Anadolu Journal of Educational Sciences International

ISSN 2146-4014 | **e-ISSN** 2146-4014 | **Yayın Aralığı** Yılda 2 Sayı | **Başlangıç:** 2011 | **Yayıncı** Anadolu Üniversitesi | dergipark.org.tr/tr/pub/ajesi



97.069

308.484

TR Dizin Atıf Sayısı
54

Anadolu Journal of Educational Sciences International (AJESI), elektronik formatta yayımlanan çift kör hakem değerlendirmeli ve uluslararası açık erişimli bir dergidir.

DOI ön eki: 10.18039
Yayıncı: Anadolu Üniversitesi
Kurum: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Ülke: Türkiye
Başlangıç tarihi: Temmuz 2011
Yayın sıklığı: Yılda iki sayı (Ocak ve Temmuz)
Tam metinlerin dili: Türkçe, İngilizce, Almanca ve Fransızca
Tam metin formatları: pdf
Makale gönderim ücreti: Yok
Editoryal işlem ücreti: Yok
Makale işleme ücreti: Yok
Yayım ücreti: Yok
Abonelik ücreti: Yok
Dizinlenme: TR Dizin (2017 Cilt 7 Sayı 2'den itibaren), SOBIAD (2018 Cilt 8 Sayı 1'den itibaren), CiteFactor

Devamını Okumak İçin Tıklayın

RSS

Türkçe

Dergide ara

Giriş

Makale Gönder

Hakemlik İsteği Gönder

Amaç ve Kapsam

Yazım Kuralları

Etik İlkeler ve Yayın Politikası

Arşiv

Editör Kurulu

İletişim

Dizinler

TR Dizin

Sayılar

- 2021
  - Cilt: 11 Sayı: 1
- 2020
  - Cilt: 10 Sayı: 2
  - Cilt: 10 Sayı: 1
- 2019
  - Cilt: 9 Sayı: 2
  - Cilt: 9 Sayı: 1
- 2018

Cilt 11 - Sayı 1 - 5 Oca 2021

Son Sayı

1. Fen Bilgisi Öğretmen Adaylarının Biyoçeşitliliğe Yönelik Farkındalıkları
   Sayfalar 1 - 25
   Gonca HARMAN, Nisa YENİKALAYCI
2. Cooper-Norcross Tercih Envanteri Türkçe Uyarlaması : Bir Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması
   Sayfalar 26 - 44
   Ömer ÖZER, İlhan YALÇIN
3. Ortaokul Öğrencilerinin Matematik Dersine Bağlılığının ve Matematik Kaygılarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

AJESI - Anadolu Journal of Educational Sciences International, 2019; 9(1): 111-128
DOI: 10.18039/ajesi.520833

Yalnızlık ve Yetersizlik Duygusu Arasındaki İlişkide Kendini Saklamanın Aracı Rolü[1]

Elif ÇİMŞİR [2], Ramazan AKDOĞAN [3]

Geliş Tarihi: 20.06.2018 *Kabul Tarihi: 24.01.2019* *Araştırma Makalesi*

Öz

Bu araştırmada kendini saklamanın yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasındaki olası aracı rolü incelenmiştir. Araştırma kapsamında Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesinde eğitim gören 147 lisans öğrencisine Yetersizlik Duygusu Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Kendini Saklama Ölçeği Uygulanmıştır. Aracılık analizi Hayes (2013) tarafından geliştirilen SPSS PROCESS eklentisi (Model 4) ile yapılmıştır. Bulgular kendini saklamanın yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasında kısmi bir aracılık işlevi gördüğünü (c'=0.03; p<.001) diğer bir deyişle bireyin yetersizlik duyguları arttıkça kendini saklamaya olan eğiliminin de arttığını ve bununla bağlantılı olarak bireyin kendini yalnız hissetme ihtimalinin de yükseldiğini göstermektedir. Araştırma bulgularına dayanarak, yetersizlik duygusuna sahip bireylerin diğerlerini tehdit olarak algıladıkları için (Adler, 1985) kendileri ile ilgili bilgileri paylaşmaktan kaçınmaya eğilim gösterdikleri ve bu eğilimin de yalnızlıkla sonuçlanma olasılığının arttığı belirtilebilir. Kendini saklama ile yetersizlik duygusu arasındaki pozitif ilişkiye yönelik araştırma bulgusu (r=.22, p<.05), kendini saklamanın durumsal nedenlerin (durumun niteliği, sosyal ortam ve bilginin muhteviyatı gibi) yanı sıra daha karmaşık bir psikolojik değişken olan yetersizlik duygusuyla da ilişkili olabileceğine işaret etmesi açısından önemli görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Yetersizlik duygusu, kendini saklama, yalnızlık

[1] Bu çalışma 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde (PDRKONGRE 2018; Samsun) bildiri olarak sunulmuş ve özet bildiri olarak yayınlanmıştır.

[2] Anadolu Üniversitesi, e-mail: elifcimsir@anadolu.edu.tr
[3] Anadolu Üniversitesi, e-mail: rakdogan@anadolu.edu.tr

AJESI - Anadolu Journal of Educational Sciences International, 2019; 9(1): 111-128
DOI: 10.18039/ajesi.520833

Self-Concealment as a Mediator in the Relationship Between Inferiority Feelings and Loneliness

Submitted by 20.06.2018 *Accepted by 24.01.2019* *Research Paper*

Abstract

The present study examined self-concealment as a possible mediator in the relationship between inferiority feelings and loneliness. One hundred and forty-seven undergraduate students from Anadolu University Education Faculty were administered the Inferiority Feelings Scale, the Self-Concealment Scale, the UCLA Loneliness Scale. The mediation analysis was performed using the SPSS PROCESS Macro (Model 4) that was developed by Hayes (2013). The results indicated that self-concealment mediated partially the relationship between inferiority feelings and loneliness ($c'=0.03$; $p<.001$), meaning that as inferiority feelings increase so does one's tendency to self-concealment, which results in an increased likelihood of loneliness. Based on the results, it is possible to suggest that people with inferiority feelings may be unintentionally keeping information about themselves from others due to perceiving them as threats (Adler, 1985), and thus, feel more lonely. The positive correlation between inferiority feelings and self-concealment ($r=.22$, $p<.05$), is thought to be particularly important as it suggests that, aside from situation-specific factors such as the type of situation, social context and the content of information, a more complex psychological factor, inferiority feelings, might be at work when it comes to self-concealment.

Keywords: Inferiority feeling, self-concealment, loneliness

Giriş

Sosyal ilişkilerindeki nitelik veya niceliğin, bireyin sosyal ihtiyaçlarını karşılamak konusunda yetersiz kalması durumunda hissedilen rahatsız edici bir duygu olarak tanımlanan yalnızlık (Hawkley ve Cacioppo, 2010; Peplau ve Perlman, 1982) bireyin yaşam kalitesine etki eden önemli değişkenler arasında yer almaktadır. Mevcut araştırmalar yalnızlığın; depresyon (Hagerty ve Williams, 1999), sosyal anksiyete (Caplan, 2006), sağlık problemleri (Cacioppo ve diğ., 2002), erken ölüm (Steptoe, Shankar, Demakakos ve Wardle, 2013) ve stres (Yarcheski, Mahon ve Yarcheski, 2011) gibi bir takım olumsuz psikolojik ve fizyolojik dinamiklerle ilişkili olduğuna işaret etmektedir.

Yalnızlıkla ilişkisi Adler başta olmak üzere birçok teorisyen tarafından tartışılmış olan bir diğer değişken ise yetersizlik duygusudur. Normalde çocukluktan itibaren bireyin kendisini daha iyi bir konuma getirmek için motive edici bir güç olarak işlev gören yetersizlik duygusu (Adler, 1985; Akdoğan, 2012; 2016; 2017; Adler, 1927; Corey, 2008) çocuklukta karşılaşılan fiziksel yetersizlikler, hastalıklar veya olumsuz anne baba tutumları gibi bir takım nedenlerden dolayı rahatsız edici bir şekle bürünebilmektedir (Adler, 1927; Corey, 2008). Adler'e (1985) göre böyle bir yetersizlik duygusuna sahip bireyler, çevresindekilerden sevgi veya saygı görebileceklerine inanmakta zorlandıkları ve onlarla abartılı bir yarış haline giren tutum ve davranışlar sergiledikleri için sosyal ilişkilerinde problem yaşayabilmektedirler. Bunun sonucu olarak yetersizlik duygusuna sahip bireylerin isteyerek veya istemeyerek çevresindekilerden uzak durması muhtemel görünmektedir.

Yetersizlik duygusunun yalnızlığa yol açabileceğine dair söz konusu teorik açıklamalara rağmen; birkaç yıl öncesine kadar yetersizlik duygusunu ölçen geçerli ve güvenilir bir ölçeğin bulunmuyor olmasından kaynaklı olarak dünya alan yazınında yetersizlik duygusunun ilişkili olduğu psikolojik dinamiklerle ilgili yeterince çalışmanın yapılmamış olduğu görülmektedir. Ülkemizde ise bu kavramla ilgili sınırlı sayıda çalışma Akdoğan

(2012) tarafından geliştirilen Yetersizlik Duygusu Ölçeğinin geliştirilmesini takiben gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmalardan birinde yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasındaki ilişkide güvensiz bağlanmanın aracı rolü incelenmiş ve yalnızlıkla yetersizlik duygusu arasında oldukça yüksek bir korelasyon ($r = .57$, $p < .01$) bulunmuştur (Akdoğan, 2017). Bir başka araştırma, yetersizlik duygusunun bireyi yalnızlaştırmak suretiyle mutsuzlaştırıyor olabileceği sonucunu ortaya çıkarmıştır (Cimsir ve Akdoğan, 2018). Söz konusu kısıtlı sayıdaki çalışmanın yetersizlik duygusunun bireyi yalnızlaştırdığı yönündeki teorik açıklamaları destekliyor olması yetersizlik duygusunun, bireyin yalnızlaşması üzerindeki bu etkisinin hangi dinamik(ler) üzerinden gerçekleşmekte olduğunun araştırılmasının gerekliliğine işaret etmektedir.

Alan yazın yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasındaki ilişkinin, bireyin başkalarınca olumsuz olarak algılanacağı endişesiyle bir takım bilgilerini kendine saklaması olarak tanımlanan kendine saklama ile ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Nitekim kendini saklama durumun niteliği, sosyal ortam ve bilginin muhteviyatı gibi durumsal nedenlerle ilişkili olabilse de (Doğan ve Çolak, 2018) bu değişkenin aynı zamanda bireyin başkalarına güvenmemesine ve onlarla yarışma haline girmesine neden olan bir duygu olan yetersizlik duygusuyla da (Akdoğan, 2017) ilişkisi olabileceğini akla getirmektedir. Ne var ki alan yazında yetersizlik duygusu ile kendini saklama arasındaki ilişkiyi inceleyen her hangi bir araştırmaya rastlanamamıştır. Kendini saklamanın yalnızlıkla olan ilişkisine dair ise oldukça kısıtlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Doğan ve Çolak (2016) kendini saklama, yalnızlık ve sosyal görünüm anksiyetesinin sosyal medya kullanımı üzerindeki etkisini araştırdıkları bir çalışmada yalnızlık ve kendini saklama arasında oldukça yüksek bir korelasyon ($r = .40$; $p < .001$) elde etmişlerdir. Kendini saklamanın, yalnızlığın yakından ilişkili olduğu depresyon (Kelly ve Achter, 1995); stres (Cepeda-Benito & Short, 1998); anksiyete (Larson ve Chastain, 1990) ve mükemmeliyetçilik (Kawamura ve Frost, 2004) gibi olumsuz bir takım psikolojik

değişkenlerle de ilişkili bulunması, kendini saklamanın yetersizlik duygusuyla da ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Diğer bir deyişle kendini saklama ve yalnızlık arasındaki ilişkinin bir benzerinin kendini saklama ve yetersizlik duygusu arasında da mevcut olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle bu araştırmada (a) yetersizlik duygusu ve kendini saklamanın bağımsız olarak yalnızlığı yordayıp yordamadıkları ve (b) kendini saklamanın yetersizlik duygusu ve yalnızlık arasındaki potansiyel ilişkide aracılık rolünün bulunup bulunmadığı araştırılmıştır.

Yöntem

Bu bölümde öncelikle araştırmanın deseni ve çalışma grubuna ilişkin açıklamalar verilmektedir. Ardından araştırmada kullanılan veri toplama araçları tanıtılmaktadır.

Araştırma Deseni

Bu araştırma yetersizlik duygusu, kendini saklama ve yalnızlık değişkenleri arasındaki ilişkileri incelemek ve yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasındaki ilişkide kendini saklamanın olası aracı rolünü incelemek amacıyla betimsel araştırma desenine uygun olarak yürütülmüştür. Bu bağlamda Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri arasından katılımcılar başlığı altında ayrıntılı olarak açıklanan, seçkisiz olarak çalışmaya alınmış temsili bir örneklemden, hiçbir müdahalede bulunmadan veriler toplanmış ve elde edilen veriler üzerinde istatistiki işlemler gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların algıları üç farklı ölçek aracılığıyla kağıt-kalem formatında düzenlenen bir veri toplama aracı kullanılarak elde edilmiştir.

Katılımcılar

Bu araştırma Anadolu Üniversitesi eğitim fakültesinin lisans programlarında öğrenim gören ve yaşları 18 ile 35 arasında değişen 147 lisans öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 41'i psikolojik danışma ve rehberlik, 30'u bilgisayar ve teknolojileri öğretmenliği, 29'u İngilizce öğretmenliği, 23'ü ilköğretim matematik öğretmenliği bölümlerindendir. Katılımcıların 93'ü kadın, 54'ü erkek iken büyük çoğunluğunun 1. Sınıf (n=62) ve 2. Sınıf (n=41) öğrencilerinden oluştuğu belirtilebilir. Katılımcıların küçük sınıf düzeylerinden seçilmesinin nedeni yetersizlik duygusunun üniversite yıllarının başlarında daha çarpıcı olarak yaşanabileceği yönündeki öngörü (Akdoğan, 2012) ile ilgilidir.

Veri Toplama Araçları

UCLA Yalnızlık Ölçeği: Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen UCLA yalnızlık ölçeği Demir (1989) tarafından Türkçe'ye adapte edilmiştir. 4'lü Likert tipi derecelendirmeye sahip (1=Hiçbir zaman böyle hissetmem; 4=Sık sık böyle hissederim) 20 maddelik ölçeğin 10 maddesi ters puanlanmakta, ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği ise yaşanan yalnızlık duygusunun yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach's alpha katsayısı 0.96 ve test-tekrar test katsayısı ise 0.94 olarak bulunmuştur (Demir, 1989).

Kendini Saklama Ölçeği: Bireyin kendisi için sıkıntı veya olumsuz olarak nitelediği kişisel bilgilerini başkalarından saklama eğilimini ölçmek üzere Larson ve Chastain (1990) tarafından geliştirilen Kendini Saklama ölçeğinin Türkçeye uyarlaması Terzi, Güngör ve Erdayı (2010) tarafından yapılmıştır. 5'li likert tipinde 10 maddeden oluşan ölçekten alınabilecek en düşük puan 10 en yüksek puan ise 50'dir. Puanın yüksekliği bireyin kendini saklama eğiliminin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. İki alt faktörden oluşan ölçeğin

Cronbach's alpha katsayısı 0.82, test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise 0.72 olarak belirlenmiştir (Terzi, Güngör ve Erdayı, 2010).

Yetersizlik Duygusu Ölçeği: Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusunu ölçmek amacıyla geliştirilen 20 maddelik ölçek üç alt boyuttan oluşmakta ve 5'li likert tipinde puanlanmaktadır. Cesaretin kırılması, kendi değerini yadsıma ve yararsız üstünlük çabası olarak adlandırılmış olan alt boyutlar ayrı ayrı puanlanabilirken, ölçekten yetersizlik duygusuna ilişkin toplam puan da elde edilebilmekte ve puanların yüksekliği yetersizlik duygusunun yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı (Cronbach's alpfa) 0.86 ve test tekrar-test güvenirliği 0.88 olarak rapor edilmiştir (Akdoğan, 2012).

Bulgular

Bu bölümde öncelikle verilerin asıl analizlere uygun olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan ön analizlere yer verilmektedir. Sonrasında ise araştırma soruları bağlamında yapılan istatistiki analiz sonuçları verilmektedir.

Betimleyici İstatistikler ve Ön Analizler

Analiz öncesinde verilerin analize uygunluğu ve asıl analizler (mediation analysis) IBM SPSS-23 (2015) kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Eksik veriler önce Little'ın MCAR testi ile incelenmiştir. Testin sonucu verilerin tümünün sadece % 0.24'ünün eksik olduğunu göstermiş ve bunun tamamen rastgele olduğu ki-kare sonucu ile desteklenmiştir [($\chi 2$) = 742.985; df = 695; p = 0.1). Bu sonuçlar veri kayıplarının tümüyle rastlantısal olduğu ve analiz yapmaya engel bir durum teşkil etmediği anlamına gelmektedir (Schlomer, Bauman ve Card, 2010). Eksik veriler, Schafer ve Graham'ın (2002) önerileri doğrultusunda SPSS'de

Beklenti Maksimizasyon Algoritması (Expectation Maximization Algorithm) kullanılarak tamamlanmıştır.

Ayrıca asıl analizler öncesinde araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkilere bakılmış ve sonuçlar Tablo 1'de verilmiştir. Tablo 1'de görüleceği üzere çalışmanın tüm değişkenleri arasında anlamlı düzeyde pozitif korelasyon bulunmaktadır. Değişkenler arasındaki korelasyonlar arasında en yükseğinin yetersizlik duygusu ve yalnızlık arasında olduğu (r = -.35, p < .001) göze çarpmaktadır. Yalnızlık ile kendini saklama arasındaki korelasyonun da (r = .24, p < .001) oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Son olarak, yetersizlik duygusunun kendini saklama ile anlamlı bir korelasyona (r = .22, p < .001) sahip olduğu görülmektedir. Korelasyonlar, çalışma değişkenleri arasında potansiyel bir yordayıcı ilişkinin varlığına işaret etmektedir.

Tablo 1

Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Korelasyonlar Ve Betimleyici İstatistikler (n =147)

	1	2	3	M	SD
1. Yetersizlik Duygusu	-	.22**	.35**	55.29	10.72
2. Kendini Saklama	-	-	.24**	25.30	7.22
3. Yalnızlık			-	35.85	8.05

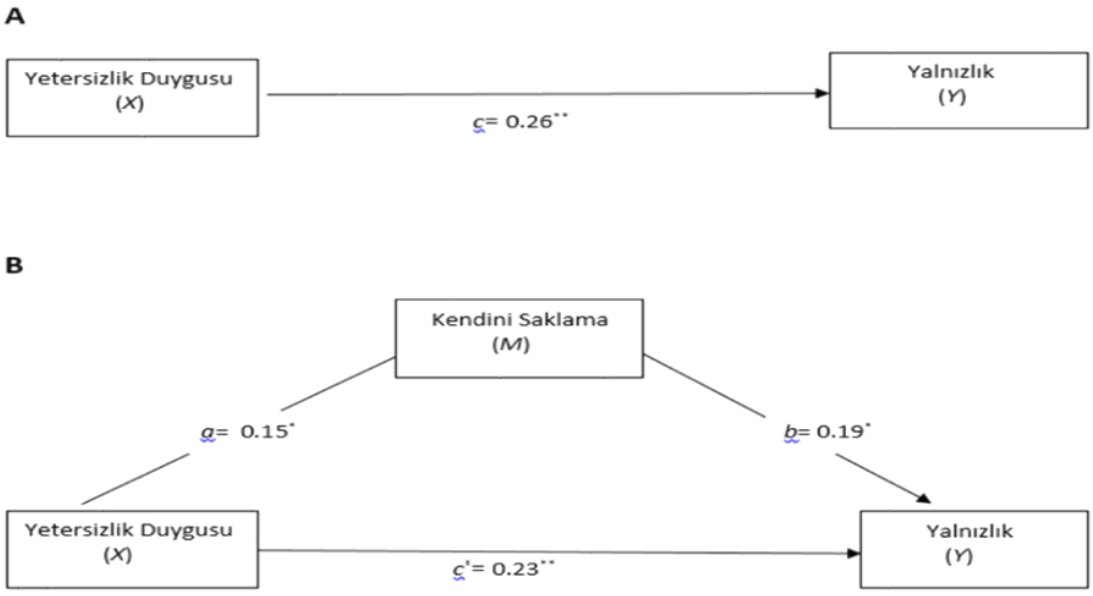
Not. ** = Korelasyon 0.001 seviyesinde anlamlılık göstermektedir

Yetersizlik duygusunun, direkt olarak ve araştırmanın aracı değişkeni olan kendini saklama üzerinden yalnızlığa etki edip etmediğini incelemeden önce, araştırmanın değişkenlerinin çok değişkenli normallik (multivariate normality) ve doğrusallık (linearity) gösterdiğinin ve çoklu doğrusallık (multicollinearity) sorunu taşımadığının kontrol edilebilmesi için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Mahalabonis uzaklık değerlerinin, 15'ten daha yüksek olmaması sorunlu değerler bulunmadığını göstermektedir (bkz. Lewis, 1978; Field 2013). VIF değerlerinin hiçbirinin 10'dan büyük olmaması ve Tolerans değerlerinin

0.2'den küçük olmaması çoklu doğrusallık (multicollinearity) ile ilgili bir sorun olmadığını göstermiştir (Bowerman & O'Connell, 1990; Myers, 1990; Menard, 1995). Çoklu-doğrusallık sorunu olmadığının bir başka kanıtı, kalıntıların (residual) ilişkisiz olduğu anlamına gelen Durbin-Watson (DW) test sonuçlarının 2 olmasıdır (Field, 2013). Sabit varyans (Homoscedasticity) varsayımının ihlal edilmediği ise standartlaştırılmış kalıntıların standartlaştırılmış tahmini regresyon değerleri ile karşılaştırılması sonucu oluşan grafikteki noktaların rasgele dağılmasına dayandırılmaktadır (Field, 2009). Çoklu regresyon analizi sonucu söz konusu değişkenlerin aracılık analizi için uygun olduğunu göstermiştir.

Yetersizlik Duygusu ile Yalnızlık Arasındaki İlişkide Kendini Saklamanın Aracı Rolü

Yetersizlik duygusunun (*X*) direkt olarak ve araştırmanın aracı değişkeni olan kendini saklama (*M*) üzerinden yalnızlığa (*Y*) etki edip etmediğini belirlemek üzere yapılan aracılık analizi, Hayes (2013) tarafından geliştirilen SPSS PROCESS eklentisi (Model 4) ile yapılmıştır. Yapılan aracılık analizinde PROCESS eklentisinin kullanılmasının nedeni PROCESS'in Baron ve Keny (1986) tarafından öne sürülen üç aşamalı regresyon yöntemine gerek kalmadan aracılık analizindeki direkt ve dolaylı etkilerin katsayılarını tek bir işlemde vererek söz konusu analizi çok daha basit hale getirmesidir. Yapılan aracılık analizine ilişkin diyagram Şekil 1'de verilmiştir. Şekil 1'deki diyagram, kendini saklamanın yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasındaki ilişkideki aracı rolünü tasvir etmektedir. Modeldeki doğrudan ve dolaylı etkilerin önemine ilişkin kararlar, Hayes'in (2013) önerdiği gibi, 10.000 bootstrap örneğine dayalı % 95 düzeltilmiş güven aralığı (bias corrected confidence interval) temelinde yapılmıştır.



Not. ** *= Korelasyon .001 seviyesinde anlamlılık göstermektedir.*

Şekil 1. Aracılık modelinin istatistiksel diyagramı

Şekil 1 araştırmanın bağımsız değişkeni olan yetersizlik duygusundan bağımlı değişkene giden yol katsayısının (*c*) 0.26 ($p < .001$) olduğunu ancak kendini saklama aracı değişkeni modele eklendiğinde bu katsayının (*c′*) 0.23'e ($p<.001$) düştüğünü göstermektedir. Aracı değişken modele eklendiğinde bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki direkt etkisi olarak da adlandırılan bu katsayının (*c′*) istatistiksel olarak anlamlı kalmakla birlikte yine de düşüş göstermiş olması, Baron ve Kenny'nin (1986) açıklamasıyla uyumlu olarak kendini saklama değişkeninin modeldeki aracı rolünün işaretçilerinden biri olduğunu göstermektedir.

Şekil 1B yetersizlik duygusundan kendini saklama değişkenine giden yol katsayısının (*a*) 0.15 (p=0.01) olduğunu, yani yetersizlik duygusundaki bir birimlik artışın kendini saklama puanlarında 0.15 birimlik bir artışa neden olduğuna işaret etmektedir. Kendini saklama değişkeninden yalnızlığa giden yolun katsayısı (*b*) 0.19'dur (p=0.03). Bu veri kendini saklama puanlarındaki bir birimlik artışın yalnızlık puanlarında 0.19'luk bir artış yarattığı anlamına gelmektedir. Bu iki değerin çarpımı yani $m = a \times b$ (0.15 x 0.19 = 0.03) olarak da

hesaplanabilen ve PROCESS çıktısından direkt olarak elde edilebilen aracılık etkisinin 10.000 bootstrap metoduna dayalı olarak düzeltilmiş güven aralığının (%95) alt (0.004) ve üst (0,080) sınırlarının sıfır değerini içermemesi bu etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunun işaretçisidir. Ayrıntıları Tablo 2'de verilen analiz sonuçları toplu olarak değerlendirildiğinde kendini saklamanın yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasında kısmi aracı bir işlevinin olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 2

Aracılık Testi Bulguları

		Kendini Saklama *(M)*				Yalnızlık *(Y)*		
		B	*SE*	*p*		*B*	*SE*	*p*
Yetersizlik Duygusu *(X)*	*A*	0.15	0.05	0.01	*c'*	0.23	0.06	<.001
Kendini Saklama *(M)*		-	-	-	*b*	0.19	0.09	0.03
Sabit Değer *(Constant)*	$İ_1$	17.03	3.07	<.001	$İ_2$	18.03	3.57	<.001
		R^2 =.05				R^2 =.15		
		F (1,145) = 7.53, *p*= 0.01				*F* (2,144) = 12.81, *p*= .000		

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada yetersizlik duygusu, yalnızlık ve kendini saklama değişkenleri arasındaki ilişkiler ve kendini saklamanın yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasındaki olası aracı rolü incelenmiştir. Bulgular üç değişkenin birbirleriyle anlamlı ve yüksek düzeyde ilişkili olduğunu ayrıca kendini saklamanın yetersizlik duygusu ile yalnızlık arasında kısmi olarak aracı bir işlev gördüğünü göstermektedir. Aracılık analizinden elde edilen bulgular bireyin yetersizlik duyguları arttıkça kendini saklamaya olan eğiliminin de arttığını ve

bununla bağlantılı olarak yalnızlık yaşama ihtimalinin de arttığını göstermektedir. Bu bulgu yetersizlik duygusuna sahip bireylerin ilişkilerinde kaygı yaşadıkları (Dreikurs, 1977) ve kendilerini yetersiz hissettikçe diğerlerini tehdit olarak algıladıkları için onlarla ilişki kurmaktan mümkün olduğunca kaçındıkları yönündeki teorik açıklamalarla (Adler, 1996, 1998) uyumlu görünmektedir. Araştırmanın bu bulgusu aynı zamanda alan yazına kendini saklamanın durumsal nedenlerin yanı sıra (durumun niteliği, sosyal ortam ve bilginin muhteviyatı gibi) bunlardan daha karmaşık ve öznel bir dinamik olan yetersizlik duygusundan da kaynaklanabiliyor olduğu bilgisini eklemesi itibariyle önemlidir.

Yetersizlik duygusunun kendini saklamayla olan pozitif ilişkisi; bireyin yetersizlik duygusunu saklamaya çalışırken ister istemez kendisiyle ilgili normalde başkalarıyla paylaşabileceği bilgileri de kendine saklıyor olabileceğine işaret etmekte bu da yetersizlik duygusunun yıkıcı ve örseleyici olması nedeniyle birey tarafından saklanma eğiliminde olması yönündeki teorik açıklamayla örtüşmektedir (Adler, 2008). Yetersizlik duygusundan kaynaklanan kendini saklamanın yalnızlıkla sonuçlanması, kendini saklamanın bireyin çevresindekilerden geri bildirim ve destek alma gibi başa çıkma becerilerinin gelişmesini engellemesiyle bağlantılı olarak birey açısından negatif psikolojik sonuçlara yol açıyor olabileceğine de işaret etmektedir (Kawamura ve Frost, 2004; Pennebaker,1989).

Bu araştırmada elde edilen yetersizlik duygusunun yalnızlığın güçlü bir yordayıcısı olduğu yönündeki bulgu (r = -.35, p <0.01) yetersizlik duygusuna sahip bireylerin kendilerini sosyal ilişkilerden uzak tuttuğu yönündeki teorik açıklamalar (Adler, 1985, 1998, 1996) ve mevcut kısıtlı sayıdaki araştırmayı (Akdoğan, 2017; Akdoğan ve Çimşir, 2018) doğrulamaktadır. Teorik olarak yetersizlik duygularına sahip olan bireylerin kendilerini sürekli diğerleriyle kıyasladıkları, kendi beceri ve yeterliliklerinden emin olmadıkları için sürekli çevresindekilere üstünlük kurmaya çalıştıkları ve bunu başaramadıklarını düşündüklerinde bu yıpratıcı duyguyla yüzleşmemek için farkında olarak ya da olmayarak

kendilerini insan ilişkilerinden uzaklaştırdıkları bilinmektedir (Adler, 2004, 2008; Dreikurs, 1957). Bu noktada yetersizlik duygusunun yalnızlığın güçlü bir yordayıcısı olduğu yönündeki bulgunun, yetersizlik duygusunun bireyin ya fiziksel olarak daha az sayıda insanla kalmasına ya da çevresindeki birey sayısının çokluğuna rağmen sahip olduğu ilişkilerin niteliğinden doyum almamasına yol açarak bireyi yalnızlaştırıyor olabileceğine işaret ettiği söylenebilir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Çalışmada kullanılan veri toplama aracı öz-bildirim yöntemine dayalı olduğundan ve sosyal beğenirlikle ilgili her hangi bir ölçek kullanılmadığından sonuçlar sosyal beğenirlik faktöründen etkilenmiş olabilir. Gelecekteki araştırmalarda, çalışma değişkenleri açısından öz-bildirim yöntemi yerine başkalarının raporları (yakın bir arkadaş) veya olası sosyal beğenirlik kavramını kontrol eden bir araştırma yöntemi kullanabilir.

Diğer bir sınırlılık, bu araştırmanın örnekleminin kolay ulaşılabilirlik yöntemine dayalı olarak bir üniversitedeki eğitim fakültesi öğrencilerinden oluşuyor olmasından kaynaklı olarak bulguların daha temsili bir popülasyona genellenebilirliğinin azalmış olabileceğidir. Bu nedenle, gelecekteki çalışmalarda aracılık modelinin daha farklı eğitim düzeylerine ve programlarına sahip bireylerden oluşan örneklemler üzerinde de çalışıp çalışmadığı araştırabilir.

Bu araştırmada yetersizlik duygusunun bireyi kendini saklama eğilimine girmeye yönelten bir faktör olduğu belirlenmiştir. Ancak ileri araştırmalarda yetersizlik duygusunun bireyin özellikle hangi duygu, düşünce veya yaşantılarını saklamaya aracılık ettiği araştırılabilir. Diğer bir ifadeyle yetersizlik duygusunun bireylerin kendileriyle ilgili ne tür yaşantıları saklama eğilimine girmelerine yol açtığı araştırılabilir. Bu yönlü bir araştırma kendini saklama ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin daha açık bir biçimde ortaya konmasına hizmet edebilecektir.

Kaynakça

Adler, A. (1927). *Understanding human nature*. Oxford, England: Greenberg.

Adler, A. (1982). The fundamental views of Individual Psychology. *Journal of Individual Psychology. 38*(1), 3-6.

Adler, A. (2004). *Yaşamın anlam ve amacı.* F.T. Verlag (Ed.). K. Şipal (Çev.). Ankara: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1985).

Adler, A. (2008). Nevroz sorunları. H.L. Ansbacher (Ed.). A. Kılıçlıoğlu (Çev.). Ankara: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1964.)

Akdoğan, R. (2012). *Adleryen Yaklaşıma Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yetersizlik Duygusu ve Psikolojik Belirti Düzeylerine Etkisi*. (Yayınlanmamış doktora tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Akdoğan, R. (2017). A model proposal on the relationships between loneliness, insecure attachment, and inferiority feelings. *Personality and Individual Differences, 111*, 19-24.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. Journal of Personality and Social Psychology, 51(6), 1173–1182.

Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Crawford, L. E., Ernst, J. M., Burleson, M. H., Kowalewski, R. B., Malarky, W. B., Van Cauter, E., & Berntson, G. G. (2002). Loneliness and health: Potential mechanisms. *Psychosomatic medicine*, *64*(3), 407-417.

Caplan, S. E. (2006). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. CyberPsychology & Behavior, 10(2), 234-242.

Cepeda-Benito, A., & Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology, 45*, 58–64.

Çimşir, E. & Akdoğan, R. (2017, October) *Inferiority Feelings and Loneliness Mediate Between Perception of Loneliness and Subjective Happiness.* Paper presented at the WEI International European Academic Conference on Education and Humanities, Rome, Italy.

Corey, G. (2008). Psikolojik Danışma Kuram ve Uygulamaları. (Çev.T. Ergene). Ankara: Mentis

Doğan, D. & Çolak, T. S (2016). Self-concealment, social network sites usage, social appearance anxiety, loneliness of high school students: a model testing. *Journal of Education and Training Studies, 4*(6), 176–183. doi:10.11114/jets.v4i6.1420

Dreikurs, R. (1957). Psychotherapy as correction of faulty social values. *Journal of Individual Psychology, 13*(2), 150-158.

Hagerty, B. M., & Williams, A. (1999). The effects of sense of belonging, social support, conflict, and loneliness on depression. *Nursing research, 48*(4), 215-219

Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine, 40*(2):218–27. doi: 10.1007/s12160-010-9210-8 PMID: 20652462

Kelly, A. E., & Achter, J. A. (1995). Self-concealment and attitudes toward counseling in university services. *Journal of Counseling Psychology, 42*, 40–46.

Kawamura, K.Y. & Frost, R.O. (2004). Self-Concealment as a Mediator in the Relationship Between Perfectionism and Psychological Distress. *Cognitive Therapy and Research*, 28 (2), 183-191. http://sci-hub.tw/10.1023/B:COTR.0000021539.48926.c1

Larson, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self – concealment: Conceptualization measurement and help implications. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9,* 439-455.

Pennebaker, J. W. (1989). Confession, inhibition, and disease. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in social psychology* (pp. 211–244). San Diego, CA: Academic Press.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness A source book of current theory, research and therapy*. New York: John Wiley.

Russell, D , Peplau, L. A.. & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment, 42*, 290-294

Russell, D , Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 39,* 472-480

Schafer, J. L., & Graham, J. W. (2002). Missing data: Our view of the state of the art. *Psychological Methods*, *7*, 147–177. http://dx.doi.org/10.1037/1082-989X.7.2.147

Schlomer, G. L., Bauman, S., & Card, N. A. (2010). Best practices for missing data management in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology, 57*, 1–10. http://dx.doi.org/10.1037/a0018082

Steptoe, A., Shankar, A., Demakakos, P., & Wardle, J. (2013). Social isolation, loneliness, and all-cause mortality in older men and women. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *110*(15), 5797-5801.

Terzi, Ş., Güngör, H. C., & Erdayı, G. S. (2010). Kendini saklama ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 8*(3), 645-660.

Yarcheski, A., Mahon, N. E., & Yarcheski, T. J. (2011). Stress, hope, and loneliness in young adolescents. *Psychological Reports*, *108*(3), 919-922.

Extended Abstract

Although limited, there is research revealing that there is a high correlation between loneliness and inferiority feelings, which is the type of feelings that are characterized by an individual's efforts to surpass others and engage in useless superiority attempts (Adler, 1998). Literature also suggests that loneliness is related to self-concealment, suggesting that keeping personal information from others out of a fear of being negatively perceived by them may lead to loneliness. On the other hand, there is no research investigating the relationship between self-concealment and inferiority feelings partly due to the lack of a validated measure of inferiority feelings until recently.

The present study, thus, examined self-concealment as a possible mediator in the relationship between inferiority feelings and loneliness and sought to extend previous research findings by examining whether self concealment is related to a validated measure of inferiority feelings. One hundred and forty-seven undergraduate students were administered the Inferiority Feelings Scale, the Self-Concealment Scale, the UCLA Loneliness Scale. SPSS was used in the data screening/cleaning procedures and for descriptive statistics and the SPSS PROCESS Macro (Hayes, 2013) was used in the mediation analysis.

Correlational analyses indicated that inferiority feelings, self-concealment and loneliness were all positively related. The positive correlation between inferiority feelings and self-concealment ($r = .22$, $p < .001$) is thought to be particularly important as it suggests that, aside from situation-specific factors such as the type of situation, social context and the content of information, a more complex psychological factor, inferiority feelings, might also be at work when it comes to self concealment. This positive correlation might also indicate that, in an effort to hide their inferiority feelings, people with inferiority feelings may be unintentionally keeping the type of information about themselves that they would normally share with others, which is consistent with the theoretical explanations that inferiority feelings, by nature, are characterized by an individuals' own efforts to hide or suppress these feelings due to their disturbing nature (Adler, 1982).

Mediation analysis indicated that self-concealment mediated the relationship between inferiority feelings and loneliness. These results indicate that a tendency to conceal negative personal information may be a significant contributor to the loneliness experienced by those with inferiority feelings. The results are also consistent with the theoretical explanations that people with inferiority feelings experience anxiety in their social relationships (Dreikurs,

1977) and as their inferiority feelings increase so does their tendency to distance themselves from others because of feeling increasingly threatened by them (Adler, 1996, 1998).