

COVID-19 Pandemi Sürecinde Ergenlerin Akran İlişkileri ve Yalnızlık Durumları

Peer Relationships and Loneliness of Adolescents During the COVID-19 Pandemic Process

Ayşe ARICIOĞLU SÜLÜN^{1,*} Mehmet Emin DÜKEN²

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı COVID-19 pandemi döneminde ergenlerin akran ilişkilerini ve yalnızlık durumlarını incelemektir.

Yöntem: Araştırma tanımlayıcı tipte bir çalışma olup, Google-Formlar programıyla oluşturulan form aracılığıyla veriler toplanmıştır. Türkiye'nin batısındaki bir lisedeki 204 ergen çalışmaya katılmıştır. Araştırma verileri "Akran İlişkileri Ölçeği", "Yalnızlık Ölçeği" ve araştırmacı tarafından hazırlanan "Çocuk Bilgi Formu" ile online olarak toplanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı, karşılaştırmalı ve korelasyonel istatistikler kullanılmıştır.

Bulgular: Ergenlerin %75.5'i kız, %54.4'ü 12-15 yaş aralığında olup, %83.8'i interneti düzenli kullandığını, %68.1'i evinde internet olduğunu ve %78.9'u COVID-19 salgınında internet kullanımlarının ebeveynleri tarafından denetlenmediğini ifade etmiştir. Araştırmaya katılan ergenlerin yalnızlık ölçeği toplam puanları 42.12 ± 8.48 iken akran ilişkileri ölçeği toplam puanları 43.55 ± 10.12 'dir. Çalışmada, ergenlerin akran ilişkilerinin yalnızlıklarına negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Ergenlerin yalnızlıklarının varyansın %24'ünün akran ilişkileri tarafından açıklandığını göstermektedir ($p < 0.05$).

Sonuç: Çalışmamız COVID-19 salgınında çalışmaya katılan ergenlerin yalnızlıklarının ve akran ilişkilerinin orta düzeyde olduğunu, yalnızlık durumlarının akran ilişkileri ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Ergenlerin akran ilişkilerinin iyi olması yalnızlık duygusunu hissetmelerini önleyebilir. Bu nedenle COVID-19 pandemi sürecinde ergenlerin yalnızlık duygularının düzeyinin belirlenmesi ve akran ilişkilerindeki değişimlerin tespit edilmesi gereklidir. Bu nedenle nitel ve boyamsal çalışmalar planlanabilir. Aynı zamanda ergenlere ihtiyaçları olan psikolojik destek sağlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, akran ilişkileri, yalnızlık, ergenler

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the peer relationships and loneliness of adolescents during the COVID-19 pandemic period.

Methods: The research is a descriptive study and data were collected through a form created with the Google-Forms program. 204 adolescents from a high school in western Turkey participated in the study. The research data were collected online with the "Peer Relationship Scale", "Loneliness Scale" and the "Child Information Form" prepared by the researcher. Descriptive, comparative and correlational statistics were used in the analysis of the data.

Results: 75.5% of the adolescents were girls, 54.4% were between the ages of 12-15, 83.8% stated that they used the internet regularly, 68.1% had internet at home and 78.9% stated that their internet use was not supervised by their parents during the COVID-19 epidemic. While the loneliness scale total scores of the adolescents participating in the study were 42.12 ± 8.48 , the peer relations scale total scores were 43.55 ± 10.12 . In the study, it is seen that adolescents' peer relationships have a negative and moderately significant effect on their loneliness. It shows that 24% of the variance of adolescents' loneliness is explained by their peer relationships ($p < 0.05$).

Conclusion: Our study revealed that the loneliness and peer relationships of the adolescents participating in the study during the COVID-19 epidemic were at a moderate level, and their loneliness was related to their peer relationships. Adolescents' good peer relationships can prevent them from feeling lonely. For this reason, it is necessary to determine the level of loneliness of adolescents during the COVID-19 pandemic process and to determine the changes in peer relationships. Therefore, qualitative and longitudinal studies can be planned. At the same time, adolescents should be provided with the psychological support they need.

Keywords: COVID-19, peer relationships, loneliness, adolescent

GİRİŞ

Çin'in Wuhan şehrinde, Aralık 2019 yılında ortaya çıkan ve 11 Mart 2020'de Dünya Sağlık Örgütü tarafından resmi olarak küresel bir pandemi ilan edilen koronavirüs hastalığı tüm dünyadaki insanların iş, okul katılımları ve arkadaşları, aileleri ile görüşmelerini de kısıtlamak dahil olmak üzere insanların sosyal yaşamları

¹ İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, aysearici09@gmail.com, ORCID: 0000-0002-4084-5273

² Harran Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, eminduken@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1902-9669

*Sorumlu Yazar

Geliş Tarihi / Received: 15.11.2021

Kabul Tarihi/Accepted: 11.03.2022

rına önemli kısıtlamalar getirmiştir. Bu kısıtlamalar ile birlikte COVID-19 pandemisi ergenlerin hayatlarında da pek çok alanda değişimlere neden olmuştur (Gómez-Galán ve ark., 2020; Sabato ve ark., 2021). Ergenler, salgının yayılımını sınırlandırmak için yürütülen fiziksel mesafe kısıtlama politikaları ile COVID-19'un fiziksel sağlıkla ilgili sonuçlarından belli oranda korunmuş olsalar bile sosyal işlevlerindeki bozulmalardan korunamamışlardır (Cao ve ark., 2020; Lessard & Puhl, 2021).

Pandemi sürecinde okullar kapatılıp, ergenlerin çoğu için günlük yüz yüze okul rutinlerinin yerini uzaktan eğitim modeli almıştır. Ayrıca ergenler sosyal izolasyon, akranlarından ayrı kalma gibi durumlar ile karşı karşıya kalmışlardır (Cooper ve ark., 2021; Elhai ve ark., 2020). Bu nedenle COVID-19 pandemisi ergenlerin akran ilişkilerini etkilemiş olabilir (Elhai ve ark., 2020). Cohen ve ark. (2020), ABD örneklemini ile yaptığı çalışmada, ergenlerin %24'ünün COVID-19 pandemi sürecinde arkadaş desteğini daha az algıladıklarını tespit etmişlerdir (Cohen, C., Cadima, G., & Castellanos, 2020). Ayrıca yakın tarihli bir çalışmada da ergenler pandeminin bir sonucu olarak arkadaş ilişkilerinin bozulduğunu bildirmişlerdir (Rogers ve ark., 2021). Bu çalışmalara rağmen ilgili literatür incelendiğinde COVID-19 salgını döneminde ergenlerin akran ilişkileri çok az şey bilindiği görülmektedir (Ellis ve ark., 2020).

Hem ergenlerin akran ilişkilerinin bozulması ya da kesintiye uğraması hem de pandemi sürecinde sosyal yaşamdaki değişimler ergenlerin yalnızlık duygularının artışına yol açmış olabilir (Cooper ve ark., 2021; Ellis ve ark., 2020). Yalnızlık, gerçek ve istenilen sosyal bağlantı arasındaki uyumsuzluktan kaynaklanan hoş olmayan bir duygudur (Perlman ve Peplau, 1981). Qualter ve arkadaşlarının gerçekleştirdiği çalışmada 12-15 yaşındaki çocukların %20'si en azından "bazen" yalnız olduklarını belirtmişlerdir (Qualter ve ark., 2015). Yalnızlık duygusu ergenlikten itibaren yaşam sonuna kadar devam edebilir (Mund ve ark., 2020; Madsen ve diğerleri, 2019). Yalnızlık, ergenlerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarını olumsuz etkileyebilmektedir (Eccles ve diğerleri, 2020; Loades ve diğerleri, 2020). Bu nedenle COVID-19 pandemi sürecinde ergenlerin yalnızlık duygularının düzeyinin ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi gereklidir (Al Omari ve ark., 2021). Ek olarak, akran ilişkilerindeki değişimlerin de tespit edilip ergenlere ihtiyaçları olan psikolojik desteğin sağlanması ergenlerin bu dönemi fiziksel, psikolojik ve sosyal yönden sağlıklı bir şekilde geçirebilmesi açısından önemlidir. Bu çalışma COVID-19 pandemi döneminde ergenlerin akran ilişkilerini ve yalnızlıklarını incelemeyi amaçlamıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Araştırma COVID-19 salgın sürecinin ergenlerin akran ilişkilerini ve yalnızlık durumlarını incelemek üzere yapılmış tanımlayıcı tipte bir çalışmadır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Türkiye'nin batısındaki bir ilde yaşayan 12-18 yaş grubu ergenler oluşturmaktadır. Araştırmada amaçlı örnekleme ile ergenlere kartopu örnekleme yöntemiyle ulaşılarak, Google formlar programıyla oluşturulan form aracılığıyla veriler toplanmıştır. Araştırma örneklemini çalışmaya katılmayı kabul eden ve anketin hepsini tam dolduran 204 öğrenci oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri “Akran İlişkileri Ölçeği (AİÖ)”, “UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA-YÖ) ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Çocuk Bilgi Formu” ile online olarak toplanmıştır.

Çocuk Bilgi Formu

Bu form araştırmacı tarafından hazırlanmış olup, yaş, cinsiyet, COVID-19 sürecinde internet kullanım durumu, sigara içme durumu, interneti ne sıklıkla kullandıkları, eğitim durumları, internet kullanımlarının ebeveynler tarafından denetlenme durumu gibi sosyodemografik özellikleri tanımlayıcı 10 sorudan oluşmaktadır.

Akran İlişkileri Ölçeği (AİÖ):

Akran ilişkileri ölçeği, Kaner (2000) tarafından Sosyal Kontrol ve Sosyal Öğrenme Kuramlarına dayalı olarak akran ilişkilerini incelemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin cronbach alpha kat sayısı 0.93 olarak belirlenmiştir. AİÖ toplam 18 maddeden, 4 alt ölçekten oluşmakta ve maddeleri 1 (hiçbir zaman) ile 5 (her zaman) arasında puanlanmaktadır. Bu alt boyutlar Bağlılık (1,4,10,11,12,13,15,16), Güven ve Özdeşim (2,8,9,18), Kendini Açma (6,7,14) ve Sadakat (3,5,17) alt boyutlarıdır. Ölçeğin geliştirme çalışmasında alt boyutlarının iç tutarlılığı incelendiğinde ise; “bağlılık” alt boyutu için $\alpha=0,90$ “güven ve özdeşim” alt boyutu için $\alpha=0,69$; “kendini açma” için $\alpha=0,66$ ve “sadakat” alt boyutu için ise $\alpha=0,55$ olduğu saptanmıştır. Ölçeğin puanlamasında; alt boyutlarının ayrı ayrı ve ölçeğin genelinin puanı hesaplanmakta ve ölçekten alınan yüksek puanlar, arkadaşlar ile olumlu ilişkileri; düşük puanlar ise, olumsuz ilişkileri ifade etmektedir (Kaner, 2000). Ölçekteki toplam puan 18 ve 90 arasında değişebilmektedir. Ölçeğin bu çalışmadaki güvenirlik katsayısı 0.85 olarak belirlenmiştir.

UCLA Yalnızlık Ölçeği (UCLA-YÖ)

Russel, Peplau ve Ferguson tarafından geliştirilen yalnızlık ölçeği 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması Demir tarafından 1989 yılında yapılmıştır. Maddelerde sosyal ilişkilerle ilgili duygu ve düşünceleri belirten bir durum ortaya konulmuş ve bu durumu ne sıklıkla deneyimlediklerini belirtmeleri istenmektedir. Ölçek dördümlü likert tiptedir. Ölçekten elde edilen yüksek puan; yalnızlığın daha yoğun yaşandığını göstermektedir. Ölçek puanlaması ile elde edilebilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 80'dir. Puanın 20-

40 arasında olması düşük düzey, 41-60 arası orta düzey, 61-80 yüksek düzey yalnızlık yaşandığını göstermektedir. Demir çalışmasında ölçeğin güvenirlik katsayısını 0,96 olarak belirlemiştir (Demir, 1989). Ölçeğin bu çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı 0.80'dir.

İstatistiksel Analiz:

Verilerin değerlendirilmesinde sürekli ve sayımla elde edilen değişkenlerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler (sayı yüzde, ortalama, minimum-maksimum), korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Çalışma öncesinde etik kurul izni (03.01.2017 tarihli, 2/11 karar no) Araştırmanın yürütülebilmesi için kurum izni alınmış ve girişimsel olmayan klinik etik kurulundan (2021/2861 karar no) onam alınmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden ergenlere çalışma ile ilgili açıklama yapılmış, aydınlatılmış onam formu ile onamları alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1'de araştırma kapsamına alınan ergenlerin tanıtıcı özellikleri yer almaktadır. Çalışmaya katılan ergenlerin %54.4'ü 12-15 yaş aralığındadır. Ergenlerin %75.5'inin kadın, %68.1'inin evde internet bağlantısı olduğu, %78.9'unun ebeveyninin COVID-19 pandemi sürecinde internet kullanımlarını denetlemediği ve %83.8'inin interneti düzenli kullandığı belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Tanımlayıcı Özellikler

	Sayı	Yüzde
Yaş		
12-15	111	54.4
16-18	93	45.6
Cinsiyet		
Kadın	54	75.5
Erkek	50	24.5
Evde İnternet Bağlantısı Bulunma Durumu		
Evet	139	68.1
Hayır	65	31.9
Ebeveynin COVID-19 Salgınında İnternet Kullanım Durumunu Denetlemesi		
Evet	43	21.1
Hayır	161	78.9
COVID-19 Salgınında İnterneti Kullanma Sıklığı		
Düzenli Kullanan (Her gün)	171	83.8
Düzensiz Kullanan (Haftada en az üç kez)	33	16.2

Tablo 2’de AİÖ ve UCLA-YÖ puan ortalamaları sunulmuştur. Araştırmaya katılan ergenlerin UCLA-YÖ toplam puanları 42.12 ± 8.48 iken AİÖ toplam puanları 43.55 ± 10.12 ’dir. Ayrıca ergenler AİÖ’nin bağıllık alt boyutundan 14.03 ± 5.19 , güven ve özdeşim alt boyutundan 9.29 ± 3.36 , kendini açma alt boyutundan 9.07 ± 2.74 , sadakat alt boyutundan 11.14 ± 2.99 puan almıştır.

Tablo 2. Akran İlişkileri Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puan Ortalamaları

	Ort. $\pm$ SS	min-maks
Akran İlişkileri Ölçeği		
Bağıllık	14.03 ± 5.19	8-40
Güven ve Özdeşim	9.29 ± 3.36	4-20
Kendini Açma	9.07 ± 2.74	3-15
Sadakat	11.14 ± 2.99	3-15
Toplam Puan	43.55 ± 10.12	1-90
UCLA Yalnızlık Ölçeği		
Toplam Puan	42.12 ± 8.48	20-80

Tablo 3’te Ergenlerin bazı değişkenlerine göre AİÖ ve UCLA-YÖ puan ortalamaları karşılaştırılması verilmiştir. Bu karşılaştırmaya göre; ergenlerden kadın olanların AİÖ sadakat alt boyutundan aldıkları puan ortalaması erkeklere göre yüksek olup (sırasıyla; 11.57 ± 2.78 , 9.98 ± 3.13), ergenlerin cinsiyetleri ile AİÖ’nin sadakat alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($p < 0.001$). Ayrıca ergenlerin evde internetlerinin bulunma durumu ile sadakat alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olup, evinde interneti olmayanların puan ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ergenlerin ebeveynlerinin COVID-19 pandemi döneminde internet kullanımını denetlemeleri ile AİÖ’nin kendini açma, sadakat alt boyutu ve toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak UCLA-YÖ toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Araştırmaya katılan ergenlerin interneti kullanma sıklığı değişkeni ile AİÖ bağıllık, güven ve özdeşim alt boyutu ile toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ancak kendini açma, sadakat alt boyutları ile anlamlı bir ilişki olmadığı ve UCLA-YÖ toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Tablo 3).

Tablo 3. Ergenlerin bazı değişkenleri ile Akran İlişkileri Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

	N	Akran İlişkileri Ölçeği				UCLA Yalnızlık Ölçeği	
		Bağlılık	Güven ve Özdeşim	Kendini Açma	Sadakat	Toplam Puan	Toplam Puan
		Ort. ± SS	Ort. ± SS	Ort. ± SS	Ort. ± SS	Ort. ± SS	Ort. ± SS
Cinsiyet							
Kadın	152	14.00±5.29	9.18±3.25	9.06±2.75	11.57±2.78	43.83±9.76	42.19±8.38
Erkek	52	14.20±4.98	9.74±3.67	9.28±2.64	9.98±3.13	43.20±10.91	41.89±8.82
t		-0.22	-1.01	-0.48	3.41	0.38	0.21
p		0.82	0.31	0.63	0.00	0.69	0.83
Evde İnternet Bağlantısı Bulunma Durumu							
Evet	139	14.09±5.67	9.17±3.27	8.97±2.71	10.77±3.15	43.01±10.56	41.69±8.90
Hayır	65	13.92±4.02	9.55±3.54	9.30±2.82	11.93±2.45	44.72±9.07	43.12±7.41
t		0.21	-0.75	-0.81	-2.62	-1.12	-1.11
p		0.82	0.45	0.41	0.00	0.26	0.26
Ebeveynin COVID-19 Salgınında İnternet Kullanım Durumunu Denetlemesi							
Evet	171	14.06±5.45	9.11±3.31	8.87±2.72	10.78±3.06	42.83±10.45	42.06±8.67
Hayır	33	13.90±3.64	10.24±3.49	10.15±2.64	13.03±1.57	47.33±7.17	42.62±7.34
t		0.15	-1.77	-2.48	-4.10	-2.36	-0.34
p		0.87	0.07	0.01	0.00	0.01	0.73
COVID-19 Salgınında İnterneti Kullanma Sıklığı							
Düzenli Kullanan (Her gün)	43	12.46±5.20	7.81±2.52	8.65±2.75	10.86±3.45	39.79±8.49	38.21±7.99
Düzensiz Kullanan (Haftada en az üç kez)	161	14.45±5.12	9.68±3.45	9.19±2.74	11.22±2.86	44.56±10.30	43.20±8.29
t		-2.25	0.03	0.58	0.02	0.32	0.86
p		0.02	0.00	0.25	0.48	0.00	0.00

Tablo 4. Akran İlişkileri Ölçeği ile UCLA Yalnızlık Ölçeği İlişkisi

		Akran İlişkileri Ölçeği					
Akran İlişkileri Ölçeği	Güven ve Özdeşim	r	Bağlılık	Güven ve Özdeşim	Kendini Açma	Sadakat	Toplam Puan
		p	0.58*		0.42*	0.25*	0.82*
	Kendini Açma	r	0.29*	0.42*		0.31*	0.65*
		p	0.00	0.00		0.00	0.00
	Toplam Puan	r	0.79*	0.82*	0.65	0.47*	
		p	0.00	0.00	0.00	0.00	
	UCLA Yalnızlık Ölçeği	Toplam Puan	r	-0.60*	-0.46*	-0.14	0.35
p			0.00	0.00	0.03	0.62	0.00

* p< 0.01 düzeyinde anlamlı

Yapılan korelasyon analizi sonucunda AİÖ'nin bağlılık, güven ve özdeşim alt boyutları ve AİÖ toplam puanı ile UCLA-YÖ toplam puanı arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca UCLA-YÖ toplam puanı ile AİÖ kendini açma alt boyutu arasında negatif yönlü zayıf düzeyde bir ilişki olduğu ancak UCLA-YÖ toplam puanı ile sadakat alt boyutu arasında bir ilişki olmadığı bulunmuştur (Tablo 4).

Tablo 5. Akran İlişkilerinin Yalnızlığı Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi

Değişkenler		B	β	t	p	F	P	R	R ²
Akran İlişkileri	Yalnızlık	-0.41	-0.50	-8.00	0.00	64.09	0.00	0.50	0.24

Tablo 5'te kurulan regresyon modelinin anlamlı olduğu görülmektedir. İlişkinin yordanmasına yönelik yapılan regresyon analiz sonuçlarına göre ergenlerin akran ilişkilerinin yalnızlıklarına negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Modelin açıklama gücü olarak ifade edilen R² değeri 0,24 olarak hesaplanmıştır (β =-0.50; R²=0.24; p<0.05). Akran ilişkileri yalnızlık üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir (p<0.05). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre akran ilişkilerinin yalnızlığı (β =-0.50) etkilediği saptanmıştır. (Tablo 5).

TARTIŞMA

COVID-19 pandemi süreci ergenlerin sosyal yaşamlarında zorunlu değişikliklerin yaşandığı bir dönemdir. Salgının yayılımını önlemek amacıyla yürütülen politikalar ergenlerin sosyal izolasyonu, akranlarından uzak kalma gibi durumları deneyimlemelerine neden olabilir (Bernasco ve ark., 2021). Böylece ergenler pandemi döneminde olumsuz akran ilişkileri ve yalnızlık duygusuna sebep olabilir (Rogers ve ark., 2021). Bu araştırmada COVID-19 pandemi sırasında ergenlerin akran ilişkileri ve yalnızlık duygularının durumları tartışılmıştır.

Bu araştırmaya katılan ergenlerin çoğunluğu her gün interneti kullandığını ve ebeveynleri tarafından internet kullanımlarının denetlenmediğini bildirmiştir (Tablo 1). Benzer olarak, Dong ve arkadaşları yaptıkları çalışmada ergenlerin pandemi sürecinde interneti düzenli kullandığını tespit etmiştir (Dong ve ark., 2020). Bu durum eğitimin online olarak yürütülmesinden ve ergenlerin evde geçirdiği sürenin artmasından kaynaklanabilir.

Bu araştırmada ergenlerin akran ilişkileri ve yalnızlık puanlarının orta düzeyde olduğu bulunmuştur (Tablo 2). Çin’de 14-18 yaş aralığındaki 7202 ergenle yapılan bir çalışmada; pandemi döneminde ergenlerin akran ilişkileri düşük düzeyde bulunmuş olup, depresyon riskini 4.2 artırdığı tespit edilmiştir (Qi M, Zhou SJ, guo ZC, Zhang lg, Min HJ, 2020). Ergenlerin akran ilişkileri ve yalnızlıkları arasında negatif yönde orta büyüklükte ($r=-0.50$, $p<0.01$) anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4). Ergenlerin akran ilişkilerinin yalnızlıklarını %24 oranında açıkladığı bulunmuştur (Tablo 5). Bu sonuçlar ergenlerin arkadaşları ile olumsuz ilişki ve yalnızlık duygusu içerisinde olabileceğini göstermektedir. Ayrıca ergenlerin yalnızlık duygusu yaşamaması için akran ilişkilerinin önemini ortaya koymaktadır. Araştırma sonucu literatür ile uyumlu bulunurken, Sabato ve arkadaşlarının (2021) COVID-19 pandemi sürecindeki 10-12 yaşlarındaki 82 erken ergen ile yaptığı çalışmada katılımcıların yalnızlık derecelerinin yüz yüze etkileşimde bulunduğu arkadaş ilişkileri ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu ve arkadaş ilişkileri kesintiye uğrayanların yalnızlık yaşadıklarını tespit etmişlerdir (Sabato ve ark., 2021). Yine Cooper ve arkadaşlarının (2021) 11-16 yaş arasındaki ergenler ile yaptıkları çalışmada, daha az sosyal temasta bulunan ergenlerin yalnızlıklarının arttığı belirtilmiştir (Cooper ve ark., 2021). COVID-19 pandemi sürecinde gerçekleştirilen 63 çalışmanın incelendiği bir sistematik derlemede ergenlerin karantina süreci nedeniyle akran ilişkilerinden mahrum kaldıkları bildirilmiş olup, araştırmacılar ergenlerin yalnızlık hissetmelerini sağlıkları için önemli risk faktörü olarak ilişkilendirmiştir (Loades ve ark., 2020).

Bu araştırmada, ergenlerin yalnızlıkları ile bağlılık ve güven, özdeşim arasında negatif yönlü orta düzeyde ($r=-0.60$, $p<0.01$; $r=-0.46$, $p<0.01$) bir ilişki bulunurken, kendini açma alt boyutu arasında negatif yönde zayıf büyüklükte ($r=-0.14$, $p<0.05$) bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre ergenler arkadaşları ile yakınlık kurup sevgi hissettiklerinde ve arkadaşlarıyla paylaşımda bulunduklarında daha az yalnızlık duygusu yaşamaktadır. Aynı zamanda ergenlerin akranları ile birbirlerine güvenmeleri yalnızlıklarını azalttığı düşünülebilir. Araştırmamızın sonucu ile benzer şekilde, 16-17 yaşındaki 2091 ergen ile gerçekleştirilen çalışmada akranları ile sosyal yakınlık kurmanın yalnızlığı ($\beta=-0.26$) etkilediği bildirilmiştir (Woodhouse ve ark., 2012). Belçika’da ergenlerle gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise yalnızlık ile arkadaşlarla yakınlık kurma arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir (Vanhalst ve ark., 2014).

Ergenlerin cinsiyetleri ile yalnızlıkları arasında bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Bu bulgunun aksine literatür incelendiğinde cinsiyetin yalnızlık üzerinde önemli bir etkisinin olduğu görülmektedir. Bu bulgumuz literatür ile uyumluluk göstermemektedir (Özdemir & Tatar, 2019; Sabato ve ark., 2021; Woods ve ark., 2015). Bu farklılığa çalışmanın gerçekleştirildiği örneklem sebep olabilir.

Bu araştırmada COVID-19 salgınında interneti kullanma sıklığı ve yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve interneti düzensiz kullananların yalnızlığı daha çok yaşadığı saptanmıştır (Tablo 3). COVID-19 pandemi döneminde sosyal ilişkiler ve akran ilişkilerinin çevrimiçi olarak sağlanması yüz yüze olmasa da yalnızlık duygusunu azaltmada yardımcı olduğu yorumu yapılabilir. Bulgumuz ile uyumlu olarak, ergenlerin yalnızlıklarını inceleyen bir çalışmada akranları ile online olarak ilişkilerini devam ettiren ergenlerin yalnızlık puan ortalamalarının daha düşük olduğu vurgulanmaktadır (Ellis ve ark., 2020).

Araştırmada yer alan, ergenlerin ebeveynlerinin COVID-19 salgınında internet kullanımı denetlemeleri ile akran ilişkileri birlikte ele alındığında, internet kullanımı denetlenmeyen ergenlerin akran ilişkilerinin daha iyi olduğu bulunmuştur. Ergenlerin interneti denetlenmediği için akranları ile daha çok paylaşımda olduğu, sonuç olarak akran ilişkilerinin olumlu yönde arttığı şeklinde düşünülebilir.

SONUÇ

Araştırmanın sonucunda, COVID-19 pandemi döneminde ergenlerin akran ilişkilerinin yalnızlık hissetmelerinde etkili olduğu görölmektedir. Çalışmaya katılan ergenlerin arkadaşları ile ilişkilerinin olumsuz yönde olduğu ve orta düzeyde yalnızlık yaşadıkları bulunmuştur. Ayrıca ergenlerin yalnızlıklarının varyansın %24'ünün akran ilişkileri tarafından açıklandığını göstermektedir. Akran ilişkileri yalnızlık üzerinde anlamlı bir etkiye sahiptir ($p<0,05$). Bulunan sonuçlar ışığında, ergenlerin pandemi sürecindeki akran ilişkilerinin ve yalnızlık hissetmelerinin derinlemesine araştırılması ve ergenlere psikolojik destek verilirken bu kavramlara yer verilmesi önerilir. Ayrıca tüm bu sonuçların genellenebilmesi için araştırmanın farklı örneklemeler ile tekrar gerçekleştirilmesi yararlı olacaktır.

KAYNAKLAR

- Al Omari, O., Al Sabei, S., Al Rawajfah, O., Abu Sharour, L., Al-Hashmi, I., Al Qadire, M., & Khalaf, A. (2021). Prevalence and Predictors of Loneliness Among Youth During the Time of COVID-19: A Multinational Study. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*. <https://doi.org/10.1177/10783903211017640>
- Bates, L. C., Zieff, G., Stanford, K., Moore, J. B., Kerr, Z. Y., Hanson, E. D., Barone Gibbs, B., Kline, C. E., & Stoner, L. (2020). COVID-19 Impact on Behaviors across the 24-Hour Day in Children and Adolescents: Physical Activity, Sedentary Behavior, and Sleep. *Children* 7 (9), 138. <https://doi.org/10.3390/children7090138>
- Bernasco, E. L., Nelemans, S. A., van der Graaff, J., & Branje, S. (2021). Friend Support and Internalizing Symptoms in Early Adolescence During COVID-19. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 692–702. <https://doi.org/10.1111/jora.12662>
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287(March), 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Cohen, C., Cadima, G., & Castellanos, D. (2020). Adolescent well-being and coping during COVID-19: A US-based survey. *Journal of Pediatrics and Neonatology*, 2(1), 15–20.
- Cooper, K., Hards, E., Moltrecht, B., Reynolds, S., Shum, A., McElroy, E., & Loades, M. (2021). Loneliness, social relationships, and mental health in adolescents during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 289(April), 98–104. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.016>
- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerliliği ve Güvenirliğı. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.

- Dong, H., Yang, F., Lu, X., & Hao, W. (2020). Internet Addiction and Related Psychological Factors Among Children and Adolescents in China During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *Epidemic. Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00751>
- Elhai, J. D., Yang, H., McKay, D., & Asmundson, G. J. G. (2020). COVID-19 anxiety symptoms associated with problematic smartphone use severity in Chinese adults. *Journal of Affective Disorders*, 274(April), 576–582. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.080>
- Ellis, W. E., Dumas, T. M., & Forbes, L. M. (2020). Physically isolated but socially connected: Psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 52(3), 177–187. <https://doi.org/10.1037/cbs0000215>
- Gómez-Galán, J., Martínez-López, J. Á., Lázaro-Pérez, C., & Sánchez-Serrano, J. L. S. (2020). Social networks consumption and addiction in college students during the COVID-19 pandemic: Educational approach to responsible use. *Sustainability* (Switzerland), 12(18), 1–17. <https://doi.org/10.3390/su12187737>
- Kaner, S. (2000). Akran İlişkileri Ölçeği.
- Lessard, L. M., & Puhl, R. M. (2021). Adolescent academic worries amid COVID-19 and perspectives on pandemic-related changes in teacher and peer relations. *School Psychology*, 36(5), 285–292. <https://doi.org/10.1037/spq0000443>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Özdemir, H., & Tatar, A. (2019). Genç Yetişkinlerde Yalnızlığın Yordayıcıları: Depresyon, Kaygı, Sosyal Destek, Duygusal Zeka. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*, 1(2), 93–101. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.19.1.11>
- Qi M, Zhou SJ, guo ZC, Zhang lg, Min HJ, li X. (2020). The effect of social support on men- tal health in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *J Adolesc Health*. doi:10.1016/j.jadohealth.2020.07.001
- Rogers, A. A., Ha, T., & Ockey, S. (2021). Adolescents' Perceived Socio-Emotional Impact of COVID-19 and Implications for Mental Health: Results From a U.S.-Based Mixed-Methods Study. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 43–52. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.09.039>
- Sabato, H., Abraham, Y., & Kogut, T. (2021). Too Lonely to Help: Early Adolescents' Social Connections and Willingness to Help During COVID-19 Lockdown. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 764–779. <https://doi.org/10.1111/jora.12655>
- Vanhalst, J., Luyckx, K., & Goossens, L. (2014). Experiencing loneliness in adolescence: A matter of individual characteristics, negative peer experiences, or both? *Social Development*, 23(1), 100–118. <https://doi.org/10.1111/sode.12019>
- Woodhouse, S. S., Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2012). Loneliness and Peer Relations in Adolescence. *Social Development*, 21(2), 273–293. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2011.00611.x>
- Woods, H. C., Scott, H., Cain, N., Gradisar, M., Hale, L., Guan, S., Amra, B., Shahsavari, A., Shayan-moghadam, R., Mirheli, O., Liu, Y., Zhang, J., Xin, S., Yin, N., Wai, M., Yu, M., Ping, S., Wing, J., Chan, Y., ... Armstrong, M. (2015). Sleep and use of electronic devices in adolescence : results from a large population-based study. *Computers in Human Behavior*, 33(8), 321–325. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0176-x>
- World Health Organization. (2020). COVID-2019. R&D.