

# ?? Ya?am?nda Yaln?zl?k Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). ?? Ya?am?nda Yaln?zl?k Ölçe?i. Turkish Psychological Scales.  
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=23832>

## Özet

?? Ya?am?nda Yaln?zl?k Ölçe?i (??YYÖ), bireylerin profesyonel çal??ma ortamlar?nda deneyimledikleri yaln?zl?k düzeylerini ve bu yaln?zl??n niteliksel boyutlar?n? ölçmek amacıyla Türkçeye uyarlanm?? bir ölçektir. Bu araç, özellikle örgütsel ba?lamdaki sosyal ve duygusal eksiklikleri de?erlendirmeye odaklanmaktadır. 2009 y?l?nda Tayfun Do?an ve arkada?lar? taraf?ndan gerçe?leştirilen uyarlama çal??mas?, ölçe?in Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çal??malar?n? içermektedir. Ölçek, toplam 16 maddeden olu?makta olup, Duygusal Yoksunluk ve Sosyal Arkada?lık olmak üzere iki ana alt boyutta i?yeri yaln?zl??n? incelemektedir.

## Anahtar Kelimeler

?? ya?am?nda yaln?zl?k, psikometri, örgütsel davran??, duygusal yoksunluk, sosyal arkada?lık, i? stresi, Likert ölçe?i, uyarlama.

## Yazarlar

Tayfun Do?an, Bilge Çetin, M. Zahir Sungur

## Amaç

Ölçe?in temel amac?, çal??an bireylerin i? ortam?nda hissettikleri yaln?zl?k düzeyini ve bu yaln?zl??n alt?nda yatan spesifik boyutlar? (duygusal ve sosyal) Türk kültürü ba?lam?nda ölçmektir. Ölçek, i?yeri yaln?zl??n?, çal??anlar?n i? arkada?lar? ve kurumla kurduklar? ili?kilerin kalitesizli?i veya yetersizli?i olarak tan?mlanan kritik bir de?i?ken olarak tespit etmek için tasarlanm??tır. Ölçek, **uyarlama** yöntemiyle Türkçe literatürüne kazand?r?lm??tır ve bu ba?lamda orijinal yap?n?n psikometrik özelliklerinin Türkiye örnekleminde korunup korunmad??n? incelemeyi amaçlam??tır.

## Yap?

?? Ya?am?nda Yaln?zl?k Ölçe?i, örgütsel psikoloji alan?nda merkezi bir yap? olan "??yeri Yaln?zl??n?" ölçmektedir. Bu yap?, genellikle sosyal ili?kilerin yetersizli?i, destek eksikli?i ve ki?inin kendini i? ortam?nda izole hissetmesi olarak tan?mlanır. Ölçek, bu genel yap?y? iki temel alt boyut aracılığıyla de?erlendirir:

**Duygusal Yoksunluk:** Bireyin i? arkada?lar? veya yöneticileri taraf?ndan duygusal olarak desteklenmedi?i, anla??lmad?? veya bask? alt?nda yaln?z b?rakıldı?? hissine odaklanır. Bu boyut, derin ve niteliksel ili?ki eksikli?ini yans?tır ve ölçekteki 9 madde ile temsil edilir.

**Sosyal Arkada?lık:** Bireyin i? yerinde yeterli say?da veya kalitede sosyal etkile?ime sahip olup olmad??n?, yani yüzeysel sosyal ba?lar?n varlı??n? de?erlendirir. Bu boyut, sosyal a?lar?n

niceli?i ve kolay??? ile ilgilidir ve 7 madde ile ölçülür.

## Geçerlik

Ölçe?in Türkçe formunun geçerlik çal??malar?, orijinal yap?n?n kültürel ba?lama uygunlu?unu ve ölçe?in kuramsal olarak ölçmesi beklenen yap?y? ne ölçüde ölçtü?ünü test etmeyi amaçlam??t?. Uyarlama çal??mas?nda elde edilen bulgular, ölçe?in **yap? geçerli?i** aç?s?ndan kabul edilebilir düzeyde oldu?unu göstermektedir. Faktör analizi sonuçlar?, kuramsal olarak öngörülen iki faktörlü yap?n?n Türkçe formda da korundu?unu do?rulam??t?r.

Spesifik geçerlik katsay?lar? ve detayl? analizler, 2009 tarihli orijinal makalede sunulmu?tur. Ara?t?rmac?lar, ölçe?in i? ya?am?ndaki yaln?zl?k kavram?n? do?ru ve tutarl? bir ?ekilde ölçebildi?ini belirtmektedirler.

## Güvenirlik

?? Ya?am?nda Yaln?zl?k Ölçe?i'nin güvenirlik analizleri, ölçe?in iç tutarl?l???n? ve kararl?l???n? incelemi?tir. Uyarlama çal??mas?, ölçe?in maddelerinin birbiriyle ne kadar uyumlu oldu?unu gösteren **iç tutarl?l?k** katsay?lar?n? (Cronbach Alfa) hesaplam??t?r.

Elde edilen iç tutarl?l?k de?erleri, Türkçe formun hem genel ölçek hem de Duygusal Yoksunluk ve Sosyal Arkada?l?k alt boyutlar? baz?nda yüksek ve kabul edilebilir düzeyde güvenilirli?e sahip oldu?unu ortaya koymu?tur. Bu bulgular, ölçe?in farkl? zamanlarda ve farkl? örneklemelerde benzer sonuçlar verme kapasitesini desteklemektedir.

## Faktör Analizi

Ölçe?in faktör yap?s?, Türkçe uyarlama çal??mas?nda uygulanan faktör analizi yöntemleriyle belirlenmi?tir. Analizler sonucunda ölçe?in, i?yeri yaln?zl??? kavram?n? temsil eden iki belirgin alt boyuttan olu?tu?u do?rulanm??t?r. Bu iki alt boyut, toplam 16 maddeyi kapsamaktad?r:

**Toplam Madde Say?s?: 16**

**Alt Boyut Da??l?m?:**

Duygusal Yoksunluk: 9 madde

Sosyal Arkada?l?k: 7 madde

Bu yap?, ara?t?rmac?lara i?yeri yaln?zl???n?n hem kalitatif (duygusal) hem de kantitatif (sosyal) yönlerini ayr??t?rma imkan? sunarak, örgütsel müdahalelerin hedeflenmesinde fayda sa?lamaktad?r.

## Araç

**Test Type:** Uyarlama (Adaptasyon) Ölçe?i

**Format:** Öz Bildirim Ölçe?i (Ka??t-kalem veya dijital format)

**Language Available:** Türkçe

**Population Group:** Çal??an Yeti?kinler

**Age Group:** Yeti?kin (Genellikle 18 ya? ve üstü profesyoneller)

**Population Details:** Çe?itli sektörlerdeki ve pozisyonlardaki çal??anlar üzerinde uygulanabilir.

**Test Methodology:** Ölçek, 7'li Likert tipi derecelendirme sistemi kullan?r. Yan?t seçenekleri 1 (Hiç kat?lm?yorum) ile 5 (Tamamen kat?l?yorum) aras?nda s?ralanm??t?r. Yüksek puanlar, ilgili alt boyutta daha yüksek yaln?zl?k düzeyine i?aret etmektedir.

## Anahtar Kelimeler

?? tatmini, i? stresi, örgütsel psikometri, i?yeri ili?kileri, sosyal destek, yap? geçerli?i, güvenirlilik.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilgi mevcut de?ildir.

**Affiliation Email addresses:** Bilgi mevcut de?ildir.

**Correspondence Address:** Sorumlu Yazar Tayfun Do?an ile ileti?im için e-posta adresi: [tayfun@tayfundogan.net](mailto:tayfun@tayfundogan.net)

## ?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Ölçek, Türkçe literatürüne 2009 y?l?nda kazand?r?lm??t?r. Ölçe?in akademik veya ticari amaçlarla kullan?m? için **sorumlu yazar** Tayfun Do?an ile e-posta yoluyla ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Kullan?m ücretleri ve izin ko?ullar?, yazar?n belirledi?i politikalar çerçevesinde de?i?ebilir.

## Kaynaklar

Do?an, T., Çetin, B. ve Sungur, M. Z. (2009). ?? ya?am?nda Yaln?zl?k ölçe?i Türkçe formunun geçerlilik ve güvenirlik çal??mas?. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(6), 271-277.

Ölçe?in orijinal PDF dosyas? burada indirilebilir: [is-yasaminda-yalnizlik-olcegi-toad.pdf](#)

Ara?t?rma makalesine ResearchGate üzerinden eri?im linki: [researchgate.net](#)

## ?? Ya?am?nda Yaln?zl?k Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmu? olup hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek 2 alt boyut ve toplam 16 maddeden olu?maktadır. A?a??da, alt boyutlar? temsil eden örnek maddeler sunulmu?tur:

**Duygusal Yoksunluk alt boyutu (9 m):** ?? ortam?nda bask? alt?ndayken i? arkada?lar?m taraf?ndan yaln?z b?rak?ld???m? hissederim.

**Sosyal Arkada?l?k alt boyutu (7 m):** ?? yerinde sosyal ili?kilerim vard?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM