örnek Maddeleri 141
Ek-8: Akran Kıskançlığı Ölçeği Örnek Maddeleri 142
Ek-9: UCLA Yalnızlık Ölçeği Örnek Maddeleri 143

KISALTMALAR LİSTESİ

APA: American Psychological Association

TDK: Türk Dil Kurumu

AFA: Açımlayıcı Faktör Analizi

DFA: Doğrulayıcı Faktör Analizi

MTK: Madde Tepki Kuramı

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 3.1. Çalışma Grubunda Yer Alan Katılımcıların Demografik Özellikleri..... 46

Tablo 4.1. Akran Kıskançlığına İlişkin Temalar, Kategoriler ve Kodlar 62

Tablo 4.2. Akran Kıskançlığı Ölçeği Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları ve Cronbach Alfa Güvenirlik Değerleri..... 71

Tablo 4.3. Akran Kıskançlığı Ölçeğinin Faktör Yükleri, Betimleyici İstatistikleri ve Madde-Toplam Korelasyon Değerleri 74

Tablo 4.4. Akran Kıskançlığı Ölçeğinin MTK Sonuçları 75

Tablo 4.5. Akran Kıskançlığı Ölçeği ile BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği Arasındaki İlişkiler ve Değişkenlerin Betimsel İstatistikleri..... 78

Tablo 4.6. Akran Kıskançlığı Ölçeği Genel ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler ile Güvenirlik Değerleri..... 79

Tablo 4.7. Araştırma Değişkenlerinin Betimsel İstatistikleri, Güvenirlik Değerleri ve Arasındaki İlişkiler 81

Tablo 4.8. Hipotetik Modele Ait Önyükleme Katsayıları ve Güven Aralık Bulguları..... 83

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1. Araştırma Modeli 7

Şekil 3.1. Karma Yöntem Desenleri 43

Şekil 4.1. Akran Kıskançlığı Ölçeği Yamaç Grafiği 70

Şekil 4.2. Akran Kıskançlığı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları 73

Şekil 4.3. Akran Kıskançlığı Ölçeği Madde Karakteristik Eğrisi 77

Şekil 4.4. Seri Çoklu Aracılık Modeline Ait Sonuçlar 82

Şekil 5.1. Akran Kıskançlığının Davranışsal Yönüne İlişkin Tema, Kategoriler ve Kodlar ..... .85

Şekil 5.2. Akran Kıskançlığının Duygusal Yönüne İlişkin Tema, Kategori ve Kodlar 87

Şekil 5.3. Akran Kıskançlığının Bilişsel Yönüne İlişkin Tema, Kategori ve Kodlar 89

BÖLÜM I: GİRİŞ

Bu bölümde ilk olarak araştırmanın problem durumundan söz edilmiştir. Daha sonra araştırmanın temel amaçları ve bu temel amaçlardan hareketle araştırma soruları açıklanmıştır. Son olarak, bu bölümde araştırmanın önemi ile araştırmada yer alan sayıltılara, sınırlılıklara ve tanımlara yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

İnsanlığın var olduğu ilk günden itibaren kıskançlık duygusundan söz etmek mümkündür. Her kültürde farklı şekillerde kendini gösteren bu karmaşık duyguyu toplumsal normlar şekillendirmektedir. Diğer bir deyişle, kıskançlık duygusunun yaşanma tarzı, nasıl ifade edilebileceği ya da kontrol edilebileceği her toplumda farklılık göstermektedir. Toplumun standartları, beklentileri ve kültürel farklılıkları doğrultusunda insanlar kıskançlığı farklı alanlarda ve farklı tarzlarda yaşayabilmektedir (Hupka, 1981). Bu nedenle, kıskançlık teması hemen hemen her kültürün edebi eserlerine, sanat ürünlerine, mitoloji kaynaklarına, tarihi olaylarına ve felsefi düşüncelerine konu olmaktadır. Özetle, uzun bir tarihe dayanan ve hemen hemen her toplumda kişilerarası ilişkilerde yaygın şekilde görülebilen kıskançlık, olağan ve evrensel duygulardan biridir.

Alanyazında kıskançlık kavramının birçok tanımı bulunmaktadır. Örneğin, Buunk (1997) tarafından yapılan araştırmada kıskançlık, bireyin hayatında önemli gördüğü bir ilişkide gerçek ya da hayali bir rakibi tehdit olarak algılaması sonucunda ortaya çıkan duygu olarak tanımlanmaktadır. Benzer bir tanım yapan Pines (1998) ise kıskançlığı önemli görülen bir ilişkinin kaybedilmesine ya da bozulmasına neden olacak bir tehlike algılanması sonucu verilen duygusal karmaşık tepki olarak açıklamaktadır. Temelinde sahip olunan bir nesnenin ya da ilişkinin kaybedilmesine yönelik korku veya endişeyi barındıran kıskançlık (Van de Ven ve diğerleri, 2009), kişilerarası ilişkilerde sıklıkla görülen yıpratıcı bir duygudur (Aune ve Comstock, 1991). Tüm bu tanımlardan hareketle, kıskançlığın kişilerarası ilişkilerde kendini gösteren ve bireylerin ruh sağlığı üzerinde önemli etkiye sahip olan bir kavram olduğu söylenebilir.

Bireylerin kıskançlık yaşamasına neden olan bazı bireysel ve sosyal faktörler bulunmaktadır. Bireysel nedenler arasında bireyin nöropsikolojik bir rahatsızlığının bulunması (Demirtaş-Madran, 2008), düşük benlik saygısına ve özgüvene sahip olması (Bagwell ve diğerleri, 2005; Kim ve diğerleri, 2017; Kraft ve Mayeux, 2018), olumsuz

yaşam olaylarını tecrübe etmesi (Demirtaş ve Dönmez, 2006), aşırı şüphecilik ve tedirginlik yaşayarak kimseye güvenmemesi (Masciuch ve Kienapple, 1993), kaybetme korkusu yaşaması (Greenberg ve Pyszczynski, 1985) ve yeterli olma veya ilgi görme isteği gibi temel psikolojik ihtiyaçların karşılanamıyor olması (Akan, 2020; Edalati ve Redzuan, 2010) yer almaktadır. Tüm bu nedenler bir taraftan kıskanan bireylerin bazı özelliklerini de ortaya koymaktadır. Kıskanç insanların daha birçok özelliğinden bahsetmek mümkün olmakla birlikte bahsi geçen bu araştırmaların sonuçları temelde kıskanan bireylerin özelliklerinin düşük benlik saygısı, çevreye güvensizlik, özgüven eksikliği, yetersiz olma ve ilgi görememe olduğunu göstermektedir.

Kıskançlığı tetikleyen sosyal nedenler ise olumsuz anne ve baba tutumu (Erginoğlu, 2015), ebeveynlerin hatalı davranışları (Miller ve diğerleri, 2000), çevrenin birey üzerindeki negatif etkisi (İmamoğlu ve Çelik, 2009), çevreyle iyi iletişim kuramama (Andersen ve diğerleri, 1995), toplumda ayrımcılığa maruz kalınması (Brody, 1998) ve toplum içerisinde rekabet yaşanması (Blevis, 2010) olarak sıralanmaktadır. Bu sosyal nedenler de kıskanç insanların bazı özelliklerini göstermektedir. Özellikle rekabet gibi faktörlerden dolayı kıskanç insanların nitelikleri arasında daha hırslı olma ya da daha ön planda olmaya çalışmadan söz edilebilir. Ek olarak, kıskanan insanların özellikleri arasında toplumda daha fazla üstün olma çabasına girmesi yer almaktadır. Tüm bu araştırma bulgularından hareketle, kıskançlığın bireylerin yaşamında birçok farklı nedenden kaynaklanabilen ve yaşamın içerisinde var olan olağan bir duygu olduğu ifade edilebilir.

Alanyazında kıskançlığın yararlı ya da zararlı olduğu şeklinde farklı görüşler bulunmaktadır. Bazı araştırmalar, kıskançlığın olumsuz bir duygu olduğunu ve bireyin hem ruh sağlığına hem de kişilerarası ilişkilerine zarar verdiğini belirtmektedir (örn., Easton ve diğerleri, 2007; Pines ve Friedman, 1998). Bahsi geçen bu araştırmalarda kıskançlığın normal bir duygu olmasına rağmen aşırı düzeyde yaşandığında psikolojik sorunlara işaret edebileceğinden söz edilmektedir. Aşırı düzeyde yaşanan kıskançlığın kişilerarası ilişkilere zarar verdiği de raporlanmaktadır (Akan, 2019). Bunun yanı sıra alanyazında kıskançlığın insan yaşamında işlevsel, koruyucu ve uyumlu bir duygu olduğunu öne süren araştırmalar da yer almaktadır (örn., Buss, 2000; Rydell ve Bringle, 2007). Söz konusu çalışmalarda kıskançlığın ilişkilerin sürdürülebilirliğini güçlendirmesi yönüyle fayda sağladığı ve koruyucu etkisi bulunduğu bildirilmiştir. Ayrıca, bu araştırmalar kıskançlığın bireylerin gelişimine katkı sağladığını ve bireyin kıskanılan alanda daha fazla çalışmasını

kolaylaştırdığını belirtmektedir. Neal ve Lemay'ın (2014) araştırmasında da kıskançlığın olumsuz tarafları kadar faydalı yanları olduğu bildirilmiştir. Söz konusu araştırmada kıskançlığın insanları daha fazla üretmeye ve çalışmaya sevk ettiğinden bahsedilmektedir. Örneğin, spor alanında bir başkasını kıskanan birey daha fazla gayret gösterebilir ve başarılı olmak için ekstra çaba harcayabilir. Durmuş'un (2021) güncel araştırması da bu çalışmalarda yer alan düşünceyi desteklemektedir. Bahsi geçen çalışmada kıskançlığın bazı kültürlerde olumlu algılandığı ve kişinin gelişimini artırdığı belirtilmiştir. Jacobsen ve Glavind-Bo (2023) tarafından yapılan yakın tarihli araştırmada da kıskançlığın bireylerin ilişkilerdeki yakınlığına ve yaratıcılığına katkı sağladığı raporlanmıştır. Kıskançlığın olumlu yanı olduğunu savunan tüm bu araştırmalar, kıskançlığın bireyler için kendini ve ilişkilerini geliştirmeye zemin hazırlayan bir olgu olduğunu vurgulamaktadır. Tüm bu çalışmalar kıskançlığın çok yönlü bir kavram olduğunu kanıtlar niteliktedir.

Birçok kuramsal yaklaşımda incelenen kıskançlığın alanyazında farklı türlerinden söz edilmektedir. Bunlar arasında sıklıkla romantik ilişki kıskançlığı (Guerrero ve diğerleri, 2011), kardeş kıskançlığı (Miller ve diğerleri, 2000), duygusal kıskançlık (Shackelford ve Buss, 1997), akademik kıskançlık (Bayar ve Koca, 2021), iş yeri kıskançlığı (Veiga ve diğerleri, 2014), arkadaş kıskançlığı (Parker ve diğerleri, 2005) ve akran kıskançlığı (Dillon, 2013) yer almaktadır. Bu çalışmada, günümüzde kişilerarası ilişkilerde yaygın olarak görülen fakat çok fazla araştırmaya konu olmayan akran kıskançlığı kavramı detaylı olarak incelenerek açıklanmış ve akran kıskançlığının bireylerin hem psikolojik sağlığına hem de kişilerarası ilişkilerine etkisi ele alınmıştır.

Akran kıskançlığı, bireylerin kendi yaş grubundaki diğer bireylere yönelik geliştirmiş olduğu olağan ve karmaşık bir duygu olarak açıklanabilir. Birey, çevresinde kendi yaş grubundaki kişilerde olan ve kendisinde olmayan bir nesneyi, statüyü ya da ilişkiyi isteyebilir (Özdemir, 2021). Bu durum bireyin akran kıskançlığı yaşamasına yol açabileceği gibi, bireylerin kendisinde var olan bir nesneyi, statüyü ya da ilişkiyi kaybetme ihtimalini yaşaması da (Krems ve diğerleri, 2022) akran kıskançlığına yol açabilir. Alanyazında yer alan araştırmalarda arkadaş kıskançlığının (Kraft ve Mayeux, 2018; Krems ve diğerleri, 2022) ve akran kıskançlığının (Runions ve diğerleri, 2021; Visconti ve diğerleri, 2013) birbirlerinin yerine kullanıldığı saptanmıştır. Bu kavramların ortak özelliği, bireylerin çevresindeki kişilere yönelik karmaşık bir duygu olan kıskançlığı yaşıyor olmasıdır (Blomquist, 2014; Lavallee ve Parker, 2009). Özellikle Türkçe alanyazında akran kıskançlığı

kavramının kullanıldığı herhangi bir çalışma olmaması, dolayısıyla bu kavrama ilişkin net bir tanımın yapılamaması ve bireylerin kıskançlık duygusunu arkadaşı olmayan kişilere yönelik de yaşaması değerlendirildiğinde, bu araştırmada akran kıskançlığı kavramının kullanılmasının daha uygun olduğu düşünülmüştür. Fakat bu çalışmada kıskançlığın diğer değişkenler ile ilişkilendirildiği bazı noktalarda akran kıskançlığı ve arkadaş kıskançlığı kavramları birbirlerinin yerine kullanılmıştır.

Benzer sosyal çevrelerde bulunan bireyler arasında yaşanma olasılığı yüksek olan akran kıskançlığının ilk olarak yaşandığı yer aile ortamı olabilir. Yaşça birbirine yakın olan kardeşlerin akran olduğu düşünüldüğünde, aile içinde akran kıskançlığı yaşanabilir. Örneğin, başarılı olan bir kardeşin aileden ve çevreden sürekli takdir görmesi bireyin akran kıskançlığı yaşamasına neden olabilir. Benzer şekilde, aileden ya da çevreden daha fazla ilgi gören kardeşin kıskanılması da akran kıskançlığı yaratabilir. Bu düşünce Dillon'un (2013) çalışmasında ele alınmıştır. Söz konusu araştırmada, yaşları birbirlerine yakın olan kardeşlerin aile ortamında hırs ve rekabet ile beraber akran kıskançlığı yaşayabileceği belirtilmiştir. Bunun dışında, akran kıskançlığının iş, okul ya da arkadaş ortamında da görülmesi muhtemeldir. Bu ortamlar dışında, bireyler herhangi bir sosyal ortamda da akran kıskançlığını tanımadığı insanlara yönelik yaşayabilir. İnsanlar akranlarının sahip olduğu statüye, başarıya, ilişkiye ya da herhangi bir nesneye yönelik kıskançlık hissi duyabilir ve kıskanılan şeyin kendisinde olmasını isteyebilir. Waldrop ve Halverson (1975), insanların kıskançlığı farklı birçok sebepten yaşayabileceğini ifade etmiştir. Bu araştırmalar dikkate alındığında, akran kıskançlığının da birçok farklı nedenden kaynaklı ortaya çıkabileceği söylenebilir.

Akran kıskançlığı yaşayan bireylerin özelliklerine ilişkin yapılan alanyazın taramasında düşük benlik saygısına sahip bireylerin daha fazla kıskançlık yaşadığı raporlanmıştır (Abraham, 2008). Parker ve diğerlerinin (2005) araştırmasında da benlik saygısının bireylerde arkadaş kıskançlığını tetikleyen bir faktör olduğu belirtilmiştir. Benzer şekilde, Kim ve diğerleri (2017) de arkadaş kıskançlığı yaşayan bireylerin özellikleri arasında düşük benlik saygısına yer vermiştir. Tüm bu araştırmalardan hareketle, kendisini seven ya da kendisine güvenen bireylerin daha az akran kıskançlığı yaşaması beklenebilir. Bu nedenle, bu araştırmada benlik saygısının akran kıskançlığı ile ilişkisi ele alınmıştır. Böylece alanyazında arkadaş kıskançlığı ile benzer şekilde kullanılan ve yurt içi alanyazında herhangi

bir araştırmaya konu olmayan akran kıskançlığının diğer değişkenler ile ilişkisinin ortaya konması hedeflenmiştir.

Bireylerin günlük yaşamlarının ve yaşantılarının merkezinde yer alan temel psikolojik yapılardan biri olan benlik saygısı (Kernis, 2003), bireyin kendi değerine ilişkin duygularına dayalı olarak geliştirilen tutumdur (Rosenberg ve diğerleri, 1995). Tafarodi ve Swann (1995) benlik saygısını kendini sevme ve özyeterlik olarak iki boyut halinde açıklamaktadır. Bahsi geçen araştırmada kendini sevme, bireylerin kendi değerini öznel açıdan değerlendirmesi ve kendisine karşı gösterdiği olumlu anlayış olarak ifade edilmektedir. Özyeterlik ise bireyin yaşamda belirlediği amaçlara ulaşma ve istediği sonuçları elde etme konusunda kendisine yönelik inancıdır. Bireyin kendini sevmesi ve yüksek özyeterliğe sahip olması benlik saygısını güçlü kılmaktadır. Kim ve diğerleri, (2017), bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olmasının daha sağlıklı ilişkiler kurmasında önemli rol oynadığını belirtmektedir. Bu bağlamda, bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olması akranları ile olan ilişkisini olumlu yönde etkileyebilir. Bu nedenle, bu çalışmada benlik saygısının akran kıskançlığı ile arasında ilişki olabileceği düşünülmektedir.

Akran kıskançlığının sosyal açıdan da bireyler için zorluklar yaratması beklenmektedir. Bu kapsamda alanyazın incelendiğinde, Lavallee ve Parker'ın (2009) araştırmasında arkadaş kıskançlığı yaşayan bireylerin daha fazla yalnızlaştığı raporlanmıştır. Benzer şekilde, alanyazındaki başka çalışmalarda da kıskançlık ile yalnızlık arasında anlamlı ilişki olduğu ve kıskançlığın yalnızlığı etkileyen bir faktör olduğu bildirilmiştir (örn., Leary, 1990; Rokach, 2004). Kıskançlığın etkisiyle ortaya çıkan bu yalnızlaşmada bireylerin akranları ile rekabet etmesi etkili olabilir. Örneğin, akademik konularda akranları ile rekabet eden bireyler düşük not aldığında daha fazla akran kıskançlığı yaşayarak yalnızlaşabilir. Bu yalnızlaşmanın bireylerin mutsuzluk, umutsuzluk, çaresizlik, öfke gibi daha fazla zorlayıcı duygu yaşamasına neden olabileceği düşünülerek bu araştırmada yalnızlığın akran kıskançlığı ile ilişkisi incelenmiştir.

Yalnızlık, bireylerin sosyal ilişkilerinin yetersiz olması sonucunda ortaya çıkan boşluk hissi olarak tanımlanmaktadır (Pinquart ve Sorensen, 2001). Her yaştan bireyin yaşayabileceği yalnızlık, psikolojik bir durum olarak açıklanmaktadır (Killeen, 1998). Temelinde kişinin sosyal ilişki kurma sorunu yaşamasından kaynaklanan yalnızlık (Weiss, 1973), bireylerin sosyal ortamlardan soyutlanmış hissetmesine neden olmaktadır (Newall, 2010). İnsanların en temel sosyal ve duygusal ihtiyaçları arasında yakın ilişki kurmanın yer

aldığı düşünüldüğünde (Kızıldağ-Şahin ve Yerlikaya, 2020), yalnızlık bireyleri duygusal açıdan olumsuz şekilde etkileyebilir. Bu bağlamda, kişilerarası ilişkilerde kıskançlık duygusu yaşamadan sağlıklı ilişkiler kurulması bireylerin yalnızlık düzeyine olumlu şekilde yansıyabilir. Bu yüzden, bu araştırmada akran kıskançlığı ile yalnızlık arasında ilişki olabileceği değerlendirilmektedir.

Akran kıskançlığının bireylere sosyal açıdan yarattığı bir başka zorluğun yaşamda uyum ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Bu düşünceyi alanyazında yer alan bazı araştırmalar desteklemektedir. Örneğin, Walker'ın (2003) araştırmasında kıskançlığının bireylerin sosyal uyumuna olumsuz yansımaları olduğu ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Costa ve diğerlerinin (2015) araştırmasında da kıskançlık ile sosyal uyum arasındaki ilişkiden söz edilmiştir. Parker ve diğerlerinin (2005) çalışmasında ise bireylerin yaşamda uyumunu güçleştiren faktörler arasında arkadaş kıskançlığının yer aldığı belirtilmiştir. Söz konusu bu çalışmalar, bireylerin yaşamda uyum düzeyi için kıskançlığın önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, bu araştırmada akran kıskançlığı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkinin incelenmesinin önemli olduğu değerlendirilmektedir.

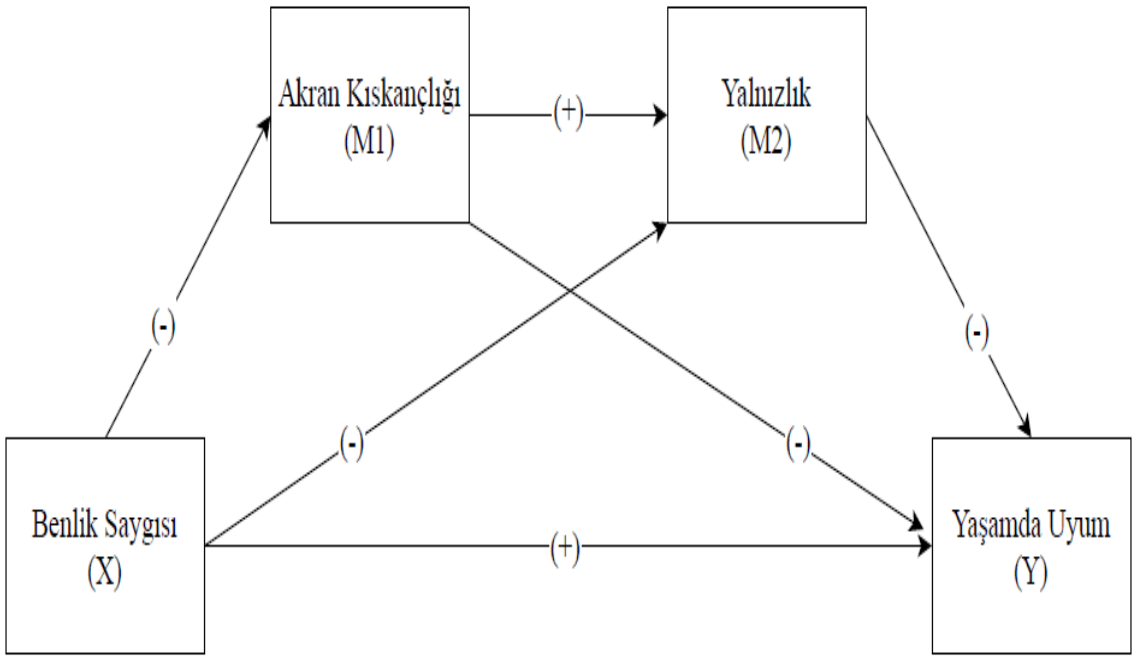
Uyum, bireylerin kendi arasındaki ilişkiyi çatışma yaşanmadan sürdürme potansiyeli olarak tanımlanmaktadır (American Psychological Association [APA], 2015). Bireylerin ruh sağlığının temel göstergelerinden biri olarak kabul edilen uyum (Yıldırım ve Solmaz, 2021), insan yaşamında önemli bir yere sahiptir. Yaşamda uyum ise bireylerin bilinçli şekilde yaşamını kabul ederek uyum sağlaması ve yaşamının dengede olması olarak açıklanmaktadır (Kjell ve diğerleri, 2013). Bireylerin yaşamı boyunca dikkatli, dengeli ve tarafsız deneyimler yaşaması yaşamda uyumun özellikleri arasında yer almaktadır (Garcia ve diğerleri, 2014). Bu doğrultuda, kişilerarası ilişkilerde var olan dengeyi bozacak herhangi bir davranışın ya da duygunun yaşamda uyumu olumsuz etkilemesinden söz edilebilir. Kıskançlığın kişilerarası ilişkilerdeki dengeyi bozabilecek bir duygu olduğu değerlendirildiğinde, bu araştırmada akran kıskançlığı ile yaşamda uyum arasında anlamlı bir ilişki olabileceğinden söz edilebilir.

Sonuç olarak, bu çalışmada bireylerin yaşamında önemli yere sahip olan fakat alanyazında yeterince incelenmeyen akran kıskançlığının derinlemesine ele alınarak açıklanması hedeflenmektedir. Bu hedef doğrultusunda üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığı kavramı derinlemesine araştırılmıştır. Bu araştırmanın amaçları aşağıda detaylı şekilde sunulmuştur.

1.2. Amaç

Bu çalışmanın temel amacı üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığını detaylı olarak incelemektir. Bu temel amaç doğrultusunda çalışmanın karma yöntem araştırması olarak üç aşamalı şekilde gerçekleştirilmesi tasarlanmıştır. Bu doğrultuda, araştırmada ilk iki aşama keşfedici sıralı desen olarak planlanmıştır. Birinci aşamada üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimlerinin ortaya konması amaçlanmaktadır. İkinci aşamada ise amaç, nitel araştırmada elde edilen bulgulardan hareketle üniversite öğrencilerinde Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilmesidir. Son olarak, araştırmanın üçüncü aşamasında geliştirilen ölçme aracının benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenleri ile arasındaki ilişkilerin hipotetik bir modelde test edilmesi amaçlanmaktadır (bkz. Şekil 1.1). Araştırmanın amaçları doğrultusunda sırasıyla her aşama için aşağıda belirtilen araştırma sorularına yanıt aranmaktadır:

1. Üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimleri nelerdir?
2. Akran Kıskançlığı Ölçeği psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir midir?
3. Akran kıskançlığı ve yalnızlık, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide seri aracı role sahip midir?



Şekil 1.1. Araştırma Modeli

1.3. Önem

Kıskançlık kavramı alanyazında sıklıkla incelense de spesifik olarak akran kıskançlığı sınırlı sayıda araştırmada ele alınmıştır (örn., Dillon, 2013; Mylecraine, 2012). Bu kavramın az sayıda araştırmaya konu olması nedeniyle alanyazında akran kıskançlığı fenomeninin net bir tanımı yapılamamakta ve akran kıskançlığı düzeyini ölçecek bir ölçme aracı bulunmamaktadır. Alanyazındaki bu boşluk, bu karma yöntem araştırmasının yapılmasını gerekli kılmıştır. Bütüncül bir pencereden bakıldığında, bu çalışmanın hem nitel hem de nicel aşamaları barındıran bir karma yöntem araştırması olması akran kıskançlığına ilişkin gerçekleştirilen bu araştırmanın özgünlüğünü ortaya koymaktadır. Bu karma yöntem araştırması sayesinde üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığının hem daha iyi tanımlanması ve açıklanması hem de üniversite öğrencilerine yönelik ölçme aracı geliştirilerek akran kıskançlığı düzeyinin ölçülmesi sağlanmıştır. Ayrıca geliştirilen bu ölçeğin farklı değişkenler ile ilişkisinin hipotetik model üzerinde incelenmesi de önem arz etmektedir. Gerçekleştirilen bu üç aşamalı araştırma ile alanyazında önemli bir boşluğun doldurulması beklenmektedir.

Araştırmanın birinci aşamasında üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimlerinin nitel araştırma yöntemlerinden yorumlayıcı fenomenolojik desen ile incelenmesi araştırılan kavrama ilişkin dinamiklerin daha net ortaya konmasını ve daha detaylı bilgi sahibi olunmasını sağlamıştır. Creswell (2019) de araştırılan olgunun bireyler tarafından neyi ifade ettiğini saptamak için fenomenolojik desenin kullanılmasının uygun olduğunu belirtmektedir. Bu desen sayesinde üniversite öğrencileriyle görüşme yapılarak akran kıskançlığını doğrudan deneyimleyen bireylerin görüşlerine başvurulmuştur. Bu doğrultuda, araştırmanın birinci aşamasında üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimleri kapsamlı şekilde temalar halinde ortaya çıkarılmıştır. Bu temaların hem uygulama alanında hem de daha sonra gerçekleştirilecek bilimsel araştırmalarda yol gösterici nitelikte olmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın ikinci aşamasında alanyazın taramasının yanı sıra nitel araştırma bulgularından faydalanılarak ölçek geliştirilmesi bu çalışmanın önemini göstermektedir. Bu süreçte nitel araştırma bulgularından yola çıkarak ölçek geliştirilmesi, ölçülmek istenen yapıya uygun ölçme aracının alanyazına kazandırılmasını sağlamıştır. Yurt içi alanyazın incelendiğinde, akran kıskançlığı düzeyini ölçmeye yarayan herhangi bir ölçeğe rastlanmamıştır. Fakat akran kıskançlığı kavramına yakın bir kavram olarak bilimsel

çalışmalarda nitelendirilen ve hatta bazı çalışmalarda birbirlerinin yerine kullanılan arkadaş kıskançlığı kavramına ilişkin bir ölçme aracı yurt içi alanyazında bulunmaktadır. Bu ölçme aracı, Akan (2019) tarafından lise öğrencilerine yönelik geliştirilmiş olan Arkadaş Kıskançlık Ölçeğidir. Bu çalışmada, kişilerin arkadaşı olmayanlara yönelik de kıskançlık yaşayabileceği düşünülerek Akran Kıskançlığı Ölçeği üniversite öğrencileri örnekleminde geliştirilmiştir.

Kıskançlığın yakın ilişkiler başta olmak üzere tüm kişilerarası ilişkileri ciddi düzeyde etkilediği ve bireylerin iyilik halini azalttığı göz önüne alındığında (Blomquist, 2014; Runions ve diğerleri, 2021), bu araştırmanın genç yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmesi kararlaştırılmıştır. Farklı kuramsal yaklaşımlarda gelişimin her döneminde bireylerin belli başlı görevleri olduğundan ve sağlıklı bir gelişim süreci için bu görevlerin gerçekleştirilmesi gerektiğinden söz edilmektedir (Cavanaugh ve Blanchard-Fields, 2002; Feist ve Feist, 2006). Bu gelişim dönemlerinden biri olan genç yetişkinlik döneminde de bireylerin bazı görevleri bulunmaktadır. Havighurst'a göre bireylerin 18 ila 35 yaş aralığını kapsayan genç yetişkinlik dönemindeki temel görevlerinden biri, diğer insanlar ile yakın ilişkiler içerisinde bulunmak ve kişilerarası ilişkilerini geliştirmektir (Manning, 2002). Benzer şekilde, Erikson (1993) da psikososyal gelişim dönemleri arasında yer verdiği yakınlığa karşı yalıtılmışlık döneminde genç yetişkinlerin yakın kişilerarası ilişkilere sahip olması gerektiğini ve yakınlık kuramadığı takdirde yalıtılmışlık ya da yalnızlık yaşayabileceğini belirtmiştir. Bu iki farklı görüşten de anlaşıldığı üzere, genç yetişkinlik kabul edilen dönemde bireylerin sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurması beklenmektedir. Bahsi geçen bu gelişim görevlerinin sağlıklı şekilde yerine getirilmesi için bireylerin akran kıskançlığı gibi olumsuz duygudurumlarını aşırı düzeyde yaşamaması gerektiği düşünülmektedir. Bu kapsamda, bu çalışmada üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığının incelenmesinin özgün değeri tam da bu noktada ortaya çıkmaktadır.

Araştırmanın üçüncü ve son aşamasında ise üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığının benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenleri ile ilişkisinin hipotetik bir modelde sınanması bu araştırmanın bir diğer önemini göstermektedir. Bahsi geçen bu kavramların kıskançlık ile ilişkisinin incelendiği araştırmalara alanyazında rastlanmaktadır (örn., Asher ve Paquette, 2003; Greenberg ve Pyszczynski, 1985; Yılmaz-Ünal ve Deniz, 2016). Söz konusu bu çalışmalarda benlik saygısının, yalnızlığın ve uyumun kıskançlık ile anlamlı ilişkilere sahip olduğu raporlanmıştır. Bunun dışında, daha önceden

yapılan başka çalışmalarda da benlik saygısının (Sharpsteen ve Kirkpatrick, 1997), yalnızlığın (Parrott ve Smith, 1993) ve yaşamda uyumun (Walker, 2003) kıskançlık ile ilişkili olduğunu ortaya koyan bulgular yer almaktadır. Yukarıda belirtilen bu çalışmalarda düşük benlik saygısına sahip bireylerin daha fazla kıskançlık duygusunu yaşayarak çevresine olumsuz davranışlar sergilediği belirtilmiştir. Ayrıca, bu kıskançlık davranışların aşırı düzeyde olması sonucunda ortaya davranış problemlerinin çıktığı ve bireylerin hem yalnızlaştığı hem de çevresiyle uyum problemleri yaşadığı vurgulanmıştır. Alanyazında daha birçok çalışmada bu kavramların kıskançlık ile ilişkisine değinilmiş (örn., Kingham ve Gordon, 2004; Rokach, 2004), fakat akran kıskançlığı ile bu kavramların bir arada ele alındığı herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda, akran kıskançlığının bu değişkenler ile ilişkisinin bu araştırmada ortaya konmasının kıymetli olacağı değerlendirilmektedir. Bu çalışmada kurulan hipotetik modelde düşük benlik saygısına sahip bireylerin daha fazla akran kıskançlığı yaşayabileceği ve bu durumun bireyleri yalnızlaştırarak yaşamda uyum düzeyini düşürebileceği düşünülmektedir.

Üçüncü aşamanın özgün değeri, elde edilen araştırma bulgularının hem araştırmacılara hem de uygulayıcılara yol gösterici olmasıdır. Akran kıskançlığının farklı değişkenlerle ilişkisinin ortaya konması gelecekte yapılacak çalışmalar için araştırmacılara fikir niteliği taşımaktadır. Diğer bir deyişle, bu çalışmanın akran kıskançlığı ile ilgili daha sonraki bilimsel araştırmalar için öncü niteliğinde olduğuna inanılmaktadır. Ayrıca, elde edilen bulgulardan psikolojik danışma faaliyetlerinde faydalanılabilir. Akran kıskançlığı yaşayan bireylerin özelliklerinin, akran kıskançlığında rol oynayan dinamiklerin ve akran kıskançlığına neden olan ya da akran kıskançlığının neden olduğu faktörlerin bilinmesi açısından bu araştırmada ulaşılan sonuçların uygulayıcılar için değerli olması beklenmektedir.

1.4. Sayıltılar

Bu araştırmanın dayandığı temel varsayımlara aşağıda sırasıyla yer verilmiştir:

1. Nitel araştırma aşamasında araştırmacı tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formunun akran kıskançlığı kavramını açıklamak için yeterli düzeyde olduğu varsayılmıştır.

2. Nitel araştırma aşamasında katılımcıların görüşme esnasında içten ve samimi şekilde yanıt verdikleri, süreç boyunca gerçek duygu ve düşüncelerini yansıttıkları varsayılmıştır.

3. Nicel araştırma aşamalarında çalışma gruplarını oluşturan örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

4. Nicel araştırma aşamalarına katılan bireylerin kendilerine verilen kişisel bilgi formundaki ve ölçeklerdeki maddelere samimi, içten ve objektif bir şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

5. Nicel araştırma aşamalarında kontrol edilemeyen durumların ölçme sonucunu etkilemediği varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Gerçekleştirilen bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıda sıralanmıştır:

1. Bu araştırma, 2022 yılı içerisinde üniversite öğrencileri ile yapılan uygulamalar sonucunda toplanan verilerle sınırlıdır.

2. Araştırma bulguları, araştırmanın üç aşamasında da katılımcıların verdiği yanıtlar ile sınırlıdır.

3. Araştırmanın nitel aşamasında ortaya konulan temaların daha önceden belirlenen ölçütler doğrultusunda seçilen gönüllü katılımcılardan elde edilmiş olması bir sınırlılıktır.

4. Araştırmanın nicel aşamalarında kullanılan ölçekler ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

5. Araştırmanın nicel aşamalarında veriler gönüllü katılımcılardan toplanmış olsa da sosyal beğenirlik hatası nedeniyle yanlı yanıtlar alınabilmesi bir sınırlılıktır.

6. Araştırmanın üçüncü aşamasında kesitsel araştırma deseni tercih edilmesi bir sınırlılıktır.

7. Araştırmadan elde edilen bulgular, 18 ila 35 yaş aralığında yer alan ve genç yetişkin olarak kabul edilen üniversite öğrencileri ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Bu bölümde araştırmada yer alan kavramların tanımları sunulmuştur:

Kıskançlık: Bireyin hayatında önemli gördüğü bir ilişkide gerçek ya da hayali bir rakibi tehdit olarak algılaması sonucunda ortaya çıkan duygudur (Buunk, 1997).

Akran Kıskançlığı: Bireylerin kendi yaş grubundaki kişilerde olan bir nesneye, statüye, başarıya veya ilişkiye sahip olmayı istemesi ya da sahip olduğu nesneye, statüye, başarıya veya ilişkiye yönelik kendi yaş grubundaki kişileri tehdit olarak algılaması sonucunda ortaya çıkan karmaşık duygudur. Bu kavram, alanyazında arkadaş kıskançlığı kavramından uyarlanarak ortaya çıkarılmıştır (Krems ve diğerleri, 2022).

Benlik Saygısı: Bireyin kendisini değerlendirmesi sonucunda kendisine atfettiği yeterlilik, değerlilik ve önemlilik hissidir (Coopersmith, 1967).

Yalnızlık: Bireylerin var olan sosyal ilişkisi ile arzuladığı sosyal ilişki arasında tutarsızlık olması sonucunda boşluk hissi yaşamasıdır (Peplau ve Perlman, 1982).

Yaşamda Uyum: Bireylerin bilinçli şekilde yaşamını kabul ederek uyum sağlaması ve yaşamının dengede olmasıdır (Kjell ve diğerleri, 2013).

BÖLÜM II: ALANYAZIN

Bu bölümde araştırmada ele alınan kavramlar ile ilgili detaylı alanyazın bilgisine yer verilmiştir. Öncelikle kıskançlık kavramı ve bu kavram ile ilişkili kuramsal yaklaşımlar hakkında bilgi sunulmuştur. Daha sonra kıskançlığın türlerinden biri olan ve bu araştırmada incelenen akran kıskançlığı kavramı derinlemesine ele alınarak açıklanmıştır. Son olarak, sırasıyla benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum kavramlarından söz edilerek bu bölüm tamamlanmıştır.

2.1. Kıskançlık

Her kültürde kişilerarası ilişkilerde gözlemlenebilen bu karmaşık duygunun alanyazında birçok farklı tanımı yapılmaktadır. Türk Dil Kurumu sözlüğünde kıskançlık "*bir kimse bir üstünlük gösterdiğinde veya sevilen birisinin, başkası ile ilgilendiği kanısına varıldığında takınılan olumsuz tutum*" olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2023). Pines'in (1998) tanımında ise önemsenen bir ilişkinin yitirilmesine ya da bozulmasına yol açabilecek tehlikenin algılanması ile ortaya çıkan karmaşık duygu kıskançlık olarak ifade edilmektedir. Bu karmaşık duyguya öfke, mutsuzluk, çaresizlik ve korku gibi zorlayıcı duygular eşlik etmektedir (Stravogiannis ve diğerleri, 2018). Bu duygulara ilişkin olarak DeSteno ve Salovey'in (1996) tanımında kıskançlık, bireylerin değer verdiği insanlar ile kurduğu ilişkilerin gerçek ya da hayali bir rakip nedeniyle bozulması ya da tehlikeye girmesi sonucu oluşan duygudurum olarak açıklanmıştır. Benzer şekilde Buunk ve diğerlerinin (1996) çalışmasında da kıskançlık, bireylerin ilişkilerinde yaşadığı korku temelli bir tepki olarak bildirilmiştir. Tüm bu zorlayıcı duygular bireylerin kişilerarası ilişkilerinde can sıkıcı bir durum yaratmakta (Miceli ve Castelfranchi, 2007) ve bazı yıkıcı sonuçları ortaya çıkarmaktadır (Klein, 2014). Tüm bu çalışmalarda yapılan tanımlamalardan hareketle, temelinde zorlayıcı duyguları barındıran kıskançlığın kişilerarası ilişkilerde sıklıkla karşılaşılan ve bireylerin ruh sağlığı için önemli etkisi olan bir kavram olduğu söylenebilir.

Kıskançlık sadece ilişkilere yönelik değil bazen bir nesneye yönelik de hissedilebilir. Örneğin, birey başkasının sahip olduğu bir nesneyi kendisinde isteyebilir ya da kendisinde olmayan bir nesneye neden başkasının sahip olduğunu sorgulayabilir. Anderson (2002), bireylerin diğer insanların sahip olduğu statü, başarı ya da maddi olanakları kendisinde var olanlar ile kıyaslayabileceğini belirtmektedir. Benzer şekilde Kim ve Hupka (2002) da bireylerin bazen diğer insanların statüsünü, başarısını ya da maddi olanaklarını çekemediğini

ifade etmektedir. Bu araştırmalar, kıyaslama ve çekememe halinin kıskançlığın göstergeleri arasında olduğunu göstermektedir. Bu kıyaslama ve çekememe haline ilişkin olarak kıskançlık dışında alanyazında haset ve gıpta kavramlarından da söz edilmektedir. Van de Ven ve diğerlerinin (2009) araştırmasında haset ve gıpta kavramları kıskançlığın boyutları olarak açıklanmaktadır.

Alanyazında haset başkasının sahip olduğu nitelik, varlık ya da ilişkiye sahip olma arzusu olarak tanımlanmaktadır (Klein, 2014). Genellikle öfke ve çaresizlik duygusunun sıklıkla yaşandığı durumlarda ortaya çıkan haset (Navaro, 2011), bireylerin kendisini diğer insanlarla kıyaslaması ile ilişkilendirilmektedir (Kilbourne, 2014). Ayrıca, hasetin bireylerde düşmanca tutumları ortaya çıkardığı belirtilmektedir (Smith ve Kim, 2007). Bu düşmanca tutumlar arasında diğer insanları çekememe ve kötülüğünü isteme gibi davranışlardan söz edilebilir. Karşı tarafın kötülüğünü isteme ile ilgili olarak Van de Ven ve diğerlerinin (2015) araştırmasından örnek verilebilir. Bahsi geçen çalışmada, bireyin başına gelen bir şanssızlığa ya da başarısızlığa sevinmek haset ile ilişkilendirilmektedir. Haset eden birey, kıskanılan nesne, ilişki ya da statü kendisinde olmadığında karşı tarafta da olmamasını istemektedir.

Haset kavramının tam zıttı olan gıpta kavramı ise sözlükte bireylerin başkalarının sahip olduğu özelliğe ya da nesneye özlem duyması olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2023). Alanyazında gıpta kavramı imrenme olarak da ifade edilmektedir. Gıptanın hasetten ayrılan en temel farkı, karşı tarafın kötülüğünü arzulamamaktır (Özdemir, 2018). Gıpta eden birey, karşı tarafın başarısını ya da sahip olduğu özelliğini örnek alarak kendisinde olmasını arzu ederken karşı tarafın bu başarı ya da özelliği kaybetmesini istememektedir. Bu nedenle, toplumsal açıdan gıpta etme olumlu şekilde algılanırken haset etme olumsuz anlam taşımaktadır. Bu düşünceyi Crusius ve Lange'nin (2021) çalışması destekler niteliktedir. Bahsi geçen araştırmada gıpta kavramı bireylerin kendini geliştirmesiyle ve haset kavramı düşmanca duygular ile ilişkilendirilmiştir. Kıskançlık ise toplumda bu iki kavramın ortasında değerlendirilmektedir. Alanyazında haset ve kıskançlık arasında temel iki farklılık olduğu belirtilmektedir (örn., Demirtaş ve Dönmez, 2006; Parrott ve Smith, 1993). Bahsi geçen araştırmalarda bu farklılıklardan ilki, hasetin iki kişi arasında ve kıskançlığın üç kişi arasında gerçekleşmesidir. İkinci farklılık ise, kıskançlıkta iki kişi arasında var olan bir ilişkide üçüncü bir kişinin tehdit olarak algılanmasından söz edilirken hasette başkasının sahip olduğu imkânları, özellikleri ya da ilişkiyi arzu etmeden bahsedilmektedir. Diğer bir deyişle, kıskançlık kaybetme korkusuna ve haset etme sahip olamama temeline dayanmaktadır.

Bireyler kaybetme korkusu nedeniyle ortaya çıkabilen kıskançlığa ilişkin farklı tepkiler gösterebilir. Bu tepkiler kıskançlığın çok yönlü yapısı doğrultusunda davranışsal, duygusal ve bilişsel boyuttadır (Afifi ve Reichert, 1996; Turan-Çatık, 2021). Kıskançlığın davranışsal boyutunda verilen tepkiler kıskançlığın sergilenme biçimini ortaya koymaktadır (Guerrero, 1998). Aune ve Comstock (1997) tarafından yapılan çalışmada hırslı davranma, ön planda olmaya çalışma ve rekabet etme gibi davranışların kıskançlığın davranışsal tepkileri arasında yer aldığı belirtilmiştir. Ek olarak, alanyazında küsme, ağlama, kenara çekilme ve surat asma gibi olumsuz davranışların da kıskançlığın davranışsal tepkileri arasında olduğu bildirilmiştir (Knapp ve Vangelisti, 1992). Alanyazında yer alan diğer araştırmalarda ise kıskançlığın davranışsal tepkilerinden bir diğerinin rakibi sözlü olarak tehdit etme olduğu ifade edilmiştir (Malkoç ve Erginsoy, 2008; Sharpsteen, 1991). Tüm bu araştırmalar, kıskançlığın farklı karmaşık duygular yaşandığı için dışavurulduğunu göstermektedir.

Dışavuruma neden olan duygular incelendiğinde alanyazında kıskanç bireylerin birçok farklı duyguyu yaşadığı belirtilmiştir. Örneğin, Bevan ve Hale (2006) tarafından yapılan araştırmada kıskanç bireylerde korku, kaygı, güvensizlik ve mutsuzluk gibi duyguların ağır bastığı ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Vaidakis'in (2004) çalışmasında da kıskançlığın duygusal tepkileri arasında temelde korku ve güvensizlik olduğu açıklanmıştır. Ek olarak, alanyazında kin, nefret, öfke ve haset etme gibi hem zorlayıcı hem de karmaşık duyguların bireylerin kıskançlığına eşlik ettiği belirtilmektedir (örn., Guerrero ve diğerleri, 2005; Johnson-Laird ve Oatley, 2008; Martínez-León ve diğerleri, 2017). Bahsi geçen bütün bu araştırmalardan hareketle, kıskançlığın farklı duygusal tepkileri ortaya çıkaran karmaşık bir kavram olduğu söylenebilir.

Kıskançlığın bilişsel boyutunda ise bireyler kendisini değerlendirmeye almaktadır. Bu boyutun temelinde şüphe yer almaktadır (Pfeiffer ve Wong, 1989). Bu şüphe nedeniyle bireyler kendine dönük düşünceler geliştirmektedir (Dijkstra ve Buunk, 2002). Guerrero ve diğerlerinin (2007) araştırmasında kıskançlık yaşayan bireylerin kendisini tehdit olarak gördüğü rakibi ile kıyasladığı belirtilmiştir. Bu kıyaslama sonucunda tehdit olarak görülen rakibin daha olumlu özelliklere sahip olduğuna yönelik biliş geliştirilmesi bireyin benlik saygısını ve özgüvenini düşürmektedir (Boudreaux, 2013; Cayanus ve Booth-Butterfield, 2004). Bahsi geçen bu araştırmalarda, düşük benlik saygısı ve kendine güvenmeme sonucunda bireylerin kıskançlık duygusunu daha fazla yaşadığı bildirilmiştir. Bunun dışında, kıskançlığın bilişsel tepkileri arasında şüphenin yanı sıra saplantıdan da söz edilmektedir.

Alanyazında ilişkilerdeki saplantı ile güvensizliğin ve irrasyonel düşüncelerin tetiklendiği belirtilmektedir (Di Giuseppe ve diğerleri, 2014). Kıskanç bireylerin takıntılı düşüncelere sahip olması (Costa ve diğerleri, 2015), sağlıksız duyguları ve mantık dışı davranışları tetiklemektedir (Worley ve Samp, 2014). Bu nedenle, kıskançlığın bilişsel boyutunun davranışsal ve duygusal tepkiler açısından belirleyici rolü olduğunu söylemek mümkündür.

Kıskançlığın davranışsal, duygusal ve bilişsel açıdan birçok olumsuz tepkiyi barındırmasına rağmen alanyazında bazı işlevsel özelliklerinden de söz edilmektedir. Örneğin, Neal ve Lemay (2014) tarafından yapılan araştırmada kıskançlığın bireyleri daha fazla çalışmaya ve gayret etmeye yönlendirdiği belirtilmektedir. Benzer şekilde, Van de Ven ve diğerlerinin (2012) çalışmasında kıskançlığın kişiyi geliştirmeye yönelik güdüleyici bir yanı olduğu ifade edilmiştir. Bahsi geçen bu araştırmalarda kişinin gelişimi için kıskançlığın işlevsel olduğu belirtilmektedir. Kişisel gelişim dışında bireylerin ilişkileri açısından da kıskançlığın bazı faydaları olduğu Harris ve Darby (2010) tarafından yapılan araştırmada raporlanmıştır. Söz konusu araştırmada kıskançlığın uygun dozda sergilenmesinin ilişkileri geliştiren ve ilişkide uyumu artıran bir duygu olduğu açıklanmıştır. Benzer şekilde, Scheinkman ve Werneck'in (2010) çalışmasında aşırıya kaçmadan gösterilen kıskançlığın ilişkilerde faydalı olduğu belirtilmiştir. Tüm bu araştırmalardan hareketle kıskançlık, olumlu açıdan değerlendirildiğinde kişiyi hem bireysel hem de ilişkisel olarak iyiye yönlendiren itici bir güç olarak ifade edilebilir.

Kıskançlık olağan, yaygın ve evrensel bir duygu olmasına rağmen alanyazında bazı bireylerin daha fazla kıskançlığa eğilimi olduğu ve diğer insanlara göre daha yoğun kıskançlık yaşayabileceği belirtilmektedir (Broemer ve Diehl, 2004; Sobraske ve diğerleri, 2013). Kişiden kişiye ya da kültürden kültüre farklılık gösteren kıskançlığın hem bireysel hem de sosyal açıdan birçok nedeni bulunmakta ve bu kavram çeşitli kuramsal yaklaşımlarda ele alınmaktadır. Bu kuramsal yaklaşımlar kıskançlığın temelinde yatan sebeplerin neler olduğunu, kıskançlığın nasıl açıkladığını ve kıskanç bireylerin ne gibi özelliklere sahip olduğunu açıklamaktadır. Aşağıda başlıklar halinde detaylı şekilde kıskançlığın kuramsal çerçevesine değinilmiştir.

2.1.1. Psikanalitik Kuram ve Kıskançlık

Bu yaklaşıma göre her insan için kıskançlık kaçınılmaz ve normal duygulardan biridir (Freud, 1998). Kıskançlık duygusunun çocukluk deneyimleri ile ortaya çıktığını savunan bu

yaklaşım (Deutsch, 2006), kıskançlık yaşamayan kişilerin bu duyguyu bastırdığını ifade etmektedir (Girgin, 2018). Pines'in (2003) çalışmasında da kıskançlığın kökeninin çocukluğa dayandığı ve bu nedenle yetişkinlikteki kişilerarası ilişkilerin etkilendiği belirtilmiştir. Bu yaklaşımda kıskançlığın nedenleri arasında önemsenen ilişkiyi kaybetme ihtimali, başarılı kişinin yerinde olma isteği ve istenilen her şeyin elde edilemeyeceğinin fark edilmesinin verdiği acı yer almaktadır (Klein, 2014). Psikanalitik kurama göre *sıradan kıskançlık*, *yansıtmalı kıskançlık* ve *sanrısal kıskançlık* olmak üzere toplamda üç tür kıskançlıktan söz edilmektedir (Freud, 1998). Söz konusu çalışmada önemsenen bir bireyin, ilişkinin ya da nesnenin kaybedilme ihtimali *sıradan kıskançlık* olarak açıklanmaktadır. *Yansıtmalı kıskançlık*, bilinçdışına bastırılan dürtülerin sonucu olarak yaşanmaktadır. Bireyin kendi yapmak istediği davranış ile ilgili karşı tarafı suçlayıp kıskançlık sergilemesi olarak açıklanabilir. Son olarak *sanrısal kıskançlık* ise gerçekliği çarpıtarak paranoya davranışların sergilenmesi olarak ifade edilmektedir. Bu kuramda kıskançlık kavramının ilk kez detaylı olarak ele alınması ve kıskançlığın çocukluk deneyimlerine dayandırılarak yetişkinlikteki kişilerarası ilişkiler için öneminin ortaya konması değerlidir. Fakat bu kuramda kıskançlığın sadece bilinçdışı üzerinden incelenmesi ve kişilerarası ilişkilerde çocukluk deneyimlerine odaklanılarak ilişki dinamiklerinin göz ardı edilmesi eleştirilmektedir.

2.1.2. Bireysel Psikoloji ve Kıskançlık

Kıskançlık kavramı, Adler'in bu yaklaşımda temel kavramlar olan aşağılık duygusu ve doğum sırası ile ilişkilendirilmektedir. Adler (2010), kıskançlığın her insanın yaşamında var olan bir duygu olduğunu ifade etmektedir. Toplumsallığa ve sosyalliğe vurgu yapan bu yaklaşımda (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2014), kıskançlığın toplumda var olan olağan bir duygu olduğu belirtilmektedir (Hupka, 1981). Diğer bir deyişle, sosyalleşme esnasında bireylerin evrensel bir duygu olan kıskançlığı yaşayabileceği ifade edilmektedir. Yücel'in (2021) araştırmasında kıskançlık, aşağılık duygusundan kaynaklanan ve diğer bireyler üzerinde üstünlük kurma isteğinden dolayı yaşanan bir duygu olarak açıklanmıştır. Yörükoğlu'nun (2023) çalışmasında da doğum sırasının kıskançlığı etkileyen bir kavram olduğu belirtilmiştir. Bahsi geçen bu araştırmada, sosyalleşmenin ilk olarak ailede başladığı ve bu esnada kıskançlık duygusunun da kardeşler arasında yaşanabileceği ifade edilmiştir. Özellikle birbirine yakın yaşlarda olan kardeşlerin büyürken rekabet ederek kıskançlık yaşayabileceği alanyazında belirtilmiştir (Dillon, 2013). Bu kapsamda, bu yaklaşımı

benimseyen ruh sağlığı çalışanları kıskançlık çalışırken aşağılık duygusu ile doğum sırasını dikkate alarak hareket edebilir.

2.1.3. Kişilerarası İlişkiler Kuramı ve Kıskançlık

Sullivan'ın kuramında kıskançlık ile haset kavramları incelenmiştir. Kişilerarası İlişki Kuramına göre hasetin de kıskançlığın da temelinde yetersizlik duygusu olduğundan söz edilmektedir (Mathes, 1992). Bu yaklaşıma göre haset kavramı, başkasına ait olan bir şeye göz koymak olarak tanımlanmıştır (Sullivan, 2013). Bireyin kendisini yetersiz hissetmesi nedeniyle haset duygusunu yaşadığı ve toplumda saygın bir statüye gelindiği takdirde bu duyguyla baş edilebileceğine inandığı belirtilmiştir (Mathes, 1992). Kıskançlık ise daha çok kendini ilişkilerde göstermektedir. Üç kişi arasında yaşanan kıskançlık, önemsenen kişinin başka bir kişi ile yakın olması sonucunda ortaya çıkmaktadır. Bu kuram, hem kıskançlık hem de haset duygusu için temel olarak yetersizlik hissinin çözümlenmesi gerektiğini savunmaktadır. Ayrıca, bireylerin olgunlaşmasının kişilerarası ilişkileri kuvvetlendirebileceğinden ve dolayısıyla kıskançlığın daha az yaşanabileceğinden alanyazında bahsedilmektedir (Demirtaş ve Dönmez, 2006).

2.1.4. Antropolojik Kuram ve Kıskançlık

Margaret Mead'ın bu kuramında kıskançlık toplumsal açıdan değerlendirilmektedir. Mead (1977) tarafından yapılan araştırmada kıskançlığın bireylerin öz saygısına yönelik tehditler nedeniyle yaşandığı belirtilmektedir. Bu yaklaşımda kıskançlığın bireylerin kendisine güvenmemesi ve kendisini yetersiz görmesi nedeniyle yaşandığı ifade edilmektedir (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Bu bağlamda, bireylerin özgüven ve öz yeterlik düzeyinin artırılması kıskançlık ile baş etmede etkili olabilir.

2.1.5. Evrimsel Yaklaşım Kuramı ve Kıskançlık

Bu kuramda Pines (2003) kıskançlığın doğuştan geldiğini ifade etmektedir. Kıskançlığın her kültürde söz konusu olduğu ve toplumun kültürel etkisi ile şekillendiği alanyazında yer almaktadır (Hupka, 1981). Bu kuram, kıskançlığın evrimsel nedenleri olduğunu savunmakta ve temel dayanağın neslin devamlılığı olduğunu vurgulamaktadır. Bu nedenle alanyazında ilişkiyi tehdit eden başka kişinin algılanması sonucunda kıskançlığın yaşanmasının olağan olduğu belirtilmiştir (Girgin, 2018). Benzer şekilde, Buss ve Abrams'ın (2017) araştırmasında da kıskançlığın soyun devam etmesi nedeniyle ortaya çıkan olağan bir tepki

olduğu raporlanmıştır. Kenrick ve Trost (1997) tarafından yapılan araştırmada ise insanların içgüdüsel olarak ilişkilerini korumak için kıskançlık davranışı sergileyebileceği ifade edilmiştir. Tüm bu araştırmalardan hareketle, bu yaklaşımda kıskançlığın insan yaşamının temel bir parçası olduğu söylenebilir. Bunun dışında, bu kuramsal yaklaşımda kıskançlığa ilişkin olarak cinsiyet farklılıkları incelenmektedir (Cramer ve diğerleri, 2001). Bahsi geçen araştırmada kıskançlık tepkilerinin kadın ve erkeklerde farklılık gösterdiği raporlanmıştır. Ek olarak, doğuştan gelen özelliklerden dolayı kadın ve erkeklerin kıskançlığa ilişkin farklı bakış açısı geliştirdiği belirtilmiştir.

2.1.6. Bilişsel Olgusal Kuram ve Kıskançlık

Lazarus'un (1966) kuramsal yaklaşımından yola çıkarak kıskançlık kavramını ilk kez White (1981) ele almıştır. Bu yaklaşıma göre bireyler önemsediği bir ilişkiyi ya da kişiyi başka birisine kaptıracağını düşünerek hareket etmekte ve kıskançlık olgusu ortaya çıkmaktadır. Bu kurama göre bireylerin kıskançlık yaşamasında tehdit olarak görülen bir rakip bulunmaktadır. Bu tehdit algısının devam etmesi kıskançlığın sürmesine neden olacağı için algının değiştirilmesi gerekmektedir. Bunun dışında, bilişsel yaklaşım boyutunda Ellis ve Weinstein (1986), kıskançlığın mantık dışı düşünceler ile kendini göstermesinin irrasyonel kıskançlık olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle, bireylerin bilişsel süreçlerinin değerlendirilerek irrasyonel düşünce yapısının değiştirilmesi kıskançlık ile baş etmede etkili olabilir.

2.1.7. Sosyal Karşılaştırma Kuramı ve Kıskançlık

Festinger'in 1954 yılında geliştirdiği bu sosyal psikoloji kuramının temelinde bireyin kendini değerlendirmesi yatmaktadır. İnsanlar kendilerini değerlendirmek için evrensel bir dürtüye sahiptir ve genellikle diğer insanlar ile karşılaştırma yapma eğilimindedir (Teközel, 2007). Bireylerin kıskançlık duygusu sosyal karşılaştırma sürecinde kendini göstermektedir. Yaşam içinde bireyler kendilerini diğer insanlarla karşılaştırırken genellikle belli referanslar seçmektedir (Dijkstra ve diğerleri, 2010). Örneğin, akademik başarı açısından bireyler kendilerine bir hedef kişi belirleyebilir ve kendi akademik başarısını belirlenen kişinin akademik başarısı ile kıyaslayabilir. Bu referanslar ile bireyin kendisini karşılaştırması olağan bir durum olsa da alanyazında aşırı düzeyde başkalarıyla kıyasa girmenin sağlıklı bir durum olmadığı belirtilmektedir (Goleman ve diğerleri, 2006). Bu nedenle, bu kuramsal

yaklaşımda kıskançlığın temelini aşırı düzeyde kıyas ve rekabet oluşturmaktadır. Kıskançlık ile baş etmede bu sosyal karşılaştırmaların aşırılığından kaçınılması önerilebilir.

2.1.8. Eşitlik Teorisi ve Kıskançlık

Adams'ın (1963) ortaya çıkardığı bu teori, Festinger'in Sosyal Karşılaştırma Kuramı ile benzerlik göstermektedir. Bu teori kapsamında temel olarak bireyler çalışma ortamında ya da sosyal ortamda kendini başka insanlarla karşılaştırmaktadır. Bu karşılaştırmalarda adaletsizlik olması bireylerde kıskançlığı tetikleyebilir. Örneğin, aynı işi yaptığın bir akranına göre daha az ödüllendirilmek akran kıskançlığı yaşanmasına neden olabilir. Özellikle karşı tarafın haksız bir şekilde avantaj elde ettiğinin düşünülmesi kıskançlık düzeyinin daha da artmasına neden olmaktadır (Özdemir, 2018). Olumlu açıdan değerlendirildiğinde, kıskançlık yaşayan bireyler daha fazla gayret göstererek eşitliği sağlamaya çalışabilir. Fakat bazı durumlarda bireyler eşitsizliğin giderilmeyeceğini düşünerek pes edebilir ve bu kıskançlık hem hayal kırıklığını hem de öfkeyi tetikleyebilir.

2.1.9. Transaksiyonel Yaklaşım ve Kıskançlık

Bu yaklaşım, kıskançlığa ilişkin farklı bir bakış açısının kazandırılmasını sağlamıştır (Bringle, 1995). Bu yaklaşıma göre bireylerin değerleri, inançları, yaşam tecrübeleri ve kişilik özelliklerinin tümü kıskançlığın belirleyicileri arasında yer almaktadır (Demirtaş ve Dönmez, 2006). Ayrıca, Güngör-Houser'in (2009) çalışmasında ilişkilerde bağlılığın, uyarılmaya eğilimliliğin ve güvensizliğin kıskançlık duygusunu ortaya çıkardığı raporlanmıştır. Transaksiyonel yaklaşımda kıskançlık, üçüncü bir kişinin tehdit olarak gündeme gelmesiyle ortaya çıkmaktadır (Bringle ve Buunk, 1985). Ortaya çıkan bu kıskançlık "*kuşkucu kıskançlık*" ve "*tepkisel kıskançlık*" olarak ikiye ayrılmaktadır (Buunk ve Massar, 2022). Bahsi geçen bu araştırmada *kuşkucu kıskançlık*, saplantının olduğu ve güvensizliğin yaşandığı kıskançlık türüdür. *Tepkisel kıskançlık* ise daha çok davranışsal boyutta olan kıskançlık türüdür. Bu yaklaşımda sadece romantik ilişkilerdeki kıskançlık değil, bireylerin tüm kişilerarası ilişkilerindeki kıskançlık incelenmektedir.

Yukarıda görüldüğü üzere kıskançlık birçok farklı kuramsal yaklaşımda ele alınmıştır. Bununla birlikte alanyazında kıskançlığın farklı türlerine rastlanmaktadır. Bu türlerden biri olan ve alanyazında detaylı şekilde incelenmemiş olan akran kıskançlığına ilişkin detaylı bilgi aşağıda sunulmuştur.

2.2. Akran Kıskançlığı

Bu araştırmanın birinci bölümünde de ifade edildiği gibi akran kıskançlığı ile arkadaş kıskançlığı kavramları alanyazında sıklıkla birbirlerinin yerine kullanılmaktadır (Kraft ve Mayeux, 2018; Runions ve diğerleri, 2021). Alanyazında yer alan bu iki kavramın teorik açıdan birbirlerine yakın kavramlar olduğu ve her iki kavramda da bireylerin benzer karmaşık duyguları yaşadığı belirtilmiştir (Blomquist, 2014). Birbirlerine yakın kavramlar olmasına rağmen alanyazında arkadaş kıskançlığının akran kıskançlığına göre nispeten daha fazla araştırmaya konu olduğu ve daha detaylı incelendiği saptanmıştır (örn., Akan, 2019; Burkett, 2009; Ingram, 2018; Mylecraine, 2012; Voulgaridou ve Kokkinos, 2020). Akran kıskançlığının araştırmalarda yeterince ele alınmaması net bir tanımının yapılamamasına ve akran kıskançlığına ilişkin özelliklerin açıkça ortaya konamamasına neden olmuştur. Bu nedenle, akran kıskançlığının tanımlanması ve özelliklerinin ortaya konması amacıyla bu araştırmada arkadaş kıskançlığı kavramı üzerinden akran kıskançlığı uyarlanarak kavramsallaştırılmıştır.

Akran kıskançlığı, bireylerin kendi yaş grubundaki kişilerde olan bir nesneye, statüye, başarıya veya ilişkiye sahip olmayı istemesi ya da sahip olduğu nesneye, statüye, başarıya veya ilişkiye yönelik kendi yaş grubundaki kişileri tehdit olarak algılaması sonucunda ortaya çıkan karmaşık duygudur. Akranlara yönelik yaşanan bu karmaşık duyguya öfke, mutsuzluk, çaresizlik ve korku gibi zorlayıcı duygular eşlik edebilir. Bu zorlayıcı duyguların kıskançlığın hemen hemen her türünde görülmesi olağandır (Zandbergen ve Brown, 2015). Kıskançlık ile birlikte kendini gösteren bu zorlayıcı duyguların kişilerarası ilişkilerde can sıkıcı bir durum yarattığı alanyazında ifade edilmektedir (Miceli ve Castelfranchi, 2007). Bu nedenle, akran kıskançlığına eşlik eden bu duygular bireylerin psikolojik sağlığını ve sosyal ilişkilerini olumsuz şekilde etkileyebilmektedir.

Alanyazında arkadaş kıskançlığının çocukluktan başlayarak her yaş döneminde gözlemlendiği belirtilmektedir (Parker ve diğerleri, 2010). Kişilerarası ilişkilerde her bireyin yaşayacağı doğal bir duygu olan bu kıskançlık, özellikle bir rakibin tehdit olarak algılanması sonucunda tetiklenmektedir (Kim ve diğerleri, 2017). Bu tetiklenme sonucunda aşırı düzeyde kıskançlık yaşanması kişilerarası ilişkilere zarar vermektedir. Casper ve Card (2010) tarafından yapılan araştırmada kıskançlığın aşırı düzeyde olmasının arkadaşlığın sonlanmasına neden olacağı vurgulanmıştır. Benzer şekilde, Gatzeva ve Paik'in (2011) çalışmasında da kıskançlığın arkadaşlık kalitesini olumsuz etkileyebileceği belirtilmiştir. Bu

araştırmalar, aşırı düzeyde yaşanan kıskançlığın kişilerarası ilişkileri bozabileceğini göstermektedir.

Tıpkı arkadaş kıskançlığı gibi akran kıskançlığı da çocukluktan itibaren kişilerarası ilişkilerde gözlemlenen ve genellikle üçüncü bir kişiyi tehdit olarak algılama sonucunda kendini gösteren bir duygudur (Pronk ve Zimmer-Gembeck, 2010). Akran kıskançlığının da aşırı düzeyde yaşanması bireyin ruh sağlığına olumsuz yansıyabilir. Alanyazın incelendiğinde, akran kıskançlığını aşırı düzeyde yaşayan bireylerin iyilik halinin ve yaşamdan aldığı doyumun azaldığı raporlanmıştır (Deutz ve diğerleri, 2014). Bununla birlikte, akran kıskançlığının sosyal ilişkiler üzerinde de etkisi bulunmaktadır. Çocuklukta ilk sosyalleşmenin aile içinde olduğu göz önüne alındığında akran kıskançlığının ailede başlayabileceği düşünülebilir. Bu düşünceyi Dillon (2013) tarafından yapılan araştırma desteklemektedir. Bahsi geçen çalışmada, birbirine yakın yaşlarda olan kardeşlerin akran olduğu ve rekabet ederek akran kıskançlığı yaşayabilecekleri ifade edilmiştir. Diğer bir deyişle, bireyler ilk akran kıskançlığı deneyimini yaşı kendisine yakın olan kardeşini bir rakip olarak görüp tehdit olarak algıladığında yaşayabilir.

Genellikle benzer sosyal çevrelerdeki kişiler arasında akran kıskançlığı yaşanmaktadır. Bahsi geçen bu sosyal çevreyi bazen bir arkadaş ortamı bazen bir aile ortamı bazen de okul veya iş ortamı oluşturmaktadır. Tüm bunların yanı sıra günlük yaşam içerisinde herhangi bir sosyal ortamda da bireyler akran kıskançlığını kendi yaş grubundaki tanımadığı kişilere yönelik yaşayabilmektedir. Yaşanması olağan olan bu kıskançlık türünün birçok farklı sebepten kaynaklandığı alanyazında ifade edilmektedir (örn., Özkoç ve Çalışkan, 2015; Waldrop ve Halverson, 1975). Bahsi geçen bu araştırmalarda bireylerin sıklıkla akranlarının sosyal statüsünü, ekonomik durumunu, yaşamdaki başarısını, gördüğü ilgiyi, yeterlik düzeyini, toplumdaki popülaritesini ve yaşadığı ilişkilerini kıskandığı raporlanmıştır. Bireylerin bir şeyi elde etmeyi çok istemesinden (Özdemir, 2021) ya da bir şeyi kaybetme korkusu yaşamasından (Krems ve diğerleri, 2022) dolayı akran kıskançlığı ortaya çıkabilir. Örneğin, önemsediği ilişkide bir akranını tehdit olarak algılayan birey akran kıskançlığı yaşayabilir. Benzer şekilde, akranının yaşamdaki başarısını kıskanan bir birey bu başarıya kendisinin de sahip olmasını isteyebilir.

Alanyazında evrensel bir duygu olarak ifade edilen akran kıskançlığı (Goyal, 2014; Worley ve Samp, 2014), çok boyutlu bir kavramdır. Parker ve diğerleri (2010) tarafından yapılan araştırmada arkadaş kıskançlığının davranışsal, duygusal ve bilişsel olmak üzere üç

boyutu olduğu belirtilmiştir. Benzer boyutlardan Blomquist'in (2014) çalışmasında da söz edilmiştir. Bu araştırmalardan hareketle akran kıskançlığı için de bu üç temel boyuttan söz etmek mümkündür. Bireylerin akran kıskançlığını değerlendirirken davranışsal, duygusal ve bilişsel boyutunun kapsamlı şekilde ele alınması önemlidir.

Akran kıskançlığının davranışsal boyutunda bireyler kendi yaş grubundaki diğer insanlara göre daha yüksek başarıya sahip olma, herhangi bir konuda hırslı olup rekabet etme, başkasının yerinde olma gibi davranışlar sergileyip ön planda olmaya ve dikkat çekmeye çalışabilir. Ayrıca, bir gruba ait olmayı isteyen bireylerde akran kıskançlığı daha fazla yaşanabilir. Bu düşünceyi Pratt ve George'nin (2005) araştırması desteklemektedir. Bahsi geçen çalışmada bireylerin daha fazla arkadaşı olan ya da farklı grupların üyesi olan akranlarını kıskandığı ifade edilmiştir. Bireylerin aşırı düzeyde kendisini diğer insanlar ile karşılaştırması da akran kıskançlığının davranışsal boyutunda yer almaktadır. Visconti ve diğerlerinin (2013) çalışmasında sıklıkla sosyal karşılaştırma yapan bireylerin daha fazla akran kıskançlığı yaşadığı raporlanmıştır. Benzer şekilde, Lennarz ve diğerleri (2017) tarafından yapılan araştırmada da hem kadınların hem de erkeklerin sosyal karşılaştırma yapmaya ve kıskançlık yaşamaya eğilimli olduğu açıklanmıştır. Bu araştırmalar dışında, akran kıskançlığının davranışsal boyutunda saldırganlıktan söz edilmektedir. Runions ve diğerlerinin (2021) araştırmasında akran kıskançlığının saldırganlığı tetiklediği raporlanmıştır. Yapılan başka araştırmalarda da arkadaş kıskançlığı ile ilişkisel saldırganlık arasında ilişkiden bahsedilmiştir (Culotta ve Goldstein, 2008; Kokkinos ve diğerleri, 2020; O'Mealey, 2021). Alanyazında yer alan güncel bir araştırma, akran ya da arkadaş kıskançlığının davranışsal boyutunun kişilerarası ilişkiler üzerinde etkili olduğunu kanıtlamıştır (Krammer ve diğerleri, 2023). Bahsi geçen çalışmada bu tür kıskançlıkların arkadaşlık gelişimine engel olduğu vurgulanmıştır. Tüm bu araştırmalar, akran kıskançlığının davranış boyutunun kişilerarası ilişkiler açısından önemini ortaya koymaktadır.

Akran kıskançlığının duygusal boyutunda ise yukarıda da belirtildiği üzere öfke, korku, çaresizlik ve mutsuzluk gibi duygular sıklıkla yaşanabilir. Mylecraine (2012) tarafından yapılan araştırmada kıskançlığın temelindeki en temel duygunun korku olduğu ifade edilmiştir. Bu korku, bireyin önemsediği bir arkadaşlık ilişkisini başka bir akranına kaybetme ihtimalinden ortaya çıkmaktadır. Marks ve diğerlerinin (2015) çalışmasında da benzer şekilde arkadaş kıskançlığı yaşayanların arkadaşlarını kaybetmekten korkanlar

olduğu vurgulanmıştır. Bu duygulara ek olarak bireyler kendi yaş grubundaki kişiler ile kendisini kıyaslayabilir ya da sahip olamadığı bir nitelik ile ilgili haset edebilir. Bireyler haset ederek kendi sahip olamadığı bir nesnenin, özelliğin ya da ilişkinin kendi akranında da olmamasını isteyebilir. Bunun dışında, alanyazında arkadaş kıskançlığı yaşayan bireylerin duygularını kontrol etmekte güçlük çekebileceğini ifade edilmiştir (Akan, 2020). Kochel ve diğerlerinin (2012) çalışmasında da akran ilişkilerinde kıskançlığın duygusal sıkıntı yarattığı raporlanmıştır. Bahsi geçen bu araştırmalardan hareketle, akran kıskançlığı yaşayan bireylerde zorlayıcı duygusal tepkilere sıklıkla rastlanabilir.

Son olarak akran kıskançlığının bilişsel boyutunda bireyler kendisini değerlendirmekte ve kendisine yönelik düşünceler geliştirebilmektedir. Kendi yaş grubundaki insanlara göre değerlendirme yapan bireyler bu süreçte kendisini yetersiz bulduğu ve özgüven problemi yaşadığı takdirde daha fazla akran kıskançlığı yaşayabilir. Bu kanıyı Baumeister ve Twenge'nin (2003) araştırması destekler niteliktedir. Bahsi geçen çalışmada öz yeterlik düzeyi düşük düzeyde olan bireylerin daha yüksek kıskançlık yaşadığı belirtilmiştir. Benzer şekilde, Goyal (2014) tarafından yapılan çalışmada akran kıskançlığı yaşayan bireylerin yetersizlik algısına sahip olduğu ve üstünlük kurma düşüncesiyle hareket ettiği vurgulanmıştır. Lavallee ve Parker'ın (2009) çalışmasında da arkadaşlığa dair tekrarlayıcı olumsuz düşüncelerin kıskançlık duygusunu artırdığı raporlanmıştır. Tüm bu araştırmalar, bireylerin bilişsel sürecinin ve kendisine yönelik algısının akran kıskançlığı üzerinde belirleyici rol oynadığını göstermektedir.

Yukarıda görüldüğü üzere çok boyutlu bir kavram olan akran kıskançlığının bireylerin ruh sağlığı ve sosyal ilişkileri için önemli olduğu ifade edilebilir. Tıpkı akran kıskançlığı gibi benlik saygısının da bireylerin hem ruh sağlığı hem de kişilerarası ilişkileri üzerinde önemlisi etkisi bulunmaktadır. Alanyazında akran kıskançlığıyla da ilişkili olabileceği düşünülen bu kavram ile ilgili aşağıda detaylı bilgi paylaşılmıştır.

2.3. Benlik Saygısı

Benlik saygısına ilişkin detaylı bilgi paylaşılmadan önce benlik kavramının anlaşılması gerekmektedir. Benlik, alanyazında birçok araştırmaya konu olan ve bu çalışmalarda çeşitli tanımları yapılan bir kavramdır. Örneğin, Shavelson ve diğerleri (1976) tarafından yapılan çalışmada bireylerin kendisine yönelik düşünceleri ve kendisini algılama biçimi benlik olarak tanımlanmıştır. Hattie (2014) tarafından yapılan benzer bir tanımda ise benlik,

bireylerin çevresiyle etkileşimi sonucunda kendisine yönelik duygusu, düşüncesi, algısı ve yorumu olarak ifade edilmiştir. Alanyazında benliğin bireylerin davranışlarını düzenlemeye yarayan ve bireyi harekete geçiren dinamik bir sistem olduğu belirtilmiştir (Gerrig ve Zimbardo, 2012). Tüm bu tanımlardan hareketle benliğin bireylerin davranışlarını etkileyen temel kavramlardan biri olduğu söylenebilir.

Alanyazında "*kendilik*", "*öz*" ya da "*öz değer*" olarak da kullanılan (örn., Cervone ve Pervin, 2016; Sharf, 2014) benlik kavramı, birçok kuramsal yaklaşımda incelenen temel kavramlar arasında yer almaktadır. Freud'un psikanalitik yaklaşımında insan kişiliğini açıklamak için yapısal model geliştirilmiştir. Bu yapısal model ego (benlik), id (alt benlik) ve süperego (üst benlik) olmak üzere üç kavram üzerinden açıklanmaktadır (Murdock, 2013). Bu kuramda benlik kavramı egoya karşılık gelmektedir (Burger, 2006). Kişiliğin karar verici organı olan ego (benlik), gerçeklik ilkesine göre çalışan ve alt benlik ile üst benlik arasında dengeyi kuran roldedir (Geçtan, 2006). Freud gibi Jung'un analitik psikoloji yaklaşımında da benlik kavramı ele alınmıştır. Jung'a (2001) göre benlik, bireyin potansiyelini kullanan kişi olmasını sağlayan enerji kaynağıdır. Bu yaklaşımda bireylerin psikolojik yapısının düzenleyici parçasının benlik olduğu ifade edilmektedir (Cervone ve Pervin, 2016).

Adler'in bireysel psikoloji yaklaşımında ise benlik, bireylerin yaşamını anlamlı hale getiren ve kişinin karar verme yeteneğini sağlayan bir yapı olarak açıklanmıştır (Sharf, 2014). Bu kuramsal yaklaşımda, bireylerin üstünlük arayışına girmesi sonucunda benlik, üstünlük kurabileceği alanlara yönelmektedir. Bu kavram Adler'in yaklaşımında "*yaratıcı benlik*" olarak isimlendirilmiştir. Yaratıcı benlik ile bireylerin aşağılık duygusu ile baş edebilmesinin daha kolay olacağı ifade edilmektedir (Sarıkaya, 2015). Bu yaklaşıma göre sadece bireyin iç dünyası değil çevrede gerçekleşen olaylar da benliği etkilemektedir (Yılmaz, 2018).

Benlik ile ilgili temel yaklaşımlardan bir diğeri Rogers'a aittir. Fenomenolojik benlik yaklaşımında benlik, bireyin kendisine yönelik düşünceleri ve inançları olarak ifade edilmiştir (Rogers, 1959). Benliğin yaşam boyunca değişime ve gelişime açık olduğunu vurgulayan bu yaklaşımda (Yanbastı, 1996), ideal benlik ve gerçek benlik olmak üzere iki kavramdan söz edilmektedir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2014). Alanyazında gerçek benlik, bireyin yaşamda edindiği tecrübelerden ortaya çıkan benliktir. İdeal benlik ise, bireyin ulaşmayı arzuladığı benlik olarak tanımlanmaktadır (Feist ve Feist, 2006). Rogers'ın

yaklaşımında bu iki benliğin birbirine uyumlu ve yakın olması bireyin ruhsal olarak daha sağlıklı olduğuna işaret etmektedir (Higgins, 1987). Alanyazında bu iki kavramı Horney'in kuramsal yaklaşımında da görmek mümkündür. Horney'in yaklaşımında benlik bütünlüğünün sağlanması için gerçek benlik ile ideal benliğin birbirine yakın olması ve bireyin kendine yabancılaşmaması gerektiği vurgulanmaktadır (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2014). Ayrıca, bu yaklaşıma göre ideal benliğe uygun olmayan davranışların sergilenmesi bireylerde benlik çatışması yaratabilmektedir (Geçtan, 2006). Sağlıklı benlik gelişimi için bu yaklaşımda destekleyici ebeveyn tutumunun ve güçlü kişilerarası ilişkilerin önemi vurgulanmaktadır (Burger, 2006).

Sullivan'ın kişilerarası ilişki yaklaşımında da sağlıklı benlik gelişiminin kişilerarası sosyal ilişkilere dayandığı ifade edilmektedir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2014). Güçlü ve sağlıklı kurulan kişilerarası ilişkilerin bireylerin benlik gelişimine olumlu yansımaları olduğu belirtilmektedir (Kadıoğlu, 2014). Ayrıca, bu yaklaşımda "*iyi ben*", "*kötü ben*" ve "*ben olmayan ben*" olmak üzere üç tür benlikten söz edilmektedir (Burger, 2006). "*İyi ben*", çocukluktan itibaren gelen ve kişiyi hem iyi hem de güvende hissettiren yöndür. "*Kötü ben*" ise, yine çocukluktan itibaren gelen ve kişide kaygı yaratan benlik halidir. Bu iki benlik hali de bireyin bilinç düzeyinde yer alırken, "*ben olmayan ben*" benlik hali bilinçdışı düzeyde bulunmaktadır (Sullivan, 2013). "*Ben olmayan ben*" benlik hali, bireyin tehdit edici olarak algıladığı kabul etmediği düşünceleri barındırmaktadır (Burger, 2006).

Benlik kavramına ilişkin yukarıda bahsi geçen tüm kuramsal açıklamalar, bu kavramın bireylerin yaşamında kapsayıcı ve önemli bir kavram olduğunu ortaya koymaktadır. Doğumdan itibaren başlayan ve yaşam boyu devam eden bu dinamik kavram, bireylerin kendisini anlaması ve keşfetmesi açısından önemlidir. Alanyazında benlik kavramı ile ilişkilendirilen ve çok sayıda araştırmada ele alınan bir diğer kavram benlik saygısıdır.

Benlik saygısı, bireylerin yaşamlarını değerlendirmesi sonucunda kendilerine atfettiği yeterlilik, değerlilik ve önemlilik hissidir (Coopersmith, 1967). Pierce ve Gardner'in (2004) araştırmasında ise benlik saygısı bireylerin yaşamlarına yönelik yapmış oldukları öz değerlendirme olarak tanımlanmaktadır. Benzer şekilde Baldwin ve Sinclair'in (1996) çalışmasında da benlik saygısının kişinin kendisi hakkındaki öznel değerlendirmesi olduğu belirtilmiştir. Kişinin kendisine ne kadar değer verdiğiyle ilişkili olan benlik saygısı (Baumeister ve diğerleri, 2003), bireyin kendisine yönelik izlenimini değerlendirmesidir (Kanning ve Hill, 2012). Alanyazında yer alan tüm bu tanımlardan hareketle, bireylerin

kendisinden memnun olma ve kendisini değerli görme durumu benlik saygısı olarak tanımlanabilir.

Rogers'ın yaklaşımında ifade edilen gerçek benlik ve ideal benlik kavramları benlik saygısı düzeyinin değerlendirilmesinde önemli görülmektedir. Bireylerin gerçek benliği ile ideal benliği arasındaki farkın değerlendirilmesiyle ortaya çıkan memnuniyet veya memnuniyetsizlik düzeyi benlik saygısını ortaya koymaktadır (Pişkin, 2003). Diğer bir ifadeyle, bireylerin kendisini algıladığı düzey ile olmak istediği düzey arasındaki fark benlik saygısının derecesini belirlemektedir. Her birey için benlik saygısı derecesi farklılık göstermektedir. Bu derecenin farklılık göstermesi benlik saygısının gelişimi ile ilgilidir. Krause ve diğerleri (2019), bireylerin yaşamda zorluklarla baş etmeye devam etmesi ve kendine verdiği değeri koruyabilmesi için benlik saygısını geliştirmeye ihtiyacı olduğunu belirtmiştir. Alanyazında benlik saygısının gelişiminde dört faktörün önemli olduğunu raporlanmıştır (Coopersmith, 1967). Bu faktörlerden ilki, bireyin yaşamında önemli gördüğü kişilerden kabul edici davranışları sıklıkla görmesidir. İkincisi, bireyin yaşamdaki sosyal statüsüdür. Üçüncüsü, bireyin yaşamda belirlediği hedeflerin birçoğuna ulaşmış olmasıdır. Sonuncusu ise, bireyin çevresinden çok sayıda olumlu geri bildirim almasıdır. Bu dört faktör, bireylerin benlik saygısının yüksek düzeyde olmasını sağlayabilecek araçlar olarak sıralanabilir.

Alanyazında hem yüksek benlik saygısına hem de düşük benlik saygısına ilişkin birçok bulgudan söz edilmektedir. Örneğin, Baumeister ve diğerleri (2003), yüksek benlik saygısına sahip bireylerin kendileriyle ilgili olumlu algıya sahip olduğunu ve düşük benlik saygısına sahip bireylerin kendileriyle ilgili olumsuz tutum geliştirdiğini belirtmiştir. Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin psikolojik sağlığının daha iyi olduğu (Branden, 1994), yaşam içindeki zorluklarla daha kolay başa çıktıkları (Yelsma ve Yelsma, 1998), kendi yetenek ve becerilerinin farkında oldukları (Kavanagh ve Scrutton, 2015) ve azimli olup üretken oldukları (Coleman ve Hendry, 1990) daha önceden yapılan araştırmalarda raporlanmıştır. Ek olarak, Plummer (2011) tarafından yapılan çalışmada yüksek benlik saygısına sahip bireylerin rekabet etmekten kaçınmayan ve başladığı işi bitirmek için uğraşan kişiler olduğu belirtilmiştir. Ayrıca yapılan farklı araştırmada bu bireylerin yaşamı daha anlamlı bulduğu ve yüksek yaşam kalitesine sahip olduğu vurgulanmıştır (Tafarodi ve diğerleri, 2010). Turnage ve diğerleri (2012) tarafından yapılan çalışmada ise benlik saygısı yüksek düzeyde olan bireylerin daha kolay arkadaşlık ilişkisi kurduğu ve daha hızlı sosyalleştiği

vurgulanmıştır. Orth ve Robins (2014) de kişilerarası ilişkiler kurmaya gayret eden, açık ve katılımcı kişilerin daha yüksek benlik saygısına sahip olduğunu belirtmiştir. Benzer bulgu Xie'nin (2020) güncel çalışmasında elde edilmiştir. Bahsi geçen araştırmada benlik saygısının artmasının sosyal ilişkileri güçlendirdiği açıklanmıştır. Bu sosyal ilişkilerin güçlenmesi benlik saygısı yüksek düzeyde olan bireylerin kendisini toplumun değerli bir parçası olarak görmesi ile ilişkilidir (Rosenberg, 1986).

Düşük benlik saygısına sahip bireylerin özellikleri incelendiğinde, bu kişilerin dünyaya daha olumsuz pencereden baktıkları ve geleceğe yönelik daha fazla kaygı duydukları raporlanmıştır (Orth ve diğerleri, 2012). Ek olarak, Leary'nin (1999) araştırmasında bu kişilerin psikolojik açıdan zorlandıkları ve hem duygusal hem de davranışsal problemleri daha sık yaşadıkları ifade edilmiştir. Benzer şekilde Duchesne ve diğerlerinin (2017) çalışmasında da düşük düzeyde benlik saygısının daha yüksek psikolojik sıkıntıya işaret ettiği belirtilmiştir. Bunun dışında, benlik saygısının düşük olması bireylerin kendisini güçsüz ve çaresiz hissetmesine neden olmaktadır (Swann ve diğerleri, 2007). Bu yüzden, bu kişiler başladığı bir işi karşılaştığı ilk zorlukta bırakmaya eğilimlidir (Guindon, 2010; Kaynak ve diğerleri, 2022). Rosenberg ve Owens (2001) tarafından yapılan araştırmada ise bu kişiler övgü kabul etmekte zorlanan, kendilerine yönelik sert eleştiriler yapan ve rekabete girmeyip içine kapanan tipler olarak raporlanmıştır. Benzer bulguya Harris'in (2009) çalışmasında da rastlanmıştır. Bahsi geçen araştırmada düşük düzeyde olan benlik saygısının bireylerde utangaçlığı etkilediği açıklanmıştır. Alanyazında düşük benlik saygısına sahip bireylerin kendilerini yetersiz gördüğü (Fennell, 1997), sorunlarla başa çıkma konusunda zorlandığı (Bartoletti, 2006) ve kendilerini geliştirme ile ilgili konulardan kaçındığı (Donnellan ve diğerleri, 2005) belirtilmiştir. Ayrıca, yakın ilişkiler kurmakta zorlanan ve sosyalleşme konusunda problem yaşayan bireylerin benlik saygısının düşük düzeyde olduğu ifade edilmiştir (Leary ve Baumeister, 2000). Düşük benlik saygısının kıskançlık ile ilişkili olduğu da yapılan çalışmaların bulgularında yer almıştır (örn., Harmon-Jones ve diğerleri, 2009; Stieger ve diğerleri, 2012). Bahsi geçen bu çalışmalarda benlik saygısı düşük düzeyde olan bireylerin daha fazla kıskançlık eğilimi gösterdiği raporlanmıştır. Yukarıda bahsi geçen tüm bu araştırmalar, bireylerin yaşamında benlik saygısı düzeyinin düşük ya da yüksek olmasının ne kadar önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Alanyazında benlik saygısının boyutlarına ilişkin farklı görüşler olduğu görülmektedir. Örneğin, Tafarodi ve Swann (1995) tarafından yapılan araştırmada benlik saygısının

"*kendini sevme*" ve "*öz-yeterlik*" olmak üzere iki boyutu olduğu belirtilmiştir. Kendini sevme boyutu, bireyin kendisine değer vermesi ve kendi davranışlarını onaylaması şeklinde açıklanmaktadır. Öz-yeterlik boyutu ise, bireyin kendisini herhangi bir işe yönelik yeterli ve kontrollü hissetmesi olarak ifade edilmektedir. Bu yaklaşıma göre kendisini seven ve kabul eden bireylerin sosyal yaşam içinde daha olumlu algıya sahip olması beklenmektedir (Blatt ve Zuroff, 1992). Öz-yeterlik boyutu açısından ise, bireyin yaşam hedeflerine ulaşması için bu boyutun yüksek olması gerektiği belirtilmektedir (Tafarodi ve diğerleri, 2010). Bu yaklaşımda her iki boyut birbirinden ayrı gibi görünse de aslında birbirleriyle ilişkilidir. Bireylerin bu iki boyut üzerinden kendisini değerlendirmesi sonucunda bir benlik saygısı düzeyi ortaya çıkmaktadır.

Guindon (2002) tarafından yapılan çalışmada ise benlik saygısı üç boyutlu olarak açıklanmıştır. Bu boyutlar sırasıyla "*kendilik değeri*", "*seçilmiş kendilik değeri*" ve "*genel kendilik değeri*" olarak ifade edilmiştir. Kendilik değeri boyutu, bireyin benlik kavramının içinde yerleşmiş olan duyuşsal yargılardan meydana gelmektedir. Bireylerin diğer insanlardan aldığı dönütler ve farkında olduğu yeteneklerini kapsamaktadır. Seçilmiş kendilik değeri boyutu ise, bireylerin kişilik özelliklerinin bir bütün olarak veya ayrı ayrı şekilde değerlendirilmesi olarak açıklanmaktadır. Son olarak genel kendilik değeri boyutu, bireyin kendi özüne yönelik değerlendirme yapması sonucunda kendisini kabul edip etmeme ve kıymetli olduğuna dair inancını içermektedir.

Benlik saygısının boyutlarına ilişkin alanyazında yer alan bir diğer farklı görüş Gecas'a (1982) aittir. Bahsi geçen araştırmada benlik saygısının "*yeterlik*" ve "*değer*" olmak üzere iki boyutu olduğu belirtilmiştir. Bu boyutlardan ilki olan yeterlik, bireylerin yaşamda bir işi başarabilmelerine yönelik inancı olarak ifade edilmiştir. Değer boyutu ise, bireylerin kendilerini kıymetli görmelerine yönelik hisleri olarak açıklanmıştır. Bunun dışında, Rubin ve Hewstone (1998) tarafından yapılan araştırmada ise benlik saygısının dört boyutundan söz edilmiştir. Bu boyutlar sırasıyla "*global benlik saygısı*", "*duruma özgü benlik saygısı*", "*durumsal benlik saygısı*" ve "*sosyal benlik saygısı*" olarak isimlendirilmiştir (Pierce ve Gardner, 2004). Global benlik saygısı, bireylerin benliğe ilişkin genel bir değer yargısı anlamına gelmektedir. Duruma özgü benlik saygısında bireylerin benlik imajını değerlendirmesinden söz edilmektedir. Durumsal benlik saygısı, bireyin yaşadığı andaki koşullara göre benliğini değerlendirmesidir. Son olarak sosyal benlik saygısı, bireyin yaşam içinde yer aldığı gruplardaki benlik imajını ifade etmektedir (Rubin ve Hewstone, 1998).

Tüm bu araştırmalar, benlik saygısının farklı birçok boyutu olabileceğini ortaya koymaktadır. Codina ve Freire'nin (2020) güncel çalışmasında benlik saygısının hem tek boyutlu hem de çok boyutlu şekilde değerlendirilebileceği vurgulanmıştır.

2.3.1. Benlik Saygısı ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

Benlik saygısını açıklayan farklı kuramsal görüşler de alanyazında yer almaktadır. Bu kavrama ilişkin temel görüş William James'e aittir (James, 1980'den akt. Mruk, 1999). Bahsi geçen araştırmada benlik kavramı üzerinden benlik saygısı ile ilgili tanımlama yapılmış ve bu kavramın formülü geliştirilmiştir. Bu formüle göre bireyin kendisine ilişkin algıladığı başarının kişinin beklentisine bölünmesi benlik saygısını ortaya çıkarmaktadır. Bu formül, bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olmak için yaşamda kendisine ilişkin başarı algısının fazla ve kendisiyle ilgili beklentisinin az olması gerektiğini göstermektedir.

Psikanalitik yaklaşıma göre benlik saygısı süperego ile ilişkilendirilmektedir (Gerçek, 2010). Bu yaklaşıma göre, bireyin kendi benliğinden memnun olmasının yanı sıra yaptığı davranışın da doğru olduğuna vicdani olarak inanması gerekmektedir. Aksi takdirde ortaya çıkacak olan suçluluk duygusunun bireyin benlik saygısını düşüreceği değerlendirilmektedir (Ünlü, 2015). Son olarak, bu kuramsal görüşe göre benlik saygısının kaynakları bireyin kendini ve başkasını sevmesi ile benliğin ideallerine ulaşacağına olan inancıdır (Kadıoğlu, 2014).

İnsancıl yaklaşım açısından değerlendirildiğinde, benlik saygısının düşük olmasının bireyleri olumsuz etkileyeceği ifade edilmektedir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2014). Rogers, bireylerin düşük benlik saygısına sahip olması sonucunda kendi kararlarını veremeyeceğini ve sürekli çevreden onay alması gerekeceğini belirtmektedir (Gerçek, 2010). Bu kuramsal görüş bağlamında Maslow da benlik saygısının gelişiminin ihtiyaçlar hiyerarşisinde yeri olduğunu açıklamaktadır (Burger, 2006). Diğer bir ifadeyle, bu yaklaşıma göre bireylerin benlik saygısının gelişimi bir ihtiyaçtır ve bu ihtiyacın karşılanması bireylerin ihtiyaçlar hiyerarşisi piramidinde bir üst basamağa geçmesini sağlayabilir. Bu görüş ile benzerlik gösteren bir başka yaklaşım Epstein'e (1985) aittir. Söz konusu çalışmada, benlik saygısının temel bir ihtiyaç olduğu ve insanları değişime iten gücü barındırdığı vurgulanmıştır. Bu nedenle, bu ihtiyacın karşılanmasının insan yaşamı için önemli olduğu ifade edilmiştir.

Son olarak, alanyazında benlik saygısına ilişkin farklı bilim insanlarının görüşlerine ve araştırmalarına rastlanmıştır. Örneğin, Mruk (1999) tarafından yapılan çalışmada benlik saygısı fenomenolojik teori açısından ele alınmıştır. Bu teoriye göre bireyin yeterlik ve değer algısı benlik saygısını ortaya koymaktadır. Bahsi geçen araştırmada bireylerin kendisini herhangi bir iş ile ilgili yeterli hissetmesinin ve kendisinden memnuniyet duymasının benlik saygısını artırabileceği ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Bandura'nın (1997) araştırmasında bireylerin özyeterlik düzeyinin yüksek olmasının benlik saygısını artırabileceği belirtilmiştir. Diğer bir ifadeyle, söz konusu çalışmada bir işi yapabileceğine yönelik kendine inanan bireylerin benlik saygısı düzeyinin daha yüksek seviyede olacağı açıklanmıştır. Tüm bu kuramsal yaklaşımlar, benlik saygısının farklı açılardan açıklanmasını sağlayarak okuyuculara bu kavram ile ilgili geniş bir perspektif sunmaktadır. Sonuç olarak, benlik saygısının bireylerin hem psikolojik sağlığını hem de kişilerarası ilişkilerini doğrudan ve dolaylı şekilde etkileyebilecek önemli bir kavram olduğu söylenebilir. Bu bağlamda, bireylerin benlik saygısı düzeyini korumak ya da yükseltmek faydalı olabilir.

2.4. Yalnızlık

Doğası gereği sosyal bir varlık olan insanlar, diğer insanlar ile etkileşim içinde olma ve bir gruba ait olma ihtiyacı duymaktadır. Baumeister ve Leary (1995), insanların bu ihtiyaçlarını kalıcı ve anlamlı ilişkiler kurarak karşıladığını ifade etmektedir. Alanyazında bu anlamlı ilişkileri kuramayan, kişilerarası ilişkilerinde problem yaşayan ve sosyalleşemeyen bireylerin giderek sosyal ortamlardan soyutlandığı ve yalnızlaştığı raporlanmıştır (Newwall, 2010). Yalnızlık hissi, özellikle istenilen ilişkiyi kurmada yetersiz kalındığında kendini göstermektedir (de Jong-Gierveld, 1998). Yapılan çalışmalarda bu durumun ruhsal problemleri tetiklediği belirtilmiştir (Cacioppo ve Cacioppo, 2018; Deniz ve diğerleri, 2005; Kafetsios ve Sideridis, 2006). Bu bağlamda, yalnızlığın insan yaşamı için önemli bir kavram olduğunu söylemek mümkündür.

Alanyazın incelendiğinde yalnızlığın birçok farklı tanımına rastlanmıştır. Yapılan araştırmalarda yer alan tanımlar arasında popüler olan ve sıklıkla karşılaşılan tanım Peplau ve Perlman'a (1982) aittir. Bahsi geçen araştırmada yalnızlık, bireylerin var olan sosyal ilişkisi ile arzuladığı sosyal ilişki arasında tutarsızlık olması sonucunda hoş olmayan duyguları yaşaması olarak tanımlanmıştır. Diğer bir deyişle yalnızlık, bireylerin yeterli seviyede sosyal ilişkiye sahip olamaması nedeniyle boşluk hissi yaşamasıdır. Rogers'ın (1994) araştırmasında yalnızlık, bireyin çevresindeki kişiler ile yakın ilişki kuramadığını

fark etmesi sonucunda ortaya çıkan olumsuz duygu şeklinde açıklanmıştır. Alanyazında yer alan diğer araştırmalarda yapılan tanımlarda da yalnızlığın bireye acı veren ve ruhsal olarak sıkıntıya sokan bir duygu olduğu vurgulanmıştır (örn., Garland, 2001; Kozaklı, 2006). Benzer şekilde Sullivan (2013) da bireylerin çevresindeki kişilerle yakınlık ihtiyacını gidereememesi sonucunda ortaya çıkan can sıkıcı duygunun yalnızlık olduğunu belirtmiştir. Bu araştırmalarda yer alan tanımlardan hareketle yalnızlık, sosyal ilişkilerdeki eksiklikten kaynaklanan ve ruh sağlığını olumsuz etkileyen zorlayıcı bir duygu olarak ifade edilebilir.

Alanyazında sıklıkla yalnızlık kavramı ile karıştırılan diğer bir kavram tek başınalık kavramıdır. Tek başınalık, bireylerin kendi isteği ve kontrolü ile yalnız kalmayı tercih etmesi ve yine istediği takdirde bu durumu sonlandırabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Buchholz ve Catton, 1999). Tanımdan da anlaşılacağı üzere, tek başınalığın yalnızlıktan ayrılan en temel yönü kişinin tercihen bu durumu seçmesidir. Yalnızlıkta ise birey, kendi isteği dışında sosyal çevreden soyutlanmaktadır (Yılmaz, 2018). Larson (2000), tek başınalığı tercih eden bireylerin benliğini yenilemeye zaman ayırdığını ve yalnızlıkta hissedilenin aksine olumlu duyguları hissettiğini ifade etmiştir. Tüm bu araştırmalar, tek başınalık ile yalnızlık arasındaki farkların ortaya konmasını ve böylece yalnızlık kavramının daha net bir şekilde açıklanabilmesini sağlamıştır.

Rokach (2012) tarafından yalnızlık kavramı ile ilgili yapılan araştırmada, insanların yalnız olup olmadığını anlaması için altı aşamadan geçmesi gerektiği ifade edilmiştir. Bu aşamalar sırasıyla "*acı ve uyanma*", "*yalnızlığı inkâr etme*", "*alarm ve farkındalık*", "*yalnızlık nedenlerini arama ve kendinden şüphelenme*", "*yalnızlığı kabul etme*" ve "*yalnızlık ile baş etme*" olarak açıklanmıştır. İlk basamakta birey yalnızlık nedeniyle boşluk hissi yaşamakta ve bir acı hissetmektedir. Bu basamakta bireyin zorlayıcı duyguları sıklıkla yaşadığı söylenebilir. İkinci basamakta ise birey yaşadığı zorlayıcı duyguların yalnızlık nedeniyle olduğunu kabul etmeyip bu durumu inkâr etmektedir. Yalnızlığın inkâr edilmesiyle birlikte birey yaşadığı acıdan korunmaya çalışabilir. Üçüncü basamak olan alarm ve farkındalık aşamasında bireyler kişilerarası ilişkilerindeki eksikliği daha fazla hissetmeye başlayarak alarm durumuna geçmekte ve yalnız olduğunu fark etmeye başlamaktadır. Yalnız olduğunu fark eden birey dördüncü aşamada bu yalnızlığın nedenlerini araştırarak sosyal ilişkilerini sorgulamaktadır. Özellikle bu aşamada birey içine dönerek davranışlarını değerlendirmekte ve kendi yetersizliklerini ya da eksikliklerini bulmaya çalışmaktadır. Bu süreçte birey sorgulama ve kendini değerlendirme sonucunda yalnızlığını kabul ederek

beşinci aşamaya geçmektedir. Beşinci aşamada yalnızlığını kabul eden bireyin kendisini daha fazla kandırmamaya başlaması ile bir rahatlama hissi ortaya çıkabilir. Son evrede ise birey yalnızlık ile baş etmeyi öğrenmeye çalışmaktadır. Bu basamakta bireyin yalnızlığın doğal bir süreç olduğunu ve diğer insanlar ile iletişim kurmasının zorunlu olmadığını kabul etmesi sağlıklı şekilde yalnızlık ile baş etmesini sağlamaktadır. Yalnızlık ile sağlıklı şekilde baş eden bireyler daha sonrasında sağlam kişilerarası ilişkiler kurabilir. Fakat bu basamakta bireyin yalnız kalma kaygısı yaşayarak toplumdan kaçınma ya da herkesle iletişim kurmaya çalışma gibi davranışlar sergilemesi yalnızlık ile sağlıksız şekilde baş etmesi anlamına gelmektedir (Jones ve Hebb, 2003). Alanyazında bireylerin bu süreçte yalnızlığını fark edip kabul etseler bile her zaman sağlıklı baş etme yöntemlerini kullanamadığı belirtilmektedir (Rokach, 2012). Ayrıca, yukarıda bahsi geçen bu süreci her yalnız kalan birey bilinçli veya bilinçsiz şekilde yaşamaktadır.

Yalnızlık, hemen hemen her yaştaki bireyin yaşayabileceği psikolojik bir durumdur (Woodward ve Frank, 1988). Yalnızlık yaşayan bireylerin bazı ortak özelliklerinin bulunduğu alanyazında ifade edilmiştir. Örneğin, Peplau ve Perlman'ın (1982) araştırmasında kendini yalnız hisseden bireylerin çekingenlik yaşama, ilişki kurmaktan kaçınma ve düşüncelerine güvenmeme gibi özelliklere sahip olduğu raporlanmıştır. Ayrıca alanyazında yalnızlık yaşayan bireylerin daha utangaç, düşük özgüvenli ve içe dönük olduğu (Hasırcı ve diğerleri, 2023; Rubin ve diğerleri, 1998) ve daha fazla irrasyonel düşüncelere sahip olduğu (Wiseman ve diğerleri, 2005) belirtilmiştir. Tiikkainen ve Heikkinen'in (2005) araştırmasında da yalnızlık yaşayan bireylerin kendisi hakkında daha fazla olumsuz değerlendirmede bulunduğu ifade edilmiştir. Yapılan diğer araştırmalarda yalnızlık yaşayan bireylerde psikolojik problemlerin daha sık yaşandığı (Çeçen, 2008), bireylerin üzüntü ve çaresizlik duygusunun tetiklendiği (Cacioppo ve Cacioppo, 2018), genel sağlığın olumsuz etkilendiği (Park ve diğerleri, 2020) ve bilişsel, duygusal ve davranışsal sorunların artış gösterdiği (Heinrich ve Gullone, 2006) raporlanmıştır. Bunun dışında, Kim ve diğerlerinin (2017) araştırmasında kıskançlık eğilimi gösteren bireylerin yalnızlığı daha fazla yaşadığı bildirilmiştir. Benzer bulguya Parker ve diğerlerinin (2016) araştırmasında da rastlanmıştır. Söz konusu çalışmada yüksek arkadaş kıskançlığı eğilimi gösteren bireylerin daha fazla yalnızlaştığı ifade edilmiştir. Bu durum, kıskançlığın kişilerarası ilişkilere zarar verdiğini göstermektedir. Bu düşünceyi alanyazında yer alan başka çalışma sonuçları da desteklemektedir. Örneğin, Deniz ve diğerlerinin (2005) çalışmasında yalnız bireylerin sosyal beceri eksikliğine sahip olduğu bildirilmiştir. Benzer şekilde, Danış'ın (2009)

araştırmasında da yalnız kalan bireylerin daha yüzeysel ilişkilerde bulunduğu vurgulanmıştır. Ernst ve diğerlerinin (2022) yakın tarihli araştırmasında ise yalnız kalan bireylerin yaşamda karşılaştığı problemlerle yüzleşmekten kaçındığı belirtilmiştir. Tüm bu bulgular, yalnız kalan bireylerin kişilerarası ilişki kurmakta ve sürdürmekte zorlandığını kanıtlar niteliktedir.

Alanyazında yalnızlık kavramı evrensel bir sorun olarak ifade edilmekte ve bu konuda çok sayıda araştırma yürütülmektedir (örn., Barreto ve diğerleri, 2021; Surkalim ve diğerleri, 2022). Yapılan çalışmalarda bu kavramın daha iyi açıklanmasına yönelik teorik bilgilere yer verilmektedir. Bu kapsamda, aşağıda yalnızlık kavramı ile ilgili kuramsal yaklaşımlardan bazıları açıklanmıştır.

2.4.1. Yalnızlık ile İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

İlk olarak, yalnızlık kavramı Peplau ve Perlman'ın (1982) bilişsel yaklaşımı üzerinden ele alınmıştır. Bu yaklaşımda yalnızlığa ilişkin bilişsel ve ilişkisel açıklamalar yapılmıştır. Armağan (2014), bireylerin yalnızlığı kendi bilişine göre şekillendirdiğini ve aynı zamanda kişisel yaşamında çevresiyle olan ilişkilerine göre anlamlandırıp algıladığını ifade etmiştir. Bahsi geçen bu çalışmada, bireylerin bilişsel olarak kendisini yetersiz olarak algılamasının yalnızlığı tetiklediği belirtilmiştir. Diğer bir deyişle, bireyler yalnızlığı kendi bilişsel ölçütlerine göre belirlemekte ve bu öznel ölçütlere göre yalnızlık halini değerlendirmektedir (Peplau ve diğerleri, 1982). Bu yüzden, bireylerin ölçütlerinin bilinmesi yalnızlığının anlaşılabilmesini sağlayabilir. Bunun dışında, bilişsel yaklaşım bağlamında bireylerin var olan ilişkisi ile arzu ettiği ilişkisi arasında tutarsızlık olduğunda ortaya çıkan durumun yalnızlık olduğu bildirilmiştir (Koçak, 2003). Özellikle bireyin kişilerarası ilişkilerinde samimiyetsizlik olması bu tutarsızlık halini desteklemektedir. Ayrıca, Goswick ve Jones'in (1981) çalışmasında, bu yaklaşıma göre bireyin sosyal ilişkilerinde kendine yönelik düşüncelerinin yalnızlık düzeyini olumlu veya olumsuz şekilde etkileyebileceği belirtilmiştir. Peplau ve Perlman (1982) tarafından yapılan araştırmada da benzer durum vurgulanmıştır. Bahsi geçen çalışmada, bireylerin kişilerarası ilişkilerde yalnızlık ile ilgili kendini suçlamasının ve kendine olumsuz yüklemeler yapmasının bilişsel bir çarpıtma olduğu ve bu durumun bireyi daha fazla güçsüzleştirebileceği raporlanmıştır. Young (1982) tarafından yapılan çalışmada da bireylerin akılcı olmayan inançlara sahip olduğu için yalnızlık hissi yaşadığı açıklanmıştır. Bu araştırmalardan hareketle, bilişsel yaklaşım kapsamında bireylerin sosyal ilişkilerini rasyonel şekilde değerlendirmesinin, akılcı inançlar

geliştirmesinin ve sağlıklı baş etme yollarını keşfetmesinin yalnızlık hissini azaltabileceği söylenebilir.

Yalnızlık kavramının ele alındığı ikinci kuramsal yaklaşım etkileşimsel yaklaşımdır. Bu yaklaşıma göre yalnızlık, hem kişisel hem de çevresel (durumsal) faktörlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır (Weiss, 1973). Diğer bir ifadeyle, kişisel faktörlerin yanı sıra bireyin sosyal ilişkilerinin de yalnızlık üzerinde etkisi bulunmaktadır. Etkileşimsel yaklaşımda sosyal ve duygusal olmak üzere yalnızlığın iki boyutu açıklanmıştır (DiTommaso ve Spinner, 1997). Bahsi geçen araştırmada sosyal yalnızlık, bireylerin çevresinde ihtiyacını karşılayacak herhangi bir arkadaşa sahip olamaması olarak ifade edilmiştir. Duygusal yalnızlık ise, bireylerin çevresinde yakın gördüğü kişiler ile samimi ilişkiler kuramaması olarak açıklanmıştır. Özetle, bu yaklaşımda yalnızlık hissinin azalması için bireylerin kendisini bir gruba ya da topluluğa ait hissetmesi gerektiği söylenebilir.

Psikodinamik yaklaşım, yalnızlık kavramının açıklandığı üçüncü yaklaşımdır. Bu yaklaşıma göre yalnızlığın temeli psikoseksüel gelişim dönemlerine dayanmaktadır (Körler, 2011). Bu gelişim dönemlerini sağlıklı şekilde tamamlayan bireylerin yalnızlık hissi yaşamayacağı belirtilmektedir. Özellikle çocukluk yıllarında aile ile kurulan ilişkinin yalnızlık üzerinde etkili olacağı alanyazında vurgulanmaktadır (Karaduman, 2013). Söz konusu çalışmada çocuğun bakım veren kişiden aldığı şefkat ve güvene göre gelecekte yalnızlık hissini yaşayıp yaşamayacağının belirleneceğini vurgulamaktadır. Sullivan (2013) da bu düşünceyi desteklemektedir. Bahsi geçen araştırmada, yalnızlık hissinin çocukluk dönemine dayandığı ve yakınlık kurma ihtiyacının karşılanamamasının yetişkinlikte yalnızlık duygusunu tetikleyebileceği belirtilmektedir. Tüm bu araştırmalardan hareketle, bu yaklaşım bağlamında yalnızlık hisseden bireylerin çocukluk yaşantısının ele alınması ve çocukluk döneminde bakım veren kişiyle olan yakın ilişkilerin incelenmesi gerektiği söylenebilir.

Yalnızlığı açıklamaya yönelik incelenen dördüncü kuramsal yaklaşım varoluşçu yaklaşımdır. Bu yaklaşıma göre, yalnızlık varoluşun temel bir sorunu olarak açıklanmaktadır (Yalom, 2013). Bahsi geçen araştırmada, yalnızlığın insanlarda ortaya çıkan dört temel varoluşsal kaygıdan biri olduğu belirtilmiştir. Bu yaklaşımda varoluşsal kaygının yanı sıra insanların er ya da geç yalnız kalacağı ve bu yalnızlığın pozitif tarafının da olduğu ifade edilmiştir (Duy, 2003). Alanyazında bu olumlu taraf, bireyler yalnız kaldığında yaratıcı düşüncelerin daha kolay ortaya çıkması olarak açıklanmıştır (Abdurrahimova, 2021). Söz

konusu çalışmada, bireylerin yalnız kalarak gerçek özgürlüğe ulaştığı raporlanmıştır. Moustakas (2016) tarafından yapılan araştırmada da yalnızlığın kaygıyı ve acıyı artıran tarafı olsa da yaratıcılığı güçlendirip üretkenliğe katkı sağlayan bir diğer yönü olduğu belirtilmiştir. Tüm bu güçlü yönlerden hareketle Paula (2011), yalnızlığın insanlar için gerekli olduğunu vurgulamıştır. Özetle, bu yaklaşımda yalnızlığın sadece olumsuzluğu içeren bir kavram olmadığı kanıtlanmıştır.

Yalnızlığın ele alındığı son kuramsal yaklaşım Rogers'ın (1994) fenomenolojik yaklaşımına aittir. Bu yaklaşıma göre yalnızlık, bireylerin sosyal ilişkilerinde gerçekliğin olmadığını ve yakın ilişki kuramadığını fark etmesi sonucunda ortaya çıkan duygu olarak açıklanmıştır. Fenomenolojik yaklaşımda da tıpkı varoluşçu yaklaşımda olduğu gibi yalnızlık insan doğasının bir parçası olarak değerlendirilmektedir (Yılmaz, 2018). Rogers (1994), yalnızlığın insanı geliştirebileceğini ve yaratıcılığı güçlendirebileceğini vurgulamaktadır. Bunun dışında, bu yaklaşımda bireylerin toplumda kabul görmek için gerçek benliğini gizlemesinin yalnızlığı artırdığı belirtilmiştir (Kaplan, 2011). Bu nedenle, bireylerin gerçek benliğine yönelik olumlu düşüncelere sahip olması yalnızlık hissini önleyebilir.

Yalnızlık kavramına ilişkin tanımlamalar ve kuramsal yaklaşımlar, alanyazında bu kavramın çeşitli şekillerde sınıflandırıldığını ya da bu kavrama ait türlerin ve boyutların var olduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin, Weiss (1973) tarafından yapılan araştırmada yalnızlığın "*duygusal*" ve "*sosyal*" olmak üzere iki türü olduğu raporlanmıştır. Yukarıda da ifade edildiği üzere duygusal yalnızlık, bireylerin yakını olan diğer kişiler ile samimi ilişkilere sahip olamaması ve sosyal yalnızlık, bireylerin çevresinde yakınlık ihtiyacını karşılayacak herhangi birisinin olmaması olarak açıklanmıştır (DiTommaso ve Spinner, 1997). Beck ve Young (1978) tarafından yapılan araştırmada da yalnızlık "*kronik yalnızlık*", "*durumsal yalnızlık*" ve "*geçici yalnızlık*" olmak üzere üç şekilde sınıflandırılmıştır. Bahsi geçen araştırmada kronik yalnızlık, bireylerin uzun süre boyunca mutlu olacağı ilişkiye sahip olamaması olarak açıklanmıştır. Aynı çalışmada durumsal yalnızlık, bireyin önemsediği ilişkilerinde anlık olarak problem yaşaması nedeniyle yalnız kalması ve geçici yalnızlık, bireyin ilişkilerinde kısa süreli olarak sorun yaşaması sonucunda yalnız kalması olarak tanımlanmıştır. Bu sınıflandırma ile benzerlik gösteren başka bir sınıflandırma Jones ve Moore (1987) tarafından yapılmıştır. Söz konusu araştırmada yalnızlığın "*durumsal*" ve "*sürekli*" olarak iki türü olduğu bildirilmiştir. Bireyin yakın bir zaman içinde sosyal

ilişkilerinde kayıplar yaşaması sonucunda yaşadığı duygusal problem durumsal yalnızlık olarak tanımlanmıştır. Sürekli yalnızlık ise, bireyin uzun süre boyunca kişilerarası ilişkiler geliştirememesi veya sosyal ilişkilerini sürdürememesi olarak açıklanmıştır. Alanyazında yalnızlığın boyutlarını benzer şekilde ele alan bir başka çalışmayı Sadler (1978) gerçekleştirmiştir (akt. McWhirter, 1990). Söz konusu araştırmada "*sosyal yalnızlık*", "*kişilerarası yalnızlık*", "*psikolojik yalnızlık*", "*kültürel yalnızlık*" ve "*kozmik yalnızlık*" olmak üzere beş boyut açıklanmıştır. Sosyal yalnızlık, bireylerin kişilerarası ilişkilerinin bozulması ve diğer insanlardan uzaklaşması olarak tanımlanmıştır. Kişilerarası yalnızlık, bireylerin diğerleriyle olan sosyal ilişkisinde kendisini yetersiz hissetmesi olarak açıklanmıştır. Psikolojik yalnızlık da bireylerin kişisel problemleri nedeniyle yalnızlık yaşadığı belirtilmiştir. Kültürel yalnızlık ise, bireylerin yaşadığı toplumda yabancı kalması ya da uyum sağlayamaması olarak ifade edilmiştir. Son olarak kozmik yalnızlık, bireylerin herhangi bir inanca yönelik bağını koparması sonucunda yaşanılan yalnızlık olarak tanımlanmıştır.

Varoluşsal açıdan konuyu ele alan Moustakas (2016) da yalnızlığın "*olumlu*" ve "*olumsuz*" türü olduğunu belirtmiştir. Bahsi geçen çalışmaya göre olumlu yalnızlık bireyin kendisiyle yüzleşerek benlik gelişimine katkı sunduğu ve yaratıcılığını geliştirdiği bir durumdur. Olumsuz yalnızlık ise, bireyin varoluşsal kaygı yaşayarak benliğine yabancılaştığı bir durum olarak açıklanmıştır. Yine varoluşsal yaklaşım kapsamında Yalom'un (2013) çalışmasında da yalnızlığın üç boyutu olduğu belirtilmiştir. Bu boyutlar "*kişilerarası yalnızlık*", "*kişi içi yalnızlık*" ve "*varoluşsal yalnızlık*" olarak sınıflandırılmıştır. Söz konusu araştırmada bireylerin sosyal beceri eksikliği nedeniyle yalnız kalması kişilerarası yalnızlık ve ideal benlik ile gerçek benlik arasındaki çatışma nedeniyle yaşadığı yalnızlık kişi içi yalnızlık olarak tanımlanmıştır. Varoluşsal yalnızlık ise, bireyin yaşama yalnız geldiği ve yalnız öleceği düşüncesiyle ortaya çıkan boşluk hissi olarak açıklanmıştır. Yukarıda görüldüğü üzere yalnızlık kavramı, farklı kuramsal yaklaşımlardan ve bilimsel araştırmalardan yola çıkarak çeşitli şekillerde sınıflandırılmıştır. Bu çeşitlilik, yalnızlık hissinin her kültürde farklı yaşanmasından kaynaklanabilir.

2.5. Yaşamda Uyum

Bu araştırmada ele alınan bir diğer değişken yaşamda uyum kavramıdır. Bu kavrama ilişkin detaylı bilgi sunulmadan önce uyum kavramının açıklanması gerekmektedir. Alanyazında uyum, bireylerin yaşamdaki tüm değişikliklere adapte olma süreci olarak

tanımlanmıştır (Seaton, 2009). Diğer bir ifadeyle, bireylerin çevresinde değişen yaşam koşullarına uygun davranma hali uyum olarak açıklanabilir. Peterson (2015) tarafından yapılan araştırmada ise uyum, bireylerin yaşamdaki ihtiyaçlarının ve amaçlarının farklılaşması sonucunda bu süreci tolere edebilme yeteneği olarak ifade edilmiştir. Yapılan araştırmalarda bu kavram bireylerin iyilik hali ile ilişkilendirilmiş (Satıcı ve Göçet-Tekin, 2017) ve ruh sağlığının en temel göstergelerinden biri olarak gösterilmiştir (Yıldırım ve Solmaz, 2021). Bu bağlamda değerlendirildiğinde, uyumun bireylerin yaşamında önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir.

Sosyal bir çevrede yaşama isteği duyan insanların kendi çevresiyle dengede olması uyum sağlamasına bağlıdır. Li (2008) tarafından yapılan araştırmada uyumun ilişkisel bir kavram olduğu ve her şeyin birey ile çevre arasında karşılıklı geliştiği ifade edilmiştir. Satıcı ve Göçet-Tekin'in (2017) çalışması da bu görüşü desteklemektedir. Söz konusu çalışmada uyum, sosyal ve çevresel konuların dikkate alındığı ve denge ile esnekliğin vurgulandığı bütüncül bir kavram olarak açıklanmıştır. Bu araştırmalardan yola çıkarak, sosyal çevre ile ilişkili olan uyum kavramı bireylerin sağlıklı ve güçlü kişilerarası ilişkiler geliştirmesinde önemli bir role sahip olabilir.

Alanyazında özellikle genç yetişkinlik döneminde bireylerin uyum sorunları yaşadığı ifade edilmiştir (Erzen ve Özabacı, 2023). Bu dönem, bireylerin aileden ayrılarak yeni bir çevrede üniversite eğitimine başladığı döneme denk gelmektedir. Yapılan araştırmalar üniversite öğrencilerinin yeni bir çevreye adapte olma, gelişim dönemi gereği yakın ilişkiler kurma ve bu süreçte belirsizlik yaşama gibi sebeplerden dolayı uyum problemlerini sıklıkla yaşadığını göstermiştir (Manning, 2002; Özdel ve diğerleri, 2002). Bu uyum problemleriyle baş edebilen ve bu süreci sağlıklı şekilde atlatan bireylerin kişilerarası ilişkilerde daha açık, içten ve güvenilir olduğu ifade edilmiştir (Alpan, 1992). Ayrıca, bu bireylerin yakın ilişkilerinde samimiyeti yakaladığı ve yüzeysel olmayan ilişkiler kurduğu belirtilmiştir (Dambrun, 2017). Hofstede ve diğerlerinin (2005) çalışmasında da uyum sağlayan bireylerin özellikleri arasında kişilerarası ilişkilerde zorlayıcı duyguları yaşasa bile rahatlıkla kendisini ifade edebileceği yer almıştır. Çevresiyle sağlıklı iletişime sahip olan ve dengeli şekilde ilişki kuran bireyler uyum problemini daha az yaşayabilir. Bahsi geçen tüm bu araştırmalar, uyum düzeyi yüksek olan bireylerin kişilerarası ilişki kurmakta ve sürdürmekte zorlanmayacağını ortaya koymaktadır.

Uyum ile ilgili yapılan araştırmalar bu kavramın üç farklı şekilde ortaya çıktığını göstermiştir (Kavikondala ve diğerleri, 2016; Li, 2008). Söz konusu çalışmalarda bunlar "*benlikle uyum*", "*diğer insanlarla uyum*" ve "*dünya, doğa ve evrenle uyum*" şeklinde isimlendirilmiştir. Bireylerin değer, inanç ve davranışlarının uyumlu olması ve kendi içinde dengeyi bulması benlikle uyum olarak açıklanmıştır (Markus ve Kitayama, 1991). Diğer insanlarla uyum ise, bireylerin sosyal çevresinde yakın ilişkiler kurması ve bu ilişkilerin hem dengeli hem de sağlıklı şekilde sürdürülmesi olarak ifade edilmiştir (Oyserman ve Lee, 2008). Son olarak dünya, doğa ve evrenle uyum Nisbett (2003) tarafından yapılan çalışmada açıklanmıştır. Bahsi geçen araştırmada bu kavram, bireylerin yaşadığı çevreyle dengeli bir ilişki kurması ve doğa ile iç içe yaşaması olarak belirtilmiştir. Bu üç farklı uyumun bireylerde bir arada bütüncül şekilde olması ruh sağlığını güçlendirebilir. Yukarıda bahsi geçen tüm araştırmalar, bireylerde uyum kavramının önemini ortaya koymuştur. Alanyazında uyum kavramı ile birlikte ele alınan bir diğer kavram yaşamda uyumdur.

Yaşamda uyum, bireylerin yaşamının farkında olarak kabul etmesi ve yaşamda dengenin bulunması olarak tanımlanmıştır (Kjell ve diğerleri, 2013). Aynı çalışmada bu kavram, yaşamla ilgili memnuniyetin tamamlayıcısı olarak açıklanmıştır. Bu ifade, bireylerin yaşamda uyum becerisinin yaşam doyumu ve iyilik hali ile ilişkilendirilebileceğini göstermektedir. Alanyazında bu ilişkiyi destekleyen araştırma bulgularına rastlanmıştır. Örneğin, Demirci'nin (2022) yakın tarihli çalışmasında yaşamda uyumun psikolojik sağlıkla ilişkili olduğu vurgulanmıştır. Teasdale ve Chaskalson (2011) tarafından yapılan çalışmada da bireylerin yaşamda uyum düzeyinin yüksek olmasının olumlu ruh sağlığına işaret ettiği raporlanmıştır. Garcia ve diğerlerinin (2014) araştırmasında ise yaşamda uyum, bireylerin dengeli bir yaşam sürmesi ve yargılayıcı olmayan şekilde çevresini kabul etmesi olarak açıklanmıştır. Bu doğrultuda, bireylerin değişen yaşam koşullarına uyum sağlarken dengesini koruyabilmesi yaşamda uyum becerisini göstermektedir.

Alanyazında bireylerin çevreye ve yaşama uyum sağlama potansiyeline sahip olduğu belirtilmiştir (Kjell ve diğerleri, 2013). Bu potansiyelin ortaya çıkarılması ya da desteklenmesi ise bireylere bağlı olmakla birlikte kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Her bireyin yaşama uyum sağlama düzeyi yetiştiği kültüre ve bireysel özelliklere göre değişkenlik göstermektedir. Bireylerin yaşamda uyum düzeyinin gelişimi için sağlıklı psikolojik işleyişe sahip olması (Dambrun ve Ricard, 2011), uyum odaklı kontrol becerisinin bulunması (Morling ve Evered, 2006) ve psikolojik açıdan esnek olması (Kashdan ve

Rottenberg, 2010) gerektiği alanyazında raporlanmıştır. Ayrıca, Kjell ve diğerlerinin (2016) araştırmasında yaşamda uyum becerisinin gelişiminde anlaşma sağlama ile huzurlu ve sakin olmanın önemli olduğu bildirilmiştir. Li'ye (2008) göre, doğası gereği ilişkisel olan yaşamda uyumun gelişiminde birey ve çevre bütünleşmesinin önemli olduğu belirtilmiştir. Başka bir ifadeyle, yaşamda uyumun gelişiminde karşılıklı destek ve bağlılığın gerekli olduğu söylenebilir. Bu karşılıklı destek ve bağlılık, yaşamda uyum düzeyinin gelişimi sağlamakla birlikte bireylerin sosyal çevresinde kişilerarası ilişkilerini de güçlendirebilir. Bunun dışında, alanyazında mutluluk ve iyilik hali ile ilişkili yapılan araştırmalarda bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyinin yüksek olması için yaşamın dengeli olması gerektiğinden söz etmeleri (Delle Fave ve diğerleri, 2016; Garcia ve diğerleri, 2014) yaşamda uyum becerisinin geliştirilmesinin önemini ortaya koymuştur.

Sonuç olarak, yaşamda uyum düzeyinin geliştirilmesi bireylerin hem yaşam doyumu düzeyine hem iyilik haline hem de kişilerarası ilişkilerine fayda sağlayabilir. Bu doğrultuda, bireylerin yaşamda uyum düzeyini etkileyen faktörler belirlenmesi önemlidir. Belirlenen bu faktörler ışığında yaşamda uyum düzeyini korumaya ve artırmaya yönelik çalışmalar yürütülebilir.

BÖLÜM III: YÖNTEM

Bu araştırmada akran kıskançlığı kavramı karma araştırma modellerinden keşfedici sıralı desen ile incelenmiştir. Keşfedici sıralı desen şeklinde tasarlanan bu çalışma sırasıyla nitel araştırma, nicel araştırma (ölçek geliştirme) ve hipotetik model test etme olmak üzere üç farklı aşamadan oluşmaktadır. Bu bölümde çalışmanın her bir aşaması için araştırma modeli, çalışma grupları, veri toplama araçları, veri toplama süreçleri ve veri analizleri ile ilgili bilgiler detaylı şekilde sunulmuştur. Bu araştırma, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Kurulunun 22.06.2022 tarihli ve 341143-05-40 sayılı etik kurul onayı ile gerçekleştirilmiştir (Ek-1). Araştırma boyunca 1964 tarihli Helsinki Bildirgesinde ve sonraki güncellemelerinde belirtilen etik standartlara bağlı kalınmıştır. Çalışmanın her aşamasında mesleki etik yönergelere uyulmuştur.

3.1. Karma Araştırma Modeli

Bu araştırmada ilk olarak üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimleri nitel araştırma yöntemiyle incelenmiştir. Daha sonra, ikinci aşamada alanyazında akran kıskançlığını ölçmek için kullanılabilecek herhangi bir ölçme aracı bulunmaması nedeniyle nitel araştırmada elde edilen bulgulardan hareketle Akran Kıskançlığı Ölçeği geliştirilmiştir. Son olarak üçüncü aşamada ise, geliştirilen bu ölçme aracı ile benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenleri arasındaki ilişkiler hipotetik bir model kurularak test edilmiştir. Bu üç aşamalı çalışmanın modeli karma araştırma yöntemidir.

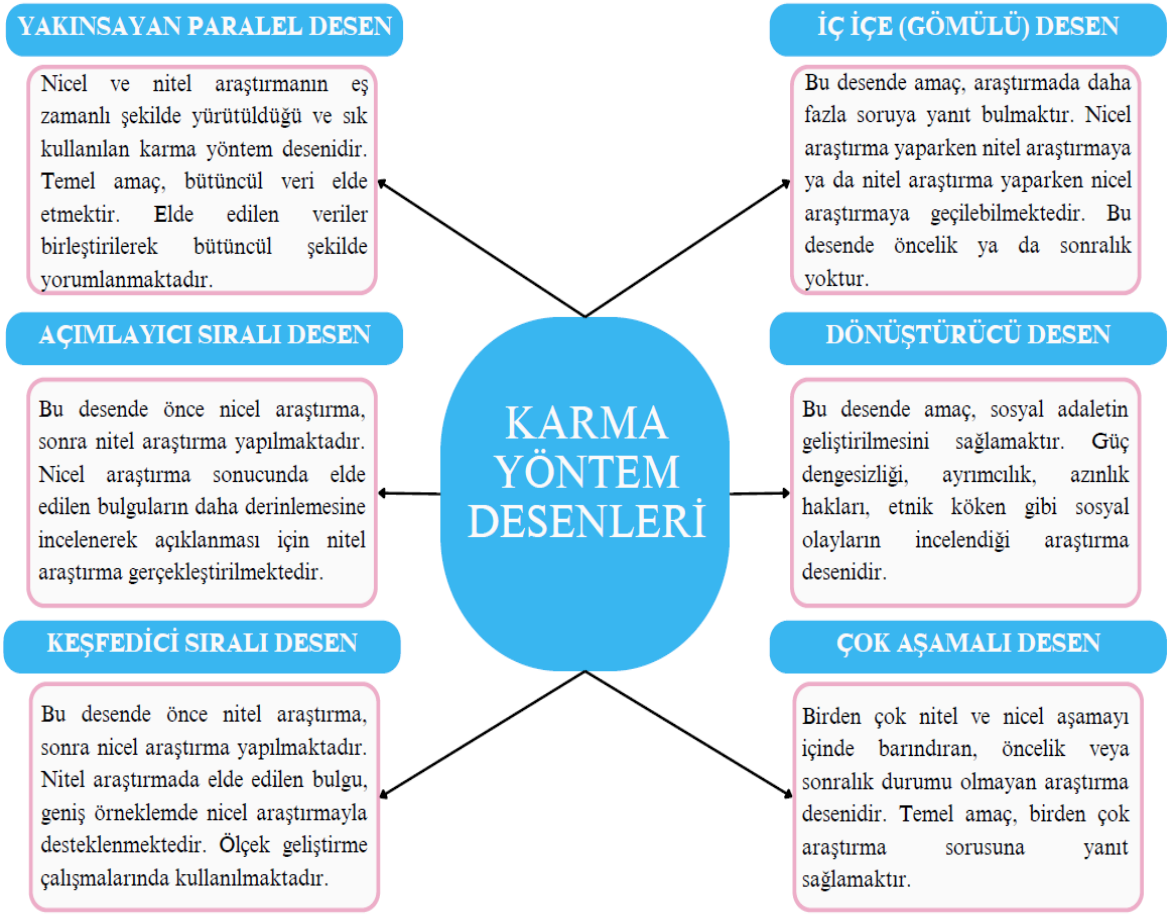
Karma araştırma yöntemi, tek bir çalışmada nitel ve nicel yaklaşımların veya yöntemlerin kullanılarak verilerin toplandığı ve analiz edildiği bir araştırma yöntemidir (Tashakkori ve Creswell, 2007). Johnson ve Onwuegbuzie (2004) bu yöntemi nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin bütünleştirildiği bir araştırma modeli olarak tanımlamaktadır. Bu araştırma modelinin araştırmacılar tarafından tercih edilmesinin farklı sebepleri bulunmaktadır. Karma araştırma modelinin tercih edilme nedenlerinden bazıları alanyazında şu şekilde açıklanmaktadır (Creswell ve Plano-Clark, 2018):

- Bir araştırma yönteminden elde edilen bulguları kullanarak diğerinin sonucunun geçerli olup olmadığının kontrol edilmesi.
- Nitel ya da nicel araştırma yönteminin tek başına yetersiz görülmesi ve bu araştırma yöntemlerinin bazı sınırlılıklara sahip olduğunun düşünülmesi.

- Nitel ya da nicel araştırma bulgularının bir arada ele alınarak sonuçların genelleştirilmesinin sağlanması.
- Nitel ya da nicel araştırma yöntemi ile elde edilen sonuçların daha detaylı açıklanması ya da geliştirilmesi.

Giannakaki (2005) bu nedenlerin dışında araştırmacıların karma araştırma modeline yönelmesinde "*üçgenleme*", "*tamamlayıcılık*", "*başlangıç*", "*genişletme*" ve "*gelişim*" gibi gerekçelerin etkili olduğunu ifade etmektedir. Bahsi geçen bu çalışmada araştırmacıların farklı yöntemler kullanarak elde ettiği verilerin birbirlerini etkileme düzeyinin incelenmesi üçgenleme olarak açıklanmaktadır. Tamamlayıcılık ise, nitel ya da nicel araştırma yöntemi ile elde edilen her verinin birbirini desteklemesidir. Başlangıç, nitel ve nicel araştırma yönteminin birlikte kullanılması ile ortaya yeni araştırma sorularının çıkarılması durumudur. Farklı olguları incelemek için farklı yöntemlerin kullanılması genişletme olarak tanımlanmaktadır. Son olarak gelişim, nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin sıralı şekilde birbirlerini anlamlandırma amacıyla kullanılmasıdır. Tüm bu gerekçeler doğrultusunda, bu araştırmada karma yöntem modeline yönelmede gelişim gerekçesinin etkili olduğu söylenebilir. Gelişim gerekçesi ile bu çalışmada nitel ve nicel araştırma yöntemi sırasıyla gerçekleştirilmekte ve nitel araştırma yöntemi ile elde edilen bulgular nicel araştırma yöntemi ile anlamlandırılmakta ve zenginleştirilmektedir.

Karma araştırma modelinde araştırmanın amaç ve işleyişine göre farklı araştırma desenleri mevcuttur (Leech ve Onwuegbuzie, 2009). Bu karma yöntem araştırma desenleri nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin aynı anda, ardışık veya iç içe kullanılmasına göre sınıflandırılmaktadır. Creswell (2019), bu desenleri üç temel desen ve üç temel desenin özelliklerini kapsayan üç gelişmiş desen olmak üzere toplamda altı desen halinde sınıflandırmıştır. Bu desenler ile ilgili bilgiler Şekil 3.1'de kısaca açıklanmıştır:



Şekil 3.1. Karma Yöntem Desenleri (Creswell, 2019)

Bu araştırmanın ilk iki aşaması, karma yöntem desenlerinden olan keşfedici sıralı desende tasarlanmıştır. Keşfedici sıralı desen, nitel bir araştırma ile başlayıp nicel araştırma ile devam eden bir araştırma desenidir. Bu desende, nitel aşamada elde edilen sonuçlar üzerinden nicel aşama işe koşulmakta ve birincil sonuçlar test edilmekte veya genelleştirilmektedir (Creswell ve Plano-Clark, 2018). Ayrıca, bu desen ile elde edilen nitel bulguların geniş bir örneklemde genellenebilirliği sağlanmaktadır (Plano-Clark ve Ivankova, 2016). Bu araştırma deseni ölçek geliştirme çalışmalarında sıklıkla kullanılmaktadır (Creswell, 2019). Alanyazında akran kıskançlığına ilişkin yeterince araştırma bulunmaması, bu kavramın net bir tanımının yapılamaması ve bu kavrama ilişkin ölçme aracı bulunmaması nedeniyle bu karma yöntem deseni tercih edilmiştir. Bu tercihi alanyazındaki çalışmalar destekler niteliktedir (örn., Leech ve Onwuegbuzie, 2009; Toraman, 2021). Bahsi geçen araştırmalarda yeni bir değişkenin geliştirilmesinde ya da ortaya çıkarılmasında ve ilgili kavrama yönelik ölçme aracı bulunmadığı durumlarda keşfedici sıralı desenin tercih edilmesinin uygun olacağı ifade edilmiştir. Bu doğrultuda, bu araştırmada keşfedici sıralı

desen ile akran kıskançlığı olgusu derinlemesine incelenmiş, elde edilen bulgular ile bu kavramın tanımı yapılmış ve üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığı düzeyini ölçen bir ölçme aracı geliştirilmiştir. Araştırmanın üçüncü ve son aşamasında ise geliştirilen bu ölçme aracı farklı bir örneklem kullanılarak benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenleri ile hipotetik bir modelde sınanmıştır.

3.2. Nitel Araştırma Bölümü

Araştırmanın birinci aşamasında nitel araştırma ile ilgili detaylı bilgilere yer verilmiştir. Bu bölümde sırasıyla araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analiz edilmesi, araştırmanın geçerlik ve güvenirliği ile araştırmacı rolü ile ilgili açıklamalar yapılmıştır.

3.2.1. Araştırma Modeli

Keşfedici sıralı desenin ilk aşaması olan bu nitel araştırma bölümünde üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimlerinin derinlemesine incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırma modeli olarak fenomenolojik desen belirlenmiştir. Alanyazında fenomenolojik desen araştırılan olguyu bireylerin nasıl deneyimlediğini, bu deneyimi nasıl algıladığını ve algılanan deneyimin nasıl anlamlandırdığını inceleyen bir yöntemdir (Mertens, 2010). Willig (2013), aynı deneyime sahip bireylerin yaşadığı ortak yaşantının araştırılmasının fenomenolojik desen olduğunu ifade etmektedir. Bu desende katılımcıların araştırılan olguya ilişkin duygu ve düşüncelerinin anlaşılmasının ve buna göre yorumlama yapılmasının önemli olduğu belirtilmektedir (Smith ve Eatough, 2007). Öznel deneyimin merkezde olduğu bu desende araştırılan olgunun açıklanması hedeflenmektedir. Bu araştırmada da üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimleri yorumlayıcı fenomenolojik desen ile ele alınarak incelenmiş ve bu kavram detaylı şekilde açıklanmıştır.

3.2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın bu bölümünde incelenen akran kıskançlığı olgusuna ilişkin yeterli düzeyde bilgiyi alabilmek için amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Amaçlı örnekleme yöntemi, araştırılan kavram ile ilgili deneyime sahip bireyleri belirlemek amacıyla kullanılmaktadır (Teddlie ve Tashakkori, 2009). Ölçüt örnekleme yöntemi ise önceden belirlenen birtakım kriterleri karşılayan durumların ya da

kişilerin karşılaması esasına dayanan örnekleme türü olarak açıklanmaktadır (Mertens, 2010). Bu örnekleme yönteminde, araştırmacı bir kritere göre hareket edebilir ya da araştırmacı tarafından kriter(ler) belirlenerek örneklem belirlenebilir (Creswell, 2019). Guba ve Lincoln (1982), fenomenolojik desende benzer yaşantıları olan bireylerin incelenmesi amacıyla belirli ölçütleri karşılayan kişilerin örnekleme dahil edildiğini ifade etmektedir. Bu araştırmada da araştırmanın amacına uygun şekilde araştırmacı tarafından çalışma grubunu belirlemek için bazı ölçütler belirlenmiştir.

Bu çalışmanın nitel aşamasında amaç üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimlerini incelemektir. Bu yüzden, bu araştırmanın çalışma grubu seçilirken ilk dikkat edilen ölçüt katılımcıların üniversite eğitimine devam ediyor olmasıdır. İkinci ölçüt ise katılımcıların cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve bölüm açısından farklı demografik özelliklere sahip olmasıdır. Cinsiyet açısından hem kadın hem erkek katılımcılar araştırmaya dâhil edilirken katılımcıların sınıf düzeyi ve bölüm açısından da farklı özelliklerde olmasına özen gösterilmiştir. Yaş açısından ise Havighurts ile Erikson'un farklı kuramsal yaklaşımlarında belirtilen genç yetişkinlik dönemi dikkate alınmıştır (Erikson, 1993; Feist ve Feist, 2006). Yukarıda da ifade edildiği üzere bu genç yetişkinlik dönemi 18 ila 35 yaş aralığını kapsamaktadır. Bu doğrultuda, bu araştırmada bahsi geçen yaş aralığında yer alan genç yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencileri ölçüt olarak belirlenmiştir. Araştırmanın üçüncü ölçütü bireylerin Beş Faktör Kişilik Kuramında (McCrea ve Costa, 1999) yer alan uyumluluk ve duygusal denge puanının düşük olmasıdır. Bu nedenle üniversite öğrencilerine Büyük Beş-50 Kişilik Testi (Tatar, 2017) uygulanmıştır (Ek-2). Bu kriter, Digman'ın (1990) araştırması dikkate alınarak belirlenmiştir. Bahsi geçen çalışmada uyumluluk ve duygusal denge puanı düşük bireylerin daha fazla kıskançlık eğilimi gösterdiği raporlanmıştır. Araştırmada belirlenen son ölçüt ise bireylerin BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeğinde (Çırpan ve Özdoğru, 2017) haset boyutundan yüksek puan almasıdır (Ek-3). Bu dördüncü ölçüt, haset puanı yüksek olan bireylerin daha fazla kıskanç olabileceği değerlendirilerek belirlenmiştir.

Nitel araştırmada örneklem büyüklüğünün belirlenmesine ilişkin alanyazında farklı görüşler bulunmaktadır. Örneğin, Creswell'e (2019) göre araştırılan kavrama ilişkin derinlemesine bilgi elde etmek için 3 ila 15 arasında kişinin olması gerektiği ifade edilmektedir. Daha eski kaynaklar araştırılan olguyu deneyimleyen 5 ila 25 kişinin yeterli olacağını belirtmektedir (Polkinghorne, 1989). Örneklem büyüklüğü açısından önemli nokta, araştırmacının incelediği konuya ilişkin veri doygunluğunu sağlamasıdır (Creswell,

2019). Bu nedenle, bu araştırmada veri doygunluğu sağlanana kadar belirlenen ölçütlere bağlı kalınarak örneklem genişletilmiştir.

Bu araştırmada ilk olarak yukarıda belirtilen ölçütler doğrultusunda 346 üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır. Veri toplama sürecinin başında araştırma hakkında bilgi verilmiş ve çalışmanın ikinci adımına gönüllü olarak katılmak isteyenler için iletişim bilgilerini yazabileceği ifade edilmiştir. İletişim bilgisini paylaşmayan kişiler ile kayıp veriler veri setinden çıkarıldığında geriye 136 katılımcı kalmıştır. Belirlenen ölçütler doğrultusunda haset puanı yüksek olan ve uyumluluk ile duygusal denge puanı düşük olan farklı cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi ve bölüm dikkate alınarak 19 üniversite öğrencisi belirlenmiştir. Bu 19 kişi arasından iki kişiye ulaşılamamış ve üç kişi araştırmaya devam etmekten vazgeçtiğini belirtmiştir. Nihai olarak yedi kadın ve yedi erkek olmak üzere toplam 14 katılımcı araştırmanın nitel aşamasında çalışma grubunu oluşturmuştur. Katılımcılara ilişkin demografik özellikler Tablo 3.1'de sunulmuştur:

Tablo 3.1. Çalışma Grubunda Yer Alan Katılımcıların Demografik Özellikleri

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Bölümü	Sınıf Düzeyi
K1	Erkek	23	Mimarlık	4. Sınıf
K2	Erkek	22	Psikolojik Danışma ve Rehberlik	4. Sınıf
K3	Erkek	23	Psikoloji	3. Sınıf
K4	Kadın	26	Çocuk Gelişimi	2. Sınıf
K5	Kadın	25	İngilizce Öğretmenliği	3. Sınıf
K6	Erkek	18	Elektronik Mühendisliği	Hazırlık Sınıfı
K7	Erkek	21	Bilgisayar Mühendisliği	Hazırlık Sınıfı
K8	Kadın	19	Gastronomi	1. Sınıf
K9	Kadın	25	Sağlık Yönetimi	4. Sınıf
K10	Kadın	25	Psikolojik Danışma ve Rehberlik	4. Sınıf
K11	Erkek	22	Havacılık ve Uzay Mühendisliği	3. Sınıf
K12	Erkek	24	Uluslararası İlişkiler	4. Sınıf
K13	Kadın	26	İngilizce Öğretmenliği	4. Sınıf
K14	Kadın	23	Psikolojik Danışma ve Rehberlik	3. Sınıf

Tablo 3.1'de görüldüğü üzere, yedi kadın ve yedi erkekten oluşan çalışma grubunda yaşlar 18 ila 26 arasında değişirken yaş ortalaması 23 olarak hesaplanmıştır. Araştırma yapıldığı esnada katılımcıların ikisi hazırlık sınıfı, biri birinci sınıf, biri ikinci sınıf, dördü

üçüncü sınıf ve altısı dördüncü sınıf öğrencisidir. Katılımcılar mimarlık, psikoloji, çocuk gelişimi, İngilizce öğretmenliği (n = 2), elektronik mühendisliği, gastronomi, havacılık ve uzay mühendisliği, sağlık yönetimi, psikolojik danışma ve rehberlik (n = 3), bilgisayar mühendisliği ve uluslararası ilişkiler bölümünde eğitim görmektedir.

3.2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın nitel araştırma bölümünde araştırmacının geliştirdiği yarı yapılandırılmış form kullanılarak katılımcılar ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Lodico ve diğerleri (2010), yarı yapılandırılmış form kullanılarak yapılan görüşmelerde görüşme anına göre soru sırasında değişiklik yapılabileceğini ve soru çıkarma ya da soru ekleme gibi durumların yaşanabileceğini belirtmektedir. Bununla beraber, araştırılan konu ile ilgili katılımcılardan derinlemesine bilgi elde etmek amacıyla kullanılan bu yöntemde sözel olmayan davranışlar da gözlemlenebilmektedir (Creswell, 2019). Böylece araştırma verisini katılımcıların hem sözlü hem de sözlü olmayan ifadeleri oluşturmaktadır. Ayrıca, Moustakas (1994) tarafından yapılan çalışmada fenomenolojik desende veri toplama aracının araştırmacıların kendisi ve sorduğu sorular olduğu ifade edilmiştir. Bu yüzden, bu araştırmada yarı yapılandırılmış form kullanılarak araştırmacı akran kıskançlığına ilişkin daha önceden hazırladığı soruları katılımcılara sormuş ve görüşme esnasında yeni sorular sorma fırsatı yakalamıştır.

Akran kıskançlığına ilişkin yarı yapılandırılmış form hazırlanmadan önce fenomenolojik desen ile ilgili bilgi elde edilmiş ve bu bilgiler ışığında görüşme soruları hazırlanmıştır. Oluşturulan görüşme formu üç psikolojik danışma ve rehberlik alan doktoruna gönderilmiş ve yapılan öneriler doğrultusunda form üzerinde revizyonlar gerçekleştirilmiştir. Bu revizyonlar benzer olan soruların birleştirilmesi, bazı soruların çıkarılması ve yeni soru eklenmesi şeklindedir. Nihai form oluşturulmadan önce psikolojik danışma ve rehberlik alanından iki akademisyenin onayı alınmıştır. Formun nihai halinde dört demografik soru ile akran kıskançlığı deneyimine yönelik altı soruya yer verilmiştir (Ek-4).

3.2.4. Verilerin Toplanması

Katılımcılar ile görüşmeler gerçekleştirmeden önce üniversite öğrencisi olan ve yaş, cinsiyet, bölüm ile sınıf düzeyi açısından farklı demografik özelliklere sahip iki katılımcı ile pilot görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu iki katılımcı yanlılık olmaması adına araştırmacının tanımadığı kişiler arasından belirlenmiştir. Pilot görüşme sonucunda katılımcılardan süreç

ile ilgili dönütler alınmış, ortalama süre ve görüşme ortamında dikkat edilmesi gereken noktalar hakkında fikir sahibi olunmuştur. Bu pilot görüşmelerden sonra nihai formda herhangi bir değişiklik yapılmamıştır. Ayrıca, bu görüşmelerden elde edilen veriler ana çalışma verileri arasına dahil edilmemiştir.

Katılımcılarla yüz yüze görüşmeler gerçekleştirmeden önce araştırma hakkında kısaca bilgi verilmiş, katılımcıların merak ettiği sorular yanıtlanmış ve katılımcılardan veri toplama süreci öncesinde bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Yapılan derinlemesine görüşmelerde katılımcılara yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan sorular sorulmuştur. Ortalama 47 dakika süren görüşmelerde tüm kayıtlar katılımcı onayı alınarak saklanmıştır. Öncelikle katılımcılara formda yer alan demografik sorular sorulmuş, daha sonra akran kıskançlığı fenomenini ele almak için hazırlanan sorular ve bir olay ya da kategori hakkında ayrıntılı bilgiye ulaşmak için takip soruları sorulmuştur. Süreç boyunca araştırmacı kendisini paranteze alarak objektif davranmıştır. Alanyazında bu kavram, araştırmacının araştırılan kavram ya da olgu ile ilgili kendi deneyimlerini, çağrışımlarını ve önyargılarını bir kenara koyması ve katılımcıya hissettirmemesi olarak açıklanmaktadır (Groenewald, 2004). Böylece veri toplama sürecinin sağlıklı şekilde sürdürülmesi sağlanmıştır.

3.2.5. Verilerin Analizi

Veri toplama sürecinin ardından üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimlerini saptamak amacıyla yorumlayıcı fenomenolojik analiz gerçekleştirilmiştir. Yorumlayıcı fenomenolojik analiz, nitel araştırmalarda kullanılan ve katılımcıların deneyimlediği ya da algıladığı olguyu tanımlamaya yardımcı olan bir analizdir (Smith ve Osborn, 2003). Bu analiz, katılımcının bir olguyu nasıl anlamlandırdığına dair içgörü sunmaktadır. Bu analiz için Smith ve Osburn'ün (2003) veri analizi adımları izlenmiştir. Bu analiz adımları sırasıyla "*okuma ve yeniden okuma*", "*ilk notları alma*", "*kodlar üzerinden temalar geliştirme*", "*ortaya çıkan temaları kümelendirme*" ve "*raporlama*" şeklindedir. Willig (2013), yorumlayıcı fenomenolojik analizin araştırmacının daha sistemli şekilde analiz sürecini tamamlamasını sağladığını ifade etmektedir. Bu araştırmada bahsi geçen bu analiz adımlarına dikkat edilerek ilk olarak katılımcıların tüm söyledikleri defalarca okunmuş ve ardından kelimesi kelimesine yazıya dökülmüştür. Veri analizinde herhangi bir kodlama yapılmadan önce tüm metin üzerinde aşinalık kazanılmıştır. Bu süreçte kayıtlar üzerinden defalarca geçilmiştir. Alanyazında nitel araştırmaların veri analizinde yapılan bu tekrarların araştırmanın temel odağını oluşturduğu ifade edilmektedir (Langdridge, 2007).

Analizin ilerleyen adımlarında katılımcılar tarafından söylenenler (kelimeler) ve söylenmeyenler (duraklama, tonlama, vurgu, jest ve mimikler) yorumlanarak kodlanmıştır. Kodlama işlemi tamamlandıktan sonra kodlar arasında ilişkilendirmeler yapılarak önce kategoriler ve kategorilerden de yola çıkarak temalar belirlenmiştir. Merriam'a (2009) göre, katılımcıların ortak fikirlerinden üretilen birçok kod temayı meydana getirmektedir. Bu araştırmada da üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimlerinden kodlar ve bu kodlardan hareketle kategoriler ile temalar ortaya çıkarılmıştır. Araştırmanın tüm nitel analizlerinde MAXQDA 12 istatistik paket programı kullanılmıştır.

3.2.6. Araştırmanın Geçerliği ve Güvenirliği

Nitel araştırmalarda geçerlik için inandırıcılık ile aktarılabilirlik ve güvenirlik için tutarlık ile teyit edilebilirlik sağlanmalıdır. Glesne (2015), inandırıcılığın iç geçerliğe ve aktarılabilirliğin dış geçerliğe karşılık geldiğini ifade etmektedir. Aynı çalışmada iç güvenirlik için tutarlığın ve dış güvenirlik için teyit edilebilirliğin sağlanması gerektiği belirtilmektedir. Bu araştırmada geçerlik ve güvenirliği sağlamak için nitel araştırmanın tüm adımları özenle gerçekleştirilmiştir.

Alanyazında inandırıcılık araştırma bulgularının gerçek ile uyuşması olarak ifade edilmektedir (Zohrabi, 2013). Bu araştırmada inandırıcılığın sağlanması için katılımcılar ile detaylı görüşmeler yapılmıştır. Ayrıca iç geçerliği artırmak için veri toplama, analiz etme ve yorumlama sürecine ciddi önem ve emek verilerek inandırıcılık sağlanmıştır. Ek olarak, katılımcılardan elde edilen tüm verilerin güvenli bir şekilde saklanması da iç geçerliği artırmaktadır. Bununla beraber, katılımcı teyidine başvurulması da çalışmanın inandırıcılığını artıran faktörlerden bir diğeridir. Bu yüzden, araştırmanın sonunda ortaya çıkan temaların katılımcıların gerçek deneyimlerini yansıtıp yansıtmadığını belirlemek için bir kadın ve bir erkek katılımcıya ulaşılarak temalar hakkında onay alınmıştır. Araştırmada dış geçerliği artırmak için ise amaçlı örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Alanyazında aktarılabilirliğin betimleme yoluyla sağlanabildiği belirtilmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Bu yüzden, bu araştırmada aktarılabilirliğin sağlanması için katılımcıların deneyimleri doğrudan alıntılar yapılarak ifade edilmiş ve araştırmada ulaşılan bulgular detaylı olarak raporlanmıştır.

Araştırmada güvenirlik kapsamında tutarlığın sağlanması için katılımcı görüşleri defalarca dinlenmiş ve alınan notlar tekrarlanarak okunmuştur. Miles ve Huberman (2016),

tutarlığın sağlanması için aynı araştırmayı farklı araştırmacıların incelemesinin ve benzer sonuçlara ulaşmasının gerekliliğini vurgulamaktadır. Bu doğrultuda bu araştırmada nitel araştırma alanında uzman bir kişinin araştırma verisini incelemesi sağlanmıştır. Elde edilen kodların, kategorilerin ve temaların uzman kişinin sonuçları ile benzerlik göstermesi iç güvenirliğin sağlandığını kanıtlamıştır. Son olarak araştırmada dış güvenirlik için teyit edilebilirliğin sağlanması gerekmektedir. Araştırmacı yanlılıklarının ortadan kaldırılabilmesi ya da en aza indirgenebilmesi için teyit edilebilirlik gerekli görülmektedir (Creswell, 2019). Bu kapsamda, araştırmacı veri toplama sürecinde kendisini paranteze alarak objektif davranmış ve araştırma süreci boyunca konuya ilişkin duygu ve düşüncelerini yansıtmamaya çalışmıştır. Sonuç olarak, bu araştırmanın nitel aşamasında geçerlik ve güvenirliğin sağlandığını söylemek mümkündür.

3.2.7. Araştırmacının Rolü

Nitel araştırmalarda araştırmacılar nicel araştırmaya göre daha fazla sürecin içerisinde bulunmakta ve aktif rol oynamaktadır. Nitel araştırma aşamasında araştırmacının bilgiyi öğrenmeye açık olan bir öğrenci rolünde olması ve tarafsız bir tutum sergilemesi gerektiği belirtilmektedir (Glesne, 2015). Bu nedenle nitel araştırmanın tüm adımlarında araştırmacının kendisine ilişkin bir değerlendirme yapması gerekmektedir.

Araştırmada aktif bir şekilde çalışan araştırmacı, akran kıskançlığı ile ilgili deneyimleri olan insanlara hem empatik hem de sorgulayıcı bir şekilde yaklaşmış ve süreç boyunca şeffaf şekilde olguyu incelemiştir. Araştırmacı, katılımcıların kendi yaşadıkları deneyimleri aktarmasına, aktarılan deneyimlere ilişkin yüklenilen anlam ile algıya ve tüm bu bilgilerin nasıl yorumlanabileceğine odaklanmıştır. Araştırmacının genç yetişkinlik döneminde olması, mesleği nedeniyle üniversite öğrencileri ile iç içe olması, gerçekleştirdiği psikolojik danışma oturumlarında genç yetişkinlerin akran kıskançlığını sıklıkla yaşadığını fark etmesi ve akran kıskançlığı ile ilgili öznel deneyimlere sahip olması empatik bir tutum geliştirmesini kolaylaştırmıştır. Ayrıca, araştırmacının incelenen olgu hakkında akademik çalışmalar yürütmüş olması da süreç boyunca sorgulayıcı tutum geliştirmesine yardımcı olmuştur.

3.3. Nicel Araştırma Bölümü: Ölçek Geliştirme

Araştırmanın ikinci aşamasında nicel araştırma ile ilgili detaylı bilgilere yer verilmiştir. Keşfedici sıralı desenin ikinci aşaması olan bu aşamada nitel araştırma bulgularından elde

edilen temaların üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklemde genellenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, bu nicel araştırma bölümünde akran kıskançlığına ilişkin ölçek geliştirilerek psikometrik özellikleri incelenmiştir. Bu bölümde Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilme sürecinden (madde yazımı, madde havuzu, uzman değerlendirmesi, pilot çalışma vb.), çalışma grubundan, veri toplama araçlarından, verilerin toplanmasından ve toplanan verilere uygulanan analizlerden sırasıyla söz edilmiştir.

3.3.1. Akran Kıskançlığı Ölçeği Geliştirme Süreci

Araştırmanın bu adımında nitel araştırma sürecinde belirlenen temalardan hareketle Akran Kıskançlığı Ölçeği geliştirilmiştir. Bu ölçeğin geliştirilme sürecinde DeVellis (2014) tarafından önerilen ölçek geliştirme adımları izlenmiştir:

- Ölçülmek istenen yapının belirlenmesi ve incelenmesi.
- Nitel araştırma bulgularından hareketle madde havuzunun oluşturulması.
- Ölçek madde derecelenmesinin (ölçme formatının) kararlaştırılması.
- Madde havuzunun uzman görüşüne sunulması ve uzmanların dönütleri doğrultusunda taslak ölçek formunun hazırlanması.
- Ölçek maddelerinin anlaşılır olup olmadığının ve yazım, noktalama veya dil bilgisi açısından problem olup olmadığının kontrol edilmesi için pilot çalışma gerçekleştirilmesi.
- Pilot çalışma sonunda maddelerin değerlendirilmesi ve ölçek uzunluğunun uygun hale getirilmesi.
- Verilerin ana çalışma gruplarından toplanarak planlanan analizlerin yapılması.
- Analiz sonucuna göre ölçeğin son halinin verilmesi.

Yukarıdaki adımlardan yola çıkarak bu araştırmada üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığının incelenmesine karar verilmiştir. Bu doğrultuda, nitel araştırma bulgularından hareketle her temaya uygun maddeler yazılmış ve Akran Kıskançlığı Ölçeği için 68 maddeden oluşan bir madde havuzu oluşturulmuştur. Ayrıca ölçek için beşli dereceleme (*1 = Hiç katılmıyorum; 5 = Tamamen katılıyorum*) şeklinde bir cevaplama anahtarı hazırlanmıştır. Bu maddeler ve cevaplama anahtarı, bir Türk dili alan doktoru, üç psikolojik danışma ve rehberlik alan doktoru ve iki ölçme ve değerlendirme alan doktoruna sunulmuştur. Alınan geri bildirimler doğrultusunda madde havuzu 55 maddeye indirgenmiş, bazı maddeler yeniden düzenlenmiş ve cevaplama anahtarı belirlendiği haliyle kalmıştır.

Böylece ölçeğin kapsam geçerliğinin de kontrolü sağlanmıştır. Alanyazında kapsam geçerliği, ölçekte yer alan maddenin ölçülmek istenen yapıya uygun olup olmadığının belirlenmesi olarak tanımlanmaktadır (McGartland ve diğerleri, 2003). Bu tanıma uygun olarak uzmanlar tarafından ölçek maddelerinin ölçülmek istenen yapıya uygun olup olmadığı incelenmiştir. Daha sonra, 55 maddeden oluşan taslak ölçek formu ölçek maddelerinin anlaşılır olup olmadığının ve yazım, noktalama veya dil bilgisi açısından problem olup olmadığının kontrol edilmesi amacıyla 40 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Bu pilot çalışma sonucunda öğrencilerden gelen dönütler doğrultusunda ölçek maddeleri değerlendirilmiş ve ölçek uzunluğu uygun hale getirilmiştir. Ayrıca formun dilsel ve anlamsal açıdan kontrolü yapılarak ölçeğin nihai hali hazırlanmıştır.

3.3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın amacı doğrultusunda bu aşamada üniversite öğrencileri ile çalışılmıştır. Üniversite öğrencileri arasından araştırmaya katılım sağlayacak kişiler seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan uygun ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Uygun ulaşılabilir örnekleme yöntemi, araştırmacıların hızlı ve kolay şekilde ulaşabileceği kişilerden verileri toplayarak yeterli sayıya ulaşmaya çalışması olarak açıklanmaktadır (Ravid, 1994). Bu aşamada, Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilmesi kapsamında dört farklı gruptan veri toplanmıştır.

Birinci grupta 185 kadın (%43.6) ve 239 erkek (%56.4) olmak üzere toplam 424 katılımcı yer almaktadır. Yaşları 18 ile 30 arasında değişen katılımcıların yaş ortalaması 22.59'dur (SS = 2.473). Bu gruptan toplanan verilerle açımlayıcı faktör analizi (AFA) ve güvenirlik analizi yapılmıştır.

İkinci grubu 290 kadın (%77.3) ve 85 erkek (%22.7) olmak üzere toplam 375 katılımcı oluşturmaktadır (Yaş aralığı = 18-32, Yaş ortalaması = 20.50, SS = 2.396). Katılımcılar Türkiye'nin dört farklı üniversitesinde çeşitli bölümlerde eğitim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Veri toplama esnasında katılımcıların 139'u birinci sınıf (%37.1), 151'i ikinci sınıf (%40.3), 72'si üçüncü sınıf (%19.2) ve 13'ü dördüncü sınıf (%3.4) öğrencisidir. Bu gruptan toplanan veriler doğrulayıcı faktör analizi (DFA), madde analizi, Madde Tepki Kuramı (MTK) ve güvenirlik analizleri (Cronbach alfa, McDonald omega, Guttman lambda) için kullanılmıştır.

Üçüncü grupta 48 kadın (%64) ve 27 erkek (%36) olmak üzere toplam 75 katılımcı bulunmaktadır (Yaş aralığı = 19-32, Yaş ortalaması = 20.68, SS = 2.054). Türkiye'de bulunan tek bir üniversitedeki dört farklı bölümden öğrenciler üçüncü çalışma grubunu oluşturmaktadır. Veri toplandığı dönemde katılımcıların 26'sı ikinci sınıf (%34.7), 43'ü üçüncü sınıf (%57.3) ve 6'sı dördüncü sınıf (%8) öğrencisidir. Bu gruptan toplanan veriler ölçüt bağıntı geçerliğini saptamak amacıyla kullanılmıştır.

Dördüncü ve son grupta 62 kadın (%63.9) ve 35 erkek (%36.1) olmak üzere toplam 97 katılımcı yer almaktadır (Yaş aralığı = 18-31, Yaş ortalaması = 20.76, SS = 1.978). Katılımcılar Türkiye'nin iki farklı üniversitesinde çeşitli bölümlerde eğitim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Veri toplandığı dönemde katılımcıların 63'ü ikinci sınıf (%64.9), 24'ü üçüncü sınıf (%24.7) ve 10'u dördüncü sınıf (%10.4) öğrencisidir. Bu gruptan toplanan verilerle test-tekrar test analizi yapılmıştır.

3.3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın bu aşamasında dört gruptan da veri toplanırken araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Ek olarak, ölçüt bağıntı geçerliğini saptamak amacıyla BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeğinden (Çırpan ve Özdoğru, 2017) faydalanılmıştır. Aşağıda bu form ve ölçek ile ilgili detaylı bilgilere yer verilmiştir.

3.3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacının geliştirdiği bu form katılımcıların demografik özelliklerinin betimlenmesi amacıyla kullanılmıştır. Kullanılan formda katılımcıların cinsiyetine, yaşına, üniversite bilgisine, okuduğu bölüme ve sınıf düzeyine ilişkin bilgiler elde edilmektedir. Bu form, araştırmanın ikinci aşamasındaki tüm çalışma gruplarında kullanılmıştır.

3.3.3.2. BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği

Lange ve Crusius (2015) tarafından geliştirilen bu ölçeği Türkçeye Çırpan ve Özdoğru (2017) uyarlamıştır (Ek-3). Toplamda 10 maddeden oluşan ölçek, 6'lı dereceleme şeklinde puanlanmaktadır (*1 = Kesinlikle katılıyorum; 6 = Kesinlikle katılmıyorum*). Ölçekte yer alan maddelerden biri şu şekildedir: "*Benden üstün olan insanların üstünlüklerini kaybetmelerini isterim*". Bu ölçek haset ve gıpta olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Her alt boyutta beş madde bulunmaktadır. Ölçek haset ve gıpta alt boyutları için ayrı ayrı puan vermektedir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçeğin yapı geçerliğinin sağlandığı faktör analiziyle

kanıtlanmıştır. Güvenirlik analizleri doğrultusunda ise ölçeğin haset alt boyutunda Cronbach alfa değeri .86 ve gıpta alt boyutunda Cronbach alfa katsayısı .78 olarak raporlanmıştır.

3.3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın ikinci aşaması için veri toplama sürecinde ilk olarak örneklem büyüklüğü dikkate alınmış ve alanyazında belirtildiği üzere örneklemin madde sayısının beş katından daha az olmamasına (Hair ve diğerleri, 2010) ve en az 300 katılımcının yer almasına (Norušis, 2005) özen gösterilmiştir. Bu kapsamda, hem AFA hem de DFA için yeterli katılımcı sayısına ulaşılmıştır. Araştırma verileri hem yüz yüze hem de Google form aracılığıyla çevrim içi şekilde toplanmıştır. Araştırmaya katılan tüm bireylerden bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Veriler toplanmadan önce araştırma hakkında katılımcılara bilgi verilmiş ve araştırmaya katılımda gönüllülüğün esas olduğu açıklanmıştır. Ayrıca, katılımcılara istedikleri takdirde araştırmayı yarıda bırakabilecekleri belirtilmiştir. Katılımcılara herhangi bir ücret ödenmemiştir. Son olarak, araştırma verileri dört farklı gruptan toplandıktan sonra istatistik paket programlarına veri girişi yapılmıştır.

3.3.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın bu aşamasında ilk olarak bazı ön analizler gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın amacı doğrultusunda temel analizlere geçmeden önce kayıp değerler, uç değerler, normallik varsayımı ve çoklu bağıntı problemi kontrol edilmiştir. Veri setinde herhangi bir kayıp değer olup olmadığını saptamak amacıyla frekans analizinden faydalanılmıştır. Uç değerler için ise Mahalanobis uzaklık değeri hesaplanarak .001 eşik değeri dikkate alınmıştır (Büyüköztürk, 2016). Normallik varsayımı için değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş ve Tabachnick ve Fidell'in (2013) kriterleri doğrultusunda değerlerin ±2 aralığında olması kararlaştırılmıştır. Ön analizlerde son olarak çoklu bağıntı problemi kapsamında VIF ve tolerans değerlerine bakılmıştır. Çoklu bağıntı problemi yaşanmaması için VIF değerinin 10'dan küçük ve tolerans değerinin .10'dan büyük olması gerektiği alanyazında ifade edildiğinden (Tabachnick ve Fidell, 2013), bu araştırmada bu değerler esas alınmıştır. Araştırmanın ikinci aşamasındaki tüm analizler için SPSS 26, Mplus 6.12, JASP 0.11.1 ve Stata 14.2 istatistik paket programları kullanılmıştır.

Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilmesi sürecinde ilk olarak AFA ve daha sonra DFA gerçekleştirilmiştir. Alanyazında faktör analizi, aynı yapıyı ölçen değişkenler arasından az sayıda ve tanımlanabilir anlamlı değişkenler elde edilmesi olarak tanımlanmaktadır

(Büyüköztürk, 2002). AFA ise, ölçme aracının nasıl bir yapıyı ölçtüğünü keşfetmek amacıyla kullanılan ve çok sayıdaki gözlenen değişkenleri azaltarak boyutlara indirgeyen analiz yöntemidir (Field, 2009). Son olarak DFA, verilerin teorik yapıya uyumunun sınanması olarak açıklanmaktadır (Çapık, 2014).

Bu araştırmanın AFA adımında ilk olarak örneklemin yeterli olup olmadığı ve verinin faktörleşmeye uygun olup olmadığı Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi ile incelenmiştir. KMO değerinin .60'dan büyük ve Bartlett Küresellik Testinde elde edilen ki kare değerinin .05 düzeyinde anlamlı olması gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Toplanan verinin faktörleşmeye uygun olduğu belirlendikten sonra faktör sayısına karar verilmesi için işlemlere geçilmiştir. Bu doğrultuda, bu araştırmada temel bileşenler analizi tercih edilmiştir. Şencan'a (2005) göre temel bileşenler analizi, maddelerin hangi alt boyutta yer alacağını belirleme konusunda iyi bir yöntemdir. Daha sonra, bu araştırmada faktörleşme için döndürme tekniği belirlenmiştir. Alanyazında boyutların birbirleriyle ilişkili olduğunun düşünüldüğü durumlarda eğik döndürme tekniğinin seçilmesi gerektiği ifade edilmektedir (Avcu, 2021). Bu analizde eğik döndürme tekniklerinden daha hızlı ve daha kullanışlı yöntem olması nedeniyle Promax döndürme tekniği tercih edilmiştir (Rennie, 1997; Thompson, 2004). Promax döndürme tekniğinde en iyi çözüme kavuşmak için ise Kappa değeri dört olarak seçilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bunun dışında, bu araştırmada faktör sayısına karar verirken özdeğer ve yamaç grafiği sonucu dikkate alınmıştır (Cattell, 1966; Costello ve Osborne, 2005). 1.00'dan büyük olan özdeğerin belirlenmesi ve yamaç grafiğinde eğrinin düzleşerek devam ettiği noktanın saptanması faktör sayısının ortaya çıkarılmasını sağlamaktadır. Ölçeğin maddelerinin ortak varyans değerinin iyi düzeyde olması için eşik değer .40 (Avcu, 2021) ve maddelerin faktör yükünün iyi düzeyde olması için eşik değer .55 (Comrey ve Lee, 1992) olarak belirlenmiştir. Son olarak, güvenirlik analizleri kapsamında ölçeğin ve alt boyutlarının Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır.

AFA sonucunda elde edilen yapının doğrulanması amacıyla farklı bir örneklem üzerinde DFA gerçekleştirilmiştir. Kline (2005), DFA'yı yapı geçerliğinin değerlendirilmesi için kullanılan bir istatistik yöntemi olarak tanımlamaktadır. DFA sonucunda model ile veri arasındaki uyumu saptamak için ki-kare/serbestlik derecesi (χ^2/sd), karşılaştırmalı uyum indeksi (comparative fit index [CFI]), Tucker-Lewis indeksi (Tucker-Lewis index [TLI]), tahmin hatalarının ortalamasının karekökü (root mean square error of approximation

[RMSEA]) ve standartlaştırılmış hata kareleri ortalamasının karekökü (standardized root mean square residual [SRMR]) değerleri incelenmiştir. Alanyazında χ^2/df değerinin ikinin altında olması iyi uyuma ve iki ile beş arasında olması kabul edilebilir uyuma işaret etmektedir (Hooper ve diğerleri, 2008). CFI ve TLI değerleri için .95 ve üzeri mükemmel uyum anlamına gelirken, kabul edilebilir uyum için bu uyum indekslerinin .90 ve üzeri olması gerekmektedir. RMSEA ve SRMR değerlerinin ise .05 altında olması mükemmel uyuma ve .08 altında olması kabul edilebilir uyuma işaret etmektedir (Baumgartner ve Homburg, 1996; Browne ve diğerleri, 2002). Bunun dışında, madde analizi kapsamında her bir madde için madde-toplam korelasyonu hesaplanmış ve analizlerde .30 eşik değer olarak belirlenmiştir (Büyüköztürk, 2016). Madde toplam korelasyonu, ölçekteki her bir maddenin ölçekten elde edilen toplam puanla arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır (Otrar, 2006). Son olarak, Cronbach alfa, McDonald omega ve Guttman lambda güvenirlik değerleri hesaplanmıştır. Nunnally ve Bernstein (1994), bu güvenirlik değerlerinin en az .60 olması gerektiği ifade etmektedir.

DFA'nın ardından ölçeğin ayırt etme, güçlük ve bilgilendiricilik düzeyi MTK ile değerlendirilmiştir. MTK, Klasik Test Kuramına göre birey ve madde düzeyinde daha detaylı ve güvenilir bilgi sunmaktadır (Chalmers, 2012). MTK'da maddelerin ayırt ediciliği için hesaplanan α değerlerinin 1.0'dan büyük olması beklenmektedir (Baker, 2001). Aynı araştırmada ayırt edicilik değeri 1.34'e kadar kabul edilebilir, 1.35 ile 1.69 arasında yüksek ve 1.70'den büyük ise çok yüksek olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca, maddelerin ayırt ediciliğinin görsel gösterimi için madde karakteristik eğrisi incelenmiştir. Bu eğri, katılımcıların yetenek düzeyi ile doğru yanıt verme ilişkisini gösteren bir görseli okuyuculara sunmaktadır (Hambleton ve diğerleri, 1991). Bu eğrinin "*S*" şeklinde olması madde ayırt ediciliğinin sağlandığını ortaya koymaktadır.

Akran Kıskançlığı Ölçeğinin ölçüt bağıntı geçerliği için ise BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği ile arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı hesaplanarak incelenmiştir. Toplam puan vermeyen BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeğinin haset ve gıpta alt boyutları ile Akran Kıskançlığı Ölçeği arasındaki ilişkilere korelasyon analizi ile bakılmıştır. Veri analizinde son olarak, Akran Kıskançlığı Ölçeğinin güvenirlik analizleri kapsamında ayrı bir örneklem üzerinden üç hafta arayla toplanan veriler ile test-tekrar test analizi gerçekleştirilmiştir. Robinson ve diğerleri (1991), üç hafta ara ile yapılan test-tekrar test için korelasyonun minimum .50 olması gerektiğini vurgulamaktadır.

3.4. Nicel Araştırma Bölümü: Hipotetik Model Test Etme

Araştırmanın üçüncü ve son aşamasında geliştirilen Akran Kıskançlığı Ölçeğinin benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenleri ile arasındaki ilişkiler hipotetik bir model kurularak test edilmiştir. Bu bölümde sırasıyla araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi başlıkları detaylı şekilde açıklanmıştır.

3.4.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ile yaşamda uyum düzeyleri arasındaki ilişkide akran kıskançlığı ve yalnızlığın seri aracı rolünün incelendiği ilişkisel tarama modeline dayanan betimsel bir araştırmadır. Genel tarama modellerinden biri olan ilişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin derecesini ortaya koymayı hedefleyen araştırma modeli olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk, 2016). Araştırmanın bu aşamasında hipotetik bir model kurularak değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkisine yönelik bazı fikirler elde edilmesi ön görülmektedir. Araştırmanın bağımsız değişkeni benlik saygısı, bağımlı değişkeni yaşamda uyum ve aracı değişkenler sırasıyla akran kıskançlığı ile yalnızlık olarak belirlenmiştir.

3.4.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın amacı doğrultusunda bu aşamada da üniversite öğrencileri ile çalışılmış ve seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan uygun ulaşılabilir örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Bu örnekleme yöntemi vakit, ekonomiklik ve iş gücü bakımından araştırmacıya avantaj sağlayan fakat evreni temsil etmenin zor olması nedeniyle sınırlılığı olan bir yöntemdir (Büyüköztürk, 2016). Araştırmanın bu aşamasında çalışma grubunu 303 kadın (%58.8) ve 212 erkek (%41.2) olmak üzere toplam 515 katılımcı oluşturmuştur (Yaş aralığı = 18-32, Yaş ortalaması = 20.99, SS = 2.74). Katılımcılar Türkiye'nin 49 farklı üniversitesinin 65 farklı bölümünde eğitim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Verilerin toplandığı dönemde katılımcıların 87'si hazırlık sınıfı (%16.9), 82'si birinci sınıf (%15.9), 100'ü ikinci sınıf (%19.4), 120'si üçüncü sınıf (%23.3), 125'i dördüncü sınıf (%24.3) ve biri beşinci sınıf (%0.2) öğrencisidir.

3.4.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın bu aşamasında katılımcıların demografik bilgilerinin tasvir edilmesi için araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Ayrıca, hipotetik

modeli test etmek amacıyla dört farklı ölçekten faydalanılmıştır. Bu form ve ölçeklerle ilgili detaylı bilgiler aşağıda sunulmuştur.

3.4.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacının geliştirdiği bu formda cinsiyet, yaş, eğitim görülen üniversite ve bölüm ile sınıf düzeyi hakkında bilgiler toplanmıştır. Bu form, araştırmanın üçüncü aşamasına katılan kişiler hakkında fikir elde edebilmemizi sağlamıştır (Ek-5).

3.4.3.2. Yaşamda Uyum Ölçeği-3

Bireylerin yaşamda uyum düzeyini ölçmek amacıyla Kjell ve Diener (2021) tarafından geliştirilen bu ölçeği Türk kültürüne Yelpaze ve diğerleri (2022) uyarlamıştır (Ek-6). Ters maddesi bulunmayan tek boyutlu bu ölçek üç maddeden oluşmaktadır. Ölçekteki maddelerden birisi şu şekildedir: "*Yaşam tarzım benim çevremle uyum içerisinde olmama olanak sağlar*". 7'li dereceleme şeklinde puanlanan ölçekte (*1 = Kesinlikle katılmıyorum; 7 = Kesinlikle katılıyorum*) toplam puan alınabilmekte ve ölçek 3 ila 21 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan olası yüksek puanlar yaşamda uyum düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin DFA sonuçları yapı geçerliğinin sağlandığını göstermektedir. Güvenirlik analizlerinde de ölçeğin Cronbach alfa değerinin .87 olduğu belirtilmiştir.

3.4.3.3. İki Boyutlu Benlik Saygısı: Kendini Sevme/Özyeterlik Ölçeği

Tafarodi ve Swann'ın (2001) geliştirdiği bu ölçeği Doğan (2011) Türkçeye uyarlamıştır (Ek-7). 16 maddeden oluşan bu ölçek, benlik saygısı düzeyini belirlemek amacıyla kullanılmaktadır. Ölçekte yer alan maddelerden biri şöyledir: "*Yaptığım işlerde oldukça yeterliyim*". Bu ölçekte "*kendini sevme*" ve "*özyeterlik*" isimli iki alt boyut bulunmaktadır. 5'li dereceleme şeklinde puanlanan ölçekte (*1 = Hiç uygun değil; 5 = Tamamen uygun*) yer alan ters maddeler düzenlendikten sonra ölçekten 16 ila 80 arasında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan olası yüksek puanlar benlik saygısının arttığına işaret etmektedir. Ölçeğin DFA sonucunda uyum indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu belirtilmiştir. Ayrıca, güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa değeri alt boyutlar için sırasıyla .83 ve .74 olarak raporlanmıştır.

3.4.3.4. Akran Kıskançlığı Ölçeği

Bu ölçek, üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığı düzeyini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir (Ek-8). 14 maddeden oluşan ölçekte yer alan örnek madde şu şekildedir: "*Akranlarımın güzel/yakışıklı biriyle beraber olmasını istemem*". Ölçekte ters madde bulunmamakta ve 5'li dereceleme şeklinde puanlanmaktadır (*1 = Hiç katılmıyorum; 5 = Tamamen katılıyorum*). Ölçekten 14 ila 70 arasında puan alınırken olası yüksek puanlar katılımcının akran kıskançlığını daha fazla yaşadığı anlamına gelmektedir. Yapılan AFA sonucunda ölçeğin dört alt boyutu olduğu belirlenmiştir. Bu boyutlar "*kendini kıyaslama*", "*ilgi ve yeterliğe yönelik kıskançlık*", "*akademik başarıya yönelik kıskançlık*" ve "*ilişkilere yönelik kıskançlık*" şeklinde isimlendirilmiştir. Ölçeğin DFA sonucunda da yeterli uyum indekslerine sahip olduğu saptanmıştır. Son olarak, güvenirlik analizlerinde ölçeğin geneli için Cronbach alfa değeri .786 ve alt boyutlar için sırasıyla .785, .762, .753 ve .627 olarak hesaplanmıştır.

3.4.3.5. UCLA Yalnızlık Ölçeği

Hays ve DiMatteo (1987) tarafından geliştirilen bu ölçeği Doğan ve diğerleri (2011) Türk kültürüne uyarlamıştır (Ek-9). Yalnızlık düzeyini ölçen bu ölçekte yer alan maddelerden birisi şu şekildedir: "*Başvurabileceğim hiç kimse yok*". Sekiz maddesi bulunan ölçeğin 4'lü dereceleme şeklinde puanlandığı belirtilmiştir (*1 = Hiç uygun değil; 4 = Tamamen uygun*). Ölçekte yer alan ters maddeler düzenlendikten sonra toplam puan alınabilmektedir. Ölçekten en az 8 ve en fazla 32 puan alınabilirken, puanlar artması yalnızlık düzeyinin yükseldiği anlamına gelmektedir. Tek boyutlu olan bu ölçeğin yapı geçerliği DFA yapılarak doğrulanmıştır. Güvenirlik analizleri yapılan ölçekte Cronbach alfa katsayısı .72 olarak raporlanmıştır.

3.4.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın bu aşamasında da veriler hem yüz yüze hem de Google form aracılığıyla çevrim içi şekilde toplanmıştır. Araştırmaya katılan tüm bireylere araştırma öncesinde bilgi verilmiş ve çalışmaya katılımın gönüllülük ilkesine bağlı olduğu hatırlatılmıştır. Tüm katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Katılımcılara araştırmaya katıldıkları için herhangi bir ücret ödenmemiştir. Ayrıca, katılımcılara istedikleri takdirde araştırmayı yarıda bırakabilecekleri ifade edilmiştir. Çevrim içi form, katılımcıların istedikleri zaman geri çekilebilecekleri ve yalnızca tüm sorular yanıtlandıktan sonra gönderebilecekleri şekilde

tasarlanmıştır. Yüz yüz ve çevrim içi şekilde toplanan tüm araştırma verileri istatistik paket programına girilmiştir.

3.4.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın bu aşamasında ilk olarak bazı ön analizler gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda, veri setinde herhangi bir kayıp değer bulunmadığı frekans analizi yapılarak tespit edilmiştir. Mahalanobis uzaklık değeri .001 eşik değerinde hesaplanmış (Büyüköztürk, 2016) ve 42 aykırı değer veri setinden çıkarılmıştır. Daha sonra, değişkenlerin olası çoklu bağıntı problemi için VIF ve tolerans değerleri kontrol edilmiştir. VIF değerinin 10'dan küçük ve tolerans değerinin .10'dan büyük olduğu belirlendiğinden herhangi bir çoklu bağıntı sorununa rastlanmamıştır. Çarpıklık ve basıklık katsayıları incelendiğinde ise, değişkenlerin ±2 arasında olduğu ve normallik varsayımlarının karşılandığı belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu aşamada analizler SPSS 26 istatistik paket programı ile gerçekleştirilmiştir.

Bu ön analizlerin ardından akran kıskançlığı, yaşamda uyum, yalnızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Daha sonra, katılımcılardan toplanan veriler PROCESS v4.0 (Model 6; Hayes, 2018) makro eklentisi ile analiz edilmiştir. Bu seri aracılık analizinde bağımsız değişken bağımlı değişkeni biri doğrudan ve üçü dolaylı olmak üzere dört şekilde etkilemektedir. Hipotetik model test edildikten sonra aracı değişkenlerin anlamlılığı Hayes ve Preacher (2014) tarafından modern bir yaklaşım olarak tanımlanan bootstrapping yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Bu yöntem kullanılırken maksimum olabilirlik kestirimi kullanılmış, 5,000 önyükleme yapılarak %95 güven aralığında analiz gerçekleştirilmiştir. Güven aralık değerleri arasında sıfır değerinin bulunmaması anlamlılığa işaret etmektedir (MacKinnon ve diğerleri, 2004).

BÖLÜM IV: BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde yöntem bölümündeki sıralamaya bağlı kalınarak araştırmanın amaçları doğrultusunda gerçekleştirilen analizlerin bulguları sunulmuştur. Keşfedici sıralı desen ile gerçekleştirilen bu çalışmada ilk olarak nitel araştırma bulgularına ve daha sonra nicel aşamada ölçek geliştirme bulgularına yer verilmiştir. Son olarak ise araştırmanın üçüncü aşamasında geliştirilen ölçme aracının hipotetik modelde sınanmasına ilişkin bulgular sunulmuştur. Nitel araştırma bulgularında üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimleri kod, kategori ve temalar halinde ortaya konmuştur. Kod, kategori ve temalara ilişkin üniversite öğrencilerinin görüşlerinden örnekler sunularak akran kıskançlığına bütüncül bir açıdan bakış sağlanmıştır. Araştırmanın ikinci aşaması olan nicel araştırma bulgularında Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik analizlerine ilişkin bulgular sunulmuştur. Araştırmanın üçüncü ve son aşamasında ise benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide akran kıskançlığı ile yalnızlığın seri aracı rolüne ilişkin test edilen hipotetik model bulguları yer almıştır.

4.1. Nitel Araştırma Bulguları

Gerçekleştirilen nitel araştırma analizleri sonucunda üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin elde edilen kod, kategori ve temalara ait bulgular bu bölümde sunulmuştur. Kodları oluşturan katılımcı görüşleri K1 ile K14 arasında isimlendirilmiştir. Üniversite öğrencilerinin görüşleri kodları ortaya çıkarırken kategorilerde yer alan her kod da akran kıskançlığının nasıl oluştuğuna dair bilgi vermektedir. Analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin ifadeleri 11 kod ve dört kategori altında toplanmıştır. Bu kategorilerden hareketle "*akran kıskançlığının davranışsal yönü*", "*akran kıskançlığının duygusal yönü*" ve "*akran kıskançlığının bilişsel yönü*" olmak üzere üç kapsayıcı tema ortaya konmuştur. Tablo 4.1'de üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığı ile ilgili görüşlerinden hareketle kodlara, kategorilere ve temalara yer verilmiştir.

Tablo 4.1. Akran Kıskançlığına İlişkin Temalar, Kategoriler ve Kodlar

Üniversite Öğrencilerinde Akran Kıskançlığına İlişkin Temalar, Kategoriler ve Kodlar		
1. Tema	**2. Tema**	**3. Tema**
Akran Kıskançlığının Davranışsal Yönü	Akran Kıskançlığının Duygusal Yönü	Akran Kıskançlığının Bilişsel Yönü
1. Kategori	**1. Kategori**	**1. Kategori**
Farklı Görünmeye Dönük Davranışlar	Olumsuz Duygulanım	Kendine Dönük Düşünceler
Kodları	**Kodları**	**Kodları**
1.1. Kabul Görmeye Dönük Davranışlar	**1.1.** Haset Etme	**1.1.** Düşük Benlik Saygısı
1.2. Başkasının Yerinde Olmaya Dönük Davranışlar	**1.2.** Çekememe Hali	**1.2.** Özgüven Eksikliği
1.3. Ön Plana Çıkmaya Dönük Davranışlar		**1.3.** İlgi Eksikliği
2. Kategori		
Üstün Olmaya Dönük Davranışlar		
Kodları		
1.1. Hırsa Dönük Davranışlar		
1.2. Rekabete Dönük Davranışlar		
1.3. Yüksek Başarıya Dönük Davranışlar		

4.1.1. Tema 1: Akran Kıskançlığının Davranışsal Yönü

Üniversite öğrencileri ile akran kıskançlığına ilişkin gerçekleştirilen görüşmelerde ulaşılan ilk tema akran kıskançlığının davranışsal yönü şeklindedir. Akran kıskançlığının davranışsal yönünü birçok katılımcı ifade etmiştir. Bu ifadelerde akran kıskançlığı yaşanmasında "*farklı görünmeye dönük davranışlar*" ile "*üstün olmaya dönük davranışlar*" açısından katılımcıların daha çok vurgu yaptıkları görülmektedir. Vurgulanan bu iki kategoriye ait kodlar ve bazı katılımcı görüşleri aşağıda detaylı şekilde açıklanmıştır.

4.1.1.1. Kategori 1: Farklı Görünmeye Dönük Davranışlar

Üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığının davranışsal yönü ile ilgili ilk kategori farklı görünmeye dönük davranışlar şeklindedir. Bu kategoride "*kabul görmeye dönük davranışlar*", "*başkasının yerinde olmaya dönük davranışlar*" ve "*ön plana çıkmaya dönük davranışlar*" olmak üzere üç kod bulunmaktadır. Bu kodlara ilişkin katılımcı görüşleri bireylerin akran kıskançlığı yaşamasından dolayı olduğundan farklı davranmaya başladığını göstermektedir. Akran kıskançlığı yaşayan bireyler, bir grubun üyesi olmak ya da olmaya devam etmek için veya çevresinde ön plana daha fazla çıkmak için farklı görünmeye dönük davranışlar sergileyebilmektedir. Ayrıca, akran kıskançlığı nedeniyle bireyler başkasının yerinde olmayı isteyerek farklı görünmeye yönelik davranışlar gösterebilir. Tüm bu kodların ortaya çıkmasını sağlayan bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

4.1.1.1.1. Kabul Görmeye Dönük Davranışlar

> "…Ben elimden geldiğince akran kıskançlığı yaptığımı çevreme yansıtmamaya çalışıyorum ki dışlanmayayım. Onların yanında olmak için genelde bu duygumu belli etmemeye çalışıyorum." (K3)

> "Bulunduğum ortamda diğer kişilerden ayrı kalmamak için kıskansam da duygumu göstermiyorum." (K9)

4.1.1.1.2. Başkasının Yerinde Olmaya Dönük Davranışlar

> "İlişkim yolunda gitmezken çevremde iyi ilişkiler yaşayan insanları kıskandığım olurdu. Öyle bir ilişkim olsa sevinirdim diye düşündüğüm çok oldu. Her zaman başka insanların ilişkilerini kendi ilişkilerim ile kıyasladığım oluyor." (K13)

> "Özendiğim insanlar oluyor, onları kıskanıyorum mesela. İçten içe onların yaşadığı hayatı yaşamak istediğim oluyor. Örnek vermek gerekirse, başkalarının gittiği yemekler, davetler, etkinlikleri görünce keşke ben de davet edilseydim diyorum." (K2)

> "Birkaç yıldır hayalimi gerçekleştirip yurt dışında çalışmayı istiyorum ancak yeterli birikimim ve desteğim olmadığı için gidemiyorum. Ve ailesinden tam destek gören ödeme konularından kafasını bile yormayan kişilerin istediği gibi yurtdışına çıkıyor olması beni kıskandırıyor." (K9)

"…Benim yaşımdaki insanların hayatı istedikleri gibi yaşamalarını bazen çekemiyorum. Mesela ailesinden ayrı kalan arkadaşlarımın da gönüllerince eğlenmeleri, hesap vermeden dışarıya çıkabilmeleri ekleyebileceğim örnekler arasında." (K4)

"Benim ailem çok kontrolcü. Her şeye müdahale ediyorlar. Ailesi kolay izin verenleri kıskanıyorum. Benim ailem de öyle olsun isterdim…" (K11)

4.1.1.1.3. Ön Plana Çıkmaya Dönük Davranışlar

"En başta spor ve akademik konularda yaşanıyor bence. Bunun nedeni hep daha iyi olmak, en önde olmak istemek. Çoğu konuda yaşanıyor aslında. Herkes en iyisi olmak ister, ben de öyleyim. Kıskançlığın nedeni bu olabilir." (K7)

"…Mesela birisi başka birisine ilgi gösterdiğinde ben bazen ilgiyi kendi üzerime çekmek için farklı hareketler yapabiliyorum. Ortamda ön planda olmayı, sözümün geçmesini seviyorum. Belki de bu yüzden bu davranışı yapıyorum." (K6)

"Genelde ortada bir yarış varsa ve o yarışı sınırlı sayıda kişi kazanacaksa bu durumu yaşıyorum. Yarışan kişiler arasında ön planda olmak, parmakla gösterilen olmak istiyorum. Başkası daha ön planda olup ben arka planda kaldığımda kıskandığım oluyor." (K5)

4.1.1.2. Kategori 2: Üstün Olmaya Dönük Davranışlar

Üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığı deneyimlerine ilişkin davranışsal yönü ile ilgili ikinci kategori üstün olmaya dönük davranışlar şeklinde isimlendirilmiştir. Bu kategoride "*hırsa dönük davranışlar*", "*rekabete dönük davranışlar*" ve "*yüksek başarıya dönük davranışlar*" olmak üzere üç kod bulunmaktadır. Bu kodlara ait katılımcı görüşleri incelendiğinde, yarış ortamının bireylerin akran kıskançlığını tetiklediği söylenebilir. Yarış ortamında daha fazla ortaya çıktığı değerlendirilen akran kıskançlığı, bireylerin üstün olmaya dönük davranışlar sergilemesine neden olmaktadır. Bu kodların ortaya çıkmasında aşağıdaki katılımcı görüşleri etkili olmuştur.

4.1.1.2.1. Hırsa Dönük Davranışlar

"Çevremden birisinin benden daha iyi bir konuma gelmesi, daha fazla kazanç elde etmesi, kısaca başarılı olmasını hazmedemem." (K12)

"…Ben birisi yarışta çok iyi bir şey yaptığında onu kıskanıyorum. Benim de yapmam gerek diyorum kendi kendime." (K6)

"…Akademik konularda yaşadığım oluyor. Bazen kötü geçen sınavlarımdan sonra arkadaşlarımın da düşük almasını istediğim oluyor." (K10)

4.1.1.2.2. Rekabete Dönük Davranışlar

"… Eğer bir konuda, bu ders, sosyal aktivite, ödül vs. olabilir. Onlardan geride kaldıysam da kendimi kötü hissediyorum." (K1)

"Bölümün önemli derslerinden birinde bir yakın arkadaşımı sınav öncesi ben ders çalıştırmıştım. Sınava sonucunda ben ondan daha düşük not aldım ve keşke onu çalıştırmasaydım diye düşündüm. Böylece ben ondan daha yüksek alırdım diye düşündüm." (K5)

"Bence akran kıskançlığını tetikleyen bir özellik rekabetin fazla olması." (K7)

"…Eğer kıskandığım birisi başarılı oluyorsa onunla daha fazla yarışırım." (K9)

4.1.1.2.3. Yüksek Başarıya Dönük Davranışlar

"Ben bazen başarılı arkadaşlarım bir şey kazandığında nasıl kazandığını öğrenmek yerine kıskanabiliyorum." (K7)

"…Kariyer odaklı bir gözlem yapmaya çalışıyorum. Direkt kıskançlık mı diyemiyorum ama yaşa göre bazı kişilerin kariyerini gözlemliyorum. Mesela insanlar neler yapıyor gibi diyebilirim. Çok fazla okuyan ve kendisini geliştiren insanları kıskanabiliyorum." (K10)

"Daha çok ortak konularda akran kıskançlığının yaşandığını düşünüyorum. Bence bulunduğumuz gruptaki ortak özelliklere yönelik ortaya çıkan başarılar kıskançlık yaşamamıza neden oluyor. Ben mesela benzer hedeflerimiz olan arkadaşlarım arasında daha başarılı olmayı isterim." (K2)

4.1.2. Tema 2: Akran Kıskançlığının Duygusal Yönü

Üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığı deneyimlerine yönelik gerçekleştirilen görüşmelerde ulaşılan bir diğer tema akran kıskançlığının duygusal yönü şeklinde

adlandırılmıştır. Birçok katılımcı akran kıskançlığına ilişkin duygusal yönü belirtmiştir. Katılımcıların ifadeleri incelendiğinde, akran kıskançlığının "*olumsuz duygulanım*" üzerinden incelenmesinin uygun olacağı değerlendirilmiştir. Bu kategoriye ait kodlara ve bu kodların ortaya çıkmasını sağlayan bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

4.1.2.1. Kategori 1: Olumsuz Duygulanım

Üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığının duygusal yönü ile ilgili belirlenen kategori olumsuz duygulanım olarak adlandırılmıştır. Bu kategoride "*haset etme*" ve "*çekememe hali*" şeklinde iki kod bulunmaktadır. Bu kodlara ilişkin katılımcı görüşleri incelendiğinde, akran kıskançlığı yaşayan bireylerin bazı konularda karşı tarafın sahip olduğu nesneyi, ilişkiyi ya da konumu kaybetmesini dilediği gözlemlenmiştir. Bu bireyler, kendisinin sahip olmadığı şeylerin başkalarında da olmamasını istemektedir. Bu katılımcı görüşleri "*haset etme*" kodunda toplanmıştır. Bir diğer kod olan "*çekememe hali*" ise, katılımcıların başkalarına imrenmesi ya da özenmesinden kaynaklanan rahatsız olma durumudur. İmrenme, özenme ya da rahatsız olma ile ilgili katılımcı görüşleri bu kodda yer almıştır. Bahsi geçen bu kodları ortaya çıkaran bazı katılımcı görüşleri aşağıda sunulmuştur.

4.1.2.1.1. Haset Etme

> "Benden daha başarılı olduğu için kıskandığım insanlar oluyor. Ben çok başarmak istiyorum ve o başarsın istemiyorum dediğim insanlar oluyor tabii ki. Bu sınav zamanları olabiliyor. Bazen benden daha az emek vermiş kişilere bildiğim şeyleri paylaşmıyorum ya da bile bile eksik, yanlış söylüyorum." (K14)

> "Çevremdeki insanlarda çok hoşuma giden bir şey varsa onu elde etmek için zorluyorum. Ben elde edemiyorsam neden onlarda var dediğim kişiler de oluyor." (K6)

> "…Mesela çok gezen bir arkadaşımı sosyal medyada gördüğümde 'of yine bir yerlere gitmiş' dediğim oluyor. Ben gidemediğimde başkalarının da çok gitmesini istemem." (K4)

> "Bence ortamda üçüncü bir kişi varsa daha çok yaşanıyor. Yani sosyal ilişkilere yansıması oluyor. Mesela sınıfta hoca yanımdaki kişiyi daha çok överse ya da bir ortamda arkadaşlarım daha fazla övülürse onlar yerine ben övgüyü almak istiyorum. İçten içe kıskanıyorum, ben övülmüyorsam kimse övülmesin diyorum." (K10)

4.1.2.1.2. Çekememe Hali

"İkili ilişkiler, aile ilişkileri ve akademik konular çok fazla bu durumu ortaya çıkarıyor bende. Mesela ne güzel ilişkisi var, ne güzel bir ailesi var gibi. Bir kişi ailesiyle çok iyi vakit geçiriyorsa bunu çekemeyebiliyorum. Hep kendi ailemle de böyle olmak istemişimdir." (K13)

"Akran kıskançlığı yaşayan insanların ben daha çok çekememe davranışı sergilediğini düşünüyorum." (K8)

"Ben en çok birbirlerini çok seven insanları çekemiyorum. Onları kıskanıyorum ve şaşırıyorum. Nasıl insanlar böyle birbirine karşı sevgi bağına sahip diyorum. İmrenirim böyle şeylere." (K6)

"Her yaşta olan bir şey aslında bu. Ben çocukken de bunu yaşadığımı hatırlıyorum. Mesela benim ailemin durumu pek iyi değildi. Babam işçi emeklisi. Küçükken okulda arkadaşlarımın sahip olduğu kalemliklere çok özenirdim." (K3)

4.1.3. Tema 3: Akran Kıskançlığının Bilişsel Yönü

Üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin yapılan görüşmelerde elde edilen son tema akran kıskançlığının bilişsel yönü olarak adlandırılmıştır. Katılımcılardan alınan ifadelerde akran kıskançlığının bilişsel yönünden birçok kez söz edilmiştir. Bu ifadeler sonucunda akran kıskançlığının "*kendine dönük düşünceler*" bağlamında incelenmesi uygun görülmüştür. Bu kategori ile ilgili kodlar ve kodları ortaya çıkaran bazı katılımcı görüşleri aşağıda sunulmuştur.

4.1.3.1. Kategori 1: Kendine Dönük Düşünceler

Üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığının incelendiğinde belirlenen bir başka kategori kendine dönük düşüncelerdir. Bu kategorinin altında "*düşük benlik saygısı*", "*özgüven eksikliği*" ve "*ilgi eksikliği*" olmak üzere üç kod yer almaktadır. Bu kodlara yönelik katılımcı görüşlerinde akran kıskançlığı yaşayan bireylerin daha düşük benlik saygısına sahip olduğu, yetersiz düzeyde özgüveni bulunduğu ve ilgi göremeyen kişiler olduğu vurgulanmıştır. Bireylerin kendisini yetersiz görmesi veya kendisini beğenmemesi sonucunda kendisine dönük düşüncelerinde artış olabilir ve bu bireylerin daha fazla kıskançlık yaşayabileceği söylenebilir. Ayrıca, çevresindeki kişilerin daha çok ilgi görmesi

de bireyin akran kıskançlığını tetikleyen bir faktördür. Tüm bu kodları ortaya çıkaran bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

4.1.3.1.1. Düşük Benlik Saygısı

"…Akran kıskançlığı yaşadığım zamanlarda bazen kendimi yetersiz hissetmeme neden oluyor bu durum." (K3)

"…Özellikle kendimde beğenmediğim özelliklerde kıskançlık yaşıyorum ben." (K9)

4.1.3.1.2. Özgüven Eksikliği

"Bence akran kıskançlığı özgüvensizlikten kaynaklı yaşanan ve kişinin kendisine güvenmemesinden ortaya çıkıyor, ben buna bağlıyorum. Bazen kendimde de bunu görüyorum çünkü." (K7)

"Ben kendimden memnun olmadığım zamanlar daha fazla kıskançlık yaşıyorum." (K13)

4.1.3.1.3. İlgi Eksikliği

"…Hep çevremdeki kişilere ilgi gösterildiğinde keşke bana da yapılsa dediğim durumlar oluyor." (K2)

"Beraber vakit geçirdiğim ya da aynı ortamda olduğum kişilere karşı ilgi gösterilirken bana aynı ilgi olmaması kıskandırıyor. Bazen gezmeye davet edilen arkadaşlarım oluyor. Beni çağırmıyorlar. Hem kızıyorum hem de kıskanıyorum böyle zamanlarda." (K8)

"Çevremde birisi başkasına ilgi gösterdiğinde ben ilgiyi üzerime çekmeye çalışıyorum. Başkası yerine bana ilgi gösterilsin istiyorum." (K6)

Özetle, yukarıda bahsi geçen bu nitel araştırma sonuçlarından üç kapsayıcı tema ortaya konmuştur. Keşfedici sıralı desen şeklinde tasarlanan bu araştırmanın ikinci aşamasında bu temalardan hareketle üniversite öğrencilerinde Akran Kıskançlığı Ölçeği geliştirilmiştir.

4.2. Nicel Araştırma Bulguları: Ölçek Geliştirme

Bu bölümde, nitel araştırma analizlerinden elde edilen temalardan hareketle Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik analizlerine ilişkin bulgular sunulmuştur. Aşağıda ön analizler, AFA, DFA, madde analizi, MTK analizleri, test-tekrar test ile diğer farklı güvenirlik analizleri ile ölçüt bağıntı geçerliğine ilişkin analizler detaylı olarak açıklanmıştır.

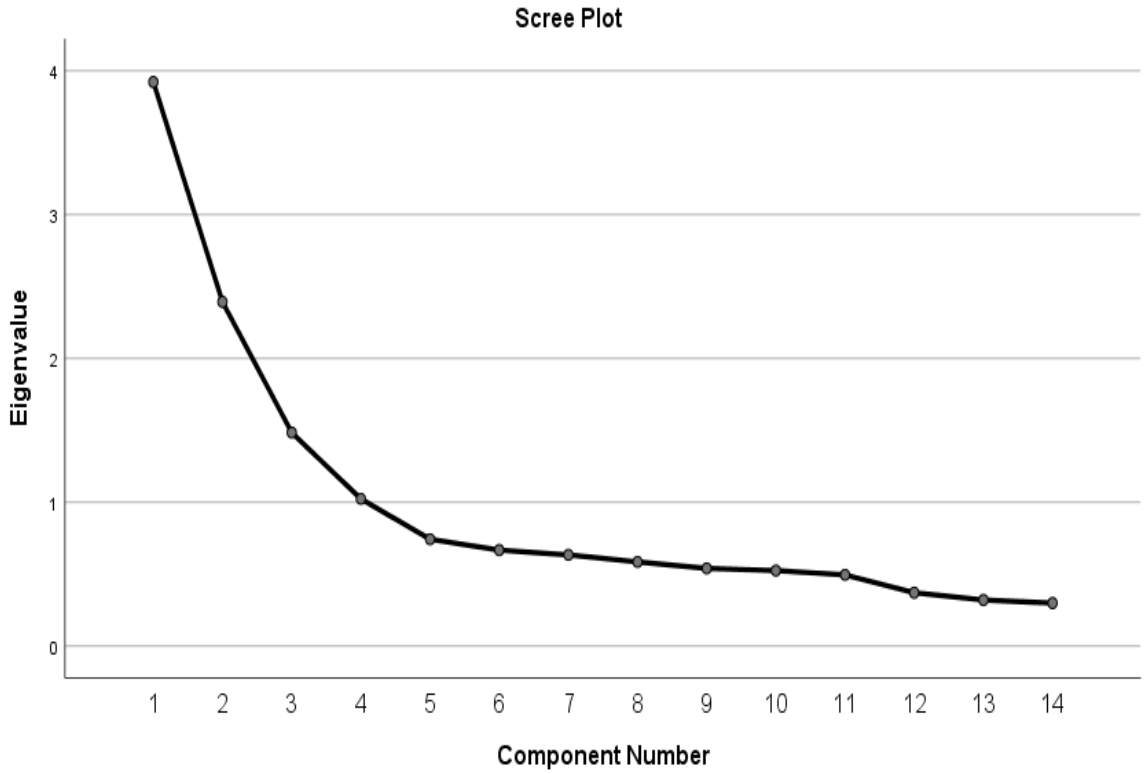
4.2.1. Ön Analiz Bulguları

Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilmesi sürecinde ilk olarak ön analizler gerçekleştirilmiştir. Bu analizlerin ilki frekans analizidir. Yapılan analizde herhangi bir kayıp değere rastlanmamıştır. Daha sonra çoklu bağıntı problemi için VIF ve tolerans değerleri incelenmiş ve herhangi bir çoklu bağıntı problemi yaşanmadığı belirlenmiştir (VIF = 1.555; 4.385, tolerans = .228; .643). Veri setinde uç değer kontrolü yapıldıktan sonra normallik varsayımına geçilmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerleri ±2 arasında olmayıp normallik varsayımını sağlamayan 29 madde veri setinden çıkarılmış ve 26 madde ile analizler gerçekleştirilmiştir.

4.2.2. Açımlayıcı Faktör Analizi Bulguları

26 madde ile gerçekleştirilen analizlerde maddelerin AFA için uygun değerlere sahip olduğu belirlenmiştir (KMO = .892; Bartlett's $\chi^2 = 4610.826$, $p < .000$). Bu değerler, ölçeğin faktör analizi yapılabilir olduğunu göstermiştir. Ölçeğin faktör yapısını ortaya koymak için ilk olarak döndürülmemiş temel bileşenler analizi yapılmıştır. Bu analiz sonucunda toplam varyansın %58.241'ini açıklayan beş faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Birden fazla faktöre yüklenen, tek başına ya da iki madde halinde faktör oluşturan, ortak varyans değeri .40 altında olan ve faktör yükü .55 altında olan maddeler teker teker çıkarılarak analizler her seferinde yeniden yapılmıştır. Son olarak geriye kalan 19 madde Promax döndürme işlemi yapılarak analiz edilmiş ve toplam varyansın %58.449'unu açıklayan özdeğeri 1.00'ın üzerinde olan dört faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Bu yapıda yer alan maddeler incelendiğinde, ortaya çıkan faktörlerin ana noktada birleşmediği belirlenmiştir. Diğer bir deyişle, alt boyutlara dağılan bazı maddelerin hem teorik olarak hem de nitel görüşmelerden elde edilen temalar açısından akran kıskançlığını karşılamadığı görülmüştür. Ayrıca, benzer amaçla yazılan ve aynı şeyi ölçmeyi amaçlayan bazı kıskançlık maddelerinin farklı alt boyutlarda yer aldığı saptanmıştır. Bu durum, kıskançlık çalışan iki psikolojik danışma ve

rehberlik alan doktoru ve bir ölçme ve değerlendirme alan doktoru tarafından incelenmiştir. Bu incelemelerde alt boyutların daha homojen hale getirilmesi ve hem teoriye hem de nitel görüşmelerde elde edilen temalara uygun olması için bahsi geçen maddelerin teker teker çıkarılarak analizin yinelenmesine karar verilmiştir. Yapılan analizlerde kalan maddelerin de AFA için uygun değerlere sahip olduğu saptanmıştır (KMO = .795; Bartlett's χ^2 = 1812.371, p < .000). Ölçekten çıkarılan beş madde sonucunda toplam varyansın %63.015'ini açıklayan dört faktörlü ve 14 maddeli bir ölçme aracı ortaya çıkmıştır. Bu dört faktörlü ölçek yapısı Şekil 4.1'de gösterilen yamaç grafiği ile desteklenmektedir.



Şekil 4.1. Akran Kıskançlığı Ölçeği Yamaç Grafiği

Faktör sayısının belirlenmesi için yamaç grafiğinde eğrinin düzleşerek devam ettiği nokta belirlenmelidir. Diğer bir deyişle, kırılmanın hangi noktada yaşandığının saptanması gerekmektedir. Şekil 4.1'de görüldüğü üzere beşinci boyuttan itibaren eğrinin düzleştiği ya da kırılmanın gerçekleştiği söylenebilir. Bu bağlamda, yamaç grafiği Akran Kıskançlığı Ölçeğinin dört faktörlü yapısını destekler niteliktedir.

AFA sonucunda Akran Kıskançlığı Ölçeğinin maddelerinin faktör yükleri, maddelerin hangi alt boyutta yer aldığı ve güvenirlik kapsamında ölçeğin geneli ve alt boyutları için hesaplanan Cronbach alfa güvenirlik değerleri Tablo 4.2'de sunulmuştur:

Tablo 4.2. Akran Kıskançlığı Ölçeği Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları ve Cronbach Alfa Güvenirlik Değerleri

Maddeler	**Ortak Varyans**	**1. Alt Boyut**	**2. Alt Boyut**	**3. Alt Boyut**	**4. Alt Boyut**
Madde 8	.607	.852			
Madde 13	.543	.788			
Madde 10	.582	.675			
Madde 12	.602	.664			
Madde 7	.478	.582			
Madde 5	.741		.867		
Madde 6	.708		.850		
Madde 1	.568		.722		
Madde 11	.729			.920	
Madde 9	.676			.739	
Madde 14	.660			.699	
Madde 3	.687				.856
Madde 4	.671				.763
Madde 2	.570				.562
Özdeğer		3.921	2.393	1.484	1.024
Açıklanan varyans oranı		%28.011	%17.090	%10.603	%7.311
Açıklanan toplam varyans oranı			%63.015		
Cronbach alfa		.785	.762	.753	.627
Cronbach alfa (Genel)			.786		

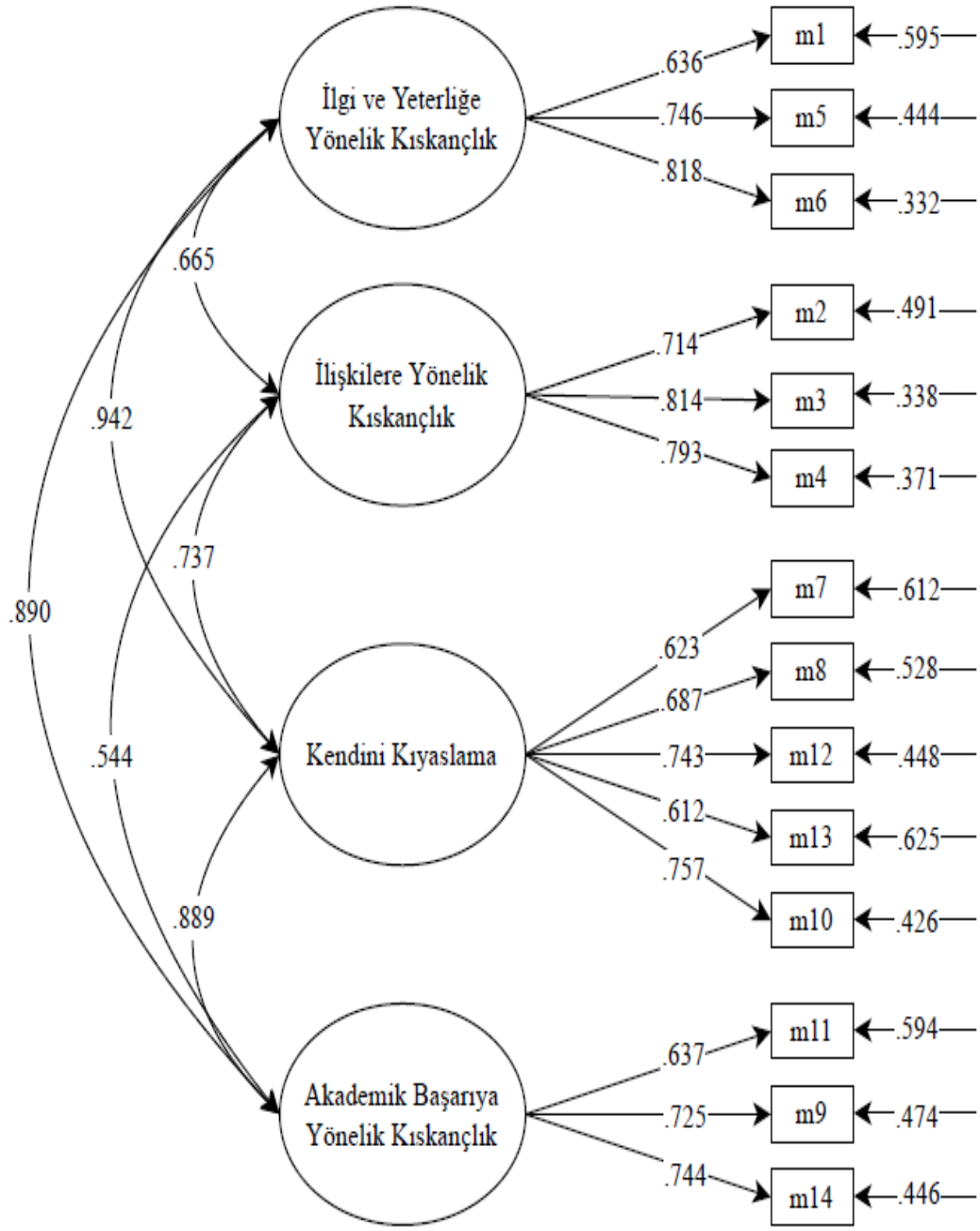
Tablo 4.2'de görüldüğü üzere, 14 maddelik Akran Kıskançlığı Ölçeği dört faktörlü bir yapıdadır. Ölçekte yer alan maddelerin ortak varyans değerlerinin .40'dan büyük olduğu ve .478 ile .741 arasında değer aldığı belirlenmiştir. Ayrıca, dört faktörlü yapıda yer alan her bir maddenin faktör yükü .55'in üzerindedir. Ölçekteki maddelerin faktör yükü .562 ile .920 arasında değişmektedir. Yukarıda da belirtildiği üzere, özdeğeri 1.00'dan büyük olan dört faktörlü yapıda açıklanan toplam varyans %63.015 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenirlik analizleri kapsamında Cronbach alfa katsayısı hem ölçeğin geneli için hem de alt boyutları için yeterli düzeydedir. Ölçeğin geneli için Cronbach alfa katsayısı .786 olarak hesaplanırken alt boyutlar için .627 ile .785 arasında değişmektedir. Ölçekte yer alan maddeler arasında ters madde bulunmamakta ve ölçekten toplam puan alınabilmektedir.

Ölçekten alınan olası yüksek puanlar katılımcıların akran kıskançlığını daha fazla yaşadığına işaret etmektedir.

Son olarak, her bir alt boyutta yer alan maddeler incelenerek alt boyutlar isimlendirilmiştir. Bu isimlendirmeler yapılırken üç psikolojik danışma ve rehberlik alan doktorunun görüşü alınmış ve araştırmanın nitel araştırmasında elde edilen temalar ile uyumlu adlandırma yapılmasına dikkat edilmiştir. Beş maddenin yer aldığı birinci faktörde üniversite öğrencilerinin kendisini diğer kişiler ile karşılaştırmasını içeren maddeler yer aldığı için bu faktör "*Kendini kıyaslama*" (örn., "*Akranlarımın hemen hemen her özelliğini kendimle karşılaştırırım*") olarak adlandırılmıştır. Üç maddenin bulunduğu ikinci faktörde üniversite öğrencilerinin ilgi ve yeterlik ile ilgili kıskançlıklarını içeren maddeler bulunduğu için bu faktör "*İlgi ve yeterliğe yönelik kıskançlık*" (örn., "*Bulunduğumuz ortamlarda akranlarımın benden daha çok ilgi görmesi beni rahatsız eder*") olarak adlandırılmıştır. Üç maddenin yer aldığı üçüncü faktöre giren maddeler üniversite öğrencilerinin daha çok akademik konulardaki kıskançlığını içerdiği için bu faktör "*Akademik başarıya yönelik kıskançlık*" (örn., "*Notları benden daha iyi olan akranlarımı kıskanırım*") olarak isimlendirilmiştir. Son olarak üç maddelik dördüncü faktörde üniversite öğrencilerinin akranlarının ilişkileri ile ilgili kıskançlıklarını içeren maddeler yer aldığı için bu faktör "*İlişkilere yönelik kıskançlık*" (örn., "*Akranlarımın romantik bir ilişkisinin olmasını çekemem*") olarak adlandırılmıştır.

4.2.3. Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları

AFA sonucunda elde edilen dört faktörlü ölçek yapısını doğrulamak için farklı bir örneklem üzerinde DFA gerçekleştirilmiştir. DFA sonuçları model ile veri arasında uyumun iyi düzeyde olduğunu göstermiştir (χ^2 = 189.312, p < .001, df = 71, χ^2/df = 2.666, CFI = .951, TLI = .938, RMSEA = .067, SRMR = .042). Bu analiz sonucunda elde edilen bulgular Şekil 4.2'de sunulmuştur.



Şekil 4.2. Akran Kıskançlığı Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Şekil 4.2'de ölçek maddelerinin faktör yüklerinin .612 ile .818 arasında değiştiği görülmektedir. Bununla beraber madde analizi kapsamında ölçek maddelerinin madde-toplam korelasyon değerlerinin .30'un üzerinde olduğu belirlenmiştir. Akran Kıskançlığı

Ölçeğinin madde-toplam korelasyon değerleri .538 ile .749 arasında değişmektedir. Bu bulgu, maddelerin ölçeği temsil gücünün yeterli düzeyde olduğunu ortaya koymaktadır. Tablo 4.3'te ölçekte yer alan maddelerin faktör yüklerine, ortalama ve standart sapma gibi betimleyici istatistiklerine ve madde-toplam korelasyon değerlerine yer verilmiştir.

Tablo 4.3. Akran Kıskançlığı Ölçeğinin Faktör Yükleri, Betimleyici İstatistikleri ve Madde-Toplam Korelasyon Değerleri

Maddeler	Faktör Yükleri	Ortalama	Standart Sapma	Madde-Toplam Korelasyon Değerleri
Madde 1	.636	2.123	1.133	.589
Madde 2	.714	1.437	.902	.566
Madde 3	.814	1.275	.729	.566
Madde 4	.793	1.387	.876	.538
Madde 5	.746	1.677	.989	.688
Madde 6	.818	1.765	1.023	.749
Madde 7	.623	2.027	1.118	.591
Madde 8	.687	1.605	1.010	.633
Madde 9	.725	1.869	1.202	.627
Madde 10	.757	1.605	.994	.698
Madde 11	.637	2.461	1.417	.563
Madde 12	.743	1.789	1.090	.704
Madde 13	.612	1.637	.966	.586
Madde 14	.744	1.840	1.154	.646

Not. $N = 375$

4.2.4. Madde Tepki Kuramı Analiz Bulguları

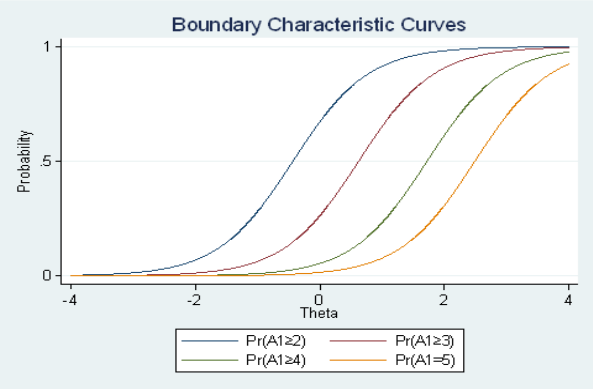
Akran Kıskançlığı Ölçeğinde DFA'nın ardından MTK analizine geçilmiştir. Yapılan analiz sonucunda ayırt edicilik katsayısının (α) 1.40 ile 3.93 arasında değiştiği belirlenmiştir. Bu bulgu, Akran Kıskançlığı Ölçeğinde yer alan dört maddenin ayırt etme gücünün yüksek ve 10 maddenin ayırt etme gücünün çok yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçekte yer alan maddelerin ayırt edicilik katsayısı ile güvenirlik değerleri Tablo 4.4'de sunulmuştur.

Tablo 4.4. Akran Kıskançlığı Ölçeğinin MTK Sonuçları

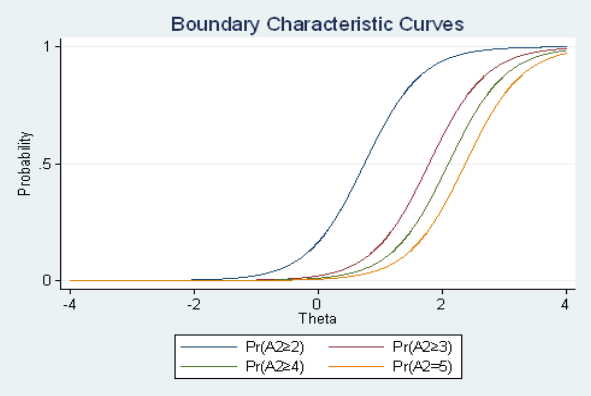
Maddeler	α Katsayısı	Standart Hata	Güven Aralığı	z	$p > \|z\|$
Madde 1	1.66	.20	1.26 – 2.06	8.17	.001
Madde 2	2.17	.34	1.51 – 2.84	6.41	.001
Madde 3	3.56	.77	2.04 – 5.08	4.60	.001
Madde 4	3.93	1.06	1.86 – 6.00	3.72	.001
Madde 5	2.42	.39	1.66 – 3.18	6.24	.001
Madde 6	3.21	.68	1.89 – 4.54	4.75	.001
Madde 7	1.63	.19	1.26 – 2.01	8.51	.001
Madde 8	2.50	.32	1.87 – 3.13	7.78	.001
Madde 9	2.48	.42	1.66 – 3.30	5.92	.001
Madde 10	2.81	.38	2.07 – 3.55	7.42	.001
Madde 11	1.40	.18	1.04 – 1.76	7.61	.001
Madde 12	2.16	.26	1.64 – 2.68	8.16	.001
Madde 13	1.60	.20	1.21 – 1.99	8.00	.001
Madde 14	2.75	.51	1.75 – 3.75	5.39	.001

Elde edilen ayırt edicilik katsayılarının görsel gösterim ile desteklenmesi amacıyla madde karakteristik eğrisi incelenmiş ve ulaşılan sonuçlar Şekil 4.3'de sunulmuştur.

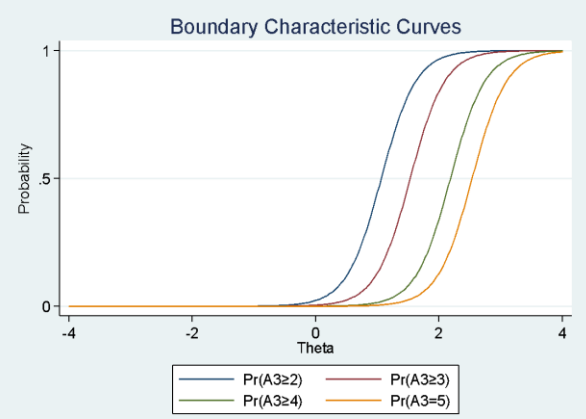
Madde 1



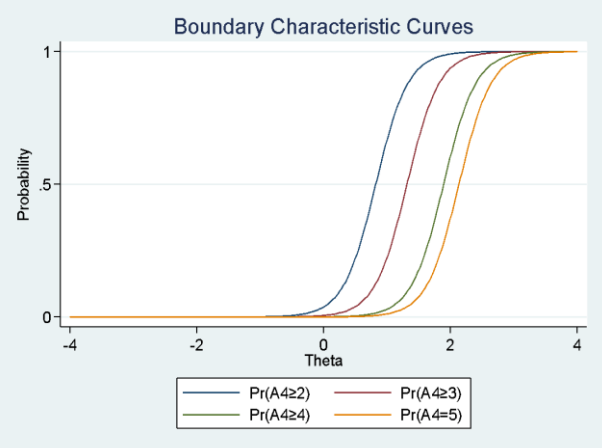
Madde 2



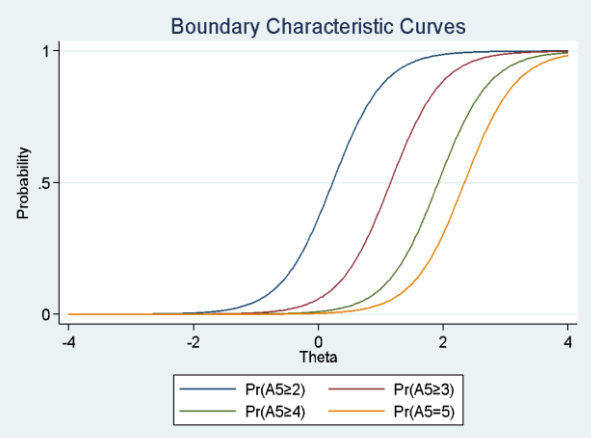
Madde 3



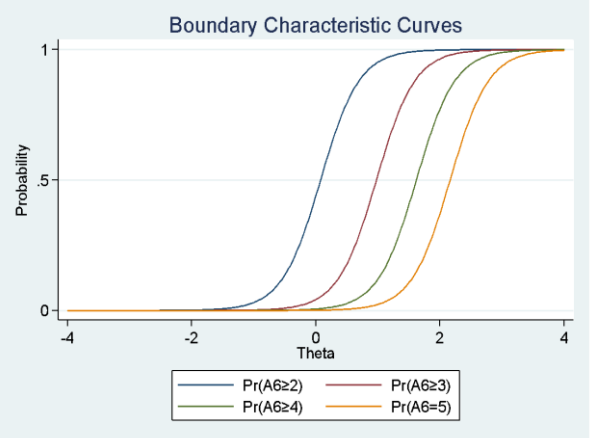
Madde 4



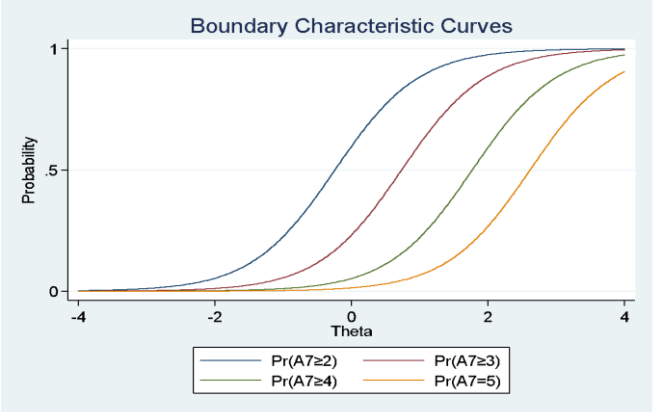
Madde 5



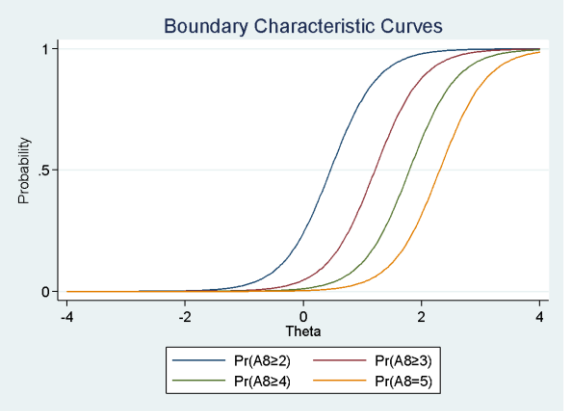
Madde 6



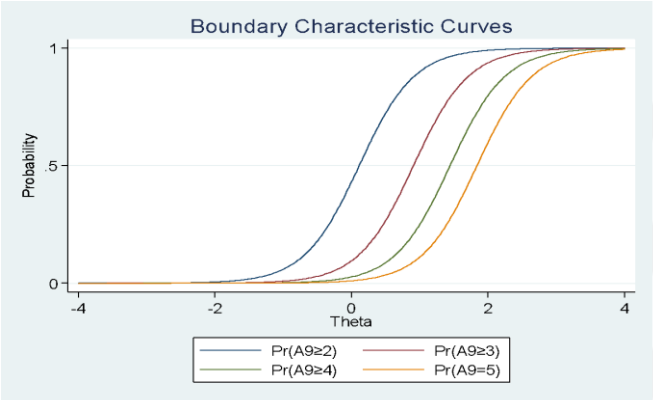
Madde 7



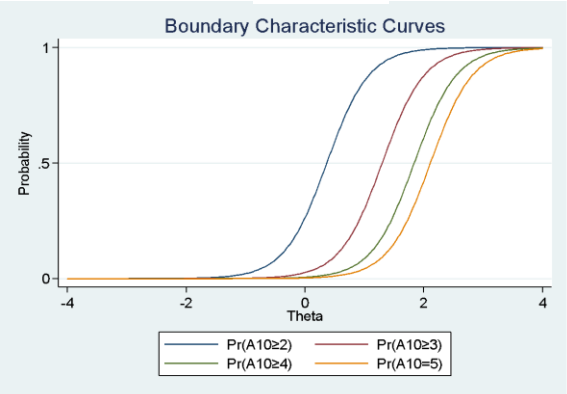
Madde 8



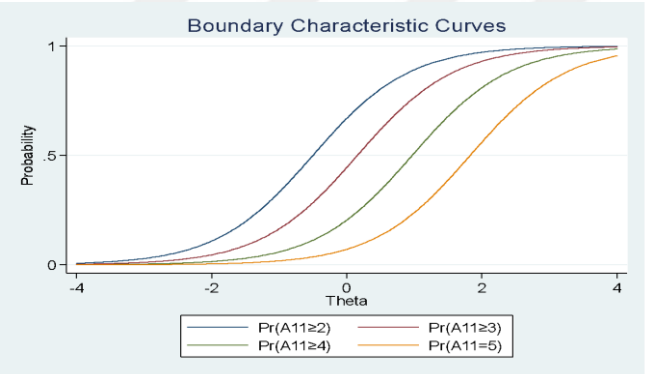
Madde 9



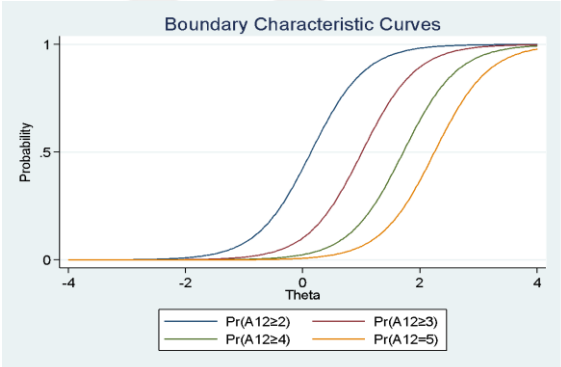
Madde 10



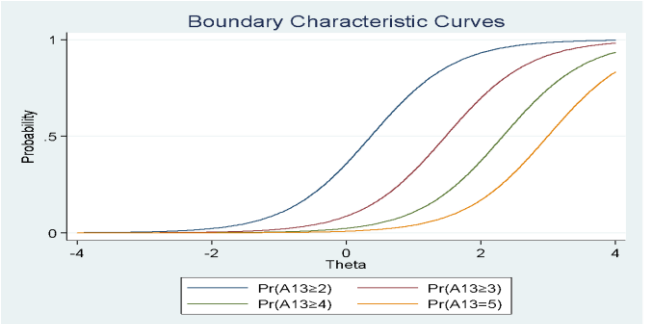
Madde 11



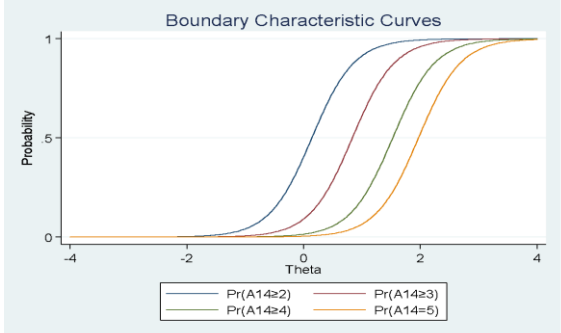
Madde 12



Madde 13



Madde 14



Şekil 4.3. Akran Kıskançlığı Ölçeği Madde Karakteristik Eğrisi

4.2.5. Ölçüt Bağıntı Geçerliği Bulguları

Akran Kıskançlığı Ölçeğinin ölçüt bağıntı geçerliğini saptamak için farklı bir örneklemden veri toplanarak ölçeğin BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği ile ilişkisi incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgulara Tablo 4.5'de yer verilmiştir.

Tablo 4.5. Akran Kıskançlığı Ölçeği ile BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği Arasındaki İlişkiler ve Değişkenlerin Betimsel İstatistikleri

Değişkenler	Korelasyon Değerleri		Betimsel İstatistikler	
	1	2	Ortalama	Standart Sapma
1. Akran Kıskançlığı	–		26.39	8.080
2. Haset	.483**	–	12.21	7.713
3. Gıpta	.230*	.176	18.76	6.273

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$, $N = 75$

Katılımcıların akran kıskançlığı ile haset düzeyi ($r = .483$, $p < .01$) ve gıpta düzeyi ($r = .230$, $p < .05$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Elde edilen bu sonuçlar, Akran Kıskançlığı Ölçeğinin ölçüt bağıntı geçerliğinin sağlandığını kanıtlar niteliktedir.

4.2.6. Güvenirlik Bulguları

Akran Kıskançlığı Ölçeğinin yapı geçerliğinin ve ölçüt bağıntı geçerliğinin sağlanmasının ardından güvenirlik analizlerine geçilmiştir. İlk olarak, güvenirlik analizleri için ölçeğin genelinin ve alt boyutlarının Cronbach alfa, McDonald omega ve Guttman lambda güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Hesaplanan tüm güvenirlik değerlerinin yeterli düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, ölçeğin geneli ile alt boyutları arasındaki ilişkiler değişkenler normal dağılım göstermediği için Spearman sıralama korelasyon analizi ile ortaya konmuştur. Tüm bu bulgular Tablo 4.6'da gösterilmiştir.

Tablo 4.6. Akran Kıskançlığı Ölçeği Genel ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler ile Güvenirlik Değerleri

Değişkenler	Korelasyon Değerleri				Güvenirlik Değerleri		
	1	2	3	4	α	ω	λ6
1. Kendini Kıyaslama (F1)	–				.813	.815	.785
2. İlgi ve Yeterliğe Yönelik Kıskançlık (F2)	.676*	–			.773	.774	.703
3. Akademik Başarıya Yönelik Kıskançlık (F3)	.665*	.645*	–		.729	.730	.662
4. İlişkilere Yönelik Kıskançlık (F4)	.446*	.405*	.341*	–	.808	.812	.751
5. Akran Kıskançlığı (Genel)	.893*	.844*	.858*	.545*	.910	.912	.918

Not. * $p < .01$, $N = 375$

Tablo 4.6'da görüldüğü gibi ölçeğin genelinin alt boyutlar ile arasındaki tüm ilişkiler pozitif yönde ve anlamlı düzeydedir ($r = .545$; $r = .893$, $p < .001$). Kendini kıyaslama alt boyutu ile ilgi ve yeterliğe yönelik kıskançlık ($r = .676$, $p < .001$), akademik başarıya yönelik kıskançlık ($r = .665$, $p < .001$) ve ilişkilere yönelik kıskançlık ($r = .446$, $p < .001$) arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Ek olarak, ilgi ve yeterliğe yönelik kıskançlık ile akademik başarıya yönelik kıskançlık ($r = .645$, $p < .001$) ve ilişkilere yönelik kıskançlık ($r = .405$, $p < .001$) arasında da pozitif yönde orta düzeyde önemli bir ilişki saptanmıştır. Son olarak yapılan analizlerde akademik başarıya yönelik kıskançlık ile ilişkilere yönelik kıskançlık arasında da pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r = .341$, $p < .001$). Bu korelasyon bulguları dışında, farklı güvenirlik katsayıları ile ölçeğin genelinin ve alt boyutlarının güvenilir olduğu kanıtlanmıştır. Ölçeğin genelinin ve alt boyutlarının Cronbach alfa katsayısı .729 ile .910 arasında, McDonald omega katsayısı .730 ile .912 arasında ve Guttman lambda katsayısı .662 ile .918 arasında değişmektedir. Tüm bu bulgular ölçeğin iç güvenirliğinin sağlandığını göstermektedir. Son olarak, Akran Kıskançlığı Ölçeğinin test-tekrar test güvenirliği farklı bir örneklem üzerinde üç hafta arayla gerçekleştirilmiştir. Bu uygulama sonucunda ölçeğin test-tekrar test güvenirliği .711 olarak hesaplanmıştır.

Özetle, yukarıda ifade edilen tüm bu bulgular Akran Kıskançlığı Ölçeğinin üniversite öğrencileri örnekleminde dört faktörden oluşan 14 maddelik yapısının psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır.

4.3. Nicel Araştırma Bulguları: Hipotetik Model Test Etme

Araştırmanın üçüncü ve son aşaması olan bu bölümde akran kıskançlığının benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenleri ile arasındaki ilişkilerin hipotetik bir modelde test edilmesine ilişkin bulgular sunulmuştur. Bu hipotetik modelde benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide akran kıskançlığı ile yalnızlığın seri aracı rolü araştırılmıştır. Bu aşamada elde edilen tüm bulgulara aşağıda detaylı şekilde yer verilmiştir.

4.3.1. Ön Analiz ve Betimsel İstatistik Bulguları

Araştırmanın amacı doğrultusunda seri çoklu aracılık analizine geçmeden önce ön analizler gerçekleştirilmiş ve temel varsayımlar incelenmiştir. İlk olarak frekans analizi ile kayıp değerler incelenmiş ve herhangi bir kayıp değer olmadığı saptanmıştır. Daha sonra Mahalanobis uzaklık değeri hesaplanarak veri setinden 42 ölçüm çıkarılmıştır. VIF ve tolerans değerleri incelenerek çoklu bağıntı problemi olup olmadığı kontrol edilmiş ve bir soruna rastlanmamıştır (VIF = 1.125; 1.519, tolerans = .658; .889). Son olarak, araştırmada ele alınan benlik saygısı, yaşamda uyum, akran kıskançlığı ve yalnızlık değişkenleri arasındaki ilişkiler ile bu değişkenlerin ortalama puan, standart sapma, çarpıklık, basıklık ve güvenirlik değerleri (Cronbach alfa, McDonald omega, Guttman lambda) gibi betimleyici istatistikleri hesaplanarak Tablo 4.7'de sunulmuştur.

Tablo 4.7. Araştırma Değişkenlerinin Betimsel İstatistikleri, Güvenirlik Değerleri ve Arasındaki İlişkiler

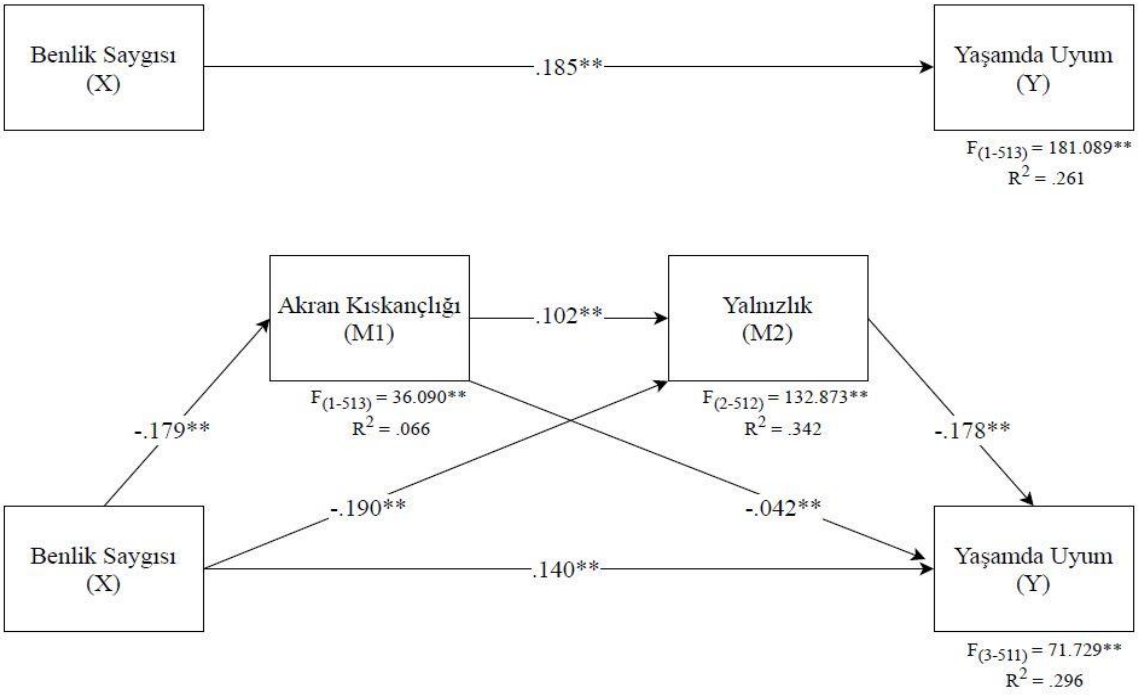
Değişkenler	**1**	**2**	**3**	**4**
1. Benlik Saygısı	–			
2. Akran Kıskançlığı	-.256*	–		
3. Yalnızlık	-.555*	.320*	–	
4. Yaşamda Uyum	.511*	-.240*	-.426*	–
Ortalama	51.63	25.90	13.51	14.99
Standart Sapma	11.339	7.950	4.272	4.113
Çarpıklık	-.280	.630	.933	-.849
Basıklık	.108	.263	.645	.168
Cronbach α	.915	.856	.829	.832
McDonald ω	.917	.862	.835	.845
Guttman λ6	.928	.857	.843	.784

Not. * $p < .01$, $N = 515$

Tablo 4.7'de görüldüğü üzere tüm değişkenler birbirleriyle istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiye sahiptir (r = -.555; r = .511, $p < .01$). Değişkenlerin normal dağılması nedeniyle yapılan Pearson korelasyon analizinde benlik saygısının akran kıskançlığı (r = -.256, $p < .01$) ve yalnızlık (r = -.555, $p < .01$) ile arasında negatif yönde, yaşamda uyum (r = .511, $p < .01$) ile arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Akran kıskançlığının ise yalnızlık ile arasında pozitif yönde (r = .320, $p < .01$) ve yaşamda uyum ile arasında negatif yönde (r = -.240, $p < .01$) anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Son olarak, yalnızlık ile yaşamda uyum arasında da negatif yönde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir (r = -.426, $p < .01$). Ayrıca, değişkenlerin çarpıklık değerleri -.849 ile .933 arasında ve basıklık değerleri .108 ile .645 arasında değişmektedir. Bu bulgu normallik varsayımının sağlandığını kanıtlamaktadır. Son olarak, araştırmada yer alan tüm değişkenlerin güvenirlik değerleri yeterli düzeydedir. Değişkenlerin Cronbach alfa değerleri .829 ile .915, McDonald omega değerleri .835 ile .917 ve Guttman lambda değerleri .784 ile .928 arasında değişmektedir. Tüm bu bulgular, seri çoklu aracılık analizi için varsayımların sağlandığını göstermektedir.

4.3.2. Seri Çoklu Aracılık Analizi Bulguları

Araştırmanın bu bölümünde benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide akran kıskançlığı ve yalnızlığın seri çoklu aracı rolü incelenmiştir. Kurulan hipotetik modelde benlik saygısının yaşamda uyum üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri ele alınmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgulara Şekil 4.4'de yer verilmiştir.



Şekil 4.4. Seri Çoklu Aracılık Modeline Ait Sonuçlar, ** $p < .01$

Şekil 4.4'de görüldüğü üzere, benlik saygısı yaşamda uyumu pozitif şekilde yordamaktadır (c = .185, %95GA = .158, .212). Modele akran kıskançlığı ile yalnızlık eş zamanlı olarak dâhil olduğunda, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişki, anlamlılık derecesi azalsa da halen önemlidir (c' = .140, %95GA = .108, .172). Bu bulgu, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide akran kıskançlığı ve yalnızlığın kısmi seri aracı role sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bunun dışında, benlik saygısı akran kıskançlığını (a_1 = -.179, %95GA = -.239, -.121) ve yalnızlığı (a_2 = -.190, %95GA = -.218, -.163) negatif şekilde anlamlı düzeyde yordamaktadır. Ek olarak, akran kıskançlığı (b_1 = -.042, %95GA = -.082, -.002) ve yalnızlık (b_2 = -.178, %95GA = -.265, -.092) da yaşamda uyumu negatif şekilde önemli düzeyde yordamaktadır. Son olarak, akran kıskançlığı yalnızlığı pozitif yönde anlamlı şekilde yordamaktadır (d_{21} = .102, %95GA = .063, .141).

Bu modelde aracı değişkenlerin istatistiksel olarak anlamlılığı bootstrapping yöntemi ile incelenmiştir. 5,000 önyükleme örneklemi ile kullanılan bu yöntem, doğrudan ve dolaylı etkilerin %95 güven aralığında anlamlılığı ile ilgili sonuçlar vermektedir. Güven aralık değerleri arasında sıfır bulunmaması anlamlılığa işaret etmektedir. Kurulan bu tek modelde "$X \rightarrow M_1 \rightarrow Y$", "$X \rightarrow M_2 \rightarrow Y$" ve "$X \rightarrow M_1 \rightarrow M_2 \rightarrow Y$" şeklinde üç farklı aracılık modeli analiz edilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4.8'de gösterilmiştir.

Tablo 4.8. Hipotetik Modele Ait Önyükleme Katsayıları ve Güven Aralık Bulguları

Etki	**Önyükleme Katsayısı[a]**	**St. Hata**	***t***	***p***	**Alt Sınır[b]**	**Üst Sınır[b]**
Toplam Etki	.185	.014	13.457	< .001	.158	.212
Doğrudan Etki	.140	.016	8.627	< .001	.108	.172
Toplam Dolaylı Etki	.045	.011			.023	.067
Dolaylı Etki-1 (X → M_1 → Y)	.008	.004			.001	.017
Dolaylı Etki-2 (X → M_2 → Y)	.034	.010			.015	.054
Dolaylı Etki-3 (X → M_1 → M_2 → Y)	.003	.001			.001	.006

Not. X: Benlik Saygısı, Y: Yaşamda Uyum, M_1: Akran Kıskançlığı, M_2: Yalnızlık; [a] 5,000 önyükleme örnekleminde, [b] %95 güven aralığı

Tablo 4.8'de bu hipotetik model için üç farklı dolaylı etki açıklanmıştır. İlk dolaylı etki, benlik saygısının akran kıskançlığı aracılığıyla yaşamda uyumu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamasıdır (önyükleme katsayısı = .008, %95GA = .001, .017). İkinci dolaylı etki, benlik saygısının yalnızlık aracılığıyla yaşamda uyumu istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yordamasıdır (önyükleme katsayısı = .034, %95GA = .015, .054). Son olarak, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide akran kıskançlığı ile yalnızlığın seri çoklu aracılığı istatistiksel açıdan anlamlıdır (önyükleme katsayısı = .003, %95GA = .001, .006).

BÖLÜM V: SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın amaçları doğrultusunda ulaşılan sonuçlar, alanyazınla ve araştırmacının ortaya koyduğu yorumlarla desteklenerek tartışılmıştır. Araştırmanın yöntem ve bulgular bölümündeki sıralamaya bağlı kalınarak bu bölüm başlıklandırılmıştır. Bu doğrultuda, ilk olarak nitel aşamada elde edilen sonuçlara ve tartışmaya, ardından nicel aşamada ölçek geliştirmeye ilişkin sonuçlara ve tartışmaya ve daha sonra ölçme aracının hipotetik modelde sınanması ile ilgili sonuçlara ve tartışmaya yer verilmiştir. Son olarak, araştırma sonuçlarından hareketle uygulayıcılara ve araştırmacılara öneriler sunularak bu bölüm tamamlanmıştır.

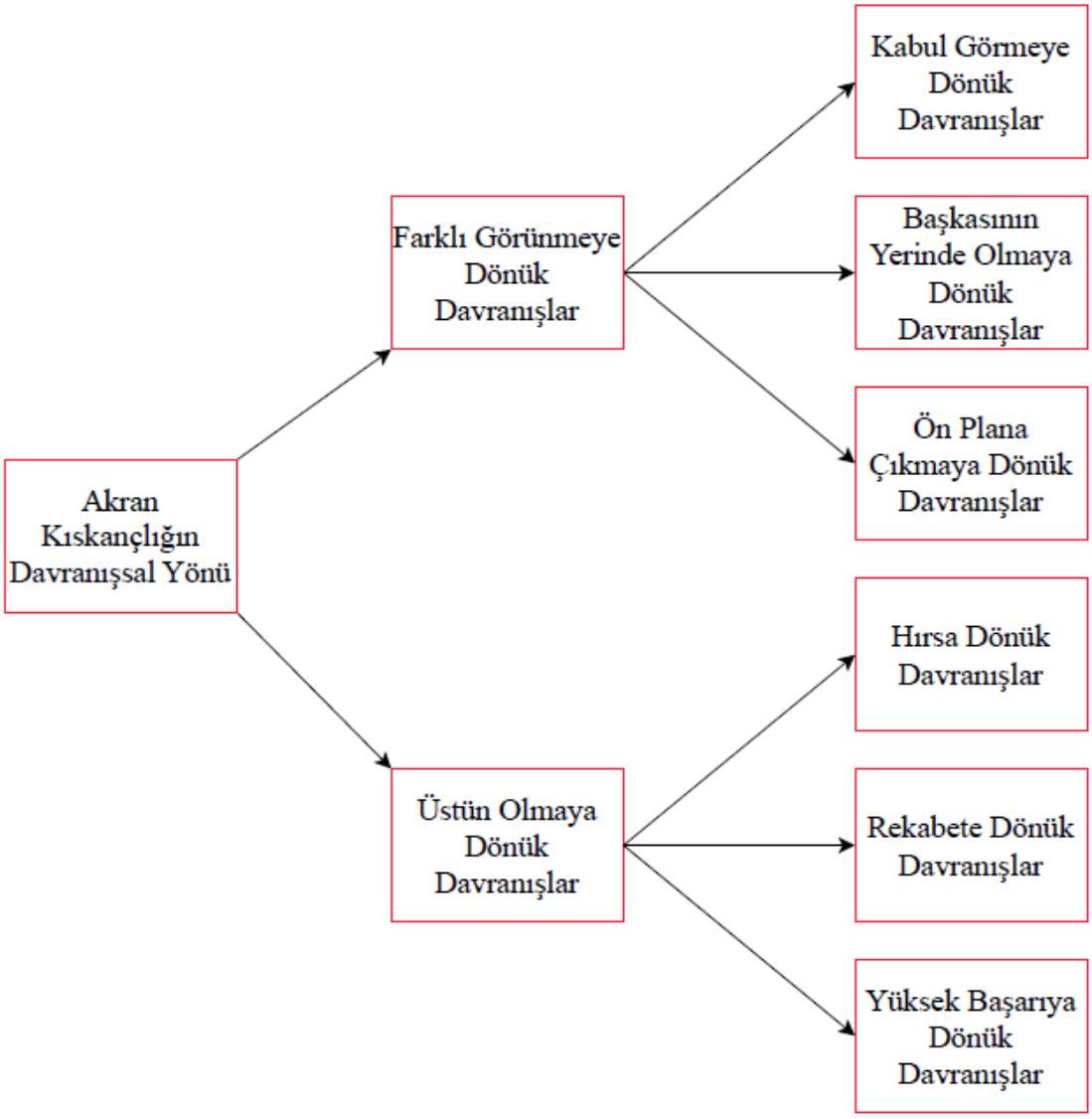
5.1. Nitel Araştırmaya İlişkin Sonuç ve Tartışma

Bireyleri hem ruhsal (Deutz ve diğerleri, 2014) hem de sosyal (Lavallee ve Parker, 2009) açıdan etkilemesine rağmen akran kıskançlığının sınırlı sayıda araştırmada incelenmesi (örn., Goyal, 2014; Mylecraine, 2012) bu kavramın net olarak açıklanamamasına neden olmuştur. Bu nedenle, keşfedici sıralı desenin nitel aşamasında üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimlerinin belirlenmesi ve bu kavrama ilişkin temaların ortaya konması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, "Üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığına ilişkin deneyimleri nelerdir?" sorusuna yanıt aranmıştır. Bu araştırmada, akran kıskançlığına ilişkin temaları belirlemek için üniversite öğrencilerine yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan sorular yöneltilmiştir. Bu görüşme sorularından bazılarına aşağıda yer verilmiştir:

- "Akran kıskançlığı sizin için ne ifade ediyor? Bu kavramı nasıl tanımlarsınız?"
- "Bugüne kadarki yaşantınızı göz önünde bulundurduğunuzda, ilişkilerinizde akran kıskançlığı olarak nitelendirilebilecek ne tür kişisel deneyimler aktarabilirsiniz?"
- "Akran kıskançlığı kendisini size en çok hangi konularda ve hangi nedenlerle göstermektedir?"

Katılımcılara yöneltilen sorulardan elde edilen cevapların analizi yorumlayıcı fenomenolojik analiz ile gerçekleştirilmiştir. Bu analizlerin ardından akran kıskançlığına ilişkin 11 kod ve dört kategori ortaya çıkmıştır. Ortaya çıkan kod ve kategorilerden hareketle "*akran kıskançlığının davranışsal yönü*", "*akran kıskançlığının duygusal yönü*" ve "*akran kıskançlığının bilişsel yönü*" olmak üzere üç kapsayıcı temaya ulaşılmıştır. Bu temalara ilişkin detaylı tartışmaya aşağıda yer verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığına ilişkin temalardan ilki akran kıskançlığının davranışsal yönü ile ilgilidir. Bu temanın altında altı kod ve iki kategori yer almaktadır. Şekil 5.1'de bu temaya ait kodların ve kategorilerin görsel hali sunulmuştur.



Şekil 5.1. Akran Kıskançlığının Davranışsal Yönüne İlişkin Tema, Kategoriler ve Kodlar

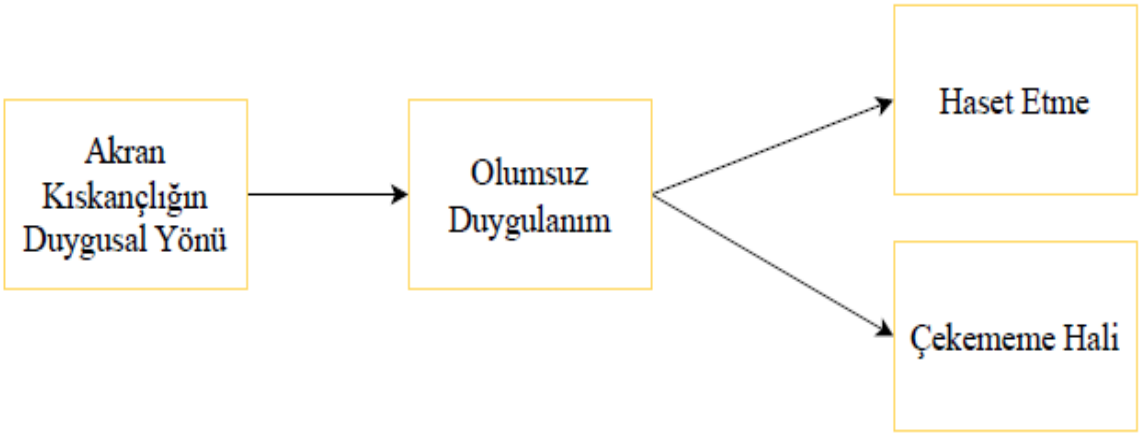
Şekil 5.1'de görüldüğü üzere, üniversite öğrencileri ön plana çıkmak, başkasının yerinde olmak ve bir gruptan ya da toplumdan kabul görmek için farklı görünmeye dönük davranışlar sergilemektedir. Bu kategoride yer alan kodlar tek tek ele alınarak incelendiğinde, özellikle katılımcıların akran kıskançlığına ilişkin olarak ön plana çıkmaya dönük davranışlar ile ilgili vurgu yaptığı gözlemlenmiştir. Bu nedenle, ön plana çıkma isteğinin akran kıskançlığını tetikleyebileceği söylenebilir. Nitel araştırma sonucunda elde edilen bu bulgu, Akan'ın (2019) çalışması ile desteklenmektedir. Bahsi geçen araştırmada, kıskanan bireylerin

herhangi bir konuda diğer insanlara göre ön planda olmayı daha çok istedikleri ifade edilmiştir. Aune ve Comstock (1997) tarafından yapılan çalışmada da kıskançlık yaşayan bireylerin ön planda olma isteğinin olduğu belirtilmiştir. Benzer şekilde, üniversite öğrencilerinde özellikle popüler olma ve sosyal statü arayışı gibi nedenlerle kıskançlık duygusu sıklıkla yaşanabilir. Bu bulgu, daha önceden yapılan araştırmaların sonuçları ile örtüşmektedir. Örneğin, Doğan ve Vecchio'nun (2001) araştırmasında bireylerin çevresinde ön planda olma ve statü sahibi olma istekleri nedeniyle kıskançlık davranışı sergilediği bildirilmiştir. Üçok'un (2019) çalışmasında da bireylerin sosyal statüye sahip olmayı istemesinin kıskançlığı yordadığı ifade edilmiştir. Sosyal statüye sahip olma isteği bir bakımdan bireylerin ön planda olmayı istemesi ile benzerlik göstermektedir. Miceli ve Castelfranchi'nin (2007) çalışmasında ise bireylerin başkasının sahip olduğu şeylere sahip olmak ya da direkt o kişinin yerinde olmak için kıskançlık yaşayabileceği vurgulanmıştır. Bahsi geçen bu bulgu ile araştırmada ulaşılan başkalarının yerinde olmaya dönük davranışlar isimli kod tutarlık göstermektedir. Bunun dışında, bireyler üyesi oldukları sosyal gruplardan dışlanmamak için akran kıskançlığı yaşasalar bile bu durumu gizleyebilir. Çünkü bireyler, kendileri için önemli olan kişilerarası ilişkileri yitirme korkusu yaşayabilir. Bu nedenle, bireyler çevresinden tepki görmemek için yaşadığı akran kıskançlığına ilişkin duyguyu diğer insanlara fark ettirmemeye çalışırken farklı görünmeye dönük davranışları daha fazla sergileyebilir. Bu bulguyu Kulaksızoğlu'nun (2004) çalışmasında elde edilen sonuçlar desteklemektedir. Söz konusu araştırmada, bireylerin sosyal ortamlarda bir gruba kabul edilmek ya da bir gruptan onay görmek için arkadaş kıskançlığı gibi olumsuz davranışları kontrol etmeye çalıştığı belirtilmiştir.

Akran kıskançlığının davranışsal yönünde yer alan üstün olmaya dönük davranışlar kategorisinde ise hırsa dönük, rekabete dönük ve yüksek başarıya dönük davranışlar yer almaktadır. Katılımcıların özellikle rekabete dönük davranışlar ile ilgili ifadeleri daha fazla ön plana çıkardığı belirlenmiştir. Bu nedenle, üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığı davranışlarının gözlemlenmesinde rekabet ortamının önemli bir faktör olabileceği değerlendirilebilir. Üstün olmaya dönük davranışlar kategorisinde yer alan kodlar tek tek incelendiğinde, özellikle yüksek başarıya yönelik hırs ve rekabetin akran kıskançlığını artıran bir faktör olduğu anlaşılmaktadır. Bu akran kıskançlığı kendini farklı alanlarda göstermektedir. Özellikle üniversite öğrencileri arasında spor faaliyetlerinde ya da akademik ve sosyal statü ile ilgili konularda akran kıskançlığı daha fazla yaşanabilmektedir. Bu bulguyu destekleyen araştırma sonuçları alanyazında yer almaktadır. Örneğin, Goyal'ın

(2014) çalışmasında akran kıskançlığı yaşayan bireylerin üstünlük kurmaya yönelik davranışlar sergilediği vurgulanmıştır. Malkoç ve Erginsoy'un (2008) araştırmasında ise rekabetçi tutumun kıskançlık üzerinde etkisi bulunduğu raporlanmıştır. Deliveli'nin (2013) çalışmasında da çalışma ortamındaki rekabet ve hırsın kıskançlığı tetiklediği belirtilmiştir. Tıpkı bahsi geçen bu araştırmalardaki gibi Humayon ve Shoaib (2019) tarafından yapılan yakın tarihli araştırmada da rekabetin kıskançlığı artıran bir faktör olduğu raporlanmıştır. Rekabet ve hırs ile birlikte kodlar arasında yer alan yüksek başarı düşüncesinin de kıskançlığı artıran bir diğer faktör olduğu Feather'in (1994) araştırmasında vurgulanmıştır. Benzer şekilde, Power ve Dalgleish'in (2007) çalışmasında da yüksek başarıya dönük davranışların kıskançlık ile ilişkilendirilebileceği ifade edilmiştir. Alanyazında yer alan daha birçok araştırma, bireylerin çevresinde üstün olmak için hırslı davranışlar sergilediğini ve diğer insanlar ile rekabet ettiğini göstermektedir (örn., Yang ve Rettig, 2004; Zurriaga ve diğerleri, 2018). Yukarıda bahsi geçen tüm araştırma sonuçlarının bu araştırmada ulaşılan kodlar ve kategoriler ile paralellik gösterdiği, bu nedenle akran kıskançlığının davranışsal yönünün alanyazın ile desteklediği söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığına ilişkin ikinci tema akran kıskançlığının duygusal yönü ile ilgilidir. Bu temanın altında iki kod ve bir kategori yer almaktadır. Bu temaya ait kodlara ve kategoriye Şekil 5.2'de yer verilmiştir.



Şekil 5.2. Akran Kıskançlığının Duygusal Yönüne İlişkin Tema, Kategori ve Kodlar

Şekil 5.2'de üniversite öğrencilerinin haset etme ve çekememe hali gibi duyguları olumsuz duygulanım şeklinde isimlendirilen kategoride buluşmuştur. Akran kıskançlığının duygusal yönüne ilişkin olarak üniversite öğrencilerinin hem haset etmeye hem de çekememe haline yönelik birçok kez vurgu yaptığı belirlenmiştir. Gerçekleştirilen

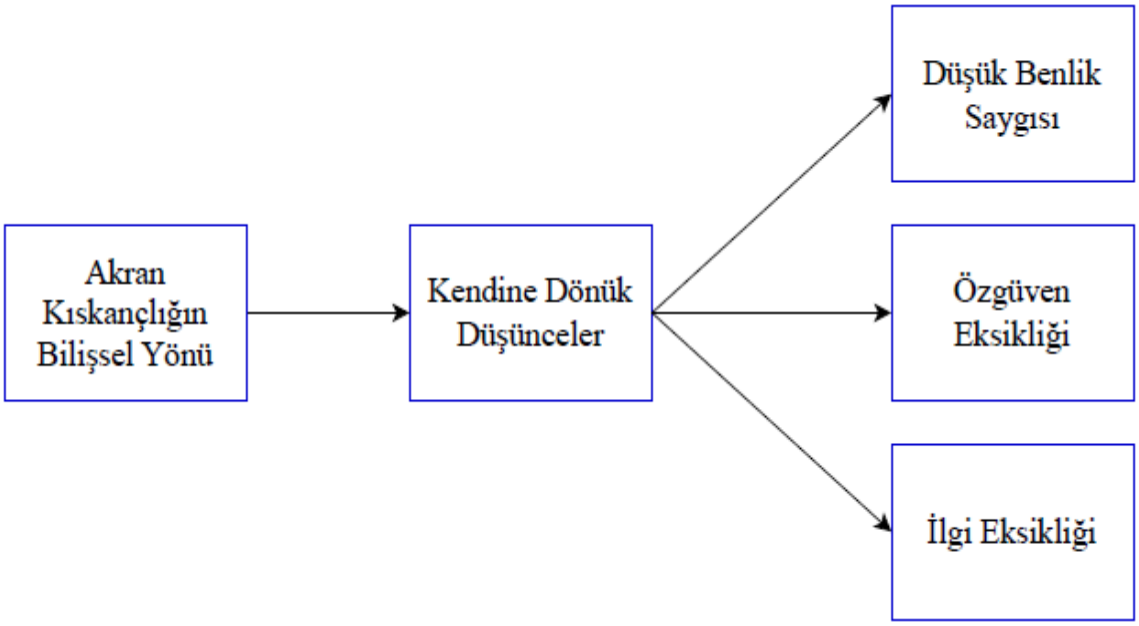
görüşmelerde üniversite öğrencilerinin kendi sahip olmadığı şeylerin başka akranlarında da olmasını istemediği öğrenilmiştir. Özellikle katılımcıların akranlarının diğer insanlardan ilgi görmesine ve başarılı olmasına yönelik haset ettikleri gözlemlenmiştir. Alanyazında da kıskançlık yaşayan bireylerin diğer insanların sahip olduğu özellikleri, ilişkileri ya da nesneleri çekemedikleri, hatta haset ederek bu özellik, ilişki ya da nesnenin başkasında da olmamasını istedikleri belirtilmektedir (Crusius ve Lange, 2021). Smith ve Kim'in (2007) araştırmasında da kıskanç bireylerin öfke, umutsuzluk, incinmişlik duygularını yaşayarak karşı tarafın sahip olduğu şeyi kaybetmesini dilediği raporlanmıştır. Navaro (2011) tarafından yapılan araştırmada da genellikle haset etmenin çaresizlik ve öfke duyguları ile birlikte kendini gösterdiği ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Van de Ven ve diğerlerinin (2015) araştırmasında bireylerin kıskanılan statü kendisinde olmadığı takdirde başkasında da olmamasını arzuladığı belirtilmiştir. Üniversite öğrencileriyle yapılan görüşmelerde katılımcılardan elde edilen cevaplardan ortaya çıkarılan haset etme kodu ile alanyazındaki çalışmalarda ulaşılan sonuçların paralellik gösterdiği ortaya konmuştur. Bu araştırmadan ve daha önceki çalışmalardan hareketle, haset etmenin olumsuz bir duygu olduğu ve bireylere psikolojik olarak zarar verebileceği söylenebilir.

Akran kıskançlığının duygusal yönünde yer alan bir diğer olumsuz duygulanım çekememe halidir. Araştırmada katılımcılar özellikle üniversite öğrencilerinin akranlarının romantik ilişkisini ya da aile ilişkisini çekemediğini sıklıkla belirtmiştir. Ayrıca katılımcılardan gelen ifadelerde hem akademik hem de maddi konularda da bireylerin akranlarını çekemediği anlaşılmaktadır. Örneğin, akademik olarak başarılı olan bir akranının ortak çevreden takdir ve ilgi görmesi kişiyi duygusal olarak rahatsız edebilmektedir. Akranının akademik olarak başarılı olması sonucunda birey üzüntü ya da öfke gibi duyguları yaşayabilmektedir. Alanyazında da bu araştırmada elde edilen bulguyu destekleyen çalışma sonuçlarına rastlanmıştır. Örneğin, Kim ve Hupka (2002) tarafından yapılan araştırmada kıskanç bireylerin diğer insanların başarısını ve maddi imkânlarını çekemediği ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Kilbourne'nin (2014) çalışmasında da bireylerin kendisini başkalarıyla kıyaslaması sonucunda çekememe duygusunu daha fazla yaşadığı raporlanmıştır. Brooks ve diğerlerinin (2019) yakın tarihli araştırmasında da başkalarının başarılı olmasının bireylerde çekememe duygusunu tetiklediği bildirilmiştir. Tüm bu araştırma bulgularında yer alan çekememe halinin haset etme kavramına göre daha olumlu bir kavram olduğu söylenebilir. Bu kavram, alanyazında gıpta etme ile benzerlik göstermektedir. Çünkü bireyler akranlarına karşı çekememe gibi bir duyguyu yaşarken

onlara özenmekte ve onların kötülüğünü istememektedir. Fakat haset eden katılımcılar, karşı tarafın elinde olanı kaybetmesini isteyerek aslında onların kötülüğünü arzulamaktadır.

Son olarak, bu araştırmada hem haset etme hem de çekememe haline ilişkin duygular yaşayan bireylerin olumsuz başka duyguları da yaşadığı belirlenmiştir. Akran kıskançlığı yaşayan bireylerin yaşadığı duyguların genellikle öfke, umutsuzluk, incinme ve üzüntü olduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgu, alanyazındaki birçok araştırma sonucu ile tutarlılık göstermektedir (örn., deSteno ve Salovey, 1996; Parrott, 1991; Stravogiannis ve diğerleri, 2018). Bahsi geçen bu araştırmalarda akran kıskançlığı yaşayan bireylerin mutsuzluk, umutsuzluk, çaresizlik ve öfke gibi duyguları daha sık yaşadığı belirtilmiştir. Benzer şekilde Attridge (2013) tarafından yapılan çalışmada da kıskançlık yaşayan bireylerin öfkelenebileceği ya da hayal kırıklığı yaşayarak üzülebileceği bildirilmiştir. Özetle, yukarıda ifade edilen araştırma bulguları akran kıskançlığının duygusal yönünün alanyazın ile örtüştüğünü göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinde akran kıskançlığına ilişkin üçüncü ve son tema akran kıskançlığının bilişsel yönü ile ilgilidir. Bu tema, üç kod ve bir kategoriden oluşmaktadır. Bu temaya ait kodların ve kategorinin görsel haline Şekil 5.3'de yer verilmiştir.



Şekil 5.3. Akran Kıskançlığının Bilişsel Yönüne İlişkin Tema, Kategori ve Kodlar

Şekil 5.3'de görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin kendisine dönük düşüncelere sahip olması akran kıskançlığının bilişsel yönünü oluşturmaktadır. Bu araştırmada, bilişsel

boyutta bireylerin öz değerlendirme yapması sonucunda kendisine yönelik olumsuz algı ya da düşünce geliştirmesinin akran kıskançlığını tetiklediği tespit edilmiştir. Bu tespit ile alanyazında yer alan araştırma sonuçları arasında tutarlılık olduğu görülmektedir. Örneğin, Boudreaux (2013) tarafından yapılan çalışmada kendisine yönelik olumsuz düşünceleri bulunan bireylerin diğer insanlar ile kendisini kıyasladığı ve bu kıyaslama sonucunda daha fazla kıskançlık yaşadığı belirtilmiştir. Benzer şekilde, Costa ve diğerleri (2015) de kendisine yönelik takıntılı düşünceleri bulunan bireylerin daha fazla kıskançlık eğiliminde olduğunu açıklamıştır. Bu araştırmada katılımcıların kendine dönük olumsuz düşünceleri arasında özellikle bireyin düşük benlik saygısına sahip olması ve kendine güvenmemesi yer almaktadır. Katılımcılar kendisini yetersiz gördüğünü ve kendisini sevmediğini ifade eden görüşleri çok kez yapılan görüşme esnasında vurgulamıştır. Alanyazında vurgulanan bu ifadeyi destekleyen araştırma sonuçlarına rastlanmıştır. White (1981) tarafından gerçekleştirilen çalışmada bireylerin yetersizlik algısının kıskançlığı artırdığı raporlanmıştır. Benzer şekilde, Goyal'ın (2014) çalışmasında da akran kıskançlığında bireylerin kendisini yetersiz görmesinin rol oynadığı bildirilmiştir. Bunun dışında, bu araştırmada gerçekleştirilen görüşmeler esnasında katılımcılar herhangi bir kişilerarası ilişkide kendisine çok güvenmediğini birden çok kez ifade etmiştir. Özetle, üniversite öğrencileriyle yapılan görüşmeler düşük benlik saygısına sahip olan ve özgüven eksikliği yaşayan bireylerin daha fazla akran kıskançlığı davranışı sergileyebileceğini göstermiştir.

Yurt içinde daha önceden yapılan araştırmaların sonuçları yukarıda bahsi geçen bulguyu desteklemektedir. Örneğin, Akan'ın (2020) araştırmasında arkadaş kıskançlığı ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu raporlanmıştır. Demirtaş ve Dönmez'in (2006) çalışmasında da düşük benlik saygısının kıskançlık ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Yurt dışı alanyazında da farklı çalışmalarda benlik saygısı ile kıskançlık arasındaki ilişkiden söz edilmektedir (örn., Clanton, 2006; Rentzsch ve Gross, 2015). Bahsi geçen bu araştırmalarda bireylerin benlik saygısının düşük düzeyde olması sonucunda daha fazla kıskançlık duygusu yaşayabileceği raporlanmıştır. Benzer şekilde, Hill ve Buss'un (2008) çalışmasında da benlik saygısı ile kıskançlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bildirilmiştir. Son olarak, alanyazında kıskançlığın yordayıcılarından birinin benlik saygısı olduğu belirtilmiştir (Ebrahimi ve diğerleri, 2005). Blevis'in (2010) araştırmasında ise özgüven eksikliğinin akran kıskançlığını tetikleyen bir faktör olduğu ifade edilmiştir. Hem yurt içi hem de yurt dışı alanyazında bu bulgu ile benzerlik gösteren başka araştırma sonuçları da mevcuttur (örn., Çevik-Büyükşahin ve Atıcı, 2009; Parker ve diğerleri, 2005).

Söz konusu çalışmalarda, kendisiyle barışık olup özgüveni yüksek olan bireylerin daha iyi arkadaşlık ilişkisi kurduğu ve daha az kıskançlık yaşadığı bildirilmiştir. Bulut-Genç ve Topkaya'nın (2019) çalışmasında da bireylerin güven düzeyinin düşük olmasının bilişsel ve davranışsal kıskançlık eğilimini artırdığı raporlanmıştır. Bu araştırma bulgularından hareketle, bireylerin akran kıskançlığı düzeyinin azaltılması ya da kontrol altına alınması için benlik saygısı ve özgüven düzeyinin artırılması gerektiği söylenebilir.

Akran kıskançlığının bilişsel yönüne ilişkin elde edilen bir diğer kod ilgi eksikliğidir. Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin akranları tarafından takdir edilmediğinde ya da toplumda ilgi göremediğinde daha fazla kıskançlık yaşayabileceğini ortaya koymuştur. Bu nedenle, bireyler akran kıskançlığı davranışları sergilerken toplumda ilgiyi kendi üstüne çekmeye çalışabilir ve böylece kendi iyilik halini artırmaya gayret edebilir. Elde edilen bu bulguyu Dryden'in (2009) araştırması ile desteklenmektedir. Söz konusu araştırmada bireylerin kıskançlık yaşamasında ilgi eksikliğinin rol oynadığı belirtilmiştir. Benzer şekilde, yurt içi ve yurt dışı alanyazındaki başka çalışmalar da kıskançlığın ilgi görme isteği ile ilişkili olduğunu göstermiştir (örn., Akan, 2020; Edalati ve Redzuan, 2010). Bahsi geçen tüm bu araştırma bulgularından hareketle, akran kıskançlığının bilişsel yönünün alanyazın ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

5.2. Nicel Araştırma: Ölçek Geliştirmeye İlişkin Sonuç ve Tartışma

Keşfedici sıralı desenin ikinci adımı olan ölçek geliştirme sürecinde nitel araştırma bulgularından hareketle Akran Kıskançlığı Ölçeğinin geliştirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, "*Akran Kıskançlığı Ölçeği psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir midir?*" sorusuna yanıt aranmıştır. Geliştirilen bu ölçeğe ilişkin sonuçlara ve tartışmaya bu başlık altında detaylı şekilde yer verilmiştir.

Akran Kıskançlığı Ölçeğini geliştirme sürecinde Pett ve diğerlerinin (2003) belirttiği kayıp veri, çoklu bağıntı, normallik, örneklem büyüklüğü ve faktörlenebilirlik gibi AFA'nın temel varsayımları sağlanmıştır. Veri setinde kayıp verinin bulunmadığı ve çoklu bağıntı sorunu yaşanmadığı saptanmıştır. Normallik varsayımında ise Tabachnick ve Fidell'in (2013) belirttiği üzere ±2 arasında olmayan maddeler veri setinden çıkarılarak analizler gerçekleştirilmiştir. AFA'nın 424 katılımcı ile gerçekleştirilmesi yeterli örneklem büyüklüğünün sağlandığını göstermiştir (Hair ve diğerleri, 2010; Norušis, 2005). Faktörlenebilirlik açısından da KMO değerinin .60'ın üzerinde olması ve Bartlett Küresellik

Testinde elde edilen ki kare değerinin .05 düzeyinde anlamlı olması faktörlenebilirliğin sağlandığını ortaya koymuştur (Tabachnick ve Fidell, 2013). Analiz sonucunda, Akran Kıskançlığı Ölçeğinin tüm maddelerinin ortak varyans değerinin ve faktör yüklerinin alanyazında belirtildiği üzere iyi düzeyde olduğu saptanmıştır (Avcu, 2021; Comrey ve Lee, 1992). Ayrıca, açıklanan toplam varyansın %50'in üzerinde olması da alanyazında kabul edilen görüşe uygun olduğu anlamına gelmektedir (Pett ve diğerleri, 2003).

Ölçeğin dört alt boyutunu belirlerken özdeğerin 1'in üzerinde olmasına dikkat edilmiş (Costello ve Osborne, 2005) ve bu bulgu yamaç grafiği ile desteklenmiştir (Cattell, 1966). Böylece, ölçeğin dört alt boyuta sahip olduğunun sağlaması yapılmıştır. Ayrıca, Akran Kıskançlığı Ölçeğinin alt boyutlarının nitel araştırmada elde edilen temalar ile uyumlu olduğu ve ölçekte yer alan her maddenin de nitel araştırmada elde edilen kodlar ve kategoriler ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Örneğin, "*Kendini kıyaslama*" alt boyutu ile nitel araştırma bulgularından "*Akran kıskançlığının davranışsal yönü*" teması bağlantılıdır. Benzer şekilde, "*İlgi ve yeterliğe yönelik kıskançlık*" alt boyutu da nitel araştırma bulgularından "*Akran kıskançlığının bilişsel yönü*" ile ilişkilidir. Bunun dışında, ölçek alt boyutlarından ilki beş maddeden oluşan "*Kendini kıyaslama*" alt boyutudur. Alanyazında da kendini kıyaslamanın kıskançlık ile ilişkilendirildiği belirlenmiştir (Kilbourne, 2014). Söz konusu çalışmada, bireylerin kendisini başkalarıyla kıyaslaması sonucunda kıskançlık yaşayabileceği ifade edilmiştir. Guerrero ve diğerlerinin (2007) çalışmasında da bireylerin kendisini rakip olarak gördüğü bireylerle kıyasladığı ve bu durumun kıskançlığa neden olduğu açıklanmıştır. Bir diğer ölçek alt boyutu üç maddeden oluşan "*İlgi ve yeterliğe yönelik kıskançlık*" alt boyutudur. İlgi ve yeterliğe yönelik kıskançlık kavramı da alanyazında kıskançlık ile ilişkili çalışmalarda sıklıkla yer almaktadır. Örneğin, Edalati ve Redzuan (2010) tarafından yapılan araştırmada kıskançlık ile ilgi görme isteğinin ilişkili olduğu bildirilmiştir. White (1981) tarafından yapılan çalışmada da bireylerin kendisini yeterli görmesi ile kıskançlık arasında anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir. Ölçeğin üçüncü alt boyutu üç maddeden oluşan "*Akademik başarıya yönelik kıskançlık*" alt boyutudur. Tıpkı diğer alt boyutlarda olduğu gibi bu alt boyutun da kıskançlık konulu çalışmalarla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Örneğin, Anderson'un (2002) araştırmasında bireylerin karşı tarafın başarısına sahip olamadığı için kıskançlık yaşayabileceği raporlanmıştır. Ölçeğin dördüncü ve son alt boyutu yine üç maddeden oluşan "*İlişkilere yönelik kıskançlık*" alt boyutudur. Bu alt boyutta yer alan ilişkiler, alanyazında kıskançlığın yaşanmasının temel sebeplerinden biri olarak gösterilmektedir. Yapılan kıskançlık tanımlarında da bireylerin yakın ilişkilerinde bu

zorlayıcı duyguyu yaşayabileceği belirtilmektedir (örn., Buunk ve diğerleri, 1996; Pines, 1998). Son olarak, bu dört alt boyut ile Akan'ın (2019) geliştirdiği Arkadaş Kıskançlık Ölçeğinde yer alan alt boyutların bazıları benzerlik göstermektedir. Bahsi geçen araştırmada geliştirilen ölçme aracında da alt boyutlar arasında ilgi, başarı, yakın ilişkiler gibi alt boyutlar bulunmaktadır. Bu tutarlılık, akran kıskançlığı ile arkadaş kıskançlığının birbirlerine çok benzer ve yakın kavramlar olduğunu kanıtlar niteliktedir. Yukarıda bahsi geçen tüm çalışmalar, bu araştırmada geliştirilen Akran Kıskançlığı Ölçeğinin alt boyutlarının alanyazın ile ilişkisini ortaya koymaktadır.

AFA kapsamında son olarak ölçeğin genelinin ve alt boyutlarının Cronbach alfa güvenirlik katsayısının da alanyazında belirtilen değer aralıklarında olduğu (Nunnally ve Bernstein, 1994) ve bu yüzden yeterli güvenirliğin sağlandığı söylenebilir. AFA'nın ardından farklı bir örneklem üzerinde gerçekleştirilen DFA ile Akran Kıskançlığı Ölçeği doğrulanmıştır. Analiz sonucunda ölçeğin uyum indeks değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu belirlenmiştir (Browne ve diğerleri, 2002; Hooper ve diğerleri, 2008). Ayrıca, DFA sonucunda her maddenin faktör yükünün .40'dan büyük olması gerektiği alanyazında belirtilmiştir (Şimşek, 2007). Bu araştırmada elde edilen faktör yüklerinin bu eşiğin üstünde olduğu tespit edilmiştir. Akran Kıskançlığı Ölçeğinde yer alan maddelerin ölçeği temsil etme gücünün ise yeterli düzeyde olduğu madde-toplam korelasyonu sonucu ile ortaya konmuştur (Büyüköztürk, 2016). DFA'nın ardından gerçekleştirilen MTK ile Akran Kıskançlığı Ölçeğinde yer alan maddelerin ayırt ediciliği Baker'in (2001) standartlarına göre incelenmiştir. Bu standartlara göre maddelerin %28'i yüksek düzeyde ve %72'si çok yüksek düzeyde sınıflandırılmıştır. Bu analiz ile maddelerin özellikleri ve geçerliklerinin belirlenmesi ölçeğin istatistiksel olarak daha güçlü olmasını sağlamıştır. Ayrıca, maddelerin ayırt ediciliğinin görsel gösterimi için madde karakteristik eğrisinin incelenmesi de önemlidir. Alanyazında madde karakteristik eğrisinin eğimi ne kadar dikse maddenin ayırt ediciliğinin o kadar fazla olduğu belirtilmiştir (Avcu, 2021). Bu araştırmada yer alan görsel, maddelerin yeterince ayırt edici düzeyde olduğunu ortaya koymuştur.

Ölçeğin ölçüt bağıntı geçerliği kapsamında bu araştırmada geliştirilen Akran Kıskançlığı Ölçeği ile Çırpan ve Özdoğru'nun (2017) Türkçeye uyarladığı BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Analiz sonucunda akran kıskançlığının hem haset hem de gıpta düzeyi ile pozitif yönde anlamlı ilişkilere sahip olması geliştirilen ölçeğin

ölçüt bağıntı geçerliğinin sağlandığını göstermiştir. Alanyazında bu ilişkiye yönelik yapılan benzer herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Ölçeğin güvenirlik analizleri kapsamında hesaplanan Cronbach alfa, McDonald omega ve Guttman lambda güvenirlik değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu belirlenmiştir (Nunnally ve Bernstein, 1994). Alanyazında McDonald omega güvenirlik değerinin diğer güvenirlik değerlerine yakın (Deng ve Chan, 2017), fakat daha güvenilir sonuçlar verdiği vurgulanmaktadır (Hayes ve Coutts, 2020). Bu yüzden, bu araştırmada farklı güvenirlik analizlerinin yapılması önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, farklı bir örneklem üzerinde üç hafta ara ile yapılan test-tekrar test sonucu da alanyazında belirtilen eşik değerin üstünde olduğu için (Robinson ve diğerleri, 1991) ölçeğin güvenilir olduğunu kanıtlar niteliktedir. Bu güvenirlik analizleri dışında, geliştirilen ölçek ile alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olması ölçeğin ve alt boyutlarının aynı yapıyı ölçtüğünü göstermektedir. Bu bulgu, ölçekten toplam puan alınabileceğinin göstergesidir.

Sonuç olarak, dört alt boyuttan oluşan 14 maddelik Akran Kıskançlığı Ölçeği üniversite öğrencileri örnekleminde psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır. Beşli dereceleme (*1 = Hiç katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Biraz katılıyorum, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen katılıyorum*) şeklinde puanlanan bu ölçekte tersten puanlanan herhangi bir madde bulunmamaktadır. Çok faktörlü yapısının bulunması ve kısa sürede uygulanabilir olması nedeniyle bu ölçeğin alanyazına katkı sağlayacağına inanılmaktadır.

5.3. Nicel Araştırma: Hipotetik Model Test Etmeye İlişkin Sonuç ve Tartışma

Bu araştırmanın üçüncü ve son aşamasında akran kıskançlığı ile benlik saygısı, yalnızlık ve yaşamda uyum değişkenlerinin birbirleriyle olan ilişkisinin hipotetik modelde sınanması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, "Akran kıskançlığı ve yalnızlık, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide seri aracı role sahip midir?" sorusuna yanıt aranmıştır. Bu başlık altında araştırmanın üçüncü aşamasına ilişkin sonuçlara ve tartışmaya yer verilmiştir.

Araştırmanın üçüncü aşamasında yapılan seri aracılık analizinde üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ile yaşamda uyum düzeyi arasındaki ilişkide akran kıskançlığı ve yalnızlığın seri aracı rol oynadığı saptanmıştır. Alanyazında bu değişkenlerin bir arada ele alındığı herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle, bu değişkenler arasında belirlenen ilişkiler genel kıskançlık ile arkadaş kıskançlığı kavramları üzerinden tartışılmıştır. Benzer şekilde, yaşamda uyum değişkeni için de tartışmanın bazı yerlerinde

genel uyum, sosyal uyum ve psikolojik uyum kavramları kullanılmıştır. Yapılan seri aracılık analizine ilişkin doğrudan ve dolaylı etkiler aşağıda sırasıyla ele alınarak detaylı şekilde sunulmuştur.

Yapılan analizlerde elde edilen ilk bulgu, akran kıskançlığının benlik saygısı ile yaşamda uyum arasında aracı rol oynadığı şeklindedir. Diğer bir deyişle, üniversite öğrencilerinde benlik saygısı akran kıskançlığı üzerinden yaşamda uyumu yordamaktadır. Bu bulgudan hareketle, düşük benlik saygısına sahip üniversite öğrencilerinin daha fazla akran kıskançlığı yaşayıp yaşamda uyum becerilerini geliştiremediği söylenebilir. Bu yüzden, üniversite öğrencilerinin benlik saygısını artırmaya yönelik faaliyetlerin sürdürülmesi ve dolaylı olarak akran kıskançlığının azalmasının sağlanması yaşamda uyum düzeyini geliştirebilir. Bu bulguyu destekleyen yakın tarihli araştırma sonuçları alanyazında yer almaktadır (örn., Demirci ve diğerleri, 2019; Olsen ve diğerleri, 2022). Söz konusu iki araştırmada da benlik saygısı ile yaşamda uyum arasında anlamlı ilişki olduğu ve tıpkı bu araştırmada elde edilen sonuç gibi bireylerin benlik saygısının yaşamda uyumu yordadığı belirlenmiştir. Elde edilen aracılık bulgusunun da alanyazında yer alan diğer araştırma sonuçları ile paralellik gösterdiği belirlenmiştir (Abraham, 2008; Akan, 2020). Bahsi geçen bu araştırmalarda benlik saygısı ile arkadaş kıskançlığı arasında anlamlı ilişki olduğu raporlanmıştır. Kim ve diğerlerinin (2017) araştırmasında da benlik saygısının arkadaş kıskançlığını yordadığı belirtilmiştir. Çırpan ve Özdoğru'nun (2017) araştırmasında ise hasetin benlik saygısı ile negatif yönde ilişkili bir kavram olduğu ortaya konmuştur. Alanyazında yer alan daha birçok çalışmada benlik saygısının kıskançlık ile ilişkili olduğu bildirilmiştir (örn., Bani-Melhem ve diğerleri, 2023; Kim, 2018; Orth ve diğerleri, 2012). Tüm bu araştırmalardan hareketle, benlik saygısı düzeyinin kıskançlık üzerinde etkili bir kavram olduğunu söylemek mümkündür. Bununla beraber, Parker ve diğerleri (2005) tarafından yapılan araştırmada kıskançlığın yaşamda uyumu güçleştiren ve sosyal uyumu negatif etkileyen bir kavram olduğu belirtilmiştir. Benzer şekilde, Walker'ın (2003) çalışması da kıskançlık ile yaşamda uyum becerileri arasında ilişkiyi raporlamıştır. Yılmaz-Ünal ve Deniz'in (2016) araştırmasında da kıskançlığın bireylerin uyumunu etkileyen bir faktör olduğu belirtilmiştir. Tüm bu dolaylı araştırma sonuçları, akran kıskançlığının yaşamda uyum üzerindeki yordayıcılığını desteklemektedir. Bu araştırmalar, kıskançlık yaşayan bireylerin kişilerarası ilişkilerinin bozulabileceğini ve yaşamda çevresine uyum sağlama konusunda zorluk yaşayabileceğini ifade etmektedir. Özetlemek gerekirse, bireylerin benlik saygısının korunmasına ve yükseltilmesine önem verilerek bireylerin daha

az kıskançlık yaşaması ve dolayısıyla kişilerarası ilişkilerinin daha sağlıklı olması sağlanabilir. Bunun dışında, bireylerin kişilerarası ilişkilerinin bozulmasının yaşamda uyum düzeyini etkileyerek ruh sağlığını da ciddi düzeyde etkileyebileceği düşünüldüğünde, benlik saygısının önemi bir kat daha artmaktadır. Bu nedenle, özellikle genç yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencilerine yönelik benlik saygısını güçlendirici faaliyetlere önem verilebilir.

Çalışmada elde edilen ikinci bulgu, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide yalnızlığın aracı rol oynadığı şeklindedir. Bu bulgu, üniversite öğrencilerinin düşük benlik saygısı nedeniyle daha fazla yalnızlaştığını ve dolayısıyla yaşamda uyum düzeyinin azaldığını göstermektedir. Alanyazında benlik saygısı ile yalnızlık arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğunu gösteren birçok güncel araştırma sonucuna rastlanmaktadır (örn., Deniz ve diğerleri, 2022; Lin ve diğerleri, 2022; Smith, 2022). Bahsi geçen tüm bu araştırmalar benlik saygısının yalnızlığı yordadığını ortaya koymuştur. Benzer şekilde, van Tonder ve diğerleri (2023) tarafından gerçekleştirilen güncel araştırmada da benlik saygısı düzeyinin bireylerin yalnızlığını etkilediği raporlanmıştır. Bu araştırma bulguları, benlik saygısının yalnızlık üzerinde önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Bununla beraber, yalnızlığın da yaşamda uyum ile ilişkili olduğu daha önceden yapılan araştırmalarda vurgulanmaktadır. Örneğin, Lavallee ve Parker (2009) tarafından yapılan araştırmada yalnızlık ile uyum arasında anlamlı ilişki olduğu raporlanmıştır. Lee'nin (2020) araştırmasında da yalnızlık ile yaşamdaki sosyal uyum arasında ilişki olduğu belirtilmiştir. Bu bulgular, dolaylı araştırma sonuçları yalnızlığın yaşamda uyum üzerindeki yordayıcılığını destekler niteliktedir. Bu aşamada elde edilen bu bulgudan ve bu bulguya ilişkin araştırma sonuçlarının tümünden hareketle, bireylerin benlik saygısının güçlendirilmesinin onların kişilerarası ilişkilerine olumlu şekilde yansıyacağını ve yalnızlık hissini azaltacağını göstermektedir. Yalnızlaşmayan bireyler de çevresiyle daha fazla uyum içinde yaşayabilecektir. Özetle, genç yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencilerinin benlik saygısını yükselterek hem yalnızlaşmaması hem de yüksek yaşamda uyum düzeyine erişmesi sağlanabilir.

Bu aşamada araştırma sorusu doğrultusunda elde edilen temel bulgu, akran kıskançlığı ve yalnızlığın, benlik saygısı ile yaşamda uyum arasındaki ilişkide seri çoklu aracı rol oynadığı şeklindedir. Diğer bir deyişle, benlik saygısı akran kıskançlığı ve yalnızlık üzerinden dolaylı şekilde yaşamda uyumu yordamaktadır. Alanyazında bu dört değişkenin

bir arada ele alındığı herhangi bir araştırma bulunmamaktadır. Yukarıda tüm değişkenlerin birbirleriyle ikili şekilde ilişkisi ele alınmıştır. Son olarak, bu araştırmanın aracı değişkenleri olan akran kıskançlığı ile yalnızlık arasında da anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu ilişkinin daha önceden yapılan araştırmaların sonuçları ile benzerlik gösterdiği belirlenmiştir. Örneğin, Michela ve diğerlerinin (1982) yalnızlık üzerine yaptığı çalışmasında kıskançlığın yalnızlığı etkilediği belirtilmiştir. Erikson'un (1993) psikososyal gelişim yaklaşımında da kıskançlığın bireylerin yakın ilişki kurmasını engellediği ve bu yüzden yalıtılmışlığı tetiklediği dolaylı şekilde ifade edilmiştir. Benzer şekilde, yalnızlık üzerine çalışmaları bulunan Rokach (2004) da sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurulması ve bireylerin yalnız kalmaması için etkili faktörlerden birinin kıskançlık olduğunu bildirmiştir. Kıskançlık ile yalnızlık arasında bahsi geçen tüm bu dolaylı araştırma bulgularından yola çıkarak, akran kıskançlığının yalnızlığı yordayan bir değişken olduğu söylenebilir. Özetle, bu araştırmada düşük benlik saygısına sahip üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığını daha fazla yaşayabileceği, bu durumun yalnızlaşmayı artırabileceği ve dolaylı olarak yaşamda uyum düzeyinin azalabileceği tespit edilmiştir. Bu araştırma bulguları, akran kıskançlığına ilişkin anlayışımızı genişletmiştir.

5.4. Öneriler

Bu başlık altında araştırmada elde edilen sonuçlardan ve araştırmanın sınırlılıklarından hareketle hem uygulayıcılara hem de araştırmacılara bazı öneriler sunulmuştur.

5.4.1. Uygulayıcılara Öneriler

Aşağıda ruh sağlığı alanında çalışan uygulayıcılara yönelik çeşitli önerilere yer verilmiştir:

- Bu araştırmada akran kıskançlığının net bir tanımı yapılmış ve özellikleri ortaya konmuştur. Üniversitelerin psikolojik danışma merkezlerinde çalışan ruh sağlığı çalışanları bu çalışmayı kaynak olarak kullanarak akran kıskançlığının tanıtılmasına yönelik broşür, el kitapçığı vb. hazırlayabilir ve genç yetişkinlere dağıtımını sağlayabilir. Ayrıca, üniversite öğrencilerine bu konuda seminerler verilerek akran kıskançlığının olağan ve evrensel bir duygu olduğu, her bireyin bu duyguyu yaşayabileceği ve bununla sağlıklı şekilde baş edilmesinin mümkün olduğu anlatılarak farkındalık kazandırılabilir.

- Bu araştırmada elde edilen bulgulardan hareketle akran kıskançlığının ilk olarak aile yaşamında kardeşler arasında sıklıkla ortaya çıktığı söylenebilir. Bu kapsamda ailelere yönelik olarak önleyici çalışmalar yürütülerek psikoeğitim uygulamaları gerçekleştirilebilir.
- Bu araştırmanın nitel aşamasında elde edilen temalardan ya da kategorilerden hareketle grupla psikolojik danışma oturumları planlanıp uygulamalar gerçekleştirebilir.
- Bu araştırmanın ikinci aşamasında geliştirilen ölçme aracı kullanılarak görüşme öncesinde bireylerin akran kıskançlığı düzeyinin saptanması sağlanabilir.
- Bu çalışmanın üçüncü aşamasında, genç yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin akran kıskançlığı yaşamasına neden olan faktörler ve akran kıskançlığı sonucunda neler yaşanabileceği ortaya konmuştur. Dolayısıyla, psikolojik danışma faaliyetlerinde uygulayıcılar bu araştırmada ortaya konan akran kıskançlığının dinamiklerini bilerek daha kolay müdahalelerde bulunabilir.

5.4.2. Araştırmacılara Öneriler

Aşağıda ruh sağlığı alanında çalışan araştırmacılara yönelik çeşitli önerilere yer verilmiştir:

- Bu araştırmanın birinci aşamasında, üniversite öğrencileriyle akran kıskançlığına ilişkin yapılan görüşmelerde üç kapsayıcı tema ortaya çıkmıştır. Bu temaların genç yetişkinlerin kişilerarası ilişkisine nasıl yön verdiğini saptamak için detaylı çalışmalar yapılabilir. Ayrıca, bu temalar ayrı ayrı ele alınarak daha sonraki çalışmalarda ayrıntılı değerlendirme gerçekleştirilebilir.
- Bu araştırmanın nitel aşamasında araştırma modeli olarak fenomenolojik desen belirlenmiştir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda farklı nitel araştırma desenleri kullanılarak akran kıskançlığı kavramı incelenebilir.
- Araştırmanın nitel aşamasında araştırmacı tarafından belirlenen ölçütler doğrultusunda gönüllü katılımcılar belirlenmiştir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda farklı ölçütler belirlenerek katılımcılar seçilebilir.
- Araştırmanın ikinci aşamasında, üniversite öğrencileri örnekleminde geliştirilen Akran Kıskançlığı Ölçeği için farklı örneklem gruplarında uyarlama çalışmaları yapılabilir. Ayrıca, farklı bilimsel araştırmalarda ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılması kıymetli olabilir.

- Araştırmanın nicel aşamalarında veriler gönüllü katılımcılardan toplanmış olsa da sosyal beğenirlik hatası oluşabilir. Bu durumun önüne geçmek için gelecek araştırmalarda ölçme araçlarının arasına Marlowe-Crowne Sosyal İstenirlik Ölçeği (Crowne ve Marlowe, 1964) eklenerek önlem alınabilir.
- Araştırmanın üçüncü aşamasında, akran kıskançlığının farklı değişkenlerle arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda farklı örneklem grubunda bu değişkenler kullanılarak araştırma yinelenebilir. Ayrıca, farklı değişkenler kullanılarak akran kıskançlığına dair ilişkiler incelenebilir.
- Bu araştırmanın üçüncü aşamasında kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Bu yüzden gelecek araştırmalarda daha sık ve daha uzun vadeli ölçümler alarak değişkenler arasındaki neden-sonuç ilişkisi daha net şekilde açıklanabilir.

KAYNAKÇA

Abdurrahimova, V. (2021). *25-30 yaş arası genç yetişkinlerde aile yılmazlık düzeyinin travmayla başa çıkma algısı ve sosyal-duygusal yalnızlıkla ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Üniversitesi.

Abraham, M. M. (2008). *Early adolescent friendship and self-esteem* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Kent State University.

Adams, J. S. (1963). Towards an understanding of inequity. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 67*(5), 422-436. https://doi.org/10.1037/h0040968

Adler, A. (2010). *İnsanı tanıma sanatı* (Çev. K. Şipal). Say Yayınları.

Afifi, W. A., & Reichert, T. (1996). Understanding the role of uncertainty in jealousy experience and expression. *Communication Reports, 9*(2), 93-103.

Akan, Y. (2019). Development of Friendly Jealousy Measurement: validity reliability study. *Journal of Social Sciences of Muş Alparslan University, 7*(5), 133-140. http://dx.doi.org/10.18506/anemon.506363

Akan, Y. (2020). Friendship jealousy and self-efficacy as predictors of self-esteem in adolescents: a research on secondary and high school students. *International Journal of Eurasian Education and Culture,* 5(10), 1213-1241.

Alpan, A. (1992). *Cumhuriyet Üniversitesi ve Erciyes Üniversitesi Fen ve Edebiyat Fakültesi öğrencilerinde çevreye ve üniversiteye uyum sorunları* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi.

American Psychological Association. (2015). *APA dictionary of psychology* (2. Baskı). American Psychological Association.

Andersen, P. A., Eloy, S. V., Guerrero, L. K., & Spitzberg, B. H. (1995). Romantic jealousy and relational satisfaction: a look at the impact of jealousy experience and expression. *Communication Reports, 8*(2), 77-85. https://doi.org/10.1080/08934219509367613

Anderson, R. E. (2002). Envy and jealousy. *American Journal of Psychotherapy, 56*(4), 455-479.

Armağan, A. (2014). Yalnızlık ve kişilerarası iletişim ilişkisi: Öğrenciler üzerinde bir araştırma. *Journal of International Social Research, 7*(30), 29-43.

Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science, 12*(3), 75-78. https://doi.org/10.1111/1467-8721.01233

Attridge, M. D. (2013). Jealousy and relationship closeness: exploring the good (reactive) and bad (suspicious) sides of romantic jealousy. *Sage Open, 3*(1), 1-16. https://doi.org10.1177/2158244013476054

Aune, K. S., & Comstock, J. (1991). Experience and expression of jealousy: comparison between friends and romantics. *Psychological Reports, 69*(1), 315-319. https://doi.org/10.2466/PR0.69.5.315-319

Avcu, A. (2021). *Test geliştirmede modern yaklaşımlar: R istatistik programı uygulamaları*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Bagwell, C. L., Bender, S. E., Andreassi, C. L., Kinoshita, T. L., Montarello, S. A., & Muller, J. G. (2005). Friendship quality and perceived relationship changes predict psychosocial adjustment in early adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships, 22*(2), 235-254. https://doi.org/10.1177/0265407505050945

Baker, F. B. (2001). *The basics of Item Response Theory* (2. Baskı). Erişim Adresi: http://eric.ed.gov/?id=ED458219

Baldwin, M. W., & Sinclair, L. (1996). Self-esteem and "if … then" contingencies of interpersonal acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*(6), 1130-1141. https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.6.1130

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W. H. Freeman & Company.

Bani-Melhem, S., Shamsudin, F. M., Abukhait, R., & Al-Hawari, M. A. (2023). Competitive psychological climate as a double-edged sword: a moderated mediation model of organization-based self-esteem, jealousy, and organizational citizenship behaviors. *Journal of Hospitality and Tourism Management, 54,* 139-151. https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2022.12.011

Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness around the world: age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences, 169*, 110066. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066

Bartoletti, B. B. (2006). *Effectiveness of Mruk's self-esteem change program on psychological and physiological measures of well-being* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Marywood University.

Baumeister, R., & Leary, M. (1995) The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*, 497-529. http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497

Baumeister, R. F., & Twenge, J. M. (2003). The social self. İçinde T. Millon & M. J. Lerner (Ed.), *Handbook of psychology: personality and social psychology, 5*, (s. 327-352). John Wiley & Sons, Inc. https://doi.org/10.1002/0471264385.wei0514

Baumgartner, H., & Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: a review. *International Journal of Research in Marketing, 13*(2), 139-161. https://doi.org/10.1016/0167-8116(95)00038-0

Bayar, A., & Koca, M. (2021). The perspectives of academicians on academic jealousy. *Shanlax International Journal of Education, 9*(4), 78-90. https://doi.org/10.34293/education.v9i4.4064

Beck, A. T., & Young, J. E. (1978). College blues. *Psychology Today*, *12*(4), 80.

Bevan, J. L., & Hale, J. L. (2006). Negative jealousy-related emotion rumination as consequences of romantic partner, cross-sex friend, and sibling jealousy expression. *Communication Studies, 57*(4), 363-379.

Blatt, S., & Zuroff, D. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review, 12*, 527562. https://doi.org/10.1016/0272-7358(92)90070-O

Blevis, M. (2010). *Jealousy: love is the most trapped* (Çev. I. Aydın & Ç. Bakırcıoğlu Arslan). Sel Yayıncılık.

Blomquist, K. P. (2014). *Jealousy in close relationships among emerging adults* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Duke University.

Boudreaux, F. L. (2013). *The I, the me, and the green-eyed monster: self-concept and its effect on jealous tendencies and communication style in romantic relationships* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. University of South Alabama.

Branden, N. (1994). *The six pillars of self-esteem*. Bantam Books.

Bringle, R. G. (1995). Sexual jealousy in the relationships of homosexual and heterosexual men: 1980 and 1992. *Personal Relationships, 2*, 313-325.

Bringle, R. G., & Buunk, B. (1985). Jealousy and social behavior. *Review of Personality and Social Psychology, 6*, 241-264.

Brody G. H. (1998). Sibling relationship quality: its causes and consequences. *Annual Review of Psychology, 49*, 1-24. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.49.1.1

Broemer, P., & Diehl. M. (2004). Romantic jealousy as a social comparison outcome: when similarity stings. *Journal of Experimental Social Psychology, 40*, 393-400.

Brooks, A. W., Huang, K., Abi-Esber, N., Buell, R. W., Huang, L., & Hall, B. (2019). Mitigating malicious envy: why successful individuals should reveal their failures. *Journal of Experimental Psychology: General, 148*(4), 667-687. https://doi.org/10.1037/xge0000538

Browne, M. W., MacCallum, R. C., Kim, C. T., Andersen, B. L., & Glaser, R. (2002). When fit indices and residuals are incompatible. *Psychological Methods, 7*, 403-421. https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.4.403

Buchholz, E. S., & Catton, R. (1999). Adolescents' perceptions of aloneness and loneliness. *Adolescence, 34*(133), 203-213

Bulut Genç, C., & Topkaya, N. (2019). Romantik ilişki yaşayan bireylerde çok boyutlu kıskançlık ile ilişkili değişkenler. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 20*(3), 1447-1483. https://doi.org/10.29299/kefad.2019.20.03.013

Burger, J. M. (2006). Kişilik (Çev, I. D. Sarıoğlu). Kaknüs Yayınları.

Burkett, B. N. (2009). *Friendship, jealousy, and the banker's paradox*. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 70(11-B), 7264.

Buss, D. M. (2000). *The dangerous passion: why jealousy is as necessary as love and sex*. Free Press.

Buss, D.M., & Abrams, M. (2017). Jealousy, infidelity, and the difficulty of diagnosing pathology: a CBT approach to coping with sexual betrayal and the green-eyed monster. İçinde Shackelford, T., & Zeigler-Hill, V. (Ed.), *The evolution of psychopathology. evolutionary psychology*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-60576-0_5

Buunk, B. P. (1997). Personality, birth order and attachment styles as related to various types of jealousy. *Personality and Individual Differences, 23*(6), 997-1006. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00136-0

Buunk, B. P., Angleitner, A., Oubaid, V., & Buss, D. M. (1996). Sex differences in jealousy in evolutionary and cultural perspective: tests from the Netherlands, Germany, and the United States. *Psychological Science, 7*(6), 359-363. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00389.x

Buunk, A. P., & Massar, K. (2022). Jealousy in close relationships from an evolutionary and cultural perspective: responding to real and feared rivals. İçinde J. Mogilsky & T. Shackelford (Ed.), *The Oxford handbook of evolutionary psychology and romantic relationships* (s. 233-259). Oxford University Press.

Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 32*(32), 470-483.

Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum* (22. Baskı). Pegem Akademi.

Büyükşahin Çevik, G., & Atıcı, M. (2009). Lise 3. sınıf öğrencilerinin benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6*(2), 339-352.

Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). The growing problem of loneliness. *Lancet, 391*(10119), 426. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)30142-9

Casper, D. M., & Card, N. A. (2010). "We were best friends, but...": two studies of antipathetic relationships emerging from broken friendships. *Journal of Adolescent Research, 25*(4), 499-526.

Cattell, R. B. (1966). The scree test for the number of factors. *Multivariate Behavioral Research, 1*(2), 245-276. https://doi.org/10.1207/s15327906mbr0102_10

Cavanaugh, J. C., & Blanchard-Fields, F. (2002). *Adult development and aging* (4. Baskı). Thomson Learning Inc.

Cayanus, J. L., & Booth Butterfield, M. (2004). Relationship orientation, jealousy, and equity: an examination of jealousy evoking and positive communicative responses. *Communication Quarterly, 52*, 237-250.

Cervone, D., & Pervin, L. A. (2016). *Kişilik psikolojisi: kuram ve araştırma*. (Çev. M. Baloğlu) (12. Baskı). Nobel Akademik Yayıncılık.

Chalmers, R. P. (2012). Mirt: a multidimensional Item Response Theory package for the R environment. *Journal of Statistical Software, 48*, 1-29. https://doi.org/10.18637/jss.v048.i06

Clanton, G. (2006). *Jealousy and envy. Handbook of the sociology of emotions*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-30715-2_19

Codina, N., & Freire, T. (2020). Imbalances in the study of the relationship between leisure and self-esteem: a systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(15), 5555. https://doi.org/10.3390/ijerph17155555

Coleman, J., & Hendry, L. (1990). *The nature of adolescence* (2. Baskı). Routledge.

Comrey, A. L., & Lee, H. (1992). *A first cours in factor analysis.* Lawrence Erlbaum Associates.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem.* W. H. Freeman & Company.

Costa, A. L., Sophia, E. C., Sanches, C., Tavares, H., & Zilberman, M. L. (2015). Pathological jealousy: romantic relationship characteristics, emotional and personality aspects, and social adjustment. *Journal of Affective Disorders, 174*, 38-44. https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.11.017

Costello, A. B., & Osborne, J. W. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research & Evaluation, 10*, 1-9.

Cramer, R. E., Abraham, W. T., Johnson, L. M., & Manning Ryan, B. (2001). Gender differences in subjective distress to emotional and sexual infidelity: evolutionary or logical inference explanation? *Current Psychology, 20*(4), 211-220.

Creswell, J. W. (2019). *Eğitim araştırmaları: Nicel ve nitel araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve değerlendirilmesi* (Çev. Ed. H. Ekşi). (2. Baskı). EDAM.

Creswell, J. W., & Plano-Clark, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research*. Sage.

Crowne, D. P., & Marlowe, D. (1964). The approval motive: studies in evaluative dependence. Wiley.

Crusius, J., & Lange, J. (2021). Counterfactual thoughts distinguish benign and malicious envy. *Emotion, 21*(5), 905-920. https://doi.org/10.1037/emo0000923

Culotta, C. M., & Goldstein, S. E. (2008). Adolescents' aggressive and prosocial behavior: associations with jealousy and social anxiety. *The Journal of Genetic Psychology, 169*(1), 21-33. https://doi.org/10.3200/GNTP.169.1.21-33

Çapık, C. (2014). Geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında doğrulayıcı faktör analizinin kullanımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 17*(3), 196-205.

Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 6*(3) , 415-431.

Çırpan, Y., & Özdoğru, A. A. (2017). Turkish adaptation of BeMaS Benign and Malicious Envy Scale: transliteral equivalence, reliability and validity study. *Anatolian Journal of Psychiatry, 18*(6), 577-585. https://doi.org/10.5455/apd.256664

Dambrun, M. (2017). Self-centeredness and selflessness: happiness correlates and mediating psychological processes. *Peer Journal, 5*, e3306. https://doi.org/10.7717/peerj.3306

Dambrun, M., & Ricard, M. (2011). Self-centeredness and selflessness: a theory of self-based psychological functioning and its consequences for happiness. *Review of General Psychology, 15,* 138-157. https://doi.org/10.1037/a0023059

Danış, M. Z. (2009). Türkiye'de yaşlı nüfusun yalnızlık ve yoksulluk durumları ve sosyal hizmet uygulamaları açısından bazı çıkarımlar. *Toplum ve Sosyal Hizmet, 20*(1), 67-83.

de Jong Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews In Clinical Gerontology, 8*, 73- 80.

Deliveli, K. (2013). Female managers victims of mobbing in universities. *Journal of Social Sciences and Humanities, 5*(1), 341-352.

Delle Fave, A., Brdar, I., Wissing, M. P., Araujo, U., Castro Solano, A., Freire, T., Hernández-Pozo, M.delR., Jose, P., Martos, T., Nafstad, H. E., Nakamura, J., Singh, K., & Soosai-Nathan, L. (2016). Lay definitions of happiness across nations: the primacy of inner harmony and relational connectedness. *Frontiers in Psychology, 7*, 30. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00030

Demirci, İ., Ekşi, H., & Ekşi, F. (2019). Narcissism, life satisfaction, and harmony: the mediating role of self-esteem and self-compassion. *Eurasian Journal of Educational Research, 84*, 159-176. https://doi.org/10.14689/ejer.2019.84.8

Demirci, İ. (2022). Family harmony and flourishing in Turkey: The roles of interdependent happiness and harmony in life. *Journal of Happiness Study, 23*, 985-1005. https://doi.org/10.1007/s10902-021-00437-7

Demirtaş, H. A., & Dönmez, A. (2006). Jealousy in close relationships: personal, relational and situational variables. *Turkish Journal of Psychiatry, 17*(3), 181-191.

Demirtaş-Madran, H. A. (2008). Sex differences in sexual versus emotional jealousy: evolutionary approach and recent discussions. *Turkish Journal of Psychiatry, 19*(3), 300-309.

Deng, L., & Chan, W. (2017). Testing the difference between reliability coefficients alpha and omega. *Educational and Psychological Measurement, 77*(2), 185-203. https://doi.org/10.1177/0013164416658325

Deniz, M., Hamarta, E., & Arı, R. (2005). An investigation of social skills and loneliness levels of university students with respect to their attachment styles in a sample of Turkish students. *Social Behavior and Personality: an International Journal, 33*(1), 19-32.

Deniz, M. E., Uzun, A. E., & Uzun, G. (2022). Explanation of self-respect and emotional autonomy in adolescents loneliness. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Education Faculty, 61*, 209-228.

DeSteno, D. A., & Salovey, P. (1996). Evolutionary origins of sex differences in jealousy? questioning the "fitness" of the model. *Psychological Science, 7*(6), 367-372. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1996.tb00391.x

Deutsch, M. (2006). Introduction. İçinde Deutsch, M., Coleman, P. T., & Marcus, E. C. (Ed.), *The handbook of conflict resolution: theory & practice*. Jossey-Bass.

Deutz, M. H. F., Lansu T. A. M., Cillessen A. H. N. (2014). Children's observed interactions with best friends: associations with friendship jealousy and satisfaction. *Social Development, 24*, 39-56.

DeVellis, R. (2014). *Ölçek geliştirme. Kuram ve uygulamalar* (Çev. Ed. T. Totan). Nobel Akademik Yayıncılık.

Di Giuseppe, R., Doyle, K. A., Dryden, W., & Backx, W. (2014). *A Practioner's guide to rational emotive behavior therapy*. Oxford University Press.

Digman, J. M. (1990). Personality structure: emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology, 41*, 417-440. https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221

Dijkstra, P., & Buunk, B. P. (2002). Sex differences in the jealousy-evoking effect of rival characteristics. *European Journal of Social Psychology, 32*(6), 829-852. https://doi.org/10.1002/ejsp.125

Dijkstra, P., Barelds, D. P. H., & Groothof, A. K. (2010). An inventory and update of jealousy-evoking partner behaviours in modern society. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 17,* 329-345.

Dillon, L. (2013). Functional aspects of jealousy across the lifespan. *Human Ethology Bulletin, 28*(2), 13-26.

DiTommaso, E., & Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: a re-examination of weiss' typology of loneliness. *Personality and Individual Differences, 22*(3), 417-427. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00204-8

Doğan, T. (2011). Two-Dimensional Self-Esteem: adaptation of the Self-Liking/Self-Competence Scale into Turkish, a validity and reliability study. *Education and Science, 36*(162), 126-137.

Doğan, T., Çötok, N. A., & Tekin, E. G. (2011). Reliability and validity of the Turkish version of the UCLA Loneliness Scale (ULS-8) among university students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences, 15*, 2058-2062. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.053

Doğan, K., & Vecchio, R., P. (2001). Managing envy and jealousy in the workplace. *Compensation & Benefits Review, 33*(2), 57-64.

Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *Psychological Science, 16*, 328-335. http://dx.doi.org/10.1111/j.0956-7976.2005.01535.x

Dryden, W. (2009). *Overcome jealousy* (Çev. Z. Babayiğit). HYB Basım Yayın.

Duchesne, A. P., Dion, J., Lalande, D., Bégin, C., Émond, C., Lalande, G., & McDuff, P. (2017). Body dissatisfaction and psychological distress in adolescents: is self-esteem a mediator? *Journal of Health Psychology, 22*(12), 1563-1569.

Durmuş, İ. (2021). *Kurum yöneticilerinin etik liderlik davranışları ile çalışanların kuruma ve yöneticilerine olan sadakatlerinin imrenme ve kıskançlık davranışları moderatörlüğünde akademik başarı çabaları üzerindeki olası etkilerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Gümüşhane Üniversitesi.

Duy, B. (2003). *Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın yalnızlık ve fonksiyonel olmayan tutumlar üzerine etkisi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Easton, J. A., Schipper, L. D., & Shackelford, T. K. (2007). Morbid jealousy from an evolutionary psychological perspective. *Evolution and Human Behavior, 28*(6), 399-402. https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2007.05.005

Ebrahimi, N., Parker, J. G., Lavallee, K., & Seiffke-Krenke, I. (2005). *Adolescent self esteem and jealousy's reciprocal relations over time.* Paper presented at the biennial meeting of the Society for Research in Child Development, Atlanta.

Edalati, A., & Redzuan, M. R. (2010). Perception of women towards family values and their marital satisfaction. *Journal of American Science, 6*(4), 132-137.

Ellis, C., & Weinstein, E. (1986). Jealousy and the social psychology of emotional experience. *Journal of Social and Personal Relationships, 3*, 337-357.

Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company.

Ernst, M., Niederer, D., Werner, A. M., Czaja, S. J., Mikton, C., Ong, A. D., Rosen, T., Brähler, E., & Beutel, M. E. (2022). Loneliness before and during the COVID-19 pandemic: a systematic review with meta-analysis. *The American Psychologist, 77*(5), 660-677. https://doi.org/10.1037/amp0001005

Erzen, E., & Özabacı, N. (2023). Effects of personality traits, social support and self-efficacy on predicting university adjustment. *Journal of Education, 203*(2), 353-366. https://doi.org/10.1177/00220574211025059

Epstein, S. (1985). The implications of cognitive-experiential self-theory for research in social psychology and personality. *Journal for the Theory of Social Behaviour, 15*, 283-310.

Erginoğlu E. S. (2015). *Valuation of sibling relations, mother-father attitudes, behavioral and adaptation problems regarding several variables* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara University.

Feather, N. T. (1994). Attitudes toward high achievers and reaction to their fall: theory and research concerning tall poppies. İçinde M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (s. 1–73). Academic Press. https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60151-3

Feist, J., & Feist, G. J. (2006). *Theories of personality* (6. Baskı). McGraw Hill.

Fennell, M. (1997). Low self-esteem: a cognitive perspective. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 25*, 1-26. https://doi.org/10.1017/S1352465800015368

Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS* (3. Baskı). Sage.

Freud, S. (1998). Some neurotic mechanisms in jealousy, paranoia, and homosexuality. İçinde N. Burke (Ed.), *Gender and envy* (s. 213-220). Routledge.

Garcia, D., Al Nima, A., & Kjell, O. N. (2014). The affective profiles, psychological well-being, and harmony: environmental mastery and self-acceptance predict the sense of a harmonious life. *Peer Journal, 2*, e259. https://doi.org/10.7717/peerj.259

Garland, J. (2001). *Problems of life: loneliness*. Norwood.

Gatzeva, M., & Paik, A. (2011). Emotional and physical satisfaction in noncohabiting, cohabiting and marital relationships: the importance of jealous conflict. *Journal of Sex Research, 48*, 29-42. https://doi.org10.1080/00224490903370602

Gecas, V. (1982). The self-concept. *Annual Review of Sociology, 8*, 1-33.

Geçtan, E. (2006). *Psikanaliz ve sonrası*. Metis Yayınları.

Gerçek, E. (2010). *Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik benlik saygısı ve duygusal zekâ yetenekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Gerrig, R. J., & Zimbardo, P. G. (2012). *Psikoloji ve yaşam* (Çev. G. Sart). Nobel Akademik Yayıncılık.

Giannakaki, M. S. (2005). Using mixed-methods to examine teachers' attitudes to educational change: the case of the skills for life strategy for improving adult literacy and numeracy skills in England. *Educational Research and Evaluation, 11*(4), 323-348.

Girgin, B. (2018). *Çatalca'da yaşayan evli bireylerin bağlanma stilleri, romantik kıskançlık düzeyi ve evlilik doyumu arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Aydın Üniversitesi.

Glesne, C. (2015). *Becoming qualitative researchers: an introduction* (2. Baskı). Longman.

Goleman, D., Boyatsız, R., & McKee, A. (2006). *Yeni liderler* (Çev. F. Nayır Osman & D. Tekin). Varlık Yayınları.

Goswick, R. A., & Jones, W. H. (1981). Loneliness, self-concept, and adjustment. *The Journal of Psychology, 107*(2), 237-240. https://doi.org/10.1080/00223980.1981.9915228

Goyal, T. (2014). Globalization and gender-based violence: case of acid attacks on Indian women. *Journal of Politics & Governance, 3*(1), 121-130.

Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1985). The effect of an overheard ethnic slur on evaluations of the target: how to spread a social disease. *Journal of Experimental Social Psychology, 21*(1), 61-72. https://doi.org/10.1016/0022-1031(85)90006-X

Groenewald, T. (2004). A phenomenological research design illustrated. *International Journal of Qualitative Methods, 3*, 1-26.

Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1982). Epistemological and methodological bases of naturalistic inquiry. *Educational Communication and Technology Journal, 30*(4), 233-252. https://doi.org/10.1007/BF02765185

Guerrero, L. K. (1998). Attachment-style differences in the experience and expression of romantic jealousy. *Personal Relationships, 5*(3), 273-291. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00172.x

Guerrero, L., Anderson, P., & Afifi, W. (2007). *Close encounters: communication in relationships.* Sage.

Guerrero, L. K., Hannawa, A. F., & Babin, E. A. (2011). The communicative responses to jealousy scale: revision, empirical validation, and associations with relational satisfaction. *Communication Methods and Measures, 5*(3), 223-249. https://doi.org/10.1080/19312458.2011.596993

Guerrero, L. K., Trost, M. R., & Yoshimura, S. M. (2005). Romantic Jealousy: emotions and communicative responses. *Personal Relationships, 12*, 233-252. https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00113.x

Guindon, M. H. (2002). Toward account ability in the use of the self-esteem construct. *Journal of Counseling and Development, 80*, 204-214.

Guindon, M. H. (2010). *Self-esteem across the life span: issues and interventions*. Taylor and Francis.

Güngör-Houser, A. (2009). *Evli bireylerin sahip oldukları iletişim çatışması türü, romantik kıskançlık ve duygusal zekâ düzeylerinin evlilik doyumları üzerine etkisi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Hair Jr., J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: a global perspective* (7. Baskı). Pearson.

Hambleton, R. K., Swaminathan, H., & Rogers, H. J. (1991). *Fundamentals of Item Response Theory*. Sage.

Harmon Jones, E., Peterson, C. K., & Harris, C. R. (2009). Jealousy: novel methods and neural correlates. *Emotion, 9*(1), 113-117. https://doi.org/10.1037/a0014117

Harris, R. (2009). ACT made simple: an easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy. New Harbinger Publications.

Harris, C. R., & Darby, R. S. (2010). Jealousy in adulthood. İçinde S. Hart, M. Legerstee (Ed.) *Handbook of jealousy: theory, research, and multidisciplinary approaches* (s. 547-571). Wiley.

Hasırcı, I., Örücü, E., & Kurt, P. (2023). Benlik saygısı, yalnızlık ve problemli internet kullanımı ilişkisi: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Akademik*

Hassasiyetler, 10(21), 116-142. https://doi.org/10.58884/akademik-hassasiyetler.1219694

Hattie, J. (2014). *Self-concept*. Psychology Press.

Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: a regression-based approach*. The Guilford Press.

Hayes, A. F., & Coutts, J. J. (2020). Use omega rather than Cronbach's alpha for estimating reliability. But ... *Communication Methods and Measures, 14*, 1-24. https://doi/10.1080/19312458.2020.1718629

Hayes, A. F., & Preacher, K. J. (2014). Statistical mediation analysis with a multicategorical independent variable. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology, 67*, 451-470. https://doi.org/10.1111/bmsp.12028

Hays, R. D., & DiMatteo, M. R. (1987). A short-form measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment, 51*(1), 69-81. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5101_6

Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: a literature review. *Clinical Psychology Review, 26*(6), 695-718. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002

Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological Review, 94*, 319. https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319

Hill, S. E., & Buss, D. M. (2008). The evolutionary psychology of envy. İçinde R. H. Smith (Ed.), *Envy: theory and research* (s. 60-70). Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195327953.003.0004

Hofstede, G., Hofstede, G. J., & Minkov, M. (2005). *Cultures and organizations: software of the mind.* Mcgraw-hill.

Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods, 6*(1), 53-60. https://doi.org/10.21427/D7CF7R

Humayon, Z., & Shoaib, S. (2019). Relationship of competitiveness, jealousy, disgust and envy among medical students. *Bahria University Journal of Humanities Social Sciences, 2*(2), 79-101.

Hupka, R.B. (1981). Cultural determinants of jealousy. *Journal of Family and Economic Issues, 4*, 310-356. https://doi.org/10.1007/BF01257943

Ingram, A. (2018). *She likes her, she likes her not?" How perceptions of closeness between best friends and rivals influence adolescents' friendship jealousy* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. The University of Alabama.

İmamoğlu, A., & Çelik, Y. (2009). A psychological approach to religiosity-jealousy relationship in marriage life. *Religious Studies, 12*(35), 7-29.

Jacobsen, M. H., & Glavind-Bo, I. (2023). *Exploring emotions in social life*. Routledge.

Johnson, R. B., & Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed methods research: a research paradigm whose time has come. *Educational Researcher, 33*, 14-26. http://dx.doi.org/10.3102/0013189X033007014

Johnson Laird, P. N., & Oatley, K. (2008). Emotions, music and literature. İçinde Lewis, M., Haviland-Jones, J., & Feldman-Barrett, L. F. (Ed.). *Handbook of emotions*. Guilford Press.

Jones, W. H., & Hebb, L. (2003). The experience of loneliness: objective and subjective factors. *The International Scope Review, 5*(9), 41-68.

Jones, W., & Moore, T. (1987). Loneliness and social support. *Journal of Social Behavior and Personality, 2*, 145-156.

Jung, C. G. (2001). *Anılar, düşler, düşünceler* (Çev. İ. Kantemir). Can Yayınları.

Kadıoğlu, F. (2014). *Psikolojik danışmanların (rehber öğretmenlerin) mesleki doyum ile kendine saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.

Kafetsios, K., & Sideridis, G. D. (2006). Attachment, social support and well-being in young and older adults. *Journal of Health Psychology, 11*(6), 863-875. https://doi.org/10.1177/1359105306069084

Kanning, U. P., & Hill, A. (2012). Organization-based self-esteem scale adaptation in an international context. *Journal of Business and Psychology, 3*(1), 13-21.

Kaplan, M. S. (2011). *Öğretmenlerin iş yerinde yalnızlık duygularının okullardaki örgütsel güven düzeyi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi.

Karaduman, M. (2013). *İş yaşamında yalnızlık algısının örgütsel vatandaşlık davranışı ile ilişkisi ve öğretmenler üzerinde bir uygulama* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.

Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review, 30*(7), 865-878. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001

Kavanagh, P. S., & Scrutton, H. E. (2015). Self-esteem. İçinde V. Zeigler-Hill, L. L. M. Welling, & T. K. Shackelford (Ed.), *Evolutionary perspectives on social psychology* (s. 127-136). Springer.

Kavikondala, S., Stewart, S. M., Ni, M. Y., Chan, B. H., Lee, P. H., Li, K. K., McDowell, I., Johnston, J. M., Chan, S. S., Lam, T. H., Lam, W. W., Fielding, R., & Leung, G. M. (2016). Structure and validity of Family Harmony Scale: an instrument for measuring harmony. *Psychological Assessment, 28*(3), 307-318. https://doi.org/10.1037/pas0000131

Kaynak, D., Irgıt, Y., & Çakmak, S. (2022). Ergenlik dönemindeki kız çocuklarında benlik saygısı ve yordayıcılarının kültürle ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 14*(3), 358-370. https://doi.org/10.18863/pgy.1009942

Kenrick, D. T., & Trost, M. R. (1997). Evolutionary approaches to relationships. İçinde S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: theory, research and interventions* (s. 151-177). John Wiley & Sons, Inc.

Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry, 14*(1), 1-26. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1401_01

Kızıldağ Şahin, S., & Yerlikaya, İ. (2020). Emotional jealousy in close relationships: irrational beliefs and social self-efficacy expectation. *Sakarya University Journal of Education Faculty, 20*(2), 194-204.

Kilbourne, B. (2014). *Utanç ve haset, görünüm kaygısı ve kem göz*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Killeen, C. (1998). Loneliness: an epidemic in modern society. *Journal of Advanced Nursing, 28*, 762-770.

Kim, H. (2018). *Personal and contextual factors in young adolescent friendship jealousy: the role of self-esteem and friendship network structure* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. The University of Alabama.

Kim, H.-J., & Hupka, R. B. (2002). Comparison of associative meaning of the concepts of anger, envy, fear, romantic jealousy, and sadness between English and Korean. *Cross-Cultural Research: The Journal of Comparative Social Science, 36*(3), 229-255. https://doi.org/10.1177/10697102036003003

Kim, H., Parker, J. G., & Walker-Marciano, A. R. (2017). Interplay of self-esteem, emotion regulation, and parenting in young adolescents' friendship jealousy. *Journal of Applied Developmental Psychology, 52*, 170-180. https://doi.org/10.1016/j.appdev.2017.06.007

Kingham, M., & Gordon, H. (2004). Aspects of morbid jealousy. *Advances in Psychiatric Treatment, 10*, 207-215. http://dx.doi.org/10.1192/apt.10.3.207

Kjell, O. N., E., & Daukantaitė, D., Hefferon, K., & Sikström, S. (2016). The Harmony in Life Scale complements the Satisfaction with Life Scale: expanding the conceptualization of the cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research, 126*(2), 893-919. https://doi.org/10.1007/s11205-015-0903-z

Kjell, O. N. E., & Diener, E. (2021). Abbreviated three-item versions of the Satisfaction with Life Scale and the Harmony in Life Scale yield as strong psychometric properties as

the original scales. *Journal of Personality Assessment, 103*(2), 183-194. https://doi.org/10.1080/00223891.2020.1737093

Kjell, O. N. E., Hefferon, K., Garcia, D., & Sikström, S. (2013). *Enhancing environmental and social sustainability: attuned with life scale as a complement to satisfaction with life.* Third world congress on positive psychology. Los Angeles.

Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford Press.

Klein, M. (2014). *Haset ve şükran* (Çev. O. Koçak ve Y. Erten). Metis Yayınları.

Knapp, M. L., & Vangelisti, A. L. (1992). *Interpersonal communication and human relationships*. Allyn & Bacon.

Kochel K. P., Miller C. F., Updegraff K. A., Ladd G. W., & Kochenderfer-Ladd B. (2012). Associations between fifth graders' gender atypical problem behavior and peer relationships: a short-term longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence, 41*, 1022-1034.

Koçak, R. (2003). *Duygusal ifade eğitimi programının üniversite öğrencilerinin aleksitimi ve yalnızlık düzeylerine etkisi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Kokkinos, C. M., Kountouraki, M., Voulgaridou, I., & Markos, A. (2020). Understanding the association between Big Five and relational aggression: the mediating role of social goals and friendship jealousy. *Personality and Individual Differences, 160,* 109946. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109946

Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Mersin Üniversitesi.

Körler, Y. (2011). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Anadolu Üniversitesi.

Kraft, C., & Mayeux, L. (2018). Associations among friendship jealousy, peer status, and relational aggression in early adolescence. *The Journal of Early Adolescence, 38*(3), 385-407. https://doi.org/10.1177/0272431616670992

Krammer, I., Schrank, B., Pollak, I., Stiehl, K. A. M., Nater, U. M., & Woodcock, K. A. (2023). Early adolescents' perspectives on factors that facilitate and hinder friendship development with peers at the time of school transition. *Journal of School Psychology, 98*, 113-132. https://doi.org/10.1016/j.jsp.2023.03.001

Krause, H.-V., Baum, K., Baumann, A., & Krasnova, H. (2019). Unifying the detrimental and beneficial effects of social network site use on self-esteem: a systematic literature review. *Media Psychology*, 1-38.

Krems, J. A., Williams, K. E. G., Merrie, L. A., Kenrick, D. T., & Aktipis, A. (2022). Sex (similarities and) differences in friendship jealousy. *Evolution and Human Behavior*, 1-10. Advance online publication. https://doi.org/10.31234/osf.io/gfpd8

Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik psikolojisi.* Remzi Kitabevi.

Langdridge, D. (2007). *Phenomenological psychology: theory, research and method*. Pearson Prentice Hall.

Lange, J., & Crusius, J. (2015). Dispositional envy revisited: unraveling the motivational dynamics of benign and malicious envy. *Personality & Social Psychology Bulletin, 41*(2), 284-294. https://doi.org/10.1177/0146167214564959

Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist, 55*(1), 170-183.

Lavallee, K. L., & Parker, J. G. (2009). The role of inflexible friendship beliefs, rumination, and low self-worth in early adolescents' friendship jealousy and adjustment. *Journal of Abnormal Child Psychology, 37*(6), 873-885. https://doi.org/10.1007/s10802-009-9317-1

Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.

Leary, M. R. (1990). Responses to social exclusion: social anxiety, jealousy, loneliness, depression and low self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9*, 221-229. http://dx.doi.org/10.1521/jscp.1990.9.2.221

Leary, M. R. (1999). Making sense of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science, 8*(1), 32-35.

Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: sociometer theory. İçinde M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (s. 1-62). Academic Press.

Lee, C. M., Cadigan, J. M., & Rhew, I. C. (2020). Increases in loneliness among young adults during the COVID-19 pandemic and association with increases in mental health problems. *The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine, 67*(5), 714-717. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.08.009

Leech, N. L., & Onwuegbuzie, A. J. (2009). A typology of mixed methods research designs. *Quality & Quantity: International Journal of Methodology, 43*(2), 265-275. https://doi.org/10.1007/s11135-007-9105-3

Lennarz, H. K., Lichtwarck-Aschoff, A., Finkenauer, C., & Granic, I. (2017). Jealousy in adolescents' daily lives: how does it relate to interpersonal context and well-being? *Journal of Adolescence, 54*, 18-31. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.09.008

Li, C. (2008). The philosophy of harmony in classical confucianism. *Philosophy Compass, 3*(3), 423-435. http://dx.doi.org/10.1111/j.1747-9991.2008.00141.x

Lin, S., Liu, D., Niu, G., & Longobardi, C. (2022). Active social network sites use and loneliness: the mediating role of social support and self-esteem. *Current Psychology, 41*, 1279-1286. https://doi.org/10.1007/s12144-020-00658-8

Lodico, M., Spaulding, D., & Voegtle, K. (2010). *Methods in educational research: from theory to practice.* John Wiley & Sons.

MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., & Williams, J. (2004). Confidence limits for the indirect effect: distribution of the product and resampling methods. *Multivariate Behavioral Research, 39*(1), 99-128. https://doi.org/10.1207/s15327906mbr3901_4

Malkoç, A., & Erginsoy, D. (2008). Competitive attitude, cognitive distirtions and multi dimensional jealousy. *Studies in Psychology, 28,* 1-14.

Manning, M. L. (2002). Havighurst's developmental tasks, young adolescents, and diversity. *The Clearing House, 76*(2), 75-77.

Marks, J., de la Haye, K., Barnett, L. M., & Allender, S. (2015). Friendship network characteristics are associated with physical activity and sedentary behavior in early adolescence. *PLoS ONE*, 10. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0145344

Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review, 98*, 224-253. https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224

Martínez-León, N. C., Peña, J. J., Salazar, H., García, A., & Sierra, J. C. (2017). A systematic review of romantic jealousy in relationships. *Terapia Psicológica, 35*(2), 203-212.

Masciuch, S., & Kienapple, K. (1993). The emergence of jealousy in children 4 months to 7 years of age. *Journal of Social and Personal Relationships, 10*(3), 421-435. https://doi.org/10.1177/0265407593103008

Mathes, E. W. (1992). *Jealousy: the psychological data*. University Press of America.

McCrea, R. R., & Costa, P. T. (1999). A Five-Factor Theory of personality (Ed. L. A. Pervin & O. P. John), *Handbook of personality: theory and research.* Guilford Press.

McGartland, R. D., Berg-Weger, M., Tebb, S.S., Lee, E.S., & Rauch, S. (2003). Objectifying content validity: conducting a content validity study in social work research. *Social Work Research, 27*(2), 94-104. https://doi.org/10.1093/swr/27.2.94

McWhirter, B. T. (1990). Loneliness: a review of current literature with implications for counseling and research. *Journal of Counseling and Development, 68*(4), 417-422. http://dx.doi.org/10.1002/j.1556-6676.1990.tb02521.x

Mead, M. (1977). Jealousy: primitive and civilized. İçinde G. Clanton, & L. G. Smith (Ed.), *Jealousy*. Prentice Hall.

Merriam, S. B. (2009). *Qualitative research: a guide to design and implementation*. Jossey-Bass.

Mertens, D. M. (2010). Transformative mixed methods research. *Qualitative Inquiry, 16*(6), 469-474. https://doi.org/10.1177/1077800410364612

Miceli, M., & Castelfranchi, C. (2007). The envious mind. *Cognition and Emotion, 21*(3), 449-479. https://doi.org/10.1080/02699930600814735

Michela, J. L., Peplau, L. A., & Weeks, D. G. (1982). Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology, 43*, 929-936.

Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2016). *Nitel veri analizi* (2. Baskı). (Çev. S. Akbaba Altun & A. Ersoy). Pegem Akademi.

Miller, A. L., Volling, B. L., & McElwain, N. L. (2000). Sibling jealousy in a triadic context with mothers and fathers. *Social Development, 9*(4), 433-457. https://doi.org/10.1111/1467-9507.00137

Morling, B., & Evered, S. (2006). Secondary control reviewed and defined. *Psychological Bulletin, 132*, 269-296. https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.2.269

Moustakas, C. E. (1994). *Phenomenological research methods*. Sage.

Moustakas, C E. (2016/1961). *Loneliness*. Prentice-Hall.

Mruk, C. (1999). *Self-esteem research, theory and practice*. Free Association Books.

Murdock, N. L. (2013). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları olgu sunumu yaklaşımıyla* (Çev. F. Akkoyun) (2. Baskı). Nobel Akademik Yayıncılık.

Mylecraine, V. (2012). *The role of perceived family conflict in adolescent friendship jealousy and romantic attachment* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Alliant International University.

Navaro L. (2011). *Haset ve rekabet*. Remzi Kitabevi.

Neal, A. M., & Lemay, E. P., Jr. (2014). How partners' temptation leads to their heightened commitment: the interpersonal regulation of infidelity threats. *Journal of Social and Personal Relationships, 31*(7), 938-957. https://doi.org/10.1177/0265407513512745

Newall, N. E. (2010). *Predictors and consequences of loneliness in older adults and the power of positive emotions* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. University of Manitoba.

Nisbett, R. E. (2003). *The geography of thought: how Asians and Westerners think differently and why.* Oxford University Press.

Norušis, M. J. (2005). *SPSS guide to data analysis.* Prentice Hall.

Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). The assessment of reliability. *Psychometric Theory, 3*, 248-292.

Olsen, S. O., Khoi, N. H., & Tuu, H. H. (2022). The "well-being" and "ill-being" of online impulsive and compulsive buying on life satisfaction: the role of self-esteem and harmony in life. *Journal of Macromarketing, 42*(1), 128-145. https://doi.org/10.1177/02761467211048751

O'Mealey, M. (2021). *Friendship dissolutions and relational aggression ın adolescence and emerging adulthood: the mediating role of friendship jealousy* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. University of Oklahoma.

Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 102*(6), 1271-1288. https://doi.org/10.1037/a0025558

Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science, 23*(5), 381-387.

Otrar, M. (2006). *Öğrenme stilleri ile yetenekler, akademik başarı ve ÖSS başarısı arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Marmara Üniversitesi.

Oyserman, D., & Lee, S. W. (2008). Does culture influence what and how we think? Effects of priming individualism and collectivism. *Psychological Bulletin, 134*(2), 311-342. https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.2.311

Özdemir, S. (2018). *Akademik örgütlerde kıskançlık üzerine fenomenolojik bir çalışma* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Süleyman Demirel Üniversitesi.

Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., & Oğuzhanoğlu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 3*(3), 155-161.

Özdemir, S. (2021). The phenomenon of jealousy and its reflection on academic organizations. *Süleyman Demirel University Visionary Journal, 12*(30), 652-676. https://doi.org/10.21076/vizyoner.806859

Özkoç, A. G., & Çalışkan, N. (2015). The impact of organisational envy on organisational climate created among employees: an application in accommodation enterprises. *International Journal of Business and Management, 10*(1), 40-49. https://doi.org/10.5539/ijbm.v10n1p40

Park, C., Majeed, A., Gill, H., Tamura, J., Ho, R. C., Mansur, R. B., Nasri, F., Lee, Y., Rosenblat, J. D., Wong, E., & McIntyre, R. S. (2020). The effect of loneliness on distinct health outcomes: a comprehensive review and meta-analysis. *Psychiatry Research, 294*, 113514. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113514

Parker, J. G., Kruse, S. A., & Aikins, J. W. (2010). When friends have other friends: Friendship jealousy in childhood and early adolescence. İçinde S. L. Hart, & M. Legerstee (Ed.), *Handbook of jealousy: theory, research, and multidisciplinary approaches* (s. 516-546). Wiley-Blackwell.

Parker, J. G., Low, C. M., Walker, A. R., & Gamm, B. K. (2005). Friendship jealousy in young adolescents: individual differences and links to sex, self-esteem, aggression, and social adjustment. *Developmental Psychology, 41*(1), 235-250. https://doi.org/10.1037/0012-1649.41.1.235

Parker, J. G., Nielsen, B. L., & McDonald, K. L. (2016). Sources and implications of maternal accuracy about young adolescents' vulnerability to friendship jealousy. *Journal of Adolescent Research, 26*, 364-379.

Parrott, W. G. (1991). The emotional experience of envy and jealousy. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (pp. 3-30). Guilford Press.

Parrott, W. G., & Smith, R. H. (1993). Distinguishing the experiences of envy and jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*(6), 906-920. https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.6.906

Paula, K. (2011). Yalnızlık hissi: Teorik yaklaşımlar (Çev. S. Zengin & M. Kızılgeçit). *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi, 11*(3), 217-229.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. İçinde L. A. Peplau & D. Perlman (Ed.), *Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy* (s. 1-18). John Wiley & Sons.

Pett, M., Lackey, N., & Sullivan, J. (2003). *Making sense of factor analysis.* Sage.

Peterson, A. P. (2015). *Psychometric evaluation of the Brief Adjustment Scale-6 (BASE-6): a new measure of general psychological adjustment* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. University of Washington.

Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. (1989). Multidimensional jealousy. *Journal of Social and Personal Relationships, 6*(2), 181-196. https://doi.org/10.1177/026540758900600203

Pierce, J. L., & Gardner, D. G. (2004). Self-esteem within the work and organizational context: a review of the organization-based self-esteem literature. *Journal of Management, 30,* 591-622.

Pines, A. (1998). *Romantic jealousy: causes, symptoms, cures*. Routledge.

Pines, A. M. (2003). *Aşk ve kıskançlık* (Çev. C. Yonsel). Okyanus Yayınları.

Pines, A. M., & Friedman, A. (1998). Gender differences in romantic jealousy. *The Journal of Social Psychology, 138*(1), 54-71. https://doi.org/10.1080/00224549809600353

Pinquart, M., & Sörensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: a meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology, 23*(4), 245-266. https://doi.org/10.1207/153248301753225702

Pişkin, M. (2003). Özsaygı geliştirme eğitimi. İçinde Y. Kuzgun (Ed.), *İlköğretimde rehberlik içinde* (s. 95-123). Nobel Akademik Yayıncılık.

Plano Clark, V. L., & Ivankova, N. V. (2016). *Mixed methods research: a guide to the field.* Sage.

Plummer, D. (2011). *Benlik saygısı: Çocuklarda nasıl geliştirilir?* Sistem Yayıncılık.

Polkinghorne, D. E. (1989). Phenomenological research methods. İçinde R. S. Valle & S. Halling (Ed.), *Existential-phenomenological perspectives in psychology: exploring the breadth of human experience* (s. 41-60). Plenum Press.

Power, M., & Dalgleish, T. (2008). *Cognition and emotion: from order to disorder* (2. Baskı). Psychology Press.

Pratt, S., & George, R. (2005). Transferring friendship: girls' and boys' friendships in the transition from primary to secondary school. *Children & Society, 19*(1), 16-26. https://doi.org/10.1002/chi.830

Pronk, R. E., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2010). It's "mean," but what does it mean to adolescents? Relational aggression described by victims, aggressors, and their peers. *Journal of Adolescent Research, 25*(2), 175–204. https://doi.org/10.1177/0743558409350504

Ravid, R. (1994). *Practical statistics for educators*. University Pres in America.

Rennie, K. M. (1997). *Exploratory and confirmatory rotation strategies in exploratory factor analysis.* Paper presented at the annual meeting of the Southwest Educational Research Association, Austin.

Rentzsch, K., & Gross, J. J. (2015). Who turns green with envy? Conceptual and empirical perspectives on dispositional envy. *European Journal of Personality, 29*(5), 530-547. https://doi.org/10.1002/per.2012

Robinson, J. P., Shaver, P. R., & Wrighsman, S. L. (1991). Criteria for scale selection and evaluation. İçinde J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Ed.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (s. 1-16). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50005-8

Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: as developed in the client-centered framework. İçinde S. Koch (Ed.), *Psychology: a*

*study of a science. Formulations of the person and the social contex*t (s. 184-256). McGraw Hill.

Rogers, C. (1994). *Etkileşim grupları* (Çev. H. Erbil). Ekin Yayınları.

Rokach, A. (2004). Giving life: loneliness, pregnancy, and motherhood. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 32*(7), 691-702. https://doi.org/10.2224/sbp.2004.32.7.691

Rokach A. (2012). Loneliness updated: an introduction. *The Journal of Psychology, 146*(1-2), 1-6. https://doi.org/10.1080/00223980.2012.629501

Rosenberg, M. (1986). Self-concept from middle childhood through adolescence. İçinde Suls, J., & Greenwald, A.G. (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (s. 107-135). Lawrence Erlbaum.

Rosenberg, M., & Owens, T. J. (2001). Low self-esteem people: a collective portrait. İçinde T. J. Owens, S. Stryker & N. Goodman (Ed.), *Extending self-esteem theory and research* (s. 400-436). Cambridge University Press.

Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: different concepts, different outcomes. *American Sociological Review, 60*(1), 141-156. https://doi.org/10.2307/2096350

Rubin, M., & Hewstone, M. (1998). Social identity theory's self-esteem hypothesis: a review and some suggestions for clarification. *Personality and Social Psychology Review, 2*(1), 40-62. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0201_3

Runions, K. C., Wong, J., Pace, G., & Salmin, I. (2021). Borderline personality disorder and peers: a scoping review of friendship, victimization and aggression studies. *Adolescent Research Review, 6*(4), 359-389. https://doi.org/10.1007/s40894-020-00137-y

Rydell, R., & Bringle, R. (2007). Differentiating reactive and suspicious jealousy. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 35*(8), 1099-1114. https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.8.1099

Sarıkaya, A. (2015). *14-18 yaş arası ergenlerin benlik saygısı ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişki* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Bilim Üniversitesi.

Satıcı, S. A., & Göçet Tekin, E. (2017). Harmony in Life Scale - Turkish version: studies of validity and reliability. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 30*(18), 1-9. https://doi.org/10.1186/s41155-017-0073-9

Scheinkman, M., & Werneck, D. (2010). Disarming jealousy in couples relationships: a multidimensional approach. *Family Process, 49*(4), 486-502. https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2010.01335.x

Seaton, E. K. (2009). Perceived racial discrimination and racial identity profiles among African American adolescents. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 15*(2), 137-144. https://doi.org/10.1037/a0015506

Shackelford, T. K., & Buss, D. M. (1997). Cues to infidelity. *Personality and Social Psychology Bulletin, 23*(10), 1034-1045. https://doi.org/10.1177/01461672972310004

Sharf, R. S. (2014). *Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları* (Çev. N. Voltan Acar). Nobel Akademik Yayıncılık.

Sharpsteen, D. J. (1991). The organization of jealousy knowledge: romantic jealousy as a blended emotion. İçinde P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy* (s. 31-51). Guilford Press.

Sharpsteen, D. J., & Kirkpatrick, L. A. (1997). Romantic jealousy and adult romantic attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*(3), 627–640. https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.3.627

Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: validation of construct interpretations. *Review of Educational Research, 46*(3), 407-441.

Smith, T. (2022). An exploratory analysis of the relationship of problematic Facebook use with loneliness and self-esteem: the mediating roles of extraversion and self-

presentation. *Current Psychology.* Advance online publication. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03505-0

Smith, J. A., & Eatough, V. (2007). Interpretative phenomenological analysis. İçinde E. Lyons & A. Coyle (Ed.), Analysing qualitative data in psychology (s. 35-50). Sage. https://doi.org/10.4135/9781446207536.d10

Smith, R. H., & Kim, S. H. (2007). Comprehending envy. *Psychological Bulletin, 133*(1), 46-64. https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.46

Smith, J. A., & Osborn, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. İçinde J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: a practical guide to research methods* (s. 51-80). Sage.

Sobraske, K. H., Boster, J. S., & Gaulin, S. J. (2013). Mapping the conceptual space of jealousy. *Ethos, 41*(3), 249-270.

Stieger, S., Preyss, A. V., & Voracek, M. (2012). Romantic jealousy and implicit and explicit self-esteem. *Personality and Individual Differences, 52*, 51-55. https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.08.028

Stravogiannis, A. L. D. C., Kim, H. S., Sophia, E. C., Sanches, C., Zilberman, M. L., & Tavares, H. (2018). Pathological jealousy and pathological love: apples to apples or apples to oranges? *Psychiatry Research, 259*, 562-570. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.11.029

Sullivan, H. S. (2013). *The interpersonal theory of psychiatry*. Routledge.

Surkalim, D. L., Luo, M., Eres, R., Gebel, K., van Buskirk, J., Bauman, A., & Ding, D. (2022). The prevalence of loneliness across 113 countries: systematic review and meta-analysis. *BMJ, 376,* e067068. https://doi.org/10.1136/bmj-2021-067068

Swann, W. B., Chang-Schneider, C., & McClarty, K. L. (2007). Do people's self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American Psychologist, 62*(2), 84-94.

Şencan, H. (2005). *Sosyal ve davranışsal ölçümlerde güvenilirlik ve geçerlilik* (1. Baskı). Seçkin Yayınları.

Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş (Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları).* Ekinoks Yayıncılık.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6. Baskı). Pearson.

Tafarodi, R. W., & Swann, W. B., Jr. (1995). Self-liking and self-competence as dimensions of global self-esteem: initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment, 65*(2), 322-342. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6502_8

Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: theory and measurement. *Personality and Individual Differences, 31*(5), 653-673. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00169-0

Tafarodi, R. W., Wild, N., & Ho, C. (2010). Parental authority, nurturance, and two dimensional self-esteem. *Scandinavian Journal of Psychology, 51*, 294-303.

Tashakkori, A., & Creswell, J. W. (2007). Editorial: exploring the nature of research questions in mixed methods research. *Journal of Mixed Methods Research, 1*(3), 207-211. https://doi.org/10.1177/1558689807302814

Tatar, A. (2017). Translation of Big-Five Personality Questionnaire into Turkish and comparing it with Five Factor Personality Inventory Short Form. *Anatolian Journal of Psychiatry, 18*(1), 51-61. https://doi.org/10.5455/apd.220580

Teasdale, J. D., & Chaskalson, M. (2011). How does mindfulness transform suffering? II: the transformation of *dukkha*. *Contemporary Buddhism, 12*(1), 89-102. https://doi.org/10.1080/14639947.2011.564824

Teddlie, C., & Tashakkori, A. (2009). *Foundations of mixed methods research: integrating quantitative and qualitative approaches in the social and behavioral sciences*. Sage.

Teközel, İ. M. (2007). *Gerçekliği inşa etkinliği olarak sosyal karşılaştırma sosyal karşılaştırma süreçlerinde gerçekçi ve kurgusal karşılaştırma enformasyonu kullanma eğilimlerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ege Üniversitesi.

Thompson, B. (2004). *Exploratory and confirmatory factor analysis: understanding concepts and applications.* American Psychological Association.

Tiikkainen, P., & Heikkinen, R. L. (2005). Associations between loneliness, depressive symptoms and perceived togetherness in older people. *Aging and Mental Health, 9*(6), 526-534.

Toraman, S. (2021). Karma yöntemler araştırması: Kısa tarihi, tanımı, bakış açıları ve temel kavramlar. *Nitel Sosyal Bilimler, 3*(1), 1-29. https://doi.org/10.47105/nsb.847688

Turan Çatık, B. (2021). *Bağlanma stillerinin romantik ilişkilerde reddedilme duyarlılığı, kıskançlık nedenleri ve öfke ifade tarzıyla ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Okan Üniversitesi.

Turnage, B. F., Hong, Y. J., Stevenson, A. P., & Edwars, B. (2012). Social work students' perceptions of themselves and others: self-esteem, empathy, and forgiveness. *Journal of Social Service Research, 38*(1), 89-99.

Türk Dil Kurumu. (2023). *Genel açıklamalı sözlük.* https://sozluk.gov.tr, Erişim Tarihi: 25.06.2023

Üçok, D. I. (2019). Çalışanlardaki statü endişesi ve işbirliğine dayalı amaç yapılarının işyeri kıskançlığı üzerindeki etkilerine ilişkin kuramsal bir çalışma. *International Journal of Management and Administration, 3*(5), 1-12. https://doi.org/10.29064/ijma.484933

Ünlü, F. (2015). *Ebeveyni boşanmış bireylerde benlik saygısı, yalnızlık ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Haliç Üniversitesi.

Vaidakis, N. (2004). Jealous and jealousy: from the classical literature to the scientific view. *Psychiatriki, 15*(4), 305-314.

van de Ven, N., Hoogland, C. E., Smith, R. H., van Dijk, W. W., Breugelmans, S. M., & Zeelenberg, M. (2015). When envy leads to schadenfreude. *Cognition and Emotion, 29*(6), 1007-1025. https://doi.org/10.1080/02699931.2014.961903

van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2009). Leveling up and down: the experiences of benign and malicious envy. *Emotion, 9*(3), 419-429. https://doi.org/10.1037/a0015669

van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2012). Appraisal patterns of envy and related emotions. *Motivation and Emotion, 36*(2), 195-204. https://doi.org/10.1007/s11031-011-9235-8

van Tonder, J. I., Jordaan, J., & Esterhuyse, K. (2023). Self-esteem, interpersonal communication competence, and media and technology usage as predictors of loneliness among university students. *SAGE Open, 13*(1), 1-13. https://doi.org/10.1177/21582440221148379

Veiga, J. F., Baldridge, D. C., & Markóczy, L. (2014). Toward greater understanding of the pernicious effects of workplace envy. *The International Journal of Human Resource Management, 25*(17), 2364-2381. https://doi.org/10.1080/09585192.2013.877057

Visconti, K. J., Kochenderfer-Ladd, B., & Clifford, C. A. (2013). Children's attributions for peer victimization: a social comparison approach. *Journal of Applied Developmental Psychology, 34*(6), 277-287. https://doi.org/10.1016/j.appdev.2013.06.002

Voulgaridou, I., & Kokkinos, C. M. (2020). The mediating role of friendship jealousy and anxiety in the association between parental attachment and adolescents' relational aggression: A short-term longitudinal cross-lagged analysis. *Child Abuse & Neglect, 109*, 104717. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104717

Waldrop, M. F., & Halverson, C. F. (1975). Intensive and extensive peer behavior: longitudinal and cross-sectional analyses. *Child Development, 46*(1), 19-26. https://doi.org/10.2307/1128829

Walker, A. R. (2003). *Emotion regulation as a moderator of the relation between friendship jealousy and poor social adjustment* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Pennsylvania State University.

Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: the experience of emotional and social isolation*. The MIT Press.

White, G. L. (1981). Some correlates of romantic jealousy. *Journal of Personality, 49*, 129-145. http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-6494.1981.tb00733.x

Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research ın psychology.* Open University Press.

Wiseman, H., Guttfreund, D. G., & Lurie, I. (1995). Gender differences in loneliness and depression of university students seeking counselling. *British Journal of Guidance and Counselling, 23*(2), 231-243. https://doi.org/10.1080/03069889508253008

Woodward, J. C., & Frank, B. D. (1988). Rural adolescent loneliness and coping strategies. *Adolescence, 23*(91), 559.

Worley, T., & Samp, J. (2014). Exploring the associations between relational uncertainty, jealousy about partner's friendships, and jealousy expression in dating relationships. *Communication Studies, 65*(4), 370-388. https://doi.org/10.1080/10510974.2013.833529

Xie, X., Tang, X., Rapp, H. Tong, D., & Wang, P. (2020). Does forgiveness alleviate depression after being phubbed for emerging adults? The mediating role of self-esteem. *Computers in Human Behavior*, *109*, 1-7. https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106362

Yalom, I. (2013). *Varoluşçu psikoterapi* (Çev. Z. İyidoğan Babayiğit). Kabalcı Yayınevi.

Yanbastı, G. (1996). *Kişilik kuramları ders kitabı* (2. Baskı). Ege Üniversitesi Basımevi.

Yang, S., & Rettig, K. D. (2004). Korean-American mothers' experiences in facilitating academic success for their adolescents. *Marriage & Family Review, 36*(3-4), 53-74. https://doi.org/10.1300/J002v36n03_04

Yazgan İnanç, B., & Yerlikaya, E. E. (2014). *Kişilik kuramları* (9. Baskı). Pegem Akademi.

Yelpaze, İ., Satıcı, B., & Satıcı, S. A. (2022). *Psychometric properties of Life Adjustment Scale-3 and Life Satisfaction Scale-3.* Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi.

Yelsma, P., & Yelsma, J. (1998). Self-esteem and social respect with in the high school. *Journal of Social Psychology, 138*(4), 431-441.

Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayınları.

Yıldırım, M., & Solmaz, F. (2021). Testing a Turkish adaption of the Brief Psychological Adjustment Scale and assessing the relation to mental health. *Studies in Psychology, 41*(1), 231-245. https://doi.org/10.26650/SP2020-0032

Yılmaz, M. F. (2018). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını açıklamaya yönelik model sınaması: Utangaçlık, benlik saygısı, yalnızlık ve algılanan sosyal desteğin etkileri* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Anadolu Üniversitesi.

Yılmaz Ünal, S., & Deniz, Ü. (2016). Anne ve öğretmen görüşlerine göre uyum sorunu olan ve olmayan çocukların anne tutumlarının incelenmesi. *TÜBAD, 1*(1), 50-63.

Young, J. E. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy: theory and application. İçinde L. A. Peplau & D. Perlman (Ed.), L*oneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy* (s. 379-405). Wiley.

Yörükoğlu, A. (2023). *Çocuk ruh sağlığı* (41. Baskı). İnkılap Kitabevi.

Yücel, H. İ. (2021). Türk romanında kıskançlık sendromu (1896-1949). *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi, 52,* 435-438.

Zandbergen, L., & Brown, S. G. (2015). Culture and gender differences in romantic jealousy. *Personality and Individual Differences, 72,* 122-127. https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.035

Zohrabi, M. (2013). Mixed method research: instruments, validity, reliability and reporting findings. *Theory and Practice in Language Studies, 3*, 254-262. http://dx.doi.org/10.4304/tpls.3.2.254-262

Zurriaga, R., González-Navarro, P., Buunk, A. P., & Dijkstra, P. (2018). Jealousy at work: the role of rivals' characteristics. *Scandinavian Journal of Psychology, 59*(4), 443-450. https://doi.org/10.1111/Sjop.12443

EKLER

Ek-1: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Kurul Onayı

T.C.
MARMARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU KARARI

Sayı: 34.114.3 **Tarih:** 15 Haziran 2022

Çalışmanın Yürütücüsü: Öğr. Gör. Sinan OKUR
Diğer Araştırmacılar: Doç. Dr. Durmuş ÜMMET
Onay Tarihi ve Onay Sayısı: 22.06.2022 /05-40

Sayın: Eyüp: Öğr. Gör. Sinan OKUR

"Üniversite Öğrencilerinde Akran Kıskançlığı: Bir Karma Yöntem Araştırması" isimli çalışmanız Üniversitemiz Eğitim Bilimler Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Kurulu tarafından incelenmiş ve etik yönden uygunluğuna karar verilmiştir.

Ek-2: Büyük Beş-50 Kişilik Testi Örnek Maddeleri

Kendinizi nasıl tanımlarsınız? **Her bir ifadenin size ne kadar uygun olduğunu ifadenin yanındaki cevaplardan uygun olanını işaretleyerek belirtiniz. Kendinizi, gelecekte, olmak istediğiniz gibi değil, şu an nasıl görüyorsanız o şekilde tanımlayın.**	**Hiç Uygun Değil**	**Uygun Değil**	**Orta / Kararsız**	**Biraz Uygun**	**Çok Uygun**
1. Toplantıların gözdesiyimdir.					
8. Kişisel eşyalarımı etrafta bırakırım.					
9. Genelde rahatımdır.					
10. Soyut fikirleri kavramakta zorlanırım.					
12. İnsanlara hakaret ederim.					
16. Arka planda kalmayı tercih ederim.					
17. Başkalarının duygularını anlayıp paylaşırım.					
46. Yabancıların arasında genelde sessizimdir.					
47. İnsanları rahatlatırım.					
48. İşimde titizimdir.					
49. Çoğu zaman kendimi keyifsiz hissederim.					
50. Fikirlerle doluyumdur.					

Ek-3: BeMaS Haset ve Gıpta Ölçeği Örnek Maddeleri

Aşağıda, bir başkasının üstün özellik, başarı ve varlığına (mal, çocuk vb.) sahip olmadığınızı düşündüğünüz ve bu üstünlüğü elde etmeyi arzuladığınız ya da diğerinin bu üstünlüğü kaybetmesini istediğiniz durumlarla ilgili maddeler yer almaktadır. Lütfen her maddeye hangi derecede katıldığınızı verilen ölçeği kullanarak değerlendiriniz.

Anket sorularının doğru veya yanlış yanıtı yoktur. Aklınıza ilk gelen yanıtı tereddüt etmeden işaretleyiniz.

① *Kesinlikle Katılmıyorum*	②	③	④	⑤	⑥ *Kesinlikle Katılıyorum*

	Yanıtınız
1. Başkalarını kıskandığımda, gelecekte nasıl onlar kadar başarılı olabileceğime odaklanırım.	① ② ③ ④ ⑤ ⑥
2. Benden üstün olan insanların üstünlüklerini kaybetmelerini isterim.	① ② ③ ④ ⑤ ⑥
4. Başkalarını kıskanmak hedeflerimi gerçekleştirme konusunda beni motive eder.	① ② ③ ④ ⑤ ⑥
9. Birisi daha üstün özelliklere, başarılara, ya da varlığa sahipse onları kendim için elde etmeye çalışırım.	① ② ③ ④ ⑤ ⑥

Ek-4: Nitel Aşama Görüşme Soruları

1. Cinsiyetiniz nedir?
2. Kaç yaşındasınız?
3. Eğitim gördüğünüz bölüm nedir?
4. Kaçıncı sınıftasınız?
5. Akran kıskançlığı sizin için ne ifade ediyor? Bu kavramı nasıl tanımlarsınız?
6. Bugüne kadarki yaşantınızı göz önünde bulundurduğunuzda, ilişkilerinizde akran kıskançlığı olarak nitelendirilebilecek ne tür deneyimler aktarabilirsiniz?
7. Deneyimlerinizden yola çıkacak olsanız akranlarınızı kıskandığınız bir durumu örneklendirebilir misiniz?
8. Hangi durumlarda akran kıskançlığının daha belirgin şekilde ortaya çıktığını düşünüyorsunuz?
9. Akran kıskançlığı kendisini size göre en çok hangi konularda ve hangi nedenlerle göstermektedir?
10. Sınıfınızda/Çevrenizde bir kişi "akranlarına karşı kıskanç" olarak nitelendiriliyor. Deneyimlerinize göre sizce bu kişinin hangi davranışlarından dolayı sınıfındaki/çevresindeki kişiler bu ifadeyi kullanmayı tercih ediyorlar?

Ek-5: Kişisel Bilgi Formu Örnek Sorular

Cinsiyet **:** ( ) Kadın ( ) Erkek

Yaş **:** …….

Eğitim Görülen Üniversite **:**

Eğitim Görülen Bölüm **:**

Eğitim Görülen Sınıf Düzeyi **:**

Ek-6: Yaşamda Uyum Ölçeği-3 Örnek Maddeleri

Aşağıda üç adet ifade vardır. Bu ifadelere katılıp katılmadığını yansıtan rakamı maddenin başındaki boşluğa yazarak belirtiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizin durumunuzu yansıttığını düşündüğünüz rakam bizim için en doğru yanıttır.

1 **Kesinlikle katılmıyorum**	**2** **Katılmıyorum**	**3** **Biraz katılmıyorum**	**4** **Ne katılıyorum ne de katılmıyorum**	**5** **Çok az katılıyorum**	**6** **Katılıyorum**	**7** **Kesinlikle katılıyorum**

_____ Yaşam tarzım benim çevremle uyum içerisinde olmama olanak sağlar.

_____ …

_____ Bir uyum içerisindeyim.

Ek-7: İki Boyutlu Benlik Saygısı: Kendini Sevme/Özyeterlik Ölçeği Örnek Maddeleri

		Hiç Uygun Değil	**Uygun Değil**	**Biraz Uygun**	**Uygun**	**Tamamen Uygun**
1	Kendimi değersiz görmeye eğilimliyim.					
6	Kendimle ilgili düşünmek kimi zaman hoşuma gitmez.					
11	Kendi kişisel değerimden asla şüphe duymam.					
16	Keşke yaptığım işlerde daha becerikli olsam.					

Ek-8: Akran Kıskançlığı Ölçeği Örnek Maddeleri

1: Hiç katılmıyorum.

2: Katılmıyorum.

3: Biraz katılıyorum.

4: Katılıyorum.

5: Tamamen katılıyorum.

No	Maddeler	1	2	3	4	5
1	Bulunduğumuz ortamlarda akranlarımın benden daha çok ilgi görmesi beni rahatsız eder.					
2	…					
3	Akranlarımın başkalarıyla benden daha yakın olmaması için onlar hakkında söylentiler çıkardığım olmuştur.					
4	…					
5	…					
6	Akranlarımdan daha yetersiz görüldüğümde onları çekemem.					
7	…					
8	Akranlarımın ailelerinin maddi olanaklarının benim ailemin maddi olanağından daha iyi olması beni rahatsız eder.					
9	…					
10	…					
11	Akranlarımın başarılarının sürekli olarak dile getirilmesi beni rahatsız eder.					
12	…					
13	…					
14	Notları benden daha iyi olan akranlarımı kıskanırım.					

Ek-9: UCLA Yalnızlık Ölçeği Örnek Maddeleri

1: Hiç uygun değil.

2: Uygun değil.

3: Uygun.

4: Tamamen uygun.

No	Maddeler	1	2	3	4
1	Arkadaşım yok.				
2	…				
3	Cana yakın bir insanım.				
4	…				
5	…				
6	İstediğim zaman arkadaş bulabilirim.				
7	…				
8	Çevremde insanlar var ancak benimle birlikte değiller.				