



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON, KAYGI,
YALNIZLIK, SUÇLULUK-UTANÇ VE ÜNİVERSİTE
YAŞAMINA UYUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİLER**

VİLDAN EKEN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA
2018

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON, KAYGI,
YALNIZLIK, SUÇLULUK-UTANÇ VE ÜNİVERSİTE
YAŞAMINA UYUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİLER**

VİLDAN EKEN
20167727

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI

Prof. Dr. FATMA GÜL CİRHİNLİOĞLU

LEFKOŞA
2018

KABUL VE ONAY

Vildan Eken tarafından hazırlanan “Üniversite Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete, Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Yaşamına Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişkiler” başlıklı bu çalışma, 15/08/2018 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Yeterlilik Tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

Prof. Dr. Ebru TANSEL ÇAKICI

Komite Başkanı
Yakın Doğu Üniversitesi
Psikoloji Bölümü

Prof. Dr. Fatma Gül CİRHİNLİOĞLU

Cumhuriyet Üniversitesi
Psikoloji Bölümü
Tez Danışmanı

Yrd. Doç. Dr. Deniz ERGÜN

Yakın Doğu Üniversitesi
Psikoloji Bölümü

Prof. Dr. Mustafa SAĞSAN

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Yakın Doğu Üniversitesinde erişime açılabilir.
- Tezimin iki (2) yıl süre ile erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin tamamı erişime açılabilir.

15/08/2018

Vildan EKEN

İTHAF

Bu çalışmayı sevgili anneme, canparem çocuklarım, Hüseyin Berkay, Ömer Bartu'ya, kardeşlerim Güldan, Ahmet Cemal'e ve hayat arkadaşım Cengiz EKEN'e ithaf ediyorum.

TEŞEKKÜR

Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalının değerli hocaları; Prof. Dr. Mehmet ÇAKICI, Prof. Dr. Ebru TANSEL ÇAKICI, Yrd. Doç. Dr. Deniz ERGÜN, Uz. Psk. Bingül HARMANCI ve Öğr. Gör. Gönül TAŞÇIOĞLU hocalarıma verdikleri akademik bilgilerden ve katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Tez danışmanım, saygıdeğer hocam Prof. Dr. Fatmagül CİRHİNLİOĞLU'nun akademik desteğini esirgmeden kendisini hep yanımda hissettirdiğı, ayrıca aktardığı bilgilerle ışık olduğu için teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek Lisans eğitimim sürecince ve tez yazım aşamasında sonsuz desteğini hep hissettiren, “yapamayacağım” dediğimde beni motive eden yol arkadaşım, eşim Cengiz EKEN 'e engin bilgisi ile vizyonumu genişleten öğretim üyesi Dr. Nebahat ELER'e dostluğu için, yakınlarıma desteklerini hep hissettirdikleri için minnettarım.

ÖZ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DEPRESYON, KAYGI, YALNIZLIK, SUÇLULUK-UTANÇ VE ÜNİVERSİTE YAŞAMINA UYUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Araştırmaya Yakın Doğu Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi psikoloji bölümünde öğrenim gören 206 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplamak için Sosyo-Demografik Veri Formu, Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), Yalnızlık Ölçeği (UCLA), Suçluluk-Utanç Ölçeği (SUTÖ) ve Üniversite Yaşam Ölçeği (ÜYÖ) kullanılmıştır.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre suçluluk ve utanç boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır. Kadın öğrencilerin hem suçluluk hem de utanç alt boyutundan almış oldukları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Depresyon ile anksiyete ve yalnızlık arasında pozitif; suçluluk ve üniversite ortamına uyum ölçeği geneli ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, karşı cinsle uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutları arasında negatif korelasyon saptanmıştır. Anksiyete ile yalnızlık arasında pozitif; suçluluk ve üniversite ortamına uyum ölçeği geneli ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutları arasında negatif yönlü korelasyon görülmüştür. Suçluluk ile üniversite uyum ölçeği geneli ve ölçekte yer alan kişisel uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutları arasında anlamlı pozitif korelasyon bulunmuştur. Utanç ile üniversite uyum ölçeği geneli ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum ve karşı cinsle uyum alt boyutları arasında anlamlı negatif korelasyonlar vardır.

Depresyon, suçluluk-utanç ve yalnızlık puanlarının üniversite uyum ölçeği puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı, anksiyete puanlarının ise yordamadığı gözlenmiştir. Öğrencilerin depresyon, yalnızlık ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanların artması, üniversite uyum ölçeği puanlarını azaltırken, suçluluk puanlarının artması üniversite uyum ölçeği puanlarını artırmaktadır.

Anahtar kelimeler: Depresyon, Kaygı, Yalnızlık, Suçluluk-Utanç, Üniversite Yaşamına Uyum Düzeyleri

ABSTRACT

RELATIONSHIPS BETWEEN UNIVERSITY STUDENT' S DEPRESSION, ANXIETY, LONELINESS, GUILT-SHAME AND LEVELS OF CONFORMITY TO UNIVERSITY LIFE

The aim of this study is to determine relationships between university student's depression, anxiety, loneliness, guiltiness-shame and levels of conformity to university life. 206 students selected by simple random sampling method participated in the research in the psychology department of Faculty of Science and Literature of Near East University in 2017-2018 academic year. Beck Depression Scale (BAI), Beck Anxiety Scale (BAI), Loneliness Scale (UCLA), Guilt-Shame Scale (SUTÖ), and University Life Scale (SCI) were administered to the participants who participated in the research.

It has been seen the model established for foresighting student's depression, anxiety, loneliness, guiltiness-shame and level of conformity to university life points is statistically meaningful. A meaningful difference has been determined between guiltiness and shame points of students with respect to their genders. The points of female students taken from guiltiness and also shame sub dimension are higher then male students'. The observed correlation between depression and anxiety is positive, the correlation between guiltiness and general adaptation to university life scale, sub dimensions of this scale which are adaptation to university life, emotional adaptation, adaptation with opposite gender, academic adaptation and social adaptation is negative. Positive correlation between anxiety and loneliness, negative correlation between guiltiness and general adaptation to university life scale and sub dimensions of this scale which are adaptation to university life, emotional adaptation, academic adaptation and social adaptation. Meaningful positive correlation between guiltiness and general adaptation to university life scale, personal adaptation, academic adaptation and social adaptation sub dimensions of that scale has been found. There are meaningful negative correlations between shame and general adaptation to university life scale, adaptation to university life, emotional adaptation, adaptation to opposite gender.

It has been observed that depression, guiltiness-shame and loneliness points foresight the points of adaptation to university life in a meaningful level, whereas anxiety points do not. Increment of depression, loneliness and shame sub dimension points of the students decrease the points of adaptation to university life, increment of guiltiness points inceases points of adaptation to university life.

Keywords: Loneliness, guiltiness-shame, Depression, Anxiety, Levels of Adaptation to University Life

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY

BİLDİRİM

İTHAF

TEŞEKKÜR	iii
ÖZ.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLO DİZİNİ	ix
KISALTMALAR	xi

1. BÖLÜM.....	1
---------------	---

GİRİŞ	1
-------------	---

1.1. Problem Durumu	1
---------------------------	---

1.2. Çalışmanın Amacı	3
-----------------------------	---

1.3. Çalışmanın Önemi.....	4
----------------------------	---

1.4. Araştırmanın Soruları ve Hipotezi	7
--	---

1.5. Çalışmanın Sınırlılıkları.....	9
-------------------------------------	---

1.6. Tanımlar	9
---------------------	---

2. BÖLÜM.....	11
---------------	----

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	11
---	----

2.1. DEPRESYON	11
----------------------	----

2.1.1 Depresyonun Tanımı	11
--------------------------------	----

2.1.2. Depresyonun Belirtileri	14
--------------------------------------	----

2.1.3. Depresyon İle İlgili Etkenler ve Kuramsal Yaklaşımlar	17
--	----

2.1.3.1. Depresyonda Psikanalitik Yaklaşım.....	18
---	----

2.1.3.2. Depresyonda Davranışçı Yaklaşım	19
--	----

2.1.3.3. Depresyonda Bilişsel Yaklaşım.....	20
---	----

2.2. KAYGI.....	23
-----------------	----

2.2.1. Kaygının Tanımı	23
2.2.2. Kaygı Belirtileri	25
2.2.3. Kaygının Sebepleri	27
2.2.4. Kaygıyı Açıklayan Kuramlar	29
2.2.4.1. Psikanalitik Yaklaşım ve Kaygı.....	29
2.2.4.2. Bilişsel Kuram ve Kaygı.....	32
2.2.4.3. Davranışçı Kuram ve Kaygı	33
2.2.4.4. Biyolojik Kuram ve Kaygı	34
2.2.4.5. Varoluşçu Kuram ve Kaygı	34
2.3. YALNIZLIK	35
2.3.1. Yalnızlık Kavramı	35
2.3.2. Yalnızlığın Nedenleri.....	37
2.3.3. Yalnızlığı Açıklayan Kuramlar.....	38
2.3.3.1. Psikodinamik Yaklaşım.....	38
2.3.3.2. Varoluşçu Yaklaşım.....	38
2.3.3.3. Psikososyal Yaklaşım	39
2.3.3.4. Davranışsal Yaklaşım.....	39
2.3.3.5. Bilişsel Yaklaşım	39
2.3.3.6. Danışan Merkezli Yaklaşım.....	40
2.3.3.7. Bireysel Psikoloji Yaklaşımı	40
2.4. SUÇLULUK-UTANÇ.....	41
2.4.1. Suçluluk ve Utanç Kavramı.....	41
2.4.2. Utangaçlıkla İlgili Yaklaşımlar.....	46
2.4.2.1. Psikanalitik Yaklaşım	46
2.4.2.2. Medikal Yaklaşım.....	47
2.4.2.3. Sosyal Öğrenme ve Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlar.....	48
2.4.2.4. Utangaçlığın Bilişsel Modele Göre Değerlendirilmesi.....	49
3. BÖLÜM.....	50
YÖNTEM	50
3.1. Araştırmanın Modeli	50
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem	50

3.3. Veri Toplama Araçları	50
3.3.1. Sosyo-demografik Veri Formu.....	51
3.3.2. Beck Depresyon Ölçeği.....	51
3.3.3. Beck Anksiyete Ölçeği	51
3.3.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği	52
3.3.5. Suçluluk-Utanç Ölçeği.....	52
3.3.6. Üniversite Yaşam Ölçeği.....	52
3.4. Veri Toplanması	53
3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi.....	53
4. BÖLÜM.....	55
BULGULAR.....	55
4.1. Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular	55
4.2. Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeği Korelasyon Analizleri	77
4.3. Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeği Regresyon Analizleri	79
5. BÖLÜM.....	82
TARTIŞMA	82
6. BÖLÜM.....	99
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	99
KAYNAKÇA	104
EKLER.....	132
ÖZGEÇMİŞ.....	139
İNTİHAL RAPORU	140
ETİK KURUL ONAYI.....	141

TABLO DİZİNİ

Tablo 1. Depresyonun Fiziksel, Duygusal, Bilişsel Belirtileri.....	16
Tablo 2. Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=206)	55
Tablo 3. Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=206)	56
Tablo 4. Öğrencilerin ebeveynlerinin özelliklerine göre dağılımı (n=206)	57
Tablo 5. Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler (n=206)	58
Tablo 6. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	59
Tablo 7. Öğrencilerin yaş gruplarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	60
Tablo 8. Öğrencilerin sınıflarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	62
Tablo 9. Öğrencilerin kardeş sayılarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	64
Tablo 10. Öğrencilerin arkadaş sayılarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	66
Tablo 11. Öğrencilerin ilişki durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	68
Tablo 12. Öğrencilerin kaldıkları yere göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	69
Tablo 13. Öğrencilerin anne çalışma durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206).....	71
Tablo 14. Öğrencilerin baba çalışma durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206).....	72
Tablo 15. Öğrencilerin aile gelir durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	73
Tablo 16. Öğrencilerin harçlık durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)	74

Tablo 17. Öğrencilerin Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar (n=206)	77
Tablo 18. Öğrencilerin Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeğinden aldıkları puanları yordamasına ilişkin regresyon modeli (n=206)	79
Tablo 19. Öğrencilerin bazı sosyo-demografik özelliklerinin, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ölçeğinden aldıkları puanların Beck depresyon puanlarını yordamasına ilişkin regresyon modeli (n=206)	80
Tablo 20. Öğrencilerin bazı sosyo-demografik özelliklerinin, Beck Depresyon, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ölçeğinden aldıkları puanların Beck anksiyete puanlarını yordamasına ilişkin regresyon modeli (n=206).....	81

KISALTMALAR

APA:	Amerikan Psikiyatri Birliği
BDÖ:	Beck Depresyon Ölçeği
BAÖ:	Beck Anksiyete Ölçeği
REM:	Hızlı Göz Küresi Hareketleri (Rapid eye movement)
SUTÖ:	Suçluluk- Utanç Ölçeği
TDK:	Türk Dil Kurumu
UCLA:	Yalnızlık Ölçeği
ÜYÖ:	Üniversite Yaşam Ölçeği
YAB:	Yaygın Anksiyete Bozukluğu

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Bu bölümde öncelikle, depresyon, kaygı (anksiyete), yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamı konularına kısaca değinilmiştir. Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerinin bazı sosyodemografik değişkenlere göre belirlenmesi araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

Bireyin birçok duygularında iniş çıkışların olduğu gençlik döneminde kaygı çatışma, öfke, bencillik, yanılğı, gibi sıkıntıların da bulunduğu ve başkaldırının da bunlara eşlik ettiği çelişki, kararsızlık ve bocalamaları vardır. Her bireye göre başlaması sonlanması değişen, ruhsal fiziksel ve toplumsal değişikliklerin yapılandırıldığı bir dönemdir. Dönemin özelliklerini iyi bilmemiz, belirtilen dönem içerisinde geçmekte olan gençliğin hepsinin kendi içinde yaygın olarak bulunan ortak tepkilerini ve tutumlarını anlamamız için de önemlidir. Bu dönem, toplumun bakış açısından bakıldığında, toplumun yapısının sosyokültürel açıdan en hareketli ögesi olup, gencin toplumsal olarak rolünü, yeterince gerçekleştirebilmesi için, sosyal yapı içinde bir anlam yükleyebilmesi açısından kişiliğin sağlıklı gelişmesiyle olacaktır (Esenay, 2002).

Yukarıda açıklanan sebeplerden dolayı; gencin bu dönemi psikolojik bakımdan dengede olmayan gel gitlerin olduğu yaşam döngüsü içerisinde yer aldığı önemli bir dönemdir (Özdel, Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoğlu, 2002).

Bu gelişim evresinde genç kendi gelişimini desteklemeye, yetişkinliğe adım atmaya hazırlanırken başka açıdan üniversite hayatının getirmiş olduğu bariyerlerle başa çıkmak bunları aşmak ile uğraşmaktadır (Yüksel, 2004).

Bu dönemde birey, bütün yaşam döngüsü içerisinde yer alan çocukluk ve yetişkinlik arasında oransal olarak, girişken atak ve çalkantılı bir süreci yaşamaktadır. Bu dönemde gençlik, yetişkinlik dönemine geçişte ergenliğin son aşamasındadır (Kulaksızoğlu, 2006).

Kaygıyı tanımlayan Otto Rank; ölüm ve yaşam kaygısından bahseder. Kişinin özgün olarak yaptığı her hareket onu özgürleştirir fakat diğer insanlarla arasına mesafe girmesine neden olur. Bu mesafe insanın grupları içinden dışlanmasına, takdir görmemesine, sevgisizliğe ve reddedilmeye sebep olabilir. Çaba gerektiren ve tehlikeli yaşam için ölüm kaygısında grubun dışında mücadele vererek yaşamak için yaşam kaygısının oluşumuna sebebiyet vermektedir (Geçtan, 2010).

Bireyin çevresi tarafından dışlanması yalnızlık olarak algılanır ancak bu hal her zaman böyle olmayabilir. Birey ruhsal haline bağlı olarak kendini toplumdaki soyutlamak suretiyle de yalnızlık yaşayabilmektedir (Danış, 2009; Erözkan, 2009).

Psikolojik bir durum olan yalnızlık, sosyal ilişkilerdeki yetersizlikten, yoksunluktan meydana gelen ve kişileri memnuniyetsiz bırakan kimsesizlik halidir (Öz, 2010).

Suçluluk ve utanç insanların yaşamlarında sıkça rastlanabilecek negatif duygulardır. Kişiler bu duygulardan haz almamalarına rağmen sosyal ilişkilerine ve bireyin kendisine sağladığı yararlı işlevleri bulunmaktadır. Buna karşın bu iki duygunun aşırı ve uzun süreli bir şekilde yaşanması durumunda sosyal ve duygusal uyum problemleri görülebilir. Utanç duygusunun kronik bir şekilde hissedilmesi durumunda öfke, depresyon gibi olumsuz sonuçları vardır. Buna ek olarak utanç duygusunun kişilik bozukluklarının (narsistik, anti

sosyal, sınır) belirleyici öğelerinden olduğu düşünülmektedir. Suçluluk duygusunun utanç duygusuna göre daha az patolojik sonuçlar doğurması beklenir. Bunun sebebi, suçluluk duygusunda birey, diğer kişiye verilen zarara odaklanır ve tamir edici davranışlara yönelir (empati, özgecilik, bakım verme) (Cirhinlioğlu ve Güvenç, 2011).

En genel çerçeveden üniversite yaşamına uyum, özellikle üniversitenin ilk yılında hatta ilk döneminde birçok faktörün birlikte etkileşiminden dolayı çok çeşitli kişisel kaynakların kullanılmasına gereksinim duyulan oldukça karmaşık bir süreçtir (Clinciu, 2013).

Depresyon, sıklıkla görülen ve tekrarlama olasılığı fazla olan bir hastalıktır. Dünya Sağlık Örgütüne göre, halk sağlığını tehdit etmesi yönünden dördüncü olarak aciliyeti belirtilmiştir (Akt. Akçagöz, 2017). Depresyon sonucunda kişide; bedensel başka hastalıkları tetiklemesi, ölüm oranları ve tekrarlayıcılığından fiziksel, ilişkisel sorunlar, içe çekilme yalnızlıktan kaynaklı sosyal, intihar düşüncesi, anhedoni ve bilişsel işlev kayıplarından kaynaklı psikolojik sorunlara yol açmaktadır.

Bu araştırma ile üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri arasındaki ilişkileri incelenerek, sosyodemografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği konusu araştırmanın problem içeren cümlesini ortaya koymaktadır.

1.2. Çalışmanın Amacı

Araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri arasındaki ilişkileri araştırmaktır. Üniversite yaşamında problemlerin büyüüp ileriye yönelik ruhsal sorunlara yol açmaması adına üniversite yaşamına geçmeden önce öğrencilerin ilkökul, ortaokul, lise çağlarından başlayarak üniversite yaşamına uyumlarının kolay olabilmesi ve üniversite yaşamı için hazırlanmalarında etkili olacağı düşünülüp yapılacak çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

1.3. Çalışmanın Önemi

Bu araştırmanın analiz kapsamı, Yakın Doğu Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi psikoloji bölümünde 2017-2018 öğretim yılında öğrenim gören öğrencilerdir. Üniversite öğrencilerinin yalnızlık, utanç-suçluluk, depresyon, kaygı ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri arasındaki ilişkileri incelenerek, sosyodemografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi çalışmanın temelini oluşturmaktadır.

Depresyon; yaşam boyu yaygınlık oranı %2-15 arasında değişen, küresel bir halk sağlığı problemidir. Homojen bir bozukluktan ziyade, olasılıkla birden fazla etiyolojiye dayanan, pek çok hastalık alt tipini içeren ve yinelenen nöbetlerin gözlemlenebildiği yaygın bir sendrom olma özelliğini taşımaktadır (Üçel, 2016). Sözcük olarak depresyon, kişinin kendisini üzgün hissetmesi, çökmesi, yaşamsal ve işlevsel faaliyetin azalması gibi anlamlar yüklenmektedir (Sadock, Sadock, 2007).

Bireyin duygulanımı, düşüncelere, anılara, olaylara, uyaranlara, duygusal olarak geribildirimle eşlik etme kapasitesidir. Duygusal içeriğin dışa vurumu kin, nefret, üzüntü, öfke, neşe şeklindeki dışarıya yansımalarıdır. Duygudurum ise bireyin, kendi içinde yaşadığını içsel olarak nitelendirip duygusal olarak anlamlandırmasıdır. Bir süreliğine kişide bulunan; neşe, üzüntü, sıkıntı, çökkün yada taşkın duygulanım yaşamasıdır, bireye bağıntılı bakış açısıyla bakıldığında, belli bir süre duygulanımın durumunda olmasını da duygudurum olarak ifade edilir. Depresyon, bireyin yaşamında bulunan kendi yaşam seyrine devam ederken önceden kendisine zevk veren durumlardan önceki yaşamına istinaden zevk alamama zevk duyamadığı gibi bunlara karşı alakanın yok olması, alakanın yok olmasıyla birlikte elem, karamsarlık, keder duygularıyla ve yine duygusal ruhsal çökkünlüğünde eşlik ettiği depresif duygudurumu ile kendini ortaya koymaktadır. Yukarıdaki belirtiler olumlu gitmeyen yaşam olaylarına yönelik insanlarda yaygın olarak verilen tepkisel bir geri bildirim olsada kişilerdeki aynı nitelikteki duygu durumunda da depresyon hastalığı

olarak onaylanmaması gerekmektedir. Depresyonun gerçekte olduğunu, duyguların sürekliliği ile kişinin devam ettiği yaşantıyı bozacak dengesini yok edecek oranda yoğun olarak yaşaması takip etmektedir. Psikomotor yavaşlamanın eşlik ettiği, fiziksel ve zihinsel durumda enerji düşüklüğü ve düşünce içeriğinde kısıtlılık belirgin olacak şekilde yoğun bilişsel bir yavaşlama izlenmektedir (Işık, 1991).

Yalnızlık; sosyal ilişkilerdeki yoksunluk ve yetersizlikten kaynaklanan, bireyleri memnun etmeyen psikolojik bir durumu içermektedir (Öz, 2010). Yalnızlık, bireyin çevresi tarafından dışlanması olarak algılanır fakat bu durum her zaman böyle olmayabilir. Birey ruhsal durumuna bağlı olarak kendini toplumdan soyutlayarak da yalnızlık yaşayabilmektedir (Danış, 2009; Erözkan, 2009).

Weiss (1973) tıbbi olarak üzerinde durulabilecek bir hastalık olarak yalnızlığı tanımlamasına istinaden, bu şekilde tanımlanan yalnızlığın kişi için olumlu bir etkisinin olmadığını ve uzak durulması olası olan bir deneyim olarak kabul eder. Paula (2011)'nin aktarımına göre; Bowlby, yalnızlığın kişilerin özel sayılabilecek ilişki biçimlerinin olmamasına bir tepki olduğu tavsiyesiyle Weis'le aynı fikirde olduğunu belirtmiştir.

Perlman ve Peplau (1982)'in aktarımına göre Sermat yalnızlığı, kişinin mevcut durumda yaşadığı bireyler arası ilişkilerin oranı ile sahip olmayı istediği ister geçmişte yaşadığı, isterse hiç yaşamadığı ilişkilerin oranı arasındaki uyumsuzluk olarak nitelenmektedir. Bireyin yaşadığı yalnızlık oranı bu uyumsuzluğun şiddet derecesinde değiştiğini savunmuştur.

Duy (2003)'un akyarımına göre, Klein (2011) bağımsız olarak dıştan gelen olaylardan, sosyal gruplar arasındayken yada kabul, sevgi görürken bile kişinin yaşadığı içsel yalnızlığın olduğunu ifade eder. İfade edilen içsel yalnızlık, ulaşmanın mümkün olmadığı muhteşem içsel duruma ulaşmak istemenin neticesidir. Bütün bireylerin belirli oranda yaşama olası olduğu olan böyle bir yalnızlık yaşamın ilk dönemlerinde yaşanan psikotik kaygılardan kalan

paranoid ve depresif kaygılardan olası olduğu belirtilmektedir. Perlman ve Peplau ise yalnızlığın, kişinin bireyler arası ilişkilerinde ölçülebilen iyi ya da kötü olarak ortaya çıkan önemli bir aksama, bozulma gösterdiğinde yaşanan nahoş, sıkıntı verici bir yaşantı olduğuna ilişkin saptamalarda bulunmuşlardır. Anksiyete herkes tarafından hissedilebilen endişeli duygu durumudur (Karamustafaloğlu, Yumrukçal, 2011). Yaygın anksiyete bozukluğu (YAB), gün içerisinde sıklıkla yaşanan ve her durum karşısında endişe duyan ve neticede üzüntüyle harmanlanan bir durumdur (Şahin, 2015).

Aslında anksiyetenin normal hali metabolizmanın tehdit unsurlarına karşı savunma dürtüsüdür. Gündüz, (2009)'da yaptığı çalışmada anksiyetenin organizmanın tehlikeli durumlar karşısında koruma sisteminin devreye girmesini anlatmıştır. Kişi işyerinde yaşadığı sıkıntıları işyerinde bırakıp normal hayatına devam edememektedir. Sosyal hayatından, aile hayatına kadar her alanda etkisini sürdürmektedir (Özyaman, 2007). Kişi hem kendisi, hem ailesi hem de çevresiyle ilgili tüm beklentilerini olumsuz değerlendirebilmektedir (Mersin ve Öksüz, 2014). İş görenin çalışma ortamı ve koşulları, yaşadığı çevrenin sosyokültürel düzeyi, çalışma süresi, aldığı ücret gibi etmenler çalışanın verimini ve ruh halini etkilemektedir. Globalleşen toplumlarda iş kaybının arttığı bu zamanda, kişinin işte mutlu olmamasına rağmen başka alternatif iş olanaklarının kısıtlı olması bireyde işini kaybetme kaygısı, anksiyete ve devamını getiren depresyon durumlarını arttırmaktadır (Özyaman, 2007).

YAB'ı Şahin, (2015) tanımladığı gibi günlük yaşanan olaylarla ortaya çıkabilen karakterize duygu durum değişikliğidir. Bu duygu durum değişikliği çalışanlarda birçok farklı belirti verebilmektedir. Çalışanlar üzerindeki baskı anksiyetenin olumsuz belirtileri olan kötü hissiyat, heyecan, devamında gelen nefes darlığı, titreme ve terlemeyle kendini gösterir. Alkın, Yemez ve Mantar (2011) yaptıkları çalışmada belirttiği gibi, anksiyetenin akut olumsuz belirtileri görülmektedir.

Bu bilgilerin ışığı altında bu çalışmanın; üniversite depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerinin ve bunların birbirleriyle ilişkisinin belirlenmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Soruları ve Hipotezi

Belirtilen araştırmaya ilişkin detaylı araştırma soruları aşağıdaki gibi ifade edilmektedir.

- Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri arasında ilişki bulunmakta mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri sosyodemografik değişkenlere göre etkilemekte midir?

Araştırma modelimizden yola çıkarak üniversite öğrencilerinde depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmayacağını saptanması için aşağıdaki hipotezler geliştirilmiştir.

Temel hipotez: Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri birbirleri ile ilişkili olup, sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşmaktadır.

Alt hipotezler:

H1: Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H2: Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H3: Üniversite öğrencilerinin okudukları sınıflara göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H4: Üniversite öğrencilerinin kardeş sayılarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H5: Üniversite öğrencilerinin arkadaş sayılarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk- utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H6: Üniversite öğrencilerinin ilişki durumlarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H7: Üniversite öğrencilerinin kaldıkları yere göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H8: Üniversite öğrencilerinin anne çalışma durumlarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H9: Üniversite öğrencilerinin baba çalışma durumlarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H10: Üniversite öğrencilerinin aile gelir durumlarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H11: Üniversite öğrencilerinin harçlık durumlarına göre depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır.

H12: Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları arasında anlamlı korelasyonlar vardır.

H13: Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç düzeylerine ait puanları üniversite yaşamına uyum düzeylerine ait puanları anlamlı düzeyde yordamaktadır.

1.5. Çalışmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma sadece 2017-2018 öğretim yılında Kıbrıs Yakın Doğu Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi psikoloji bölümünde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır.
2. Araştırma için veri toplanırken anketi doldurmayı kabul etmeyen öğrenciler kapsam dışı bırakılmıştır.
3. Araştırma 5'li Likert ölçeğindeki anket soruları ve açık uçlu sorular ile sınırlandırılmıştır. Soruların dışına çıkılmamıştır. Anlam ifade etmeyen sorulara ankette yer verilmemiş açık bir dille hazırlanmıştır.
4. Anket katılımcılarının belirlenebilmesi için öğrencilerin sayısı tespit edilmiştir.

1.6. Tanımlar

Depresyon: Belirli bir grup davranışla belirgin, umutsuzluk, üzüntü ve mutsuzlukla birlikte günlük işlevselliği düşüren, döngüsel nitelik taşıyan ruhsal bir hastalıktır (Türkçapar ve Sargın, 2011)

Anksiyete: Dışsal gerçekliğin abartılı yorumlanmasıyla korku ve endişe duygularının bedensel semptomlarla birlikte görüldüğü sıkışma halidir. Kaygıyı, tehlike oluşturmayan bir obje bulunmaksızın yaşantılanan yaygın huzursuzluk hali olarak ele alır (Bozkurt, 2004)

Yalnızlık: Kişinin mevcut ilişkisi ile olmasını istediği sosyal ilişkisi arasındaki fark neticesinde ortaya çıkan ve birey için sıkıntılı bir durum yaratan öznel bir vaziyet olarak adlandırılmaktadır (Yıldırım, Engin, Yıldırım, 2011).

Suçluluk-utanç: Suçluluk genellikle, yapılan hata karşısında verilen yanıt gibi düşünülebilir. Utançta ise, kendini mutsuz hissetme ve hayal kırıklığına uğrama gibi duygular yaşanmaktadır (Barasch, 2000).

Üniversiteye Uyum (Adjustment to the University): Öğrencilerin psikolojik sağlıkları, kişisel mutlulukları, sosyal ve akademik gelecekleri

açısından büyük önem arz etmektedir. Uyum sürecine bakıldığında, üniversitenin ortamına uyum, kişisel, sosyal, duygusal, akademik ve karşı cinsle ilişkilerde uyum olarak gruplama yapıldığı gözlenmektedir (Baker, McNeil ve Siryk, 1985; Baker ve Siryk, 1989; Gerdes ve Mallinckrodt, 1994).

2. BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. DEPRESYON

2.1.1 Depresyonun Tanımı

APA (1994) depresyonu tanımlarken belirtilerden yola çıkarak, arzu ve hedefe varma eksikliği, suçluluk, değersizlik hissetme, bütün olarak enerjide düşüş olarak beliren, psikolojik, bilişsel ve motivasyonel bir belirti olarak ortaya koymaktadır. Depresyonu açıklayıcı birçok teori yola çıkmışsa da bütüne bakıldığında stres yönelimli modelin hepsine ana kaynak olarak ortada durduğunu görülmektedir.

Dışsal stres kaynakları, depresyonun tetiklenmesini ve ortaya çıkmasını sağlayan risk oranı yüksek olan faktörler arasında yer almaktadır (Bandura ve diğ., 1999). Bireylerin çevreden gelen, strese neden olan durumlara maruz kalmaktan çok, bu durumun içinde buldukları depresyon modeli ortaya koymaktadır (Bandura, 1986; 1995; 1997).

Psikiyatride depresyon, ruhsal çökkünlük anlamında kullanılmaktadır. Şöyleki; kişi kendini ümitsiz, karamsar, yetersiz, kendine güvensiz, çaresiz, değersiz, hissetmesi, küçük ve önemsiz nedenlerden dolayı suçlanma ya da kendini suçlama, yaşamdan kaçma, az yada çok yeme, az ya da çok uyuma, psikomotor hareketlerde hızlanma ya da yavaşlama, motivasyon yetersizliği, unutmama, kararsız kalma, neşesiz olma, baş ağrısı buna benzer fiziksel yakınmalar, önceden yapmaktan hoşlandığı etkinliklere ve hayata ilgide yok

oluş (yetişkinlikten önceki yaş grubunda olanların huzursuz davranması, can sıkıntısı yaşamaları), depresyon düzeyi arttıkça ölüm ve intiharın akla gelmesi, ayrıca bir olaya istinaden çıkan (işin kaybı, sınavı kaybetme, yakın kaybı v.b.) ruhsal çöküntü yaşama halidir (Kılıç, 1998).

Toplumda en yaygın görülen psikiyatrik hastalıktır. Yeni sınıflamalarda duygudurum bozuklukları arasında yer alır. Bazen hayatta hoş olmayan yaşama ilgili olaylar, karşılaşılan ruhsal yıkıcı durumlar, çevre ile ilgili olumsuz koşullar bireyin depresyona girmesine sebebiyet verir; buna reaktif depresyon denilir. Burada beyindeki biyokimyasal değişiklikler yaşanan olaylara sonuç olarak gelişir, ama onda bile kişinin depresyona yatkın olup olmadığına göre depresyona girip girmeme olasılığı farklıdır (Murray ve Lopez, 1997). Önemli bir halk sağlığı sorunu olan depresyonda yaygınlık ve yeti yitimi önemli bir sorun olup, kişide hayat boyu yüzde % 10 ile % 21 arası değişim göstermektedir (Noble, 2005).

Depresyon oranı, Türkiye Ruh Sağlığı Profili çalışma veri sonuçlarına göre bakıldığında %4 olarak tespit edilmiştir. (Kılıç, 1998). Ayakta tedavi için gelen hastalarda depresyon, konulan tanılarının en başında gelmektedir (Whooley ve ark. 1997). İlgili çekici olarak; 1997 yılında Dünya Sağlık Örgütü'nün yaptığı bir çalışmadan çıkan sonuçlara göre, depresyon 2020 yılına kadar zaman kaybına, işlevsellikte azalmaya ve ölüme neden olan sebepler arasında ikinci sırada yerini alabileceğini belirtmiştir. Yapılan çalışmada depresyonun 2020 yılında hastalık yükü açısından bakıldığında gelişmiş ülkelerde birinci sırada, gelişmekte olanlarda ise üçüncü sırada olacağını açıklamıştır (Murray ve Lopez, 1997).

Türkiye ile Dünya Sağlık Örgütü'nün yaptığı bir ortak çalışmada % 11,6 sağlık ocağına başvuran hastalarda depresyon saptanmış, üst solunum yolu hastalıklarının hemen arkasından ikinci sıraya yerleşmiş olduğu ortaya çıkmıştır (Rezaki, 1995). Çalışmada ayakta tedavi ile gelen hastaların tanı olarak depresyon tanısı % 30-50'sine koyulduğu ortaya çıkmıştır (Williams ve ark. 1999). Ülkemizdeki duruma çalışmada bakıldığında ise bu oran %15'e

düştüğü tespit edilmiştir (Sağduyu ve ark. 2000). Burada depresyonun birinci basamak sağlık hizmetlerinde ortaya çıkması tedavinin uygun şekilde yapılması depresyona sebep olan unsurların azalmasına imkan verecektir (Henkel ve ark. 2003).

Valenstein ve arkadaşlarına (2001) göre; depresyon taramasında tarama giderleri düşük olur ve tedavi uygun yapılırsa verimli olabilir düşüncesi hakim olmuştur. Bazı zamanlarda herkes depresyon yaşayabilir. İnsan yaşamında yine bazı zamanlarda, okulda ve iş yaşamında yaşanan başarısızlık, yakın birinin ölümü, hastalık, yaşlılık depresyon olarak yorumlanan durumlar olabilir. Yaşanılan olayla depresyon orantılı değilse, orantılı olmayan bu durumun uzun sürmesi iyileşme noktasını aşması anormal olarak nitelendirilir. Mizaç bozukluğu olarak depresyon adlandırılrsa da belirtide dört grubu ayrılır. Duygusal emarelerinin yanı sıra fiziksel, bilişsel ve güdüsel emareleri görülmektedir. Tanıyı koymak için depresyonda, bu emarelerin hepsinin olması şart değildir. Fakat buradaki emarelerin şiddetli ve çok olması kişinin doğru olarak tanılanmasını sağlamaktadır. Depresyon hafif derecede hemen bütün nevrozlarda bulunur (hiç değilse nevrotik aşağılık duyguları şeklinde); daha şiddetli derecesinde ise, melankolinin ıstırap verici psikotik durumunun en korkunç belirtisidir.

Depresyonları kolaylaştıran yaşantılar, ya bir benlik değeri yitimini, ya da hastanın kendine güvenini koruyacağını, hatta arttıracığını umduğu desteklerin bir yitimini temsil ederler. Bunlar, başarısızlık, prestij yitimi, para yitimi, bir pişmanlık gibi normal kimsede de kendine güven yitimini gerektirecek yaşantılardır. Kişi depresyonda ise pasif olmaya meyilimi artar, yeni açılım ve aktivitelere başlamakta zorlanır. Aydın'a (2005) göre depresyona giren ergenlerin neden depresyona girdiklerine bakıldığında; duygusal olarak arkadaşlık teklifinin reddedilmesi, ciddi çatışmaya sebebiyet veren ailedeki anlaşmazlıklar, öğretmenlerin sınıf içersinde öğrenciyi aşağılama tutumları, arkadaşları tarafından grubun dışına itilme, yalnız kalma gibi nedenler gösterilmektedir.

Depresyon, sıklıkla görülmekle birlikte tekrarlama olasılığı fazla olan bir hastalıktır. Dünya Sağlık Örgütüne göre, halk sağlığını tehdit etmesi yönünden dördüncü olarak aciliyeti belirtilmiştir (Akt. Akçagöz, 2017). Depresyon sonucunda kişide; bedensel başka hastalıkları tetiklemesi, ölüm oranları ve tekrarlayıcılığından fiziksel, ilişkisel sorunlar, içe çekilme yalnızlıktan kaynaklı sosyal, intihar düşüncesi, anhedoni ve bilişsel işlev kayıplarından kaynaklı psikolojik sorunlara yol açmaktadır.

2.1.2. Depresyonun Belirtileri

Depresyon; çocuklarda, ergenlerde, yetişkinlerde ve yaşlılarda yaygın bir psikolojik rahatsızlıktır. Bir dizi fiziksel belirtinin eşlik ettiği üzüntü, yalnızlık, asabılık, değersizlik, umutsuzluk, gerginlik ve suçluluk duygularının bir birleşimi olarak ortaya çıkar (Sharp ve Lipsky, 2002).

Depresyonda olan birey kendini çaresiz, mutsuz, kaygılı ve değersiz hisseder ve çevresinden uzaklaşır, hiçbir şeyden zevk almaz ve intihar düşünebilir, intihar girişiminde bulunabilir. Düşünme becerisini kullanmada yavaşlık yaşar, odaklanmada güçlük çekebilir. Bunlara bağlı olarak, birey kendini yorgun hissedebilir, uyku sorunu yaşayabilir (Demir, 2014).

Duygusal açıdan çökkünlük yaşanan bir durum olan depresyon, üzüntü ve yas gibi belirtilerden oluşan bir rahatsızlıktır ve insanların en az % 10'u yaşamı boyunca bir kez depresyon geçirir, bunlardan yaklaşık %10'u için de depresyon intiharla sonuçlanacak ölümcül bir hastalık olabilecektir (Köroğlu, 2013).

İki uçlu depresyon gibi bazı depresyon türlerinin ortaya çıkışında büyük ölçüde ailesel yatkınlık görülür. Depresyon yalnızca klinik görüşme ve değerlendirmelerle tanısı konulabilen bir rahatsızlıktır. Çok önemsenmesi gereken bir rahatsızlık olan depresyon, zayıflık olarak görülmemelidir. Tedavi yaklaşımları açısından biyolojik, psikolojik ve toplumsal uzantıları olmasından ötürü nedenleri ve belirtileri üzerinde durmak gerekir (Köroğlu, 2013).

Depresyon, üzgün bir hal içerisinde düşünme, konuşma ve hareket etme eylemlerinde yavaşlama, kendini değersiz görme, kendini güçsüz hissetme, istek kaybı, karamsar bir ruh hali gibi belirtileri olan bir sendromdur (Öztürk ve Uluşahin, 2011; Akt. Özgüvenç, 2016).

Ayrıca, depresyon; en yaygın ve masraflı bir psikiyatrik bozukluktur. Dört kadından biri ve altı erkekten biri yaşamları boyunca depresyon geçirirler (Kessler ve diğ.,2010), bireylerin %65'inden fazlası bu bozukluğu tekrar tekrar yaşar (Eaton ve diğ., 2008; Monroe ve Harkness, 2011; Yiend ve diğ., 2009).

Depresyonda olan birçok insan teşhis ya da tedavi almamakta ve yetişkinlerin yalnızca yaklaşık %30-35'i güncel terapötik yaklaşımları görmekte ve bu rahatsızlığın yaklaşık üçte ikisinden kurtulmaktadır (Alexopoulos, 2005; Andrews ve diğ., 2004; Chisholm ve diğ., 2004; Roose ve Schatzberg, 2005).

Depresyon büyük oranda mağlubiyete sebep olması nedeniyle dünyada önemli bir sağlık problemi olarak görülmekte ve ölümcül olmayan sağlık neticelerine atfedilen yükün çoğu depresyondan kaynaklanmaktadır. Depresyonun fiziksel-davranışsal, duygusal, bilişsel düşüncedeki belirtileri tabloda özetlenmiştir (Yalvaç, 2012).

Tablo 1.*Depresyonun Fiziksel, Duygusal, Bilişsel Belirtileri*

FİZİKSEL BELİRTİLER	DUYGUSAL BELİRTİLER	BİLİŞSEL BELİRTİLER
İştahsızlık,	Kendinden Hoşnutsuzluk	Düşük Benlik Algısı,
Uyku Bozukluğu	Karamsarlık	Olumsuz Beklentiler,
Cinsel Dürtü Kaybı	Kötümserlik	Kendini Suçlama, Eleştirme, Kararsızlık,
Yorgunluk	Sıkıntı	Çarpıtılmış Beden İmgesi,
Kilo Kaybı	Umutsuzluk	Motivasyon Azalması,
Aşırı Yeme/Kilo Alma	Yalnızlık	Geçmiş Pişmanlıklar,
Enerji Azlığı	Üzüntü	Çaresizlik Düşünceleri,
Güçsüzlük	Acı Duyma	Öz Saygı Yitimi,
Halsizlik	Duygusuzluk	Kendini Suçlama
Uyku Problemleri	Umutsuzluk	Değersizlik Düşüncesi
Çabuk Yorulma	Çaresizlik	Yoğunlaşamama,
Ağlama Nöbetleri		Kararsızlık,
		Yineleyen Özkıyım Düşünceleri

Şahin ve Rugancı'ya göre (1992), depresyon yaşayan bireyin, uykuya dalmasında ve devamında sıkıntılar yaşayabileceği, bunun yanında, uyku süresinin artabildiği, yemek yeme istek durumuna göre kilo kaybı veya artışı olabildiği, enerji düşüklüğü bazende, cinsel ilgi kaybı gibi belirtilerin de gözlenebildiği belirtilmektedir. Öztürk (2001) diğer fizyolojik belirtilerin, hızlı göz küresi hareketleri olduğunu, REM (Rapid eye movement) uykusunun normale göre uykunun başlangıç dönemine doğru kayabileceğini, REM uykusu dönemlerinin daha uzun süreceğini, mevsimsel depresyon nöbetleri geçiren hastalarda aşırı yeme, kilo alma ve aşırı uyku, hastanın sindirim sisteminde, iştah azalmasından ya da başka bir sebepten kaynaklı, yavaşlama belirtileri ve kabızlık olabileceğini, yaşamın her yönüne karşı ağır bir isteksizlik olması,

cinsel istek ve eylemde azalma, zevk alamama gibi belirtilerin olduğunu bildirmektedir.

2.1.3. Depresyon İle İlgili Etkenler ve Kuramsal Yaklaşımlar

19. yüzyılda Delasiauve, melankoli ve lipemania kavramlarını eleştirmiş ve bunların yerine “depresyon” kavramını öne sürerek, bu sözcüğü ilk kullananlardan olmuştur. 1860'ta tıp sözlüklerinde yapılan tanımlamaya göre depresyon, hastalık etkisi altında acı çekmekte olan kişilerin ruhlarının zaafiyeti için kullanılan bir kategoridir. Çifter (1993)'e göre, depresyon sözcüğünün yerleşik bir terim haline gelmesi, bu sözcüğün hem fizyolojik yönden, hem de soyut anlamda, heyecansal işlevlerde bir yavaşlamayı bir belirtiyi ya da durumu belirlemesinden dolayı olmamıştır. 19. Yüzyılın sonunda depresyonun, melankoli ile eşanlamlı olarak kullanılmaya başlandığı belirtilmektedir. Depresyon sebepleri ile ilgili yapılan çalışmalarda, sıkıntı veren hayatla ilgili deneyimlerin ve kalıtım etkenlerin karşılıklı birbirlerini etkilediği ve aynı risk grubunun içinde olduğu stres etkisinde olmayanlarda %6.2 olduğu ve bu stresli hayatla ilgili deneyimlerin, tecavüze uğrama, evlilik problemleri, boşanma öncesi sonrası sıkıntılar, işi kaybetme, büyük maddi yetersizlikler ve başka bireylerle ilgili sorunlar gibi hayat deneyimlerinin yanı sıra riskli sosyodemografik özellikler içeren durumlarda oluştuğunu açıklamaktadır (Kendler ve ark.,1995).

Aralıklı zamanlarda insanların depresyon emarelerini içeren dönem içersinde bulduklarını, hayat içersinde strese karşı geliştirilen normal bir durum olduğu, fakat duruma duygu durum bozukluğu ifadesi yüklemesi yapılabilmesi için yine yaşanan duruma tepkinin düzeyi yüksek yada düşük kısaca orantısız ya da beklenen iyileşme sürecinden uzun olması gerektiğini vurgulamaktadır. Depresyonun en çok ortaya çıktığı durumlar; okul hayatında, iş hayatında başarısızlık, sevilen birinin kaybı olarak vurgulamaktadır (Atkinson ve Atkinson, 1995). Depresif duygu durum bozukluğu gösteren kişilerde, bilişsel, sosyo duygusal, temsil edici ve biyolojik olarak bunların birbiriyle çok yakından ilişkili olarak bir bütünlük içersinde olduğu, bunlardan birindeki sapmanın bu bütünlüğü etkilediği belirtilmektedir (Öztürk, 2002).

Öztürk (2002)'e göre depresyon, çok derin üzüntü ve duygu durum içersinde düşüncede, hareketlerde ve konuşmada yavaşlama ve durgunluk seyriyle birlikte kendini değersiz, küçük, güçsüz, isteksiz, karamsar, duygu düşünceleri ile fizyolojik etkinliklerde yavaşlama ya da bozulma gibi emareleri içeren bir belirtidir. Başka bir açıdan bakıldığında, depresyonlu kişilerin üzüntülü olmak, mutsuz yaşamak, bunaltı içinde olmak, çabuk sinirlenmek, hayattan zevk almamak, kendine güven duymamak, suçluluk duyguları yaşamak, ilginin azalması, dikkatini toplayamamak, unutkanlık, gelecekle ilgili ümitsizlik, intihar ve ölüm düşünceleri gibi ruhsal yakınmalarının olduğunu belirtmektedir. Bununla birlikte, baş ağrısı, başka ağrılar, kabızlık, iştah bozukluğu, kilonun artması veya azalması, uyku düzensizliği, halsiz kalmak, çalışmamak, durgunluk, cinsel ilgi ve isteğin kaybı gibi bedensel sıkıntıların da yaşanabileceği vurgulanmaktadır (Çelikkol, 1999).

2.1.3.1. Depresyonda Psikanalitik Yaklaşım

Depresyonun psikanalitik kuramına göre, bireyin erken dönem yaşantılarının önemine değinmiştir. Bebekken sevilen, gerçek yada hayali bir sevgi nesnesinin kaybının olması sonucunda ayrılık, red, ölüm gibi, daha sonra yetişkinliğinde yaşayacak olduğu hayal kırıklığı depresyona itebilir (Clay, Anderson ve Dixon, 1993).

Abraham'a göre de depresyon psikoseksüel sorunlardan kaynaklanmaktadır. Birincil depresyon nedeninin "sevi nesnesinin kaybı" olduğunu, bu durumun yaşanmasıyla geriye dönüş yaşanarak id psikolojisi görüşü doğrultusunda bireyin saplantı gösterdiğini ve bunlara bağlı olarak da depresyon davranışlarının ortaya çıktığını ve sergilendiğini öne sürmektedir. Saplantılı davranışlar, sadist duygular ve kızgınlık olarak belirerek, depresyona bağlı belirtiler ortaya çıkarmaktadır. Psikanalitik kurama göre depresyon, kayba tepki olarak gelişmektedir. Çocuklukta meydana gelmiş olan anne babadan kaynaklı sevi yokluğu, çocuğun korku ve ihtiyaçlarının karşılanmasında eksik kalabileceğinden ileri dönemlerde depresyon olarak ortaya çıkabilmektedir.

Birey, kayıplarda çaresiz kalmakta, güven, sevgi ve sevecenliği de yapmış olduğu davranışlarla aramaktadır (Atkinson, Atkinson, Hilgard, 1990).

Carl Jung, depresyonu analitik psikolojinin diğer psikoanalistleri gibi libidonun durması bloke edilmesi olarak tanımlamaktadır. Bu durumda enerji ve eğlence kaybı yaşanır. Yine bu durumu Jung başka bir açıdan değerlendirdiğinde; deresyonla kişi geçmişini tekrar tekrar yaşar, geçmişte yaşanan durumlar bilinç üstüne tekrar çıkması olarak belirtmektedir (Akt. Littauer, 2000).

Ebeveynin reddedici davranışlarından dolayı Horney, depresyonun oluştuğundan bahseder. Çocuğun yalnızlık ve güvensizlik duygusuyla büyümesinin sebebi ebeveynin reddedici davranışlarıdır. Sevilmeye ihtiyacı olan çocuk eleştirildiğinde ve reddedildiğinde korkar alınganlık, umutsuzluk duygularıyla birlikte depresyon ortaya çıkar. “Depresif pozisyon” diye adlandırdığı durumuna Klein (1952) nefret edilen objeye duyulan arzunun olmasına rağmen, sevgi kaybı korkusununda eklenerek yaşanmasıdır. Bu tanımlanan duruma eşlik eden yani çocukta bulunan büyük gel-gitlerin yarattığı çatışma ve karmaşık durumun sonucunda, daha sonraki yaşamında olması muhtemel depresyona ittiğini öne sürmüştür (Akt. Alper, 1999).

Rado (1968), Freud ve Abraham'ın teorilerini geliştirerek, sevgiye davet olarak depresyonu tanımlamaktadır. Kendisine güvensiz olan depresif birey beğenilme ihtiyacı içindedir. Depresyonlu kişinin ilk tepkisi isyan ve kızgınlık olmaktadır. Saldırganlık yönelimi sebebiyle, bu kayıp nedeniyle depresif birey kendini suçlar, fakat hemen bunun akabinde egosunda kaybedilen objenin kötü yanlarını suçlama girişir (Akt. Ayverdi, 1990).

2.1.3.2. Depresyonda Davranışçı Yaklaşım

Skinner (1957) davranışçı analizini yaptığı depresyonun bireyin çevresinin olumlu olarak pekiştirmesini durdurulması sonucu, bireyin davranışlarının zayıflaması olarak belirlemiştir. Ferster (1966) ise depresyona birden bire çevre değişiklikleri, cezalandırılma, itici denetleme ve pekiştirmedeki değişikliklerin sebep olduğunu iddia etmektedir. Depresyonun mekanizmasını

Lewinsohn (1982) pekiştirme süreçleri ile ortaya koymaktadır. Kendisine göre, tepkiye yönelik düşük düzeyli olumlu pekiştirme, yetersiz pekiştireçlerin ve yüksek düzeyli cezalandırıcı yaşantılar depresyona sebebiyet vermektedir. Bununla birlikte Lewinsohn (1982), olumlu pekiştirici olaylar (cinsel yaşantıların olması, ödüllendirici toplumsal etkileşimlerin yaşanması, eğlendirici etkinliklerin yaşanması gibi) ve cezalandırıcı olaylar (evlilikte yaşanan uyumsuzlukların olması, işyerindeki anlaşmazlıklar gibi) olarak iki grupta toplamaktadır.

2.1.3.3. Depresyonda Bilişsel Yaklaşım

Kişisel, çevresel ve yapısal olarak psikolojik sorunların birden fazla nedeni olabilir. Bunlar; sosyal güçlükler tarafında gelişen problemlerin çoğunun kişisel iyi olma halini dengede olma halini (well-being) yok etmeye çalışması, ama dengede olan tehdit edici olmayan (non-threatening) olayların başka bir kişide büyük bir gerginliğe sıkıntıya (distress) sebep olması ya da düzeyi yüksek bir tepki doğurabilmesi depresyonun temel mekanizması olarak nitelendirilmektedir. Bireylerin başa çıkma stratejilerinde önemli farklılıklar sergilemektedirler. Kognitif yaklaşımın ana teması bilginin nasıl kazanıldığı, temsil olarak içsel nasıl edildiği, bütünleşmenin bilgi ile nasıl olduğu ve bu elde edilen bilginin bireyin duygu ve davranışını nasıl etkilediğini açıklamak olarak ortaya koymuştur. Bilişsel açıdan, psikolojik bir soruna istinaden yapılan bu açıklama, bir durum ile kişinin o duruma yönelik geri bildirim arasında giren zihinsel akışa verilen geri bildirim belirleyici olduğu bütün bilişsel kuramlarda da aynı şekilde zihinsel akışın önemli olduğunu belirtmektedir (Kalafat, 1996).

Bu açıdan ele alındığında depresyonun açıklanmasında bilişsel kuram önemli bir yer tutmaktadır. Bilişsel kuram, genel olarak uyum düzeyleri yetersiz bireyler ve bu bireylerin akılcı olmayan düşüncelerine odaklanmaktadır, sorunlu duygu ve davranışlara neden olanın bu düşünceler olduğunu iddia edilmektedir (Pervin, 1996). Bilişsel yaklaşımı temel alan modeller içerisinde depresyonun oluşumu ve tedavisi konusunda günümüzde en çok kabul gören modeller, Seligman'ın Öğrenilmiş Çaresizlik Modeli (Learned Helplessness

Model) (Abramson, Seligman ve Teasdale, 1978) ve Beck'in Depresyonda Bilişsel Bozukluklar Modelidir (Beck, 1972).

Pensilvania Üniversitesinde hayvanlarla yapılan öğrenme ile ilgili araştırmada öncelikli olarak öğrenilmiş çaresizlik kavramı tanımlanmıştır (Overmier ve Seligman, 1967; Seligman ve Maier, 1967). Seligman ve arkadaşlarının ortaya koydukları bu modelin, sosyal, öğrenme ve klinik psikolojisi sahalarındaki kuramsal araştırma ve gelişmelerinden etkilendiği belirtilmektedir. “Öğrenilmiş çaresizlik” kavramı, önceleri laboratuvarda kaçınılması mümkün olmayan elektrik şokuna maruz bırakılan köpekler tarafından sergilenen zayıflamış kaçma-kaçınma tepkisini (escape-avoidance responding) açıklamak için ortaya atılmıştır. Hayvanlarla yapılan deneylerde gözlenen bu tepkiler, araştırmacıların daha sonra bireylerle yaptıkları deneylerde de gözlenmiş ve bunlar depresif davranışlar olarak ele alınmıştır (Güleç, 1993). Abramson, Seligman ve Teasdale (1978) süreye bağlı olarak, bireylerin farklı nedensel açıklamalar yapabileceğini belirtmektedir.

Çaresizlik septomları çok kısa veya uzun süreler gösterebilmektedir. Bu durum uzun sürer ise çaresizliği “süreğen” olarak, bu durum kısa sürer ise çaresizliğin “geçici” olarak tanımlanmaktadır. Kontrol edilemeyen bir sonuç çıktığında bir duruma maruz kalanla sebep olan durum sebebiyle ilgili bir açıklama yapmaktadır. Burada kişi geleceğe yönelik davranışlarının sonuçlarının da ilişkisini etkilemektedir. Bu sebepten ötürü yaşamın bir çok alanında yada maruz kaldığı duruma has çaresizlik emareleri gösterebilmektedir.

Laboratuar ortamında yapılan insan ve hayvan denekleri üzerinde yapılan araştırmalar sonucunda; öğrenilmiş çaresizlik modeli ortaya çıkmış, bu suretle çeşitli davranışların anlamlandırılmasında büyük adımlar atılması sağlanmıştır. Bu modele göre, bağlantının davranış ile sonuç arasında olmadığı öğrenilmesi, motivasyonel, kognitif ve duygusal (emosyonel) sahalarda sıkıntıları ortaya çıkarttığı görülmektedir. İstemli davranışlarda azalma güdüsel alandaki bozukluktan ortaya çıkmaktadır. “Depresyonda Bilişsel Bozukluklar Modeli” Beck (1972) tarafından geliştirilmiştir. Buna göre,

depresyon ve anksiyetenin ve duygulanım bozukluklarının en belirleyici nedeni bilişler olduğunu belirtmektedir. Beck (1972)'e göre biliş; hem düşünce süreçlerine hem de düşüncenin içeriğine işaret etmekte, kişinin içsel duygu, dürtü ve düşünceleri ile birlikte dış dünyayı tanınması, belirli bir durumda sözel ve imgesel olarak düşünmesi, süreç ve algılama yolları, hatırlama, bellek içerikleri ve mekanizmaları, sorun çözme becerileri ve yöntemlerinin bilme işlevi, bilme ürünlerini olduğu kadar bilme süreçlerini de kapsayan geniş bir kavram olarak tanımlanmakta ve beynin en önemli bütünleyici ve uyum sağlayıcı işlevlerinden birisi olan bilişlerin, duygusal yaşantılarımızın da belirleyicileri olduğu öne sürülmektedir.

Depresyonun temelinde olumsuz bilişsel sabitlik (negative cognitive set), belirli bilişsel alışkanlıklar ya da çarpık bilişsel şemaların kişinin düşünce sürecine olan müdahale ve etkileri bulunduğu ve bu sorunundan, Beck'in "bilişsel üçlü" adını verdiği, kişinin kendi benliğine, yaşamına ve geleceğe ilişkin olumsuz bakış açısından, kaynaklandığı iddia edilmektedir. Depresif duygulanımların, depresif bilişleri izlediği ve depresyonun çeşitli yaşam olaylarına ve uyarıcılara bağlı olarak ortaya çıkması sırasında, bireyin bu olayları doğru değerlendirmesini engelleyen bilişsel şemaların bu aşamada ortaya çıktığı, kişilerin bu durumun sonucunda tepkisinin oluştuğu ve çoğunlukla bu tepkilerin bireyin kendisini suçlayıcı, aşağılayıcı ve umutsuzluk içeren tutum ve davranışları içerdiği vurgulanmaktadır (Güleç, 1993).

Psikodinamik kuram gibi, Kişilerarası ilişkiler yaklaşımının da depresyonun bireylerin yakın ilişkileri ve onların bu ilişkilerdeki rolleriyle ilgili olduğu, bu kargaşanın yakın bir zamanda yaşanmış olabileceği gibi geçmişte yaşanmış olabileceği ve rollerdeki bu kargaşanın depresyonun ana kaynağı olabileceği de belirtilmektedir (Klerman, Weissman, Rounsaville ve Chevron, 1984). "Kişiler Arası ilişkiler Yaklaşımı" kuramcıları, bağlılık kuramından hareketle tecrübesiz çocukların ve gençlerin güvenilir, sorumlu ve sıcak olarak gördükleri bakıcılarına gelecekteki bütün ilişkilerini etkileyen güvensiz bir sevgi bağı geliştirdiklerini, güvensiz ilişkileri kendinin ve diğer bireylerin olumsuz işleyiş tarzı modelleri olarak algılayabileceği gibi, depresyonun bireyin kendi özdeğeri

için diğerlerinin desteğinin eksikliğini hissetmesi korkusundan doğabildiği, desteğin var olması isteği ve kuralının da bu bağımlılığı pekiştirdiğinden zamanla depresyonu tetikleyebileceği iddia edilmektedir (Bowlby, 1982). “Biri tarafından seilmeyen bir kişiysen, hiçbir şeyim.” gibi olumsuz özdeğer yargıları geliştirebilen gençlerin, zamanla kişilik yıkımı yaşayabilecekleri, bu yargıların bilişsel yetilerde ketlenmeye yol açacağı ve öz değer yitimiyle depresyonu etkileyeceği vurgulanmaktadır (Kuiper, Olinger ve MacDonald, 1988).

Orta öğrenime geçiş döneminde okul çevresinin, çocuğun gelişimini destekleyici rol oynayamaması, motivasyon ve psikolojik sorunlarına etki edebilir. Psikolojik sağlık açısından okula uyum, akademik ilgi ve başarının ise koruyucu bir etki gösterme düzeyi yüksek bir orandadır. Bireyde, ailenin içindeki sorunlar, sıkıntılı yaşam deneyimleri, benlik algısının düşüklüğü ve okul başarısındaki düşüklük depresyona sebebiyet verebileceğini vurgularken buna istinaden bu dönemde ergene yapılabilecek en etkin desteğin kendisinin sevildiğini değer verildiğini, kendisinin anlaşıldığını, kendisinin kabul edildiğinin, fark edildiğinin ifade edilmesinin gerektiği vurgulanarak, ona gerekli olduğunun önemli olduğunun hissettirilmesi, bağımsızlık ve sorumluluk verildiğinin ifade edilmesinin önem arz ettiği belirtilmektedir (Kulaksızoğlu, 2006). Bu verilere dayalı olarak, depresyonun nedenleri arasında kişilerarası iletişim eksikliği ve iletişim sorunları olabildiği iddia edilebilir.

2.2. KAYGI

2.2.1. Kaygının Tanımı

Türk Dil Kurumu 2018 (TDK)'nın yaptığı tanımlamada kaygı; anksiyete, üzüntü, sıkıntı, endişe duyulan düşünce olarak tarif edilmiştir. Sebebi bilinmeyen ve genellikle kötü bir şey olacakmış düşüncesiyle kendini göstermektedir. APA'nın açıklamasına göre, anksiyete bireyin şuurlu kısmında fark edilen ve oluşan tehdit alarmıdır. Bu tehlike alarmı, kişiliğin içinde dışarıya bağımlı ya da bağımsız olarak üretilir” (Bilgin, 2001).

Barlow, kaygıyı analiz etmeden önce korku ve kaygı mefhumlarının arasındaki farkların analiz edilmesinin, bireyde oluşan kaygının değerlendirilmesinden önce yapılması gerektiğini belirtmiştir. Kaygı, olmayan fakat olma ihtimali düşünülerek tehdit olarak algılanan duruma karşı oluşan bir reaksiyondur. Kaygıyı, bireyin içsel olarak yaşadığı acı, hayal kırıklığı, endişe, usanmışlık, zihinsel çatışma, özgüvensizlik gibi duygusal durumları anlatmak için kullanabiliriz. Kaygı gerçekçi olmayan bir tehdit karşısında hissedilen genel endişe halidir. Korku ise tehdit olarak algılanan bir durum karşısında bireyin hızlı ve aniden tepki vermesidir ki, bu tepki reel veya olası tehlikenin mevcudiyetine ilişkin kişinin yaptığı analizler neticesinde meydana çıkmaktadır (Ar, 2014). Kaygı ile oluşan davranışlardan bazıları; bireyin nasıl davranacağını ve ne tepkiler vereceğini bilememesi, doğru ve makul düşünüp karar verememesinden ötürü dış veya iç etkenlerden gelen fakat reel olmayan başına bir şey gelecekmiş korkusu ve endişesidir (Bilgin, 2001).

Psikologlar korku ve kaygı kavramları arasındaki farklılıklara rağmen bu iki kavramın benzeş özelliklerine dayanarak korku esnasında meydana çıkan bedensel tepkilerin kaygı esnasında da görülebileceğini iddia etmektedirler (Cüceloğlu, 2003). Kaygı, kişi için tehlike oluşturan ve birey tarafından izah edilebilen ya da izah edilemeyen herhangi reel ya da reel olmayan bir durum karşısında gösterilen stres, kaçma, fiziki şiddet ve benzeri his ve düşüncelere sebebiyet veren ve birey için hoş olmayan bir hissiyat ile açıklanan bir duygudur (Tezcan, 2000).

Endişe durumunda bireyin algıladığı tehdit bireyin bedensel varlığını duygusal bütünlüğünü veya öz saygısını hedef almaktadır. Oluşan herhangi bir durumun birey tarafından gerginlik olarak hissedilip hissedilmemesi durumun içeriğine ve bireyin bu olaya ve olayın sonuçlarına karşı yararlandığı bireysel savunma sistemine bağlıdır (Akdoğan, 2013). Kaygıyı kendi içinde sınıflandırmak mümkündür. Çoğu insan çevresinden gelen bazı etkinliklerde kaygı yaşamaktadır, buna normal kaygı denir (Yıldız, 1998).

Nörotik kaygı ise, nedeni belli olmayan yaşayan kişiye anlamsız gelen kaygıdır. Kaygı diğer bir adıyla korku ve endişeler her bireyde görülen bir duygu durumudur (Tükel, 2000). Normal insanların psikolojisinde de kaygı önemli bir rol oynamaktadır (Lesch ve ark., 1996). Fakat bu duygunun kaygı bozukluğu haline gelmesi normal insanların yaşadıkları kaygıya göre süre ve şiddet açısından farklılık göstermektedir (Alpaslan, 2009).

Freud korku ve kaygı kavramları arasındaki farkın değerlendirilmesi üzerinde durmuştur. Kaygıyı, tehlike oluşturmayan bir obje bulunmaksızın yaşantılanan yaygın huzursuzluk hali olarak ele alırken; korkuyu, kişinin karşılaşılan tehlikeyi değerlendirmesi ve tepki vermesi olarak tanımlamıştır (Bozkurt, 2004). Korku kaynağının belli olması, şiddetinin fazla olması ve süresinin daha kısa olması açısından kaygıdan ayrılmaktadır (DuPont ve ark., 1996). Bazı araştırmacılar, kaygı ve korku arasındaki farklılıkların yanı sıra korku sırasında meydana gelen fiziksel belirtilerin kaygı esnasında da meydana gelebileceğini savunmaktadırlar (Tavacıoğlu, 1999:35).

2.2.2. Kaygı Belirtileri

Kaygı belirten bilişsel belirtiler aşağıdaki sıralanmıştır:

Duyusal belirtiler: Aklın bulanık ve düşünceli olması, kişinin nesnelere belirsiz ve uzak; çevresini olduğundan farklı ve gerçek dışı görmesidir (Evren ve Ögel, 2003).

Düşünce zorlukları: Konsantrasyon güçlüğü, kişinin hayatındaki önemli şeyleri hatırlayamaması, objektif düşünme güçlüğü, düşünmeyi kontrol edememe, nedenselleştirmede güçlük ve dikkat dağınıklığı olarak belirtmiştir (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

Kavramsal zorluklar: Aklını yitirme korkusu, bilişsel sapmalar, başa çıkamama korkusu, başkalarınca olumsuz değerlendirilebileceği korkusu, kalp krizi ve ölüm korkusu, kontrolünü yitirme korkusu, tekrarlayıcı korku veren fikirler ve zihinsel şekiller olarak belirtilebilir (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

Emosyonel Semptomlar: Çaresizlik, korku, sinirlilik, ajitasyon ve ürkeklik, tahammül edememe, huzursuzluk, şaşırma durumu, kaygı, evham ve dehşet hissi, huzursuzluk hissi gibi belirtiler olarak görülebilir (Tükel ve Alkın, 2006).

Davranışta görülen semptomlar şunlardır:

Kilitlenme, hareketsiz kalma, donma, uzaklaşma, kaçınma, huzursuzluk, ifade edici dilde bozulma, planlama bozukluğu ve süratli soluma anksiyetenin davranışsal belirtileri arasında sayılabilir (Tükel ve Alkın, 2006). Temelde bakıldığında, bu belirtilerin ortaya çıkma amacı anksiyeteyi azaltmaya yöneliktir. Ancak asıl olan, sonradan ortaya çıkan bu belirtilerin, anksiyeteyi artırıcı nitelikte olmasıdır (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

Anksiyete karşısında görülen fizyolojik belirtiler genel olarak organizmanın kendini korumaya yönelik bir savunma durumuna geçmesidir (Reiss ve ark., 1986). Bu durum, hormonal, sempatik ya da parasempatik sinir sistemlerinde ortaya çıkan değişikliklerdir. Bu değişiklikler ya normal fonksiyonların abartılı bir şekilde gelmesi (sempatik sinir sistemi fonksiyonu) ya da normal fonksiyonlardaki baskılanmalardır (parasempatik sinir sistemi). Kalp hızında artma, çarpıntı, arteriyel kan basıncında değişiklik, yüz kızarması, bayılma hissi ya da gerçek bayılma, derin soluma, aritmi, nefes darlığı, boğazda düğümlenme, kesik soluma, reflekslerde artma, kaslarda gerginlik, yorgunluk hissi, çabuk yorulma, ağrılar, karında huzursuzluk, karın ağrısı, ishal, uyku, cinsel isteksizlik, bulantı kusma, sık idrara çıkma ve erken boşalma bu belirtilerdendir (Işık ve Taner, 2006). Anksiyete ile baş etmek için bireylerin göstermiş olduğu bazı davranışlar vardır. Bunlar;

- İçer Dönme: Kişide kaygı yaratan olayların tehdit olarak algılanması ve kişinin içer kapanması.
- Dışa Vurma: Kişinin yaşadığı anksiyeteyi saldırgan davranışlar sergileyerek, dışa vurması.
- Bedene Yansıtma: Yaşanan anksiyetenin bedendeki bir bölgeye yansıtılarak, o bölgede oluşan bir problemle ifadesi.

- Kaçınma: Anksiyete oluşturan yaşantılardan kaçınılarak, duyulan kaygının azaltılması ve kontrol edilemesi.
- Problem Çözme: Kaygının kişide ortaya çıkardığı duygu ya da durumlarla ilgili sorunları gidermede, uyan davranışların öğrenilmesi. Diğer dört maddenin aksine problem çözme davranışı bireyi geliştiren etkili bir davranış biçimi olarak görülebilir (Öztürk ve Uluşahin, 2011).

2.2.3. Kaygının Sebepleri

Kaygının nedenlerinden biri, yaşanılan korkutucu bir olay ya da uyarıcıyla ilgili bilinçaltı tecrübelerdir. Korku verici bir uyarıcıyla karşılaşıldıktan sonra çoğu zaman unutulabilir, üzerinde durulmamış olabilir ya da reddedilebilir fakat sonuçta öğrenilmiş bir korku bilinçaltında kalmaktadır. Korkunun öğrenilmiş olması, korkunun koşullandığı durumla her karşılaşıldığında, nedeni bilinmeyen huzursuzluk yaratmaktadır. Spielberger ve arkadaşları (1966), kaygı duygusunun temelinde bireyin çevresindeki uyarıcıların kişisel tehdit olarak yorumlama eğilimlerinden kaynaklandığını belirtmişlerdir (Akt.: Erözkan, 2004).

Kaygının bir diğer nedeni ise bireyin farkında olmadan meydana gelen uyarıcı genellemesidir. Engellenme ya da engelleneceğini düşüncesi kaygıya neden olan diğer bir faktördür. Genellikle karmaşık toplumlarda, birey kendini çatışma ortamının içinde bulur. Eğer bireyin gereksinimlerinin doyumu sağlanmazsa ya da amaca yönelik davranışları engellenirse çatışma meydana gelir. Bu engellenme ya da engellenme korkusu kaygıya neden olur (Güleç, 2009).

Bunların dışında, çocukluk yıllarındaki deneyimler de kaygıya neden olabilmektedir. Çocukluk yıllarında yaşanan reddedici, küçük düşürücü tutumlar; ebeveynlerin cezayı yanlış eğitim aracı olarak kullanmaları; ergenlik döneminde çevreden gelen alaylı tutumlar; çocuğun çevresi ile ilişkilerinde başına gelen aşağılayıcı ve hoş olmayan eylemler kişide anksiyetenin oluşmasında önemli rol oynamaktadır (Işık ve Taner , 2006).

Geçtan'a (2006) göre kaygı, çocukluk yıllarında bireyin, çevresindeki kişileri model alması yoluyla öğrenilmektedir. Ayrıca çocukluk yıllarında kaygı, anneden çocuğa empati yoluyla da geçebilmektedir. Sheehan (1996), anksiyetenin sebeplerini açıklarken kalıtsal yatkınlık, yetiştirilme şekli, ruhsal arbedeler, fizyolojik nedenler, model alınmış tepki, içsel konuşmalar ve toplumsal belirteçler üzerinde durmuştur. Başaran (1991), kaygının kaynağının kişinin kendine duyduğu güvensizlikle, kişiye ait ben duygusunun sağlıklı olmadığı düşüncesinin varlığı olarak belirtmiştir (akt. Çevik, 2006). Cüceloğlu (2003), kaygının oluşumunda bazı genellemeler yapar ve hangi uyarının kaygı verici olduğunu ya da herhangi bir hadise durumunda ne tarzda endişeleneceğimizi kültüre bağlamaktadır ve kaygının 4 temel unsurdan etkilendiğinden bahsetmektedir.

- 1) Sosyal Desteğin Geri Alınması: Mevcut ortamın yok olması bireyde endişe uyandırır. Mevcut durum, alışılmış yaşantılar gibi olmadığı için bu değişiklik kaygı duyulmasına neden olmaktadır (Cüceloğlu, 2003).
- 2) Olumlu Olmayan Neticeyi Gözlemek: Sonucunun kişiler için olumsuz gerçekleşeceğinin tasarlanıldığı hadiseler hakkında endişe duyulmasıdır (Cüceloğlu, 2003).
- 3) İçsel Paradoks: İnanç duyulan ve anlam arz edilen bir düşünce ile sergilenen eylem arasında bir paradoks ortaya çıktığı zaman, endişe türünden bir huzursuzluk duyulmasıdır (Cüceloğlu, 2003).
- 4) Belirgin Olmama Durumu: Zamanın ne getireceğinin bilinmemesi bireyler tarafından çokça dile getirilen endişe nedenlerindedir (Cüceloğlu, 2003).

İstenilmeyen bir duygu durum bozukluğu olan kaygı, insanın tehlike veya tehdit içeren durumlarla karşılaşması durumunda, gelecekle ilgili endişelerini içinde barındırıp, bedensel reaksiyonlarla kendini belli etmektedir (Kocabaşoğlu, 2005). Spielberger (1966) yılında, iki farklı endişe çeşidinden söz etmiştir. Birincisi sürekli (devamlı) endişe, ikincisi ise durumluk (anlık) endişedir.

Sürekli Kaygı: Çevreden gelen etkenlere bağlı olmayan içten kaynaklı olan ve bireyde sürekli huzursuzluk ve mutsuzluk hali yaratan kaygıdır. Birey

yaşadığı durumu stres olarak ve öz değerinin tehdit edilmesi olarak algılar (March ve ark., 1997). Bu kaygı türü kronik kaygı olarak da ifade edilmektedir. Bireye gerçekte zararı olmayacak olayların bireyin riskli ve kendini tehlikeye sokucu anlaşılması sebebiyle gerçekleşen hoşnut ve mutlu olamama halidir. Genellikle kaygısı fazla olan kişilerde görülmektedir. Sürekli kaygısı fazla kişilerin her olayda çok kolay kırıldıkları, kötümser düşüncelerinin ağır bastığı söylenebilir (Tükel, 2002).

Anlık Kaygı: Bireylerin yaşadığı geçici duruma bağlı olarak tehlikeli durumların oluşturduğu kaygı türüne denir. Kişinin içinde olduğu sıkıntılı hal sebebiyle duyduğu öznel korku olarak da açıklanmaktadır. Bu tip endişe biçimi devamlı değildir. Bir andan bir anına değişiklik gösterir. Birçok kişi hayatının belirli dönemlerinde durumluk kaygı yaşamaktadır. Durumluk kaygının belirtileri otonom sinir sistemiyle ilgili olup rahatsızlık, tedirginlik, huzursuzluk, gibi duyguları beraberinde getirmektedir. Durumluk kaygıyı ortaya çıkaran olayın etkisi azaldıkça kaygı durumunda azalma olmaktadır.

Durumluk kaygı: Durumsal uyarılara bağlı olarak kişinin kaygı düzeyinde oluşan kalıcı olmayan değişiklikleri ifade eder. Farklı bir ifadeyle, sıkıntı ya da risk ihtiva eden olaya karşı bireyin gösterdiği kalıcı olmayan emosyonel cevaptır. İfade edildiği üzere, anlık kaygı ile devamlı kaygı, duygu halinin devamlılığı ve bireyin yaygın eğilimini gösterip göstermemesi bakımından farklılık göstermektedir. Bununla birlikte, devamlı kaygı düzeyinin fazlalığı bireylerin anlık endişeye olan eğiliminin de yüksek olması sonucunu doğurur (Yüksel, 2014).

2.2.4. Kaygıyı Açıklayan Kuramlar

2.2.4.1. Psikanalitik Yaklaşım ve Kaygı

Anksiyete (kaygı), Latince “tıkanıklık yaşama”, “boğulma hissi” manasında “angere” kelimesinden oluşmuştur. Anksiyeteye ilişkin açıklamalar çok eski dönemlere dayanır. Hipokrat’ın psikiyatrik bozuklukları ele aldığı eserlerinde korku ve amaçsız anksiyete olarak tanımladığı görülmektedir. 1800’lü yıllarda

anksiyete pek çok araştırmacı tarafından açıklanmıştır. Heinrich Neumann'a göre kaygı cinsel dürtüler doyrulmadığı zaman ortaya çıkmaktadır. Aynı dönemde Karl Ideler de ruhsal rahatsızlıkların nedeninin doyrulmamış cinsel arzular olduğu üzerinde durmuştur. Bu açıklamalar daha çok psikanalitik dönem açıklamalarıyla benzeşmektedir. Bu dönemde anksiyete nöbetlerinden bahseden ilk kişi Otto Domrichtir (Nutt ve ark., 1988).

Kaygı bozuklukları Sigmund Freud tarafından, 19. yüzyılda bilimsel olarak incelenmeye başlanmıştır. Freud'un hastaları ile yaptığı klinik çalışmaları anksiyete bozukluklarının sınıflamasının bugünkü temellerini oluşturmuştur. Freud (1936), kaygıyı enerji sistemlerindeki düzensizliğin oluşturduğu çatışma ve bu çatışma neticesi hissedilen tehlikeye karşı verilen tepki olarak tanımlamıştır. Kaygı tehlikenin habercisidir. Bireyler bu tehdit edici durumu algılar ve kaygı tepkisi gösterir böylelikle hayatları ve ruhsal sağlıklarını idame ettirebilmek için dış dünyadan gelebilecek anlam arz eden riskleri göz ardı etmez. Birey kaygının nasıl oluştuğunu, kaynağının ne olduğunu ve nedenlerini bilemese de kaygının farkındadır ve bu hoşnut olmadığı bir hisdir. Freud'a göre tehlikeli durumun kökeni dış ortamdan ise endişe nesnel; iç ortam kaynaklı ise nevrotiktir. Freud anksiyeteyi e ayırmaktadır (Saatçioğlu, 2001).

Nevrotik Anksiyete; kökeninin bebeklik ve çocukluk yıllarının yaşantılarından alan sebebi belirgin olmayan bir yılgınlık cevabı şeklinde yaşantılanan ve sıklıkla akıl dışı olan anksiyete şeklinde tanımlanmaktadır. Kökeni bireyi kendindedir. Kişinin engellenmiş cinsellik ve şiddet emosyonlarından meydana gelir (Geçtan, 1999).

Trel (Moral) Anksiyete; stbenin vicdan diye tanımlanan kısmınca tasvip edilmeyen hallerde egoda utanç ya da suçluluk duygusu yaratarak ortaya çıkmaktadır. Bireyin hissettiği suçluluk durumu ve içsel rahatsızlık vb. emosyonların oluşturduğu ruhani rahatsızlık halidir. Kişinin fikir, emosyon ve hafızasındaki ikilem ve anlaşmazlıklar neticesinde oluşur (Yaycı, 2000).

Gerçek Anksiyete; fizyolojik ve sosyal dış dünyadan kaynaklanan riskler durumunda kişiyi uyararak, ihtiyaç duyduğu oryantasyonu sağlamasını ve yaşamı sürdürebilmesine fayda sağlayan anksiyetedir. Tehdit oluşturan unsur kişinin kendisinden kaynaklı değildir (Geçtan, 1990).

Güleç ve Köroğlu'na (1997) göre; Freud anksiyete ile ilgili yaptığı çalışmalarda "anlaşmazlık" teriminin anlamı üzerinde durmuş, kaygıyı anlaşmazlığı algılama zamanında yapısal ve topografik teorileri yaratmıştır. Hem Topografik Kuram hem de zevk kuramını doyurulma ve boşalma isteyen dürtüler, engellenerek bilincin dışına itilmektedir. Engellenen bu dürtüler bilinç düzeyine varmanın yöntemlerini bulmak isterler. Dürtülerin bu biçimde doyuma ulaşma ihtiyaçları anlaşmazlığına kaynağıdır. Yapısal ilke ise, anlaşmazlığın mevkisinin saptanabilmesinin haricinde bilişin id, ego ve süperegö olarak üç temel unsurunun birbirleriyle olan uyumsuzluğunun bir göstergesi olarak anlaşamamanın meydana geldiğinin en önemli ifadesidir.

Yelkenci'ye (2013) göre, Adler anksiyeteye aşağılık duygusunun neden olduğunu savunmaktadır. Bu duygudan kurtulmanın yolunun emniyet ve üstünlük kazanma olduğunu düşünen birey, kaygıyı başkalarını kontrol etme aracı olarak kullanmaktadır. Ayrıca, kişi toplumla ilişkilerini kestiği zaman anksiyete yaşamaktadır. Jung ise kaygıyı, toplumsal bilinçaltından gelen, rasyonel olmayan kuvvetlerin ve görüntülerin bireyin şuurunu istila etmesine karşı gelen tepki olarak tanımlamaktadır. Karen Horney ise, endişeyi değişik yönden değerlendirmektedir. Korkma ve kaygılanmanın yakınlığı üzerinde dururken, kaygının farklı bir duygu olduğunu belirtmektedir. Korku, tehlike yaratan uyarıcı ile orantılı olarak ortaya çıkarken, anksiyete halinde ise, reel bir riskin var olmadığı halde, genellikle görsel bir riske karşı bir reaksiyon mevcuttur. Korkuda tehlike nesnel bir gerçeklikken, kaygıdaki tehlike gizli ve öznedir. Horney'e göre, kaygı bilinçdışı olarak davranışlara etki etmektedir. Ona göre mantıkdışı olan kaygı insana kendini çaresiz hissettirmektedir. Çünkü birey akıldışı bir ögenin tesirinde olmayı arzu etmez. Dolayısıyla "Birey, hadiseyi ne kadar korku verici, kontrolsüz ve mevcut olan donanımıyla üstesinden gelinemez yorumluyorsa, o kadar endişelenir." Sullivan'a göre ise

endişe diğer kişilerle iletişimimizdeki fonksiyonel olmayan reaksiyonlardır. Kişinin hissettiği kaygı arttıkça, kişilerarası ilişkilerde bozulmalar, doyum sağlanması gereken önemli ihtiyaçları karşılamak için gereken motivasyonu sağlayamama ve düşüncelerde de azalma söz konusu olmaktadır (Geçtan, 1981).

2.2.4.2. Bilişsel Kuram ve Kaygı

Bilişsel ve davranışçı kuramların kaygı bozukluğuna bakış açıları benzerdir. Bu teoriler kaygıyı ümitsizlik ve denetleme kavramları ile açıklamışlardır. Davranışçı teoride kaygı, tepkisel ve operant şartlanmalar yoluyla öğrenilmektedir. Anksiyete, korku yaratan şartlı bir uyarıcının, şartsız bir uyararla bağdaştırılmasıyla oluşan şartlı bir reaksiyondur. (Akt. Güleç ve Köroğlu, 1997). Bilişsel kuramcılara (Beck, Emery, Greenberg) (1986) göre kaygının nedeni, yaşamla ilgili sıkıntılar değil; bireyin umdukları değil yaşamla ilgili sıkıntıları algılayıp yorumlama ve ifade şeklidir (Akt. Sürmeli, 1997). Kognitif modelin en önem arz eden noktası, kızgınlık, umutsuzluk gibi duyguların yaşanmasının sebeplerinin, bilinenin aksine, kişinin yaşadığı olaylarla değil de olayları değerlendirme yorumlama şekliyle ilişkisinin ortaya koyduğu durumdur (Ellis, 1962).

Beck'e göre (1976), tehdit halinde korku ve kaygı bir belirti şeklinde meydana gelmektedir. Reel bir tehditin gerçekleşmesi halinde korunmak için "kaygı programı" faaliyete geçmektedir. Bu program canlıyı uzaklaşmak veya saldırmak amacıyla programlamakta ve canlının yaşamını sürdürmesini sağlamaktadır. Bununla birlikte reel dünyada fiziksel tehlikelerle karşılaşma olasılığı düşük olduğu için bu endişe programı, reel tehditin bulunmadığı zamanlarda canlının hatalı anlam çıkarmaları nedeniyle aktif hale geçtiğinde fonksiyonelliğini yitirmekte ve bir sorun olarak gündeme gelmektedir (Ülev, 2014).

Bu yaklaşıma göre; bireyin dünyayı nasıl yapılandığı davranışını etkilemektedir. Dolayısıyla bireyin gerçeği çarpıtması ve hatalı yaklaşımları problemleri meydana getirmektedir. Beck'e göre bilinçaltı süreçleri anlamlıdır

ve bireyin rahatını kaçıran fikirler biçim değiştirerek oluşmaktadır. Psikolojik bozuklukların ortaya çıkmasında “zihinsel fonksiyon bozukluğu”nun esas anlam arz ettiğini ifade etmektedir (Işık, 1991). Zihinsel yaklaşımcılara göre, endişenin sebebi, hadiselerin bireyin dışında; bireyin gelecekte umduklarıyla ve bu hadiseleri ne şekilde anlamlandırıp, ele aldığı ile ilişkilidir. Zihinsel yanlış algılamalar; eksiklik, takdir edilme, kontrol ve endişe duygusuyla ilgilidir. Bireyler negatif bilişsel imgelerin tesiriyle hadiseleri yorumladığında, endişe seviyeleri, vakanın reel riskiyle orantısız olmaktadır. Kişinin düşünceleri ve inançlarına paralel olarak hisleri şekillenmektedir. Kaygı da, başka emasyon durumlarına benzer bireyin inançlarının bir mahsülüdür (Akt., Sürmeli, 1997).

2.2.4.3. Davranışçı Kuram ve Kaygı

Davranışçı yaklaşıma göre kaygı, öğrenme sonucu oluşmaktadır ve “koşullu uyarının koşulsuz uyarılarla etkileşimi sonucu ortaya çıkan koşullu tepki” olarak açıklanmaktadır. Kişi, kaygı uyandıran uyarandan uzaklaşarak kaygıdan da uzaklaşmaya çalışmaktadır. Ertürk’ün (1994) aktardığına göre, öğrenme kuramcılarını kaygıyı, öğrenilmiş emasyon olarak ele almaktadır. Kaygının normal ya da patolojik olup olmadığı tehdit duygusunun yoğunluğuna, süresine, dış tehlikenin önemi ve derecesine göre belirlenmektedir. Kaygı, acıtıcı yada istenmeyen istenmeyen bir uyarıcıya karşı verilen şartsız bir reaksiyon ise, bu bir uyum davranışıdır. Fakat bazı zamanlarda korkutucu veya da riskli olmayan uyarıcılara karşı da oluşabilmektedir ve bu durum psikopatolojik kaygı belirtileri olarak ele alınmıştır (Weanar, 2003).

Kaygı korkusunun, panik ataklar sonucunda oluştuğu öne sürülmüştür (Goldstein ve Chambless, 1978). Kaygı korkusunu, ayrıca panik deneyimlerle ilişkili olan özellikle agorafobi gibi duygusal bozukluklarla sınırlandırmışlardır (Ertürk, 1994). Eysenck, kaygının klasik koşullanma yoluyla öğrenilen koşullu tepkiler olduğunu belirtmiş ve bu tepkilerin, uyumsuz bir hale geldiklerinde, nevrotik belirtileri oluşturduğunu savunmuştur. Bu nevrotik belirtilerin, yine klasik koşullanma ile söndürülmelerinin mümkün olduğunu belirtmiştir (Köse, 2009).

2.2.4.4. Biyolojik Kuram ve Kaygı

Anksiyete araştırmalarında beyin fonksiyonları üzerine vurgu yapılmaktadır. Biyolojik varsayımlarla kaygı aıklanđında, nörotransmitterlerin ve beyin fonksiyonlarının önemi vurgulanmaktadır. Noradrenalin ve serotonin düzeylerinin artışı üzerinde durulmaktadır. Yapılan çalışmalarda, kaygının varlığında kalıtımsal bir yatkınlığın olduğundan söz edilmektedir. Genetik çalışmalardan tespit edilen malümatın sınırlı olmasına rağmen, araştırmalar kuvvetli bir kalıtsal bileşenden söz etmektedir. Uzmanlara endişe Őikayetleriyle başvuranların çoğunluğunun ebeveynlerinde de eş sorunların var olduğu saptanmıştır (Öbekli, 2013). Gerçekleştirilen pek çok araştırmada, birçok anatomik bölgenin anksiyete ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Duyusal uyarınların özellikle hipokampüsün, entorhinal korteksin aktivasyonunu sağladığı yapılan çalışmalarla gözlenmiştir. Ayrıca limbik sistemin ve temporal korteksin çıkartılmasıyla yapılan çalışmalarda, korku ve agresyon düzeylerinin azaldığı görülmüştür. Bu bölgenin situmulasyonu da korku ve agresyon davranışlarının ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Çeşitli çalışmalarda frontal serebral korteksin ve temporal serebral korteksin kaygı oluşumunda etkili olabileceği de ileri sürülmüştür (Koroğlu, 2004).

2.2.4.5. Varoluşcu Kuram ve Kaygı

Irvin Yalom, kaygıyı kişinin ayrılmaz bir parçası olarak ele almaktadır. Kaygının kişinin hayatta kalabilmesi ve kendini tehlikelere karşı koruyabilmesi için gerekli olduğunu vurgulamaktadır. Kaygıyı, kişinin varlığını sürdürübilmesi için gereken çabanın bir sonucu olarak görür. Aynı zamanda varoluş kaygısının, hayati değerin ve yüzleşmenin bir sonucu olduğunu söylemiştir. Rolla May, kaygının olumlu ve olumsuz olmak üzere iki rolde ortaya çıktığını savunmuştur. Olumsuz rolüyle kaygı, bireyin acı ve umutsuzluk duygularını yoğun olarak hissetmesidir. Bu umutsuzluk, bireyin bu durumlardan kaçınmak için kendini dar bir alanda, kuralların zincirlerine vurarak yaşamasına sebep olmaktadır. Olumlu rolüyle kaygı ise, bireyin onu korkutan durumlara rağmen o durumlara yüzleşmesi ve kendine yeni yaşam yolları açmasını sağlamaktadır (Öksüz, 2012).

2.3. YALNIZLIK

2.3.1. Yalnızlık Kavramı

Yalnızlık kavramı, alanyazın kapsamında incelendiğinde kişinin istemediği ve hoş olarak karşılamadığı deneyim olarak belirtilmektedir (Jones, Freeman ve Goswick, 1981). Bu kapsamda yalnızlığın iki boyutundan bahsedilmektedir. Bunlardan birincisi, yaşam içerisinde ki birçok ilişkinin oran olarak eksikliğini belirten tek boyutlu bir yapı olduğunu savunmaktadır (Russell, 1982). İkincisi ise yalnızlığı sosyal ve duygusal olarak iki yapıya ayırmaktadır. Buna göre; hissi olarak yalnızlık sevgili, aile, eş gibi daha yakın olan ilişkileri kapsarken, toplumsal yalnızlık ise komşu, arkadaş, iş arkadaşlığı gibi ilişkilerin eksik olmasından ortaya çıkmaktadır (Weiss, 1973).

Yalnızlık toplumda çoğunlukla fiziksel olarak tek olma durumu olarak algılanmakta ve ifade edilmektedir. Ancak kişiler diğerleriyle beraber olduklarında da yalnızlık yaşayabilirler. Bu nedenle yalnızlığı bireyin yaşamış olduğu sosyal ilişkilerin yetersizliği ve bu ilişkilerden alınan doyumun düşüklüğü belirlemektedir (Buluş, 1997). Bu bağlamda yalnız kişi etrafının kalabalık olması halinde bile kendini yalnız hissedebilir (Seçim ve ark., 2014). Yalnızlık evrensel bir olgudur ve insanın aidiyet duygusunun bir sonucudur (Karaoğlu ve ark, 2009). Perlman ve Peplau (1984)'ya bakıldığında yalnızlık, kişinin yaşantısındaki olan toplumsal ilişkileri ile yaşanmasını istediği sosyal ilişkileri arasındaki farklılıktır. Bu durum kişinin arzulamadığı ve kişiye rahatsızlık veren bir durumdur. Sadler (1978)'e göre yalnızlık ise kişinin üzüntü ve boşluk duygularını yoğun bir şekilde birlikte yaşamayı ve bağlanma ihtiyacının belirmesiyle kendini göstermekte ve beş farklı şekilde ortaya çıkmaktadır. Bunlar;

- Kişilerarası yalnızlık: Kişinin bir yakını kaybetmesi sonucunda oluşan yalnızlık duygusudur ve kişinin bunu devamlı sürdürmesidir.
- Toplumsal yalnızlık: Kişinin içerisinde bulunduğu toplumsal gruptan istemeyerek ayrılması sonucunda oluşan yalnızlık duygusudur.

- Psikolojik yalnızlık: Kişiliğin derinliklerinde bulunan, kişinin geçmişinde yaşadığı bazı nedenlerden kaynaklı duygusal durumdur.
- Varoluşsal yalnızlık: İmkansız bir kişi ile bütünleşmiş olma duygusuna dayanan, sonunda kendisini üstün bir güce bırakmaya kadar giden yalnızlık duygusudur.
- Kültürel şok: Bir ülkeden başka bir ülkeye göç eden kişilerde görülen toplumsal soyutlanmışlık duygusudur.

Yalnızlığın nedenleri; düşük benlik saygısı, düşük sosyal beceriler, bağlanma ve bağlanma figüründen ayrılma, sosyal ilişkilerde yetersizlik, gerçek olmayan öznel değerlendirmeler, bireysel, psikolojik ve bilişsel faktörler, toplumsal ve çevre faktörleri olarak sınıflandırılmaktadır. Ayrıca yalnızlığın kişiye acı ve mutsuzluk veren olumsuz bir duygu olduğu bilinmektedir (Haliloğlu, 2008). Yalnızlık duygusunun mutsuzluk ve umutsuzluk içerip bireye acı verme durumuyla yalnız olmayı istemekten ayrılır (Heinrich ve Gullone, 2006). Kişinin fazla arkadaşına sahip olması da toplumda kendini yalnız hissetmesini engellemeyebilir. Bu duruma göre, yalnızlık bireyin sadece kendisinin olması anlamına gelmez (Bilgi, 2005).

Yalnızlık duygusunun gelişmesinde, bireyin sosyal becerilerde eksikliği, sosyal alana katılımda ilgisizlik, zamanının çok büyük bir kısmını kişilerle geçirmekten çok tek başına geçirme, sosyal etkinliklere çok fazla katılmama, yeni sosyal ilişki kurma hususunda isteksizlik, bireydeki motivasyon azlığı ve fikirlerini sorunlarını paylaşabileceği yakın arkadaşlarının çok fazla olmayışının etkili olduğu savunulmaktadır (Çakıl, 1998).

Yalnızlığın patolojik olarak birçok psikolojik sorunların hazırlayıcısı olduğu bilinmektedir (Buluş, 1997). Yapılan bazı çalışmalarda yalnızlığın depresyon (Anderson ve Harvey, 1988), intihar (Weber ve ark, 1997), alkolizm (Sadava ve Pak, 1994), düşük benlik saygısı (Olmstead ve ark, 1991) gibi psikolojik sorunlarla ilişkili olduğu bulunmuştur. Yalnız olan birey çevresiyle olan ilişkilerinde kaygılı, mutsuz ve etkisi olmayandır (Özodaşık, 2001). Konuyla

ilgili alanyazın araştırıldığında, yalnızlığın toplumda önemli bir sorun olduğu görülmektedir (Izgar, 2009; Batıgün, 2008; Seçim, Alpar ve Algür, 2014).

2.3.2. Yalnızlığın Nedenleri

Yalnızlık duygusunun belirmesine neden olan unsurlar 5 temel kategoride ortaya çıkmaktadır. Kişinin bulunduğu gruptan dışlanması gibi hoş olmayan tecrübe, bireyin sevilmediğini düşünmesine yönelik önceden yaşamış olduğu bilişsel deneyim, kişinin derdini paylaşabileceği ve bir paylaşımda bulunabileceği arkadaş çevresine sahip olamama, sosyal ilişkilerde ve bu ilişkiyi sürdürme konusunda yeterli olamama olarak belirtilmiştir. Bunların yanında yalnızlık durumuna zemin hazırlayan faktörlerde şu şekilde sıralanmıştır. Kişilik özellikleri, durumun özelliği, kültürel değerler ve normlardır. Yalnızlığı hızlandıran durumlarda ele alınmış ve bireyin romantik ilişkisinin sona ermesi veya yaşadığı yerden taşınması gibi durumların olmasıdır. Bu süreçlerden geçen birey bilişsel olarak anlamlandırma sürecinden sonra yalnızlık durumu ortaya çıkmaktadır (Perlman ve Peplau akt. Körler, 2011). Yalnızlığın oluşmasında etken olan 12 neden şu şekilde açıklanmıştır.

- 1) Reddedilme Korkusu: Birey ilişki yaşadığı zaman reddedilme korkusu yaşamamasıdır.
- 2) Çekici Olamama: Kişinin fiziksel olarak çekici olmamasıdır.
- 3) Bilgisizlik: Bireyin arkadaşlık veya romantik ilişki başlatamamasıdır.
- 4) Şanssızlık: Bireyin herhangi bir ilişki başlatması konusunda şanslı olmadığını düşünmesidir.
- 5) Çaba Göstermeme: Kişinin başka kişilerle tanışması için yeterince çaba sarf etmemesidir.
- 6) Kötümserlik: kişinin ilişki kuracağı kişileri şans eseri bulabileceği ve bu şansa onun sahip olmadığını düşünmesidir.
- 7) Utangaçlık: Kişinin ilişki kurma konusunda utangaç olma durumudur.
- 8) Diğerlerinin Korkuları: Diğer kişilerin yalnızlık yaşayan kişilerle ilişki kurmaya korkmasıdır.

- 9) Diğer Gruplar: Diğer kişilerin bir arkadaş grubuna üye olmaları ve yalnızlık yaşayan kişilerle ilişki kurmak istememeleridir.
- 10) Kişisel Olmayan Durumlar: Bireyin birçok kişiyle kişisel olmayan şekilde ilişki içinde olmasıdır. Diğerlerinin İsteksizliği: Diğer kişilerin ilişki kurma konusunda çabasının olmamasıdır.
- 11) Fırsat Yoksunluğu: kişinin diğer kişilerle arkadaşlık veya romantik ilişki tarzında fırsatının olmamasıdır.
- 12) Antipatik Kişilik: Kişinin diğer insanlar tarafından hoş olarak algılanmayan bir tavrının olması.

2.3.3. Yalnızlığı Açıklayan Kuramlar

2.3.3.1. Psikodinamik Yaklaşım

Kişinin bilinçli olarak seçtiği ve bir mantığı olan yalnızlık normal yalnızlık olarak değerlendirilmektedir. Ancak çevresiyle iletişim içinde olmaya, bir sıkıntı eşlik ediyorsa temeldeki bu gerilimden kaçmak için yaşamdan uzaklaşmak araç haline gelirse bu yalnız olma isteği nevrotik bir yalıtım olarak açıklanmaktadır (Horney, 1999). Fromm (2015)'e göre yalnızlığın kökeni çocukluk yıllarına dayanmaktadır. Birey kendisine destek olan sosyal bağlardan kopacak ve bireyselleşmeye başlayacaktır. Zamanla hissedeceği yalnız olma durumundan acı çekerek çıkmak isteyecektir (Fromm, 2015).

2.3.3.2. Varoluşçu Yaklaşım

Varoluşçu yaklaşım şunu savunur; kişi yaşantısından sorumlu olduğu derecede yalnızdır. Her insan varoluşunda yalnız bir insandır. Ancak yalnızlık paylaşıldığı sürece sevgi yalıtılmış acıyı telafi edecektir. Eğer kişi varoluştaki bu yalıtılmış acıyı kabul edebilirse ve yüzleşebilirse birey bir diğerine sevgiyle dönebilir. Özgür kılabilmek için kendisini diğer kişilerden ayrılmayı başarabilmesi gerekir. Bu da kişilerarası soyutlanmayı ve sonucunda da yalnızlığı gerektirir. Fakat kişi etrafındaki kişilerle etkileşimini arttırdıkça bu varoluştaki olan yalnızlık duygusunu olumlu olarak diğerlerine olan yakınlık duygusuna döndürebilir. Varoluşçu yaklaşım varoluşumuzdaki yalnızlık

duygusuyla yaşantıdaki yalnızlık duygusunu birbirinden farklı düşünür (Yalom, 2001; Steinberg, 2007). Varoluşsal olarak birey hem yalnız hem de bağımlıdır (Corey, 2008).

2.3.3.3. Psikososyal Yaklaşım

Psikososyal gelişim kuramının da Ericson, “tek başınalığa karşı yakınlık döneminde” birey, kimlik krizi çözülmüşse arkadaşlık ilişkileri ve diğer sosyal ilişkiler kurmaya, yakınlık ve bağlılık yaşamaktan korkmayacaktır. Kimlik kazanmamış bireyler yalnızlık ve yalıtılmışlık yaşamaktadır (Burger, 2006).

2.3.3.4. Davranışsal Yaklaşım

Yaklaşımın merkezine insanın davranışlarını alan davranışçı yaklaşım, insanın davranışlarını mekanik bir şekilde ele almıştır. İnsanın duygu ve tecrübelerini maddesel süreçle ve mekanizmayla açıklamıştır. Bireyin kendisi hakkındaki sorulara doyurucu cevaplar vermemesi, psikologları farklı yaklaşım arayışlarına götürmüştür. Bununla birlikte, kişinin içsel süreçlerini ve tecrübelerini, özellikle yalnızlık yaşantısını değerlendirmek için bilişsel yaklaşımı ortaya koymuşlardır (Perlman ve Peplau, 1982). Davranışçı yaklaşım yalnızlığı, bireyin yakın ve sosyal ilişkilerinde olan becerilerindeki sorunlardan kaynaklandığını öne sürmüştür (İmamoğlu, 2008).

2.3.3.5. Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel yaklaşımda, kişinin durumlara bakış açısı ve yaşadığı bilişsel süreçler, bu güne kadar edinmiş olduğu yalnızlık hakkındaki tecrübelerin ayırımına varmasında temel etken olduğu düşünülmektedir (Perlman ve Peplau, 1984). Bu bağlamda, birey için yalnızlığın belirleyicisi sosyal yaşantısındaki ilişkilerini nasıl algıladığıyla ilgilidir. Yalnız olan bir kişi için yaşadığı ilişkiler onun arzuladığı ölçüde yeterli olmayabilir. Bu sebeple birey kendisi için bir öznel değerlendirmede bulunup, kendisi ve ilişkilerine yönelik negatif, gerçek olmayan ve mantıksız inançlar geliştirebilir. Bireyin geçmişte yaşamış olduğu ilişkiler baz alınarak yapmış olduğu bu öznel ve içsel değerlendirmeler

gerçeklikten uzak ve çarpıtılmış olabilmekte, bu da yaşamış olduğu yalnızlığı arttırabilmektedir (Perlman ve Peplau, 1982). Bilişsel yaklaşımda dikkat çeken bir diğer durum ise, yalnızlık duygusu içinde olan bireylerin yalnızlığın sebebine ilişkin ortaya koymuş oldukları değerlendirmelerdir. Yani yalnız olan bireylerin yapmış olduğu bu değerlendirmeler, yalnızlık duygusuyla baş etme davranışını ve geleceğe yönelik beklentilerini etkilemektedir. Birey mevcut durumu değişmez olarak algılamaktayken, yalnızlıkla baş etme hususunda daha edilgen bir hale gelip geleceğe yönelik umutsuzluk duygusunu yaşamaktadırlar (Kızılgeçit, 2015).

2.3.3.6. Danışan Merkezli Yaklaşım

Birey diğer kimselerle gerçek ilişkisinin hiç bulunmadığını hissederse ortada olan durum yalnızlık olmaktadır. Kişi hissiyatını istediği gibi ifade edebilmek yerine sevdiği ve şahsi olarak gerçekten onun için değerli insanların onayladığı şekilde davranışlarını gösterir çok fazla kabul görüp daha çok sevileceğini bir şekilde oturtur. Bireyin dışında olan dünya ile ilişki bağına ilişkin davranış stillerini oturtur. Birey arzu ederek yada etmeyerek zorlanarak bu kabuğu yıktığı zaman en çok yalnızlığa bu zamanda eğilim gösterir. Kişi hayatın anlamını, gerçek dünyayla sahte yüzünün ilişkisinin olamayacağını kabul ettiği zaman yalnızlığı umutsuzluğa dönüşür (Rogers, 1994).

2.3.3.7. Bireysel Psikoloji Yaklaşımı

Birey kapıldığı aşağılık duygusuyla yalnızlık ve soyutlanmanın içine düşebilir. Birey eğer yetersizliğinin fark edilmesini istemiyorsa kendini çevreden uzaklaştırarak yalıtır yalnızlığa doğru savrulur. Birey yetersizlik duygusuyla birlikte kendini soyutlar ve bu durum yalnızlığa yol açmaktadır. Yetersizliklerini başka insanlarla etkileşim halinde olmayı reddeder ve yalnızlığı tercih ederler (Adler, 2002).

2.4. SUÇLULUK-UTANÇ

2.4.1. Suçluluk ve Utanç Kavramı

Diğer bireylerle kurulan ilişkilerde suçluluk-utancın, yine diğer bireyi rahatsız edecek davranışlarda bulunduğu yaşanabilen duygulardır. Buradaki duygular yoluyla, kişiler rahatsız edici davranışlarını fark ederek bu davranışlarını düzeltme yoluna gidebilirler. İç içe geçmiş suçluluk ve utanç kavramları aslında farklı kavramlardır. Suçluluk genellikle, yapılan yapılan yanlışa verilen yanıt gibi düşünülebilir. Utançta ise, kendini bedbaht hissetme hüsrana uğrama gibi duygular yaşanmaktadır (Barasch, 2000).

Budak'a (2000) göre suçluluk duygusu dinen, kanunen ya da ahlaki yönden ayıplanan, yasaklanan değerleri, kuralları, töreleri çiğnediğimizde ortaya çıkan düşüncenin yarattığı rahatsızlık ve pişmanlık duygusudur. Utanç duygusu ise bu değerler, kurallar ve töreleri çiğneyen kişinin benliğini olumsuz değerlendirilmesiyle ortaya çıkarak acı vermektedir. Arkonaç (1999)'a göre ise suçluluk duygusu, olumsuz hatalı olarak tanımlanan, bir durumun yapılması sonucunda üst benlik kurallarına ters düşmesi sonucunda ortaya çıkan kendini değersiz ve ceza verilmesi gereken birey olarak duyguları ortayan çıkan durum olarak belirlemektedir. Tangney ve Fischer'e göre, suçluluk duygusu, bir davranışın başarısızlıkla sonuçlanması sonucu birey bu başarısızlıktan kendini sorumlu tutuyorsa ortaya çıkar. Utanç duygusu ise benliği tamamen tahrip eden, bireyin kendisini olumsuz değerlendirmesine neden olan ve çok acı veren bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Akt., Arkonaç, 1999).

Suçluluk ve utanç duyguları olumsuz duygulanımlar içermektedir, ancak odaklanılan olumsuz duygulanımlar farklıdır. Fenomenolojik yaşantıların farklılıkları farklı olumsuz duygulanımlar doğurmaktadır. Suçluluk, bazı özel hareket veya başarısız davranışlarla ilişkili bir kavramdır. "Olan kötü bir şeyden" pişmanlık veya üzüntü duyma ve bu şeyi telafiye yönelik gerilim duymaktadır. Suçluluk, bir ya da başka bir nedenden dolayı utanç duyma, gerilim, pişmanlık ve üzüntü duygularının onarımı özellikle engelliğinde oldukça tedirgin edici olabilir. Utanç duyguları ise suçluluk duygularından çok

daha fazla acı verici ve dayanılmazdır. Utanç bütün benlik ile ilgili bir kavramdır. "Kötü şey" "kötü ben" olarak yansıtılır ve tüm benlik acı verici şekilde olumsuz değerlendirilir. Bu olumsuz ve acı verici değerlendirmeler sonucunda kişi kendini daralmış, küçülmüş, değersiz ve güçsüz hissetmektedir (Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992).

Suçluluk, utanç ile karşılaştırıldığında daha çok özel hata üzerine, mağdur ile ilgili nedenlere odaklanmakta bununla birlikte redde ve pişmanlığa yol açmaktadır (Tangney ve Dearing, 2002). Kısa süren ve çok özel hataya bağlı olarak yaşanan bu duygu, yaşanan olayın çaresinin bulunmasına, uzlaşmacı davranışlara, (itiraf etme, özür dileme, verilen zararları tanzim etme ve onarma gibi) toplum lehine hareket etmeye ve amaç yönelimli davranışların ortaya çıkarmasına neden olmaktadır (Quiles ve Bybee, 1997).

Utanç duygusunu yaşayan bireyler sanki yerde sıkışmış, ürkmüş, küçülmüş, canı yanmış gibi hissederler (Harder & Zalma, 1990). Kişinin düşünce ve duyguları ile alakalı olarak hareketlerinde yüzünü saklama, başka tarafa yönelme, durumdan kaçınma gözlenmektedir (Tangney & Dearing, 2002). Klasik psikoanalitik kurama göre suçluluk benliğin altbenlik ve üstbenlik arasındaki çatışmaları dengelenmesini sağlayıcı unsurdur. Çok kesin sınırlarla suçluluk ve utanç duyguları tanımlanması zordur. Ancak suçluluk, toplumsal norm ve değerlerin gerçekten bilerek aşılıp veya bunun tasarlanmasının eşlik ettiği bir fark etmenin oluşturduğu sıkıntı veren bir duygudur. Utanç ise birey olarak kişinin kendisindeki temel bir eksikliğini fark ederek yaşadığı sıkıntılı durum olarak belirtilebilir. Kişinin yaptıkları ile ilgili olarak suçluluk yaşanmasına sebebiyet verirken, doğrudan kişinin kendilik kavramını hedefleyen duygu ise utançtır (Potter-Efron, 1989).

Freud (1905; 1957) erken dönem çatışmalarında utancın seksüel dürtülerin dışavurumuna karşı oluşan bir reaksiyon formasyonu olarak tanımlamıştır. Freud'a göre utanç, idden gelen dürtülerin ve davranışların süperegonun ahlaksal standartlarıyla uyuşmaması sonucunda ortaya çıkmaktadır. Freud (1957) yine erken dönem çalışmalarında "egoideal" kavramını ortaya atmıştır.

Freud her ne kadar sonraki çalışmalarında bu kavramı terk etse de sonraki psikologlar ego-ideal (ideal kendilik değeri) ve superego arasındaki ayrımlar üzerine odaklanmışlardır. Örneğin Piers ve Singer (1953) suçluluk duygusunu ego ve süperego arasındaki uyumsuzluktan kaynaklandığını belirtirken ego ve ego-ideal arasındaki uyumsuzluk sonucunda ise utanç duygularının ortaya çıktığından bahsetmektedir (Tangney ve Dearing, 2002).

Üst benlik Freud'a göre bireyin, ilk yıllarında anne, baba ve toplumsal değer yargılarını benliğin bir parçası olarak özel bir yapı olarak geliştirir. Yanlışla-doğruyu, iyile-kötüyü bir yaşında olan çocuk yalnızca kendi dürtüsünün karşılanmasına göre ortaya koyar. Yaşamın ilk yıllarında kendisine iyilik yaşatan şeyler iyi, kötülük yaratan şeyler kötü olarak hissettirir. Çocuk iki yaşından itibaren dışarıdan algıladığı, iyi-kötü, doğru-yanlış değer yüklemelerini kaydetmeye başlar, fakat bunlar o kadar da kendisinin benimsediği değerler değildir ve ortamına girmemiştir. Bu durumda çocuk sadece ilk derece yakın olan anne, baba v.b. neyi onaylayıp neyi onaylamadıklarını ayırabilir ve onaylanmayan bir etkinliği yapılıncaya dışarıdan ceza gelebileceğini hissedebilmektedir. Giderek çocuk başkalarının neyi yasakladığını öğrenir ve yasaklanan durumu diğer bireylerin önünde yapıldığında korku, suçluluk ve utanç hisseder. Üst benlik gelişiminin öncüleri suçluluk ve utanç duygularıdır. Benimsenmiş olan iyi-kötü, doğru-yanlış biçimindeki değer yargıları, kişinin yargılama sistemi olarak oturur ve bireyin davranışlarının düzenlenmesini sağlar. Bu suretle kişi benimsediği yasaklarla ilgili bir düşünce veya davranışta bulunduğu anda, suçluluk ve utanç duygusunu ortaya çıkarır (Öz, 2010).

Suçluluk-utanç hissiyatının yoğunluğu süper egonun gücünü yansıtır. Süperegonun belli bir oranda olması bireyin gelişimini ve topluma adaptasyonunu sağlamaktadır. Süperego gelişiminin olmaması ya da rahat bir süperego gelişiminin olması kişiye has davranışta belli bir stabilizasyonu engeller ve bireyin sosyalitesi içinde önemli oranda uyumsuzluklar yaşamasına yol verebilir. Örnek olarak, bireyler, diğerlerini kullanma, incitme, kötü davranma, istismar etme ve suçluluk utanç hissetmeden suç işleme gibi

hiç uyumlu olmayan davranışları ortaya koyma eğilimi gösterirler. Böyle kişilerin suçluluk-utanç hissetmemelerinin sebebi süperegönün beklenen seviyede gelişmediği yapılan davranışların kendi benliklerine uyum arz etmesinden kaynaklanır. Durumu bu olan bireylerin diğer insanların hissiyatına göre empati oranları düşüktür ve diğerlerinin haklarını düşünmezler. Bireylerin bazılarında, ise süperegö çok katı, kusur tanımaz ve bağışlamaz bir şekilde gelişmiştir. Benlik böyle katı bir süperegö ezilmesi altında kalabilir. Böyle durumlarda da kişilerde kabul edilmeyen davranışlar suçluluk-utanç hissine neden olur, kişilerin kendilerine olan saygıları düşer ya da kendilerine ceza verirler (Öz, 2010).

Erikson'un psikososyal gelişim kuramının ikinci ve üçüncü dönemlerinde suçluluk ve utanç duygularının gelişiminden bahsedilmiştir. Çocukluk döneminin 1,5–3 yaşları arasını kapsayan "özerkliğe karşı utanç ve şüphe" dönemi Adale sistemi çocuğun gelişiminin etkisi altındadır. Bu dönemde çocuklar bağımsızlıklarını kazanmak için beceri hareketlerindeki kontrol ve öz-yeterliliği deneyerek bundan keyif almak isterler. Çocuklar bu dönemi başarıyla atlattırlarsa yeterlik hissiyatını, kendine güveni ve öz değerlerini ortaya koymuş olurlar. Çocuklar bu beceri yeterliliğini yerine getirmekte güçlük çeker veya başkaları tarafından engel olunursa bağımlılık hisleri, utanma ve kendini değersizliğe doğru götürür ve kendilerini böyle hissederler (Özbay, 2003).

Bu dönemde, benlik saygısının yok olmasına sebebiyet vermeyen bir oto kontrol duygusundan kalıcı bir niyet ve gurur duygusu ortaya çıkarken; oto kontrol yitimi ve aşırı denetleme hissiyatıyla birlikte kuşku ve utanca yönelik kalıcı olan bir yönlenme olmaktadır (Erikson, 1984). 3–6 yaşlarını kapsayan "girişimciliğe karşı suçluluk duygusu" döneminde ise çocuk hareket etme olasılığı yüksek olan alanları geliştirerek daha fazla sosyal yönelimli olmaktadır. Erikson'a göre, çocuğun amaçlarına ulaşmak amacıyla içinde bulunduğu girişim duygusu sorgulama, yanılma ve denemelere olanak sağlayan bir ebeveynlik üslubu ile nitelik kazanıyorsa gelişimine devam edecektir. Diğer yandan ana babalar yaklaşımlarında denetleyici ve kısıtlayıcı

iseler çocukların suçluluk duygusunu pekiştireceklerdir (Gander & Gardiner, 2001).

Utanç ve suçluluk duygusunun bileşenleri şöyle tanımlanabilir (Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992):

- Olumsuz içsel benlik düşüncelerine bakıldığında, değersizlik yetersizlik, düşüncelerini ve duygularını ele alır, kişi kendini beceriksiz, kötü ve başarısız bir olarak yükleme yapar.
- Dışsal ya da sosyal odaklı düşüncelere bakıldığında: bunlar başkalarının bizi değersiz ya da yetersiz olarak gördüklerini tahmin edilen inançlardır.
- Duygusal birleşen: öfke, kaygı, kendinden tiksirmek gibi çeşitli unsurlar utancın duygusal birleşeni olarak kabullenerek belirlenir.
- Davranışsal birleşene bakıldığında: saklanma, yüzleşmekten kaçınma uzaklaşma gibi durumlar.
- Fizyolojik ya da bedensel birleşen: utanç duygusu streslidir ve bizim sinir sistemimizi harekete geçirir.

Utanç bizim duygu durum belirleyicilerimiz üzerinde etki eder ve olumlu pozitif duygu durumun sürdürülmesine yardımcı olmaz. Duygu durum belirleyicilerimiz utanç üzerinde etki eder ve olumlu hissiyatın sürdürülmesini engeller. Bu etki aşağıda belirtilen şelillerde olur (Tangney, Wagner ve Gramzow, 1992):

- Bedenden utanma: Sağlık problemleri nedeniyle (hemoroid, bağırsak hastalıkları, üriner problemler, bulimiya gibi problemler) ya da cinsel istismar yaşayan bireylerde akut bir şekilde bedenden utanma hissiyatı görülebilmektedir. Vücutlarının kirli ve zarar görmüş olduğu hissini yaşamaları mümkündür. Dahada ilerleyen vaka durumlarında, bu kişiler vücutlarından nefret etmeye meyilli olmaktadır.

- Yeterlilik ve becerilerden utanç duyma durumu: Utanç bu şekilde olunca, fiziksel ya da zihinsel olarak gösterilen performansla bağlanır. Burada en önemli nokta, bir şeyler yapmaya girişme ve bunlarda başarısızlık yaşamadır. Bu kişinin kendisini iyi değerlim olarak değerlendirmesine neden olur.
- İlişkilerde utanç: İlişkilerde yaşanan sıkıntılardan bir tanesi olan utanç, kişi çatışma ve eleştirilere kötü şekilde cevap vermesidir. Utanca kayan kişiler öfkelenmeleri daha kolaydır. İlişkilerini kontrol etmek ve eleştiriden uzak durmak isterler. Bu bireyler zayıf ve yetersiz olarak etiketlenmemek için diğerleri onları fark etmeye başladığında, korkuya kapılırlar.
- Duygularından Utanma: Birey sonuçlardan korktuğu için, hislerini saklama yönünde adım atmaktadır. Bunlar, kaygı, depresyon, öfke gibi duygulardır. Bireye göre bu duygular bazı durumların kötü olduğunu gösteren durumdur.

2.4.2. Utangaçlıkla İlgili Yaklaşımlar

2.4.2.1. Psikanalitik Yaklaşım

Freud (1994) sosyal fobiyi nevrotik bir korku olarak düşünmüş ve sosyal fobi yaşayan kişinin, görünürde gerçek bir nedene bağlı gibi korku yaşadığını ancak bu korkunun nedeninin kişinin içinde olduğunu savunmuştur. Psikanalitik yaklaşıma göre fobilerde iç tehlike, dış tehlikelerle yer değiştirmiş durumdadır. Fobi kişinin kendi içinden gelen korkulardan korunma şeklidir. Öte yandan Freud bu çabanın aslında boşa olduğunu, çünkü kişinin dış tehlikelerden korunmasının mümkün ama iç tehlikelerden korunmasının sanıldığı kadar kolay olmadığını belirtmektedir. Psikanalitik kuramda, sosyal fobi ile ilgili olarak; utanç yaşantıları, suçluluk duyguları ve ayrılma kaygısı olmak üzere üç temel dinamik üzerinde odaklanmaktadır.

Yaşantılarda, onaylayıcı olmayan anne-baba tutumları utanca sebebiyet vermektedir. Bireyler bu utancın ve hayali aşağılanmadan kaçmak için diğer

bireylerden onay göremeyecekleri ihtimalinin olduğu ortam ve durumlardan kaçınma eğilimindedirler. Sıklıkla suçluluk duyguları, anne-baba ya ikisi yada birisinden istediği tam ve mükemmel ilginin alınamadığından dolayı yaşanmasına sebebiyet veren yetersizlik duygularının olmasıdır. Yaşamda yetişkin birey bu suçluluk hissiyatı sebebiyle diğerlerinden de bu tam ve mükemmel ilgiyi almayı bekler. Bunu ele geçiremediği zamanda sosyal ortamlara girmek istemez. Seperasyon anksiyetesi ise bebeğin büyümesiyle birlikte anneden ayrılması ve anneden aldığı ilginin bir bölümünü de yitirmesi akabinde sonuç ortaya çıkar. Bu durumda olması gerekende anne çocuğun özerklik kazanması için yine çocuğundan uzak durmak eğiliminde olmalıdır. Çocuk bu sebeple bütün özerklik atılımlarının terk edilmeye sonuçlanacağını fark eder. Erişkin yaşamda yaşanan kaçınma davranışı, kişinin diğer bireylerle yaşadığı ilişkilerde başına gelmesi muhtemel reddedilmeye hissedilen korku sebebiyledir. Kişinin terk edilmesi ise yaşamındaki önem arz eden nesneyi (anne-baba ve bakıcılar) simgesel anlamda kaybetmesi anlamını yüklemektedir (Türkçapar, 1999).

2.4.2.2. Medikal Yaklaşım

Medikal yaklaşıma göre kişinin sahip olduğu ve doğuştan getirdiği genetik yatkınlık ve biyolojik özellikler sosyal fobi gelişiminde en önemli faktörlerdir. Sosyal fobi yaşayan bireylerin sorunları biyolojiktir bu nedenle de sosyal fobi ile başa çıkmada ilaç kullanımı başvurulacak ilk yoldur. Literatürde medikal yaklaşımın, sosyal fobinin gelişiminde kalıtsal faktörleri ön plana çıkaran bu tutumuna karşıt görüşler olmakla birlikte (Benton, 2004), utangaçlığın özellikle aşırı şekilde yaşandığı kişiler için biyolojik temelli nedenlerin ve genetik yatkınlığın çok daha muhtemel olduğu ve bu faktörün de göz önünde bulundurulması gerektiği vurgulanmaktadır (Akt: Geçtan, 2005).

Benton ise (2004) sosyal fobideki utangaçlığın bir hastalık semptomu olarak ele alınmaması gerektiğini, bunun bir kişilik özelliği olduğunu belirtmekte, utangaçlığın gelişiminde öğrenme ve bilişsel süreçleri ön plana çıkarmaktadır. Bu iki görüşün utangaçlıkla ilgili olarak yaptıkları açıklamalarda buldukları

ortak nokta; hem kalımsal hem de sosyal, davranışsal ve bilişsel öğrenme ilkelerinin utangaçlığın gelişmesinde rol oynadığı ve bu faktörlerin sosyal fobinin sağaltımında farklı derecelerde kullanılması gerektiğidir.

2.4.2.3. Sosyal Öğrenme ve Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlar

Sosyal öğrenme ve bilişsel davranışçı yaklaşımlar utangaçlığın gelişimde öğrenme yaşantılarının en önemli faktör olduğunu savunmaktadırlar. Erken çocukluk dönemlerinden itibaren içinde bulunduğu sosyal çevre, kültürel özellikler ve ebeveyn tutumları, bireyin utangaçlıkla ilişkili pek çok özellik kazanmasına yol açar (Antony ve Swinson, 2000).

Öğrenme yaşantıları içinde hem davranışsal hem de bilişsel öğeler bulunmaktadır. Örneğin model alma, gözleyerek öğrenme ve doğrudan deneyimleme gibi öğrenme yaşantılarının hem davranışsal hem de bilişsel boyutları olduğu söylenebilir. Bilişsel davranışçı yaklaşım model alma, gözleyerek öğrenme ve doğrudan deneyimlenmiş yaşantıların utangaçlığın gelişmesinde temel öğrenme biçimleri olduğunu savunmaktadır. Bu öğrenme biçimleri utangaçlıkla ilgili hem bilişsel ve duygusal hem de davranışsal özelliklerin edinilmesini sağlamaktadır (Akt: Akdoğan, 2007).

Utangaçlıkla ilgili ilk deneyimler bireyin anne babası ile olan ilişkisinden türemektedir. Anne-babalar hem çocuklarına model olarak hem de çocuklarının belli şekillerde davranmalarına yön vermeye çalışarak, onların pek çok kişisel özellik gibi, utangaçlığı da öğrenmelerine yol açarlar. Antony ve Swinson (2000) nadiren sosyal ilişkiler içinde bulunan veya utangaç olan kaygılı anne babaların çocuklarının, ebeveynlerini gözleyerek bu duyguyu ve ilişkili davranışları edindiklerini belirtmektedirler. Öte yandan, utangaçlık yaşayan bireylerin çocukluk dönemlerinde ebeveynleri tarafından konuşmaya ve girişimlerde bulunmaya teşvik edilmemiş; konuşma veya girişimde bulunsada bu çabaları pekiştirilmemiş olan bireyler oldukları belirtilmektedir. Bu tür çocuklar sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olacak sosyal etkileşimlere katılmamışlardır. Bu nedenle de okul çağına gelindiğinde

utangaçlıkla ilgili olarak bu çocukların okul fobisi geliştirdikleri görülür. Bu tür çocuklar kendilerine güvenmediklerinden, ebeveynlerinden ayrılmak istemezler ya da okul veya öğretmenlerine karşı olumsuz bir bakış açısı geliştirirler (Türkçapar,1999).

2.4.2.4. Utangaçlığın Bilişsel Modele Göre Değerlendirilmesi

Kongitif kurama göre bireylerin, anksiyete, utangaçlık, öfke gibi negatif duyguların yaşamlarında bulunmasının en önemli nedeni, olayların, buradaki özü değil bireylerin bu olaylarla ilgili emareleri ve getirdikleri değerlendirmeleridir. Anksiyeteye sebep veren yorum ya da düşünce ise algılanan, fiziksel ya da psikolojik tehlikeyle ilgilidir. Kongitif modelde otomatik düşünceler ve işlevsel olmayan şemalar olmak üzere iki tip hatalı düşünce biçimi söz konusudur. Olumsuz, olumsuz otomatik düşünceler, kişinin anksiyete yaşadığı bazı özellikli durumlarda var olan düşünceler ve hayaller, işlevsel olmayan şemalar ise, bireylerin kendileri ve hayatla ilgili sahiplendikleri genel inançlar ve kurallardır. Örneğin, “Benim ne kadar sıkıcı biri olduğumu bilecekler” tarzında olmaktadır (Savaşır ve Şahin, 1997).

3. BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma tanımlayıcı bir araştırmadır. Araştırmada üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, utanç-suçluluk ve üniversiteye uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2017-2018 öğretim yılında, Yakın Doğu Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünde öğrenim gören öğrencilerden oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini, 2017-2018 yılında, Yakın Doğu Üniversitesi Fen – Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünde öğrenim gören ve basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen 206 öğrenci oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanması amacıyla sosyo-demografik veri formu, Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ), Yalnızlık Ölçeği (UCLA), Suçluluk- Utanç Ölçeği (SUTÖ), Üniversite Yaşam Ölçeği (ÜYÖ) kullanılmıştır.

3.3.1. Sosyo-demografik Veri Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu katılımcıların cinsiyet, yaş, şuanda okuduğu sınıf, bölüm, kaç tane en iyi arkadaşı var?, nerede kalıyor?, kaç kişi ile kalıyor?, aylık gelir, harçlık, ilişkisi var mı?, varsa süresi?, anne-baba eğitim durumları, anne-baba çalışma durumu, anne-baba medeni durumlarına dair sorular yer almaktadır.

3.3.2. Beck Depresyon Ölçeği

Beck Depresyon Ölçeği, Dr. Aaron T. Beck tarafından geliştirilmiş olup, çoktan seçmeli 21 tane sorudan oluşmaktadır. Depresyon yönünden riski belirlemeyi ve depresif belirtilerin düzeyini ve şiddet değişimini ölçmektedir. Her madde 0-3 arası puan almaktadır. Toplam puan 0-63 arasında değişim göstermektedir. Ölçekten alınan 0-9 puan normal düzeyde, 10-18 hafif düzeyde, 19-29 puan orta düzeyde, 30-63 arasında alınan puan ise şiddetli depresyon belirtisini göstermektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Tegin (1980) tarafından yapılmıştır. Türkçe geçerlilik ve güvenilirliğinde kesme puanı 17 olarak kabul edilmiştir. Beck Depresyon Ölçeğinin güvenilirlik korelasyon katsayıları sırasıyla $r=.80$ ve $r=.74$ olarak bulunmuştur. Geçerlilik katsayısı ise $r=.50$ dir. Kline (2011) ve Schmitt (1996) Cronbach Alpha katsayısının .70 üzerinde olmasının yeterli olacağını belirtmektedir. Buna göre hesaplanan iç tutarlılık katsayısının yeterli büyüklükte olduğunu belirtmek mümkündür.

Bu çalışma için Beck depresyon ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı 0,892 bulunmuştur.

3.3.3. Beck Anksiyete Ölçeği

Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilen, anksiyete belirtilerinin sıklığını belirlemek amacıyla kullanılan bir ölçektir. 21 sorudan oluşmaktadır. Her bir soruda dört seçenek bulunmaktadır. Her madde 0-3 arasında puanlanmaktadır. Puan yüksekliği artması kaygı seviyesinin arttığını göstermektedir. Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .93 olarak

bulunmuştur. Tekrar-tekrar test güvenilirlik kat sayısı ise .57 olarak saptanmıştır. Kline (2011) ve Schmitt (1996) Cronbach Alpha katsayısının. 70 üzerinde olmasının yeterli olacağını belirtmektedir. Buna göre hesaplanan iç tutarlılık katsayısının yeterli büyüklükte olduğunu belirtmek mümkündür. Bu çalışma için Beck anksiyete ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı 0,850 bulunmuştur.

3.3.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği

Toplam 20 maddeden oluşan dördümlü Likert tipi bir ölçektir. Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen ve Russell, Peplau ve Curtona (1980) tarafından yeniden revize edilen ölçek, Türk kültürüne Demir (1989) tarafından adapte edilmiştir. Ölçekten alınan puanların yükselmesi yalnızlık düzeyindeki yükselmeye işaret eder. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı. 94'dür. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı da .94 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışma için UCLA yalnızlık ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı 0,723 bulunmuştur.

3.3.5. Suçluluk-Utanç Ölçeği

Şahin ve Şahin (1992) tarafından Türk kültürü için geliştirilen ölçek 24 maddeden oluşmaktadır. Araştırmaya katılanlar kendilerini beşli Likert tipi bir dereceleme ölçeği üzerinde değerlendirmektedirler. Utanç ve suçluluk duygusu ölçeklerinden alınan oran olarak yukarıda olan puan bu iki duygu durumunun yüksek düzeyde olduğunu iletmektedir.. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı suçluluk alt ölçeği için. 81, utanç alt ölçeği için .80 olarak tespit edilmiştir.. Kriter geçerliliği için yapılan çalışmalarda, suçluluk alt ölçeği Beck Depresyon Envanteri ($r=-0.10$), Sosyotropi Ölçeği ($r=0.33$) ve Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ($r=0.11$) ile utanç alt ölçeği ise Sosyotropi Ölçeği ($r=.50$) ve Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği ($r=.28$) ile ilişkili olarak ortaya çıkmıştır. (akt. Savaşır & Şahin, 1997). Bu çalışma için suçluluk-utanç ölçeğinin genelinin Cronbach alfa katsayısı 0,762 bulunmuştur.

3.3.6. Üniversite Yaşam Ölçeği

Üniversite öğrencilerinin üniversiteye uyum düzeylerini belirlemek amacı ile Aladağ, Kağnıcı, Tuna ve Tezer (2003) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek

toplamda 48 maddeden oluşmaktadır. 'Bana hiç uygun değil'den 'Bana tamamen uygun'a kadar yedi dereceli bir ölçektir. Puanların düşük olması uyumsuzluğu, yüksek olması ise uyumu ifade etmektedir. Ölçek; duygusal uyum, kişiler arası uyum, üniversite ortamına uyum, karşı cins ile ilişkilerde uyum, akademik uyum, sosyal uyum olarak altı tane alt ölçekten oluşup korelasyonları .33 ile .48 arasında değişim göstermektedir. Toplam puanlarla arasında ise .64 ile .77 arasında değişmektedir. Cronbach alfa katsayısı sosyal uyum için .63, karşı cins ile ilişkiler için .73, duygusal uyum için .79, akademik uyum için .70, üniversite ortamına uyum için .80, kişisel uyum için .76 dir. İç tutarlılık kat sayısı .91 dir. Ölçekte yer alan 1-7-13-18-23-26-29-32-37-40-43-48 maddeler üniversite ortamına uyumu, 2-8-14-19-24-27-33-38-44 maddeleri duygusal uyumu, 3-9-15-28-34-39-45 maddeleri kişisel uyumu, 4-10-16-20-30-41-46 maddeleri karşı cins ile uyumu, 5-11-21-25-35-42-47 maddeleri akademik uyumu, 6-12-17-22-31-36 maddeleri sosyal uyumu belirlemek için geliştirilmiştir. Kline (2011) ve Schmitt (1996) Cronbach Alpha katsayısının. 70 üzerinde olmasının yeterli olacağını belirtmektedir. Buna göre hesaplanan iç tutarlılık katsayısının yeterli büyüklükte olduğunu belirtmek mümkündür. Bu çalışma için üniversite uyum ölçeği Cronbach alfa katsayısı 0,879 bulunmuştur.

3.4. Veri Toplanması

Ölçekler 2017-2018 öğretim yılı güz döneminde, Yakın Doğu Üniversitesi Fen–Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümü öğrencilerine araştırmacı tarafından sınıf ortamında uygulanmıştır.

3.5. Verilerin İstatistiksel Analizi

Araştırma verileri Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 24.0 programıyla analizi edilmiştir. Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımlarının belirlenmesi için frekans analizi kullanılmıştır ve elde edilen bulgular frekans dağılım tabloları ile gösterilmiştir.

Öğrencilerin, Beck depresyon ölçeği, Beck anksiyete ölçeği, UCLA yalnızlık ölçeği suçluluk-utanç ölçeği ve üniversite yaşam ölçeği puanlarına ait ortalama, standart sapma, alt ve üst değer gibi tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanların normal dağılıma uyumu Kolmogorov-Smirnov testi, QQ plot ve çarpıklık-basıklık değerleri ile belirlenmiş olup, veri setinin normal dağılıma uyduğu saptanmıştır. Bu sebeple öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine göre depresyon ölçeği, Beck anksiyete ölçeği, UCLA yalnızlık ölçeği suçluluk-utanç ölçeği ve üniversite yaşam ölçeği puanlarının karşılaştırılmasında parametrik hipotez testleri kullanılmıştır. Buna göre bağımsız değişkenin iki kategoriden oluşması halinde bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla kategoriden oluşması halinde ise ANOVA kullanılmıştır. Yapılan ANOVA neticesinde bağımsız değişkenin kategorileri arasında fark bulunması durumunda farkın hangi kategoriler arasında olduğu post-hoc bir test olan Tukey testi ile belirlenmiştir. Öğrencilerin Beck depresyon ölçeği, Beck anksiyete ölçeği, UCLA yalnızlık ölçeği suçluluk-utanç ölçeği ve üniversite yaşam ölçeği arasındaki puanlar arasındaki korelasyonlar Pearson korelasyon analizi ile incelenmiş olup, Beck depresyon ölçeği, Beck anksiyete ölçeği, UCLA yalnızlık ölçeği suçluluk-utanç ölçeği puanlarının üniversite yaşam ölçeği puanlarını yordama durumu doğrusal regresyon analizi ile incelenmiştir.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, utanç-suçluluk ve üniversiteye uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerin sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmış çalışmaya ait bulgular aşağıdadır.

4.1. Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, utanç-suçluluk ve üniversiteye uyum düzeyleri ile sosyo-demografik özelliklerine ilişkin tablolar aşağıda verimiştir.

Tablo 2.

Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=206)

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	109	52,91
Erkek	97	47,09
Yaş		
18-19 yaş arası	58	28,16
20-21 yaş arası	94	45,63
22 yaş ve üzeri	54	26,21
Sınıf		
I. Sınıf	49	23,79
II. Sınıf	65	31,55
III. Sınıf	57	27,67
IV. Sınıf	35	16,99
Kardeş sayısı		
1-2 kardeş	72	34,95
3-4 kardeş	89	43,20
5 kardeş ve üzeri	45	21,84

Arkadaş sayısı		
3 ve altı	64	31,07
4-6 arası	85	41,26
7 ve üzeri	57	27,67
İlişki durumu		
Var	67	32,52
Yok	139	67,48

Tablo 2 'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı verilmiştir. Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya dahil edilen öğrencilerin %52,91'inin kadın, %47,09'unun erkek olduğu, %28,16'sının 18-19 yaş arası, %45,63'ünün 20-21 yaş arası ve %26,21'inin 22 yaş ve üzeri yaş grubunda yer aldığı görülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin %23,79'unun I.'nci sınıf, %31,55'ini II.'nci sınıf, %27,67'sinin III.'ncü sınıf ve %16,99'unun IV.'ncü sınıfta öğrenim gördüğü tespit edilmiştir. Öğrencilerin %34,95'inin 1-2 kardeş, %43,20'sinin 3-4 kardeş ve %21,84'ünün 5 ve üzeri kardeş oldukları, %31,07'sinin 3 ve altı sayıda yakın arkadaşı, %41,26'sının 4-6 arası ve %27,67'sinin 7 ve üzeri sayıda yakın arkadaşı olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin %32,52'sinin karşı cinsle romantik bir ilişkisi olduğu görülmüştür.

Tablo 3.

Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine göre dağılımı (n=206)

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Kalınan yer		
Okula bağlı yurt	62	30,10
Özel yurt	30	14,56
Ev	114	55,34
Kişi Sayısı		
1-2 kişi	90	43,69
3 kişi	27	13,11
4 kişi ve üzeri	89	43,20
Harçlık		
Düşük	16	7,77
Orta	75	36,41
İyi	95	46,12
Çok iyi	20	9,71

Tablo 3. incelendiğinde araştırma kapsamına alınan öğrencilerin %30,10'unun okul bağlı yurttan, %13,11'inin özel yurttan, %55,34'ünün evde kaldığı saptanmış olup, %43,69'unun 1-2 kişi, %13,11'inin 3 kişi ve %43,20'sinin 4 ve üzeri kişi

kaldıkları saptanmıştır. Öğrencilerin %7,77'si harçlıklarının düşük, %36,41'i orta, %46,12'si iyi ve %9,71'i çok iyi olduğunu belirtmiştir.

Tablo 4.

Öğrencilerin ebeveynlerinin özelliklerine göre dağılımı (n=206)

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Anne eğitim durumu		
Bir okul bitirmemiş	29	14,08
İlkokul	58	28,16
Ortaokul	40	19,42
Lise	64	31,07
Üniversite	15	7,28
Baba Eğitim durumu		
Bir okul bitirmemiş	8	3,88
İlkokul	48	23,30
Ortaokul	40	19,42
Lise	51	24,76
Üniversite	59	28,64
Anne çalışma durumu		
Çalışan	72	34,95
Çalışmayan	134	65,05
Baba çalışma durumu		
Çalışan	179	86,89
Çalışmayan	27	13,11
Anne medeni durumu		
Evli	190	92,23
Boşandı	11	5,34
Diğer	5	2,43
Baba medeni durum		
Evli	187	90,78
Boşandı	11	5,34
Vefat etti	3	1,46
Diğer	5	2,43
Aile gelir		
3000 TL ve altı	37	17,96
3001-5000 TL arası	91	44,17
5001 TL ve üzeri	78	37,86

Tablo 4.'de araştırmaya katılan öğrencilerin ebeveynlerinin özelliklerine göre dağılımı verilmiştir. Tablo 4. incelendiğinde öğrencilerin %14,08'inin annesinin bir okul bitirmediği, %28,16'sının ilkokul mezunu, %19,42'sinin ortaokul mezunu, %31,07'sinin lise ve %7,8'inin üniversite mezunu olduğu tespit

edilmiştir. Öğrencilerin %23,30'unun babasının ilkokul mezunu, %19,42'sinin ortaokul, %24,76'sinin lise ve %28,64'ünün üniversite mezunu olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin %34,95'inin annesinin çalıştığı, %65,05'inin ise annesinin çalışmadığı, %86,89'unun babasının çalıştığı, %13,11'inin çalışmadığı görülmüştür. Öğrencilerin %92,23'ünün annesinin evli olduğu, %90,78'inin babasının evli olduğu saptanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %17,96'sının ailesinin gelirinin 3000 TL ve altında, %44,17'sinin 3001-5000 TL arasında ve %37,86'sinin 5001 TL ve üzerinde olduğu saptanmıştır.

Tablo 5.

Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlara ait tanımlayıcı istatistikler (n=206)

	n	\bar{x}	s	Min	Max
Beck Depresyon	206	11,44	8,03	0	56
Beck Anksiyete	206	13,73	9,71	1	57
UCLA Yalnızlık Envanteri	206	42,67	7,47	26	67
Suçluluk	206	49,81	8,38	19	60
Utanç	206	42,26	8,49	18	57
Üniversite Ortamına Uyum	206	54,45	10,81	24	81
Duygusal Uyum	206	39,26	8,17	15	60
Kişisel Uyum	206	36,22	7,91	11	49
Karşı Cins ile Uyum	206	33,03	7,21	18	49
Akademik Uyum	206	33,21	7,40	16	49
Sosyal Uyum	206	29,19	5,37	12	42
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	206	225,36	32,39	144	309

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Beck depresyon, Beck anksiyete, Ucla yalnızlık envanteri, suçluluk-utanç ölçeği ve üniversite uyum ölçeğinden aldıkları puanlara ait ortalama, standart sapma, en küçük ve en büyük değer gibi tanımlayıcı istatistikler Tablo 5.'te verilmiştir.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin Beck depresyon ölçeğinden $\bar{x}=11,44\pm 8,03$ puan aldıkları saptanmış olup, öğrenciler ölçekten en düşük 0, en yüksek ise 56 puan almıştır. Öğrencilerin Beck anksiyete ölçeğinden $\bar{x}=13,73\pm 9,71$ puan aldıkları görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin Beck anksiyete ölçeğinden en düşük 1, en yüksek 57 puan almıştır. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Ucla

yalnızlık envanterinden aldıkları puan ortalaması $42,67 \pm 7,47$ olup, alınan en düşük puan 26, en yüksek puan ise 67 bulunmuştur. Öğrencilerin suçluluk- utanç ölçeğinde yer alan suçluluk alt boyutundan $\bar{x}=49,81 \pm 8,38$ puan, utanç alt boyutundan ise $\bar{x}=42,26 \pm 8,49$ puan aldıkları görülmüştür.

Araştırmaya dahil edilen öğrenciler suçluluk alt boyutundan en düşük 19, en yüksek 60 puan, utanç alt boyutundan ise en düşük 18, en yüksek 57 puan almıştır. Araştırmaya alınan öğrencilerin üniversite uyum ölçeğinde bulunan üniversite ortamına uyum alt boyutundan $\bar{x}=54,45 \pm 10,81$ puan, duygusal uyum alt boyutundan $\bar{x}=39,26 \pm 8,17$ puan, kişisel uyum alt boyutundan $\bar{x}=36,22 \pm 7,91$ puan, karşı cins ile uyum alt boyutundan $\bar{x}=36,22 \pm 7,91$ puan, akademik uyum alt boyutundan $\bar{x}=33,21 \pm 7,40$ puan ve sosyal uyum alt boyutundan $\bar{x}=29,19 \pm 5,37$ puan aldıkları görülmüştür. Öğrencilerin üniversite uyum ölçeği genelinden $\bar{x}=225,36 \pm 32,39$ puan aldıkları saptanırken, ölçekten alınan en düşük puan 144, en yüksek puan ise 309 bulunmuştur.

Tablo 6.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Cinsiyet	n	\bar{x}	s	t	p
Beck Depresyon	Kadın	109	12,17	8,38	1,401	0,163
	Erkek	97	10,61	7,57		
Beck Anksiyete	Kadın	109	14,46	9,77	1,146	0,253
	Erkek	97	12,91	9,62		
UCLA Yalnızlık Envanteri	Kadın	109	43,06	6,92	0,802	0,423
	Erkek	97	42,23	8,07		
Suçluluk	Kadın	109	50,90	7,84	1,990	0,048*
	Erkek	97	48,59	8,82		
Utanç	Kadın	109	43,41	8,45	2,088	0,038*
	Erkek	97	40,96	8,39		
Üniversite Ortamına Uyum	Kadın	109	53,76	10,82	-0,971	0,333
	Erkek	97	55,23	10,79		
Duygusal Uyum	Kadın	109	38,54	8,43	-1,336	0,183
	Erkek	97	40,06	7,83		
Kişisel Uyum	Kadın	109	36,38	8,76	0,303	0,762
	Erkek	97	36,04	6,86		
Karşı Cins ile Uyum	Kadın	109	32,54	7,36	-1,029	0,305
	Erkek	97	33,58	7,04		

Akademik Uyum	Kadın	109	32,49	7,18	-1,491	0,138
	Erkek	97	34,02	7,59		
Sosyal Uyum	Kadın	109	29,57	5,16	1,061	0,290
	Erkek	97	28,77	5,60		
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Kadın	109	223,28	32,35	-0,979	0,329
	Erkek	97	227,70	32,46		

* $p < 0,05$

Tablo 5. öğrencilerin cinsiyetlerine göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir. Tablo 6. incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetlerine göre Beck depresyon, Beck anksiyete, Ucla yalnızlık envanteri ve üniversite uyum ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$). Öğrencilerin cinsiyetlerine göre suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Kadın öğrencilerin hem suçluluk hem de utanç alt boyutundan almış oldukları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 7.

Öğrencilerin yaş gruplarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Yaş Grubu	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Beck Depresyon	18-19 yaş arası	58	12,17	7,97	0	33	0,478	0,621	
	20-21 yaş arası	94	11,41	8,61	0	56			
	22 yaş ve üzeri	54	10,69	7,06	0	31			
Beck Anksiyete	18-19 yaş arası	58	13,74	9,92	2	57	0,555	0,575	
	20-21 yaş arası	94	14,36	10,25	1	54			
	22 yaş ve üzeri	54	12,61	8,51	1	35			
UCLA Yalnızlık Envanteri	18-19 yaş arası	58	43,97	8,09	31	67	1,823	0,164	
	20-21 yaş arası	94	42,67	7,24	28	62			
	22 yaş ve üzeri	54	41,28	7,05	26	60			
Suçluluk	18-19 yaş arası	58	51,38	8,73	24	60	2,338	0,099	
	20-21 yaş arası	94	49,89	6,69	29	60			
	22 yaş ve üzeri	54	47,98	10,25	19	60			
Utanç	18-19 yaş arası	58	43,97	8,45	18	56	1,771	0,173	
	20-21 yaş arası	94	41,85	8,33	23	57			
	22 yaş ve üzeri	54	41,13	8,70	19	55			

Üniversite Ortamına Uyum	18-19 yaş arası	58	51,17	11,28	24	76	4,079	0,018*	1-2
	20-21 yaş arası	94	55,27	10,95	31	81			1-3
	22 yaş ve üzeri	54	56,56	9,33	31	78			
Duygusal Uyum	18-19 yaş arası	58	40,29	7,95	15	57	1,671	0,191	
	20-21 yaş arası	94	38,13	8,56	17	60			
	22 yaş ve üzeri	54	40,11	7,58	19	57			
Kişisel Uyum	18-19 yaş arası	58	36,10	6,86	24	49	0,289	0,750	
	20-21 yaş arası	94	35,89	8,88	11	49			
	22 yaş ve üzeri	54	36,91	7,22	11	49			
Karşı Cins ile Uyum	18-19 yaş arası	58	32,36	7,03	20	49	1,476	0,231	
	20-21 yaş arası	94	32,62	7,55	18	49			
	22 yaş ve üzeri	54	34,46	6,71	24	49			
Akademik Uyum	18-19 yaş arası	58	33,91	7,04	18	47	0,526	0,592	
	20-21 yaş arası	94	32,67	7,34	16	48			
	22 yaş ve üzeri	54	33,39	7,91	19	49			
Sosyal Uyum	18-19 yaş arası	58	28,38	5,75	12	36	2,626	0,075	
	20-21 yaş arası	94	28,90	5,35	12	42			
	22 yaş ve üzeri	54	30,57	4,80	21	37			
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	18-19 yaş arası	58	222,22	32,23	144	293	1,573	0,210	
	20-21 yaş arası	94	223,48	33,37	161	309			
	22 yaş ve üzeri	54	232,00	30,43	160	306			

* $p \leq 0,05$

Tablo 7.'de araştırmaya dahil edilen öğrencilerin yaş gruplarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan ANOVA sonuçları verilmiştir.

Tablo 7. incelendiğinde öğrencilerin yaş gruplarına göre Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p < 0,05$). Yaş gruplarına bakılmaksızın öğrencilerin Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar benzer bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$). 18-19 yaş grubunda yer alan öğrencilerin UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar diğerlerine göre daha yüksek olsa da bu fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir.

Öğrencilerin yaş gruplarına göre suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Yaş gruplarına bakılmaksızın öğrencilerin suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutlarından benzer puanlar almıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş gruplarına göre üniversite uyum ölçeğinde yer alan üniversite ortamına uyum alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Bu fark 18-19 yaş grubunda yer alan öğrencilerden kaynaklanmaktadır. 18-19 yaş grubunda yer alan öğrencilerin üniversite ortamına uyum alt boyutundan aldıkları puanlar, diğer yaş grubunda yer alan öğrencilere göre anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Öğrencilerin yaş gruplarına göre üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan diğer alt boyutlardan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 8.

Öğrencilerin sınıflarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Sınıf	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Beck Depresyon	I. Sınıf	49	13,78	7,67	0	31	3,016	0,031*	1-3
	II. Sınıf	65	11,80	9,48	0	56			
	III. Sınıf	57	9,19	5,83	0	25			
	IV. Sınıf	35	11,14	8,00	0	31			
Beck Anksiyete	I. Sınıf	49	17,10	11,26	2	57	2,729	0,045*	1-3
	II. Sınıf	65	12,55	9,20	1	54			
	III. Sınıf	57	12,40	8,36	1	34			
	IV. Sınıf	35	13,34	9,64	1	35			
UCLA Yalnızlık Envanteri	I. Sınıf	49	44,10	7,80	28	67	0,938	0,423	
	II. Sınıf	65	41,95	7,49	28	62			
	III. Sınıf	57	42,75	7,04	28	60			
	IV. Sınıf	35	41,86	7,67	26	54			
Suçluluk	I. Sınıf	49	50,06	8,67	27	60	1,254	0,291	
	II. Sınıf	65	50,97	7,98	24	60			
	III. Sınıf	57	49,63	7,06	22	60			
	IV. Sınıf	35	47,60	10,36	19	60			
Utanç	I. Sınıf	49	42,41	9,14	25	56	0,180	0,910	
	II. Sınıf	65	42,71	8,33	18	56			
	III. Sınıf	57	42,12	7,61	23	56			
	IV. Sınıf	35	41,43	9,46	19	57			
Üniversite Ortamına Uyum	I. Sınıf	49	51,16	8,50	33	68	2,890	0,037*	1-4
	II. Sınıf	65	53,92	12,76	24	81			
	III. Sınıf	57	56,19	9,18	35	78			
	IV. Sınıf	35	57,20	11,33	31	76			
	I. Sınıf	49	36,53	7,65	15	57	3,343	0,020*	1-2

Duygusal Uyum	II. Sınıf	65	40,85	9,00	17	57		
	III. Sınıf	57	40,44	7,28	27	60		
	IV. Sınıf	35	38,20	7,81	22	52		
	I. Sınıf	49	35,47	7,00	24	49	0,324	0,808
Kişisel Uyum	II. Sınıf	65	36,89	8,67	11	49		
	III. Sınıf	57	35,98	8,10	11	49		
	IV. Sınıf	35	36,40	7,51	11	49		
	I. Sınıf	49	30,98	7,41	19	49	2,183	0,091
Karşı Cins ile Uyum	II. Sınıf	65	33,83	7,53	18	49		
	III. Sınıf	57	32,91	7,11	21	49		
	IV. Sınıf	35	34,60	6,02	23	46		
	I. Sınıf	49	32,43	7,09	18	44	0,647	0,586
Akademik Uyum	II. Sınıf	65	33,83	7,45	17	47		
	III. Sınıf	57	33,77	6,97	21	49		
	IV. Sınıf	35	32,23	8,45	16	48		
	I. Sınıf	49	27,57	6,17	12	42	3,234	0,023*
Sosyal Uyum	II. Sınıf	65	28,86	5,45	16	36		
	III. Sınıf	57	29,89	4,69	21	37		
	IV. Sınıf	35	30,94	4,49	23	37		
	I. Sınıf	49	214,14	24,95	144	282	2,649	0,050
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	II. Sınıf	65	228,18	37,37	161	309		
	III. Sınıf	57	229,19	30,35	169	306		
	IV. Sınıf	35	229,57	32,59	160	297		

* $p < 0,05$

Tablo 8.'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin sınıflarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması amacıyla yapılan ANOVA sonuçları verilmiştir.

Tablo 8.'de verilen ANOVA sonuçları incelendiğinde, öğrencilerin sınıflarına göre Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bu fark I.'nci sınıfta ve III.'ncü sınıfta öğrenim gören öğrencilerden kaynaklanmakta olup, I.'nci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar III.'ncü sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflara göre UCLA yalnızlık envanteri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Öğrencilerin sınıflarına göre suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıflarına göre üniversite yaşamı uyum ölçeğinde yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). I.'nci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin üniversite ortamına uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar IV.'ncü sınıf öğrencilere göre daha düşüktür. I.'nci sınıf öğrencilerin duygusal uyum alt boyutundan II.'nci sınıf öğrencilere göre daha düşük puan aldıkları saptanmıştır.

Tablo 9.
Öğrencilerin kardeş sayılarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Kardeş sayısı	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Beck Depresyon	1-2 kardeş	72	11,15	8,90	0	56	0,412	0,663	
	3-4 kardeş	89	11,18	7,86	0	33			
	5 kardeş ve üzeri	45	12,40	6,90	1	30			
Beck Anksiyete	1-2 kardeş	72	13,58	9,70	1	54	1,352	0,261	
	3-4 kardeş	89	12,83	9,28	1	57			
	5 kardeş ve üzeri	45	15,73	10,45	1	44			
UCLA Yalnızlık Envanteri	1-2 kardeş	72	42,53	8,16	28	62	0,100	0,905	
	3-4 kardeş	89	42,56	6,98	28	67			
	5 kardeş ve üzeri	45	43,11	7,43	26	60			
Suçluluk	1-2 kardeş	72	50,65	8,11	22	60	1,228	0,295	
	3-4 kardeş	89	48,76	8,86	19	60			
	5 kardeş ve üzeri	45	50,53	7,74	22	60			
Utanç	1-2 kardeş	72	41,10	9,25	18	56	1,124	0,327	
	3-4 kardeş	89	43,10	8,06	24	57			
	5 kardeş ve üzeri	45	42,44	8,01	23	56			
Üniversite Ortamına Uyum	1-2 kardeş	72	54,56	11,41	24	81	0,011	0,990	
	3-4 kardeş	89	54,33	10,88	24	76			
	5 kardeş ve üzeri	45	54,53	9,87	34	78			
Duygusal Uyum	1-2 kardeş	72	40,28	9,18	17	60	1,287	0,278	
	3-4 kardeş	89	39,17	7,35	15	57			
	5 kardeş ve üzeri	45	37,80	7,94	22	57			
Kişisel Uyum	1-2 kardeş	72	38,00	6,97	15	49	3,491	0,032*	1-2
	3-4 kardeş	89	34,73	8,39	11	49			1-3
	5 kardeş ve üzeri	45	36,31	7,88	16	49			

Karşı Cins ile Uyum	1-2 kardeş	72	35,11	7,03	19	49	6,373	0,002*	1-2
	3-4 kardeş	89	32,66	6,66	20	49			1-3
	5 kardeş ve üzeri	45	30,42	7,72	18	49			
Akademik Uyum	1-2 kardeş	72	34,32	7,43	17	48	1,505	0,225	
	3-4 kardeş	89	32,93	6,72	18	48			
	5 kardeş ve üzeri	45	31,98	8,47	16	49			
Sosyal Uyum	1-2 kardeş	72	29,97	4,92	17	38	1,351	0,261	
	3-4 kardeş	89	28,98	5,20	12	37			
	5 kardeş ve üzeri	45	28,38	6,29	12	42			
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	1-2 kardeş	72	232,24	33,26	162	309	2,700	0,070	
	3-4 kardeş	89	222,80	31,38	144	292			
	5 kardeş ve üzeri	45	219,42	31,75	171	306			

* $p < 0,05$

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin kardeş sayılarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin ANOVA sonuçları Tablo 9.'da verilmiştir.

Tablo 9. incelendiğinde öğrencilerin kardeş sayılarına göre Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Kardeş sayılarına göre öğrencilerin Beck depresyon ve Beck anksiyete ölçeklerinden aldıkları puanlar benzerdir.

Öğrencilerin kardeş sayılarına göre UCLA yalnızlık ölçeğinden aldıkları puanlara arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin suçluluk-utanç ölçeğinde bulunan suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Öğrencilerin kardeş sayılarına göre üniversite uyum ölçeğinde bulunan kişisel uyum ve karşı cinsle uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). 1-2 kardeş olan öğrencileri kişisel uyum alt boyutundan ve karşı cinsle uyum alt boyutundan

aldıkları puanlar diğer öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin kardeş sayılarına göre üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan diğer alt boyutlardan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 10.

Öğrencilerin arkadaş sayılarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Arkadaş sayısı	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Beck Depresyon	3 ve altı	64	13,33	8,40	0	31	3,383	0,036*	1-2
	4-6 arası	85	9,92	7,95	0	56			1-3
	7 ve üzeri	57	11,58	7,37	0	33			
Beck Anksiyete	3 ve altı	64	15,14	11,16	2	57	1,002	0,369	
	4-6 arası	85	13,22	9,82	1	54			
	7 ve üzeri	57	12,89	7,55	2	34			
UCLA Yalnızlık Envanteri	3 ve altı	64	45,39	7,65	28	67	6,489	0,002*	1-2
	4-6 arası	85	41,39	6,77	28	57			1-3
	7 ve üzeri	57	41,53	7,58	26	59			
Suçluluk	3 ve altı	64	46,91	10,09	22	60	6,081	0,003*	1-2
	4-6 arası	85	50,74	6,96	22	60			1-3
	7 ve üzeri	57	51,68	7,43	19	60			
Utancı	3 ve altı	64	42,61	9,57	18	56	0,101	0,904	
	4-6 arası	85	41,98	7,48	23	56			
	7 ve üzeri	57	42,28	8,76	23	57			
Üniversite Ortamına Uyum	3 ve altı	64	52,13	11,15	24	76	2,254	0,108	
	4-6 arası	85	55,21	9,94	31	78			
	7 ve üzeri	57	55,93	11,41	33	81			
Duygusal Uyum	3 ve altı	64	39,63	8,23	15	57	0,097	0,907	
	4-6 arası	85	39,14	8,21	17	60			
	7 ve üzeri	57	39,02	8,16	22	57			
Kişisel Uyum	3 ve altı	64	35,09	8,05	11	49	1,385	0,253	
	4-6 arası	85	37,24	8,03	11	49			
	7 ve üzeri	57	35,96	7,48	16	49			
Karşı Cins ile Uyum	3 ve altı	64	32,78	6,96	22	49	1,829	0,163	
	4-6 arası	85	34,07	7,42	19	49			
	7 ve üzeri	57	31,75	7,07	18	47			
Akademik Uyum	3 ve altı	64	33,09	6,29	19	43	0,939	0,393	
	4-6 arası	85	33,95	8,03	17	49			
	7 ve üzeri	57	32,23	7,57	16	48			
Sosyal Uyum	3 ve altı	64	27,95	5,56	12	36	2,532	0,082	
	4-6 arası	85	29,82	5,22	12	42			
	7 ve üzeri	57	29,65	5,24	16	37			

Üniversite	3 ve altı	64	220,67	31,01	144	293	1,366	0,258
Uyum Ölçeği	4-6 arası	85	229,44	31,69	160	306		
Top.	7 ve üzeri	57	224,54	34,68	171	309		

* $p < 0,05$

Tablo 10. Öğrencilerin arkadaş sayılarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılmasına dair yapılan ANOVA sonuçları verilmiştir.

Tablo 10. incelendiğinde, öğrencilerin arkadaş sayılarına göre Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). 3 ve altı sayıda yakın arkadaşı olan öğrencilerin Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar diğer öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin yakın arkadaş sayılarına göre Beck anksiyete ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$). 3 ve altı sayıda arkadaşı olan öğrencilerin anksiyete puanları diğer öğrencilere göre yüksek olsa da bu fark anlamlı düzeyde değildir.

Öğrencilerin yakın arkadaş sayılarına göre UCLA yalnızlık envanteri puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve 3 ve altı sayıda arkadaşı olan öğrencilerin UCLA yalnızlık envanterinden diğer öğrencilere göre daha yüksek puan aldıkları tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Öğrencilerin arkadaş sayılarına göre suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan utanç alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanırken, suçluluk alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). 3 ve altı sayıda arkadaşı olan öğrencilerin suçluluk alt boyutundan aldıkları puanlar diğer öğrencilere göre daha düşük bulunmuştur.

Tablo 11.

Öğrencilerin ilişki durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	İlişki durumu	n	\bar{x}	s	t	p																																																																																																																						
Beck Depresyon	Var	67	12,03	6,42	0,735	0,463																																																																																																																						
	Yok	139	11,15	8,71			Beck Anksiyete	Var	67	17,16	11,20	3,630	0,000*	Yok	139	12,07	8,46	UCLA Yalnızlık Envanteri	Var	67	43,33	7,46	0,878	0,381	Yok	139	42,35	7,48	Suçluluk	Var	67	51,30	7,08	1,779	0,077	Yok	139	49,09	8,87	Utanç	Var	67	43,76	7,35	1,774	0,078	Yok	139	41,53	8,92	Üniversite Ortamına Uyum	Var	67	52,99	10,16	-1,355	0,177	Yok	139	55,16	11,07	Duygusal Uyum	Var	67	38,45	7,78	-0,987	0,325	Yok	139	39,65	8,35	Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265	Yok	139	35,79	7,75	Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok
Beck Anksiyete	Var	67	17,16	11,20	3,630	0,000*																																																																																																																						
	Yok	139	12,07	8,46			UCLA Yalnızlık Envanteri	Var	67	43,33	7,46	0,878	0,381	Yok	139	42,35	7,48	Suçluluk	Var	67	51,30	7,08	1,779	0,077	Yok	139	49,09	8,87	Utanç	Var	67	43,76	7,35	1,774	0,078	Yok	139	41,53	8,92	Üniversite Ortamına Uyum	Var	67	52,99	10,16	-1,355	0,177	Yok	139	55,16	11,07	Duygusal Uyum	Var	67	38,45	7,78	-0,987	0,325	Yok	139	39,65	8,35	Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265	Yok	139	35,79	7,75	Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18								
UCLA Yalnızlık Envanteri	Var	67	43,33	7,46	0,878	0,381																																																																																																																						
	Yok	139	42,35	7,48			Suçluluk	Var	67	51,30	7,08	1,779	0,077	Yok	139	49,09	8,87	Utanç	Var	67	43,76	7,35	1,774	0,078	Yok	139	41,53	8,92	Üniversite Ortamına Uyum	Var	67	52,99	10,16	-1,355	0,177	Yok	139	55,16	11,07	Duygusal Uyum	Var	67	38,45	7,78	-0,987	0,325	Yok	139	39,65	8,35	Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265	Yok	139	35,79	7,75	Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																			
Suçluluk	Var	67	51,30	7,08	1,779	0,077																																																																																																																						
	Yok	139	49,09	8,87			Utanç	Var	67	43,76	7,35	1,774	0,078	Yok	139	41,53	8,92	Üniversite Ortamına Uyum	Var	67	52,99	10,16	-1,355	0,177	Yok	139	55,16	11,07	Duygusal Uyum	Var	67	38,45	7,78	-0,987	0,325	Yok	139	39,65	8,35	Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265	Yok	139	35,79	7,75	Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																														
Utanç	Var	67	43,76	7,35	1,774	0,078																																																																																																																						
	Yok	139	41,53	8,92			Üniversite Ortamına Uyum	Var	67	52,99	10,16	-1,355	0,177	Yok	139	55,16	11,07	Duygusal Uyum	Var	67	38,45	7,78	-0,987	0,325	Yok	139	39,65	8,35	Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265	Yok	139	35,79	7,75	Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																																									
Üniversite Ortamına Uyum	Var	67	52,99	10,16	-1,355	0,177																																																																																																																						
	Yok	139	55,16	11,07			Duygusal Uyum	Var	67	38,45	7,78	-0,987	0,325	Yok	139	39,65	8,35	Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265	Yok	139	35,79	7,75	Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																																																				
Duygusal Uyum	Var	67	38,45	7,78	-0,987	0,325																																																																																																																						
	Yok	139	39,65	8,35			Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265	Yok	139	35,79	7,75	Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																																																															
Kişisel Uyum	Var	67	37,10	8,20	1,118	0,265																																																																																																																						
	Yok	139	35,79	7,75			Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*	Yok	139	32,22	6,89	Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																																																																										
Karşı Cins ile Uyum	Var	67	34,72	7,61	2,357	0,019*																																																																																																																						
	Yok	139	32,22	6,89			Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388	Yok	139	32,90	7,47	Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																																																																																					
Akademik Uyum	Var	67	33,85	7,26	0,864	0,388																																																																																																																						
	Yok	139	32,90	7,47			Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135	Yok	139	28,81	5,32	Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																																																																																																
Sosyal Uyum	Var	67	30,00	5,44	1,499	0,135																																																																																																																						
	Yok	139	28,81	5,32			Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593	Yok	139	224,52	32,18																																																																																																											
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Var	67	227,10	33,01	0,536	0,593																																																																																																																						
	Yok	139	224,52	32,18																																																																																																																								

* $p < 0,05$

Tablo 11.'de öğrencilerin ilişki durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir. Tablo 11. incelendiğinde öğrencilerin ilişki durumlarına göre Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Öğrencilerin ilişki durumlarına göre Beck anksiyete ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir fark bulunduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Karşı cinsle romantik bir ilişkisi olan öğrencilerin

anksiyete puanları, ilişkisi olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin karşı cinsle romantik ilişkisi olması durumuna göre UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Öğrencilerin karşı cinsle romantik ilişkisi olması durumuna göre suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan hem suçluluk hem de utanç alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Öğrencilerin karşı cinsle romantik ilişkisi olması durumuna göre üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Öğrencilerin karşı cinsle romantik ilişki durumuna göre ölçekte yer alan karşı cinsle uyum alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Karşı cinsle romantik ilişkisi olan öğrencilerin üniversite uyum ölçeğinde yer alan karşı cinsle uyum alt boyutundan ilişkisi olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Tablo 12.

Öğrencilerin kaldıkları yere göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Kalınan yer	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Beck Depresyon	Okula bağlı yurt	62	10,71	8,01	0	31	0,364	0,696	
	Özel yurt	30	11,67	7,07	0	31			
	Ev	114	11,77	8,31	0	56			
Beck Anksiyete	Okula bağlı yurt	62	13,79	10,66	1	57	0,119	0,888	
	Özel yurt	30	12,93	6,39	2	32			
	Ev	114	13,90	9,95	1	54			
UCLA Yalnızlık Envanteri	Okula bağlı yurt	62	44,02	7,11	31	67	3,379	0,036	
	Özel yurt	30	44,43	7,26	32	57			
	Ev	114	41,47	7,56	26	62			
Suçluluk	Okula bağlı yurt	62	48,90	9,07	19	60	4,213	0,016*	1-3
	Özel yurt	30	46,57	11,00	22	60			2-3

	Ev	114	51,16	6,84	22	60			
Utanaç	Okula bağlı yurt	62	42,13	7,97	23	56	1,340	0,264	
	Özel yurt	30	40,07	11,03	18	57			
	Ev	114	42,90	7,97	23	56			
Üniversite Ortamına Uyum	Okula bağlı yurt	62	53,03	11,03	24	76	1,150	0,319	
	Özel yurt	30	56,60	10,64	36	76			
	Ev	114	54,66	10,71	24	81			
Duygusal Uyum	Okula bağlı yurt	62	39,81	8,30	15	60	1,822	0,164	
	Özel yurt	30	41,40	6,95	32	57			
	Ev	114	38,39	8,33	17	57			
Kişisel Uyum	Okula bağlı yurt	62	36,34	7,08	15	49	0,292	0,747	
	Özel yurt	30	37,13	6,68	16	49			
	Ev	114	35,91	8,63	11	49			
Karşı Cins ile Uyum	Okula bağlı yurt	62	30,74	6,38	18	49	5,699	0,004*	1-3
	Özel yurt	30	32,37	6,82	21	48			2-3
	Ev	114	34,45	7,45	19	49			
Akademik Uyum	Okula bağlı yurt	62	31,92	7,56	18	47	1,478	0,230	
	Özel yurt	30	33,17	6,41	21	44			
	Ev	114	33,92	7,51	16	49			
Sosyal Uyum	Okula bağlı yurt	62	27,79	5,30	12	36	4,206	0,016*	1-3
	Özel yurt	30	28,53	5,10	12	36			2-3
	Ev	114	30,13	5,33	16	42			
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Okula bağlı yurt	62	219,63	31,69	144	285	1,428	0,242	
	Özel yurt	30	229,20	30,52	187	293			
	Ev	114	227,46	33,11	160	309			

* $p < 0,05$

Tablo 12.'de öğrencilerin kaldıkları yerlere göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin bağımsız örneklem t testi sonuçları verilmiştir. Tablo 12. incelendiğinde öğrencilerin kaldıkları yerlere göre Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın bulunmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Öğrencilerin kaldıkları yerlere göre Beck anksiyete ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın bulunmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin kaldıkları yerlere göre UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin kaldıkları yerlere göre suçluluk ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir fark bulunduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Evde kalan olan öğrencilerin suçluluk puanları, okula bağlı yurttan veya özel yurttan kalan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin kaldıkları yerlere göre utanç, üniversite ortamına uyum, ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Öğrencilerin kaldıkları yerlere göre üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, kişisel uyum, akademik uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Öğrencilerin kaldıkları yerlere göre ölçekte yer alan karşı cinsle uyum ve sosyal uyum alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Evde kalan olan öğrencilerin üniversite uyum ölçeğinde yer alan karşı cinsle uyum alt boyutundan okula bağlı yurttan veya özel yurttan kalan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Tablo 13.

Öğrencilerin anne çalışma durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Anne çalışma durumu	n	\bar{x}	s	t	p
Beck Depresyon	Çalışan	72	10,85	9,34	-0,772	0,441
	Çalışmayan	134	11,75	7,24		
Beck Anksiyete	Çalışan	72	13,21	9,83	-0,562	0,574
	Çalışmayan	134	14,01	9,67		
UCLA Yalnızlık Envanteri	Çalışan	72	44,29	6,90	2,307	0,022*
	Çalışmayan	134	41,80	7,64		
Suçluluk	Çalışan	72	48,17	9,29	-2,081	0,039*
	Çalışmayan	134	50,69	7,74		
Utanç	Çalışan	72	41,81	8,67	-0,559	0,577
	Çalışmayan	134	42,50	8,42		
	Çalışan	72	53,39	10,34		

Üniversite Ortamina Uyum	Çalışmayan	134	55,02	11,05		
Duygusal Uyum	Çalışan	72	39,22	8,22	-0,045	0,964
	Çalışmayan	134	39,28	8,17		
Kişisel Uyum	Çalışan	72	35,67	7,55	-0,734	0,464
	Çalışmayan	134	36,51	8,10		
Karşı Cins ile Uyum	Çalışan	72	33,36	6,89	0,483	0,629
	Çalışmayan	134	32,85	7,40		
Akademik Uyum	Çalışan	72	34,31	6,68	1,566	0,119
	Çalışmayan	134	32,62	7,71		
Sosyal Uyum	Çalışan	72	28,79	5,05	-0,787	0,432
	Çalışmayan	134	29,41	5,54		
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Çalışan	72	224,74	30,67	-0,202	0,840
	Çalışmayan	134	225,69	33,39		

* $p < 0,05$

Tablo 13. incelendiğinde öğrencilerin anne çalışma durumlarına göre UCLA yalnızlık envanterinden ve suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Annesi çalışan öğrencilerin UCLA yalnızlık envanterinden annesi çalışmayan öğrencilere göre daha yüksek, suçluluk alt boyutundan ise daha düşük puan aldıkları saptanmıştır.

Tablo 14.

Öğrencilerin baba çalışma durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Baba çalışma durumu	n	\bar{x}	s	t	p
Beck Depresyon	Çalışan	179	10,74	7,76	-3,268	0,001*
	Çalışmayan	27	16,04	8,44		
Beck Anksiyete	Çalışan	179	13,59	9,49	-0,538	0,591
	Çalışmayan	27	14,67	11,22		
UCLA Yalnızlık Envanteri	Çalışan	179	42,65	7,27	-0,108	0,914
	Çalışmayan	27	42,81	8,85		
Suçluluk	Çalışan	179	50,53	7,66	3,222	0,001*
	Çalışmayan	27	45,07	11,21		
Utanç	Çalışan	179	42,78	7,84	2,308	0,022*
	Çalışmayan	27	38,78	11,53		
Üniversite Ortamina Uyum	Çalışan	179	54,36	10,20	-0,320	0,749
	Çalışmayan	27	55,07	14,40		
Duygusal Uyum	Çalışan	179	39,39	8,09	0,604	0,546
	Çalışmayan	27	38,37	8,80		

Kişisel Uyum	Çalışan	179	35,87	8,06	-1,655	0,099
	Çalışmayan	27	38,56	6,42		
Karşı Cins ile Uyum	Çalışan	179	33,12	7,05	0,480	0,632
	Çalışmayan	27	32,41	8,34		
Akademik Uyum	Çalışan	179	33,16	7,42	-0,261	0,795
	Çalışmayan	27	33,56	7,38		
Sosyal Uyum	Çalışan	179	29,37	5,06	1,202	0,231
	Çalışmayan	27	28,04	7,10		
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Çalışan	179	225,26	31,33	-0,110	0,913
	Çalışmayan	27	226,00	39,44		

* $p < 0,05$

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin baba çalışma durumlarına göre Beck depresyon ölçeğinden ve suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Babası çalışmayan öğrencilerin Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar, babası çalışanlara göre daha yüksek suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanlar ise daha düşük bulunmuştur.

Tablo 15.

Öğrencilerin aile gelir durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Aile gelir	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p
Beck Depresyon	3000 TL ve altı	37	10,30	7,12	0	33	0,476	0,622
	3001-5000 TL arası	91	11,81	7,28	0	31		
	5001 TL ve üzeri	78	11,54	9,23	0	56		
Beck Anksiyete	3000 TL ve altı	37	10,70	9,80	1	43	2,315	0,101
	3001-5000 TL arası	91	14,09	7,65	2	34		
	5001 TL ve üzeri	78	14,74	11,49	1	57		
UCLA Yalnızlık Envanteri	3000 TL ve altı	37	41,68	8,22	28	59	0,948	0,389
	3001-5000 TL arası	91	42,33	6,91	26	60		
	5001 TL ve üzeri	78	43,54	7,74	30	67		
Suçluluk	3000 TL ve altı	37	50,81	6,57	32	60	0,949	0,389
	3001-5000 TL arası	91	48,92	9,34	22	60		
	5001 TL ve üzeri	78	50,37	7,94	19	60		
Utanç	3000 TL ve altı	37	43,27	8,13	26	56	1,899	0,152
	3001-5000 TL arası	91	40,97	8,81	18	57		
	5001 TL ve üzeri	78	43,28	8,17	23	56		
	3000 TL ve altı	37	57,78	11,32	33	78		
3001-5000 TL arası	91	54,21	11,24	24	76			

Üniversite	5001 TL ve üzeri	78	53,15	9,82	24	81		
	3000 TL ve altı	37	40,03	8,92	22	60	0,278	0,758
Duygusal Uyum	3001-5000 TL arası	91	38,86	7,59	22	57		
	5001 TL ve üzeri	78	39,36	8,52	15	57		
Kişisel Uyum	3000 TL ve altı	37	36,46	7,76	13	47	0,903	0,407
	3001-5000 TL arası	91	35,42	8,56	11	49		
Karşı Cins ile Uyum	5001 TL ve üzeri	78	37,04	7,16	11	49		
	3000 TL ve altı	37	34,57	8,01	22	49	1,436	0,240
Akademik Uyum	3001-5000 TL arası	91	32,23	6,88	18	49		
	5001 TL ve üzeri	78	33,23	7,15	19	49		
Sosyal Uyum	3000 TL ve altı	37	33,27	8,68	16	49	0,294	0,746
	3001-5000 TL arası	91	32,79	7,40	17	48		
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	5001 TL ve üzeri	78	33,67	6,78	17	47		
	3000 TL ve altı	37	29,19	5,29	16	36	0,021	0,979
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	3001-5000 TL arası	91	29,27	5,76	12	37		
	5001 TL ve üzeri	78	29,10	5,00	12	42		
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	3000 TL ve altı	37	231,30	36,67	171	306	0,911	0,404
	3001-5000 TL arası	91	222,78	32,45	160	293		
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	5001 TL ve üzeri	78	225,55	30,16	144	309		

Tablo 15.'te öğrencilerin aile gelir durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 16.

Öğrencilerin harçlık durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılması (n=206)

	Harçlık	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Beck Depresyon	Düşük	16	14,06	6,13	4	28	2,804	0,041*	1-4
	Orta	75	12,57	9,47	0	56			2-4
Beck Anksiyete	İyi	95	10,91	7,09	0	31			
	Çok iyi	20	7,60	6,32	0	25	1,823	0,144	
UCLA Yalnızlık Envanteri	Düşük	16	17,06	16,39	1	57	0,916	0,434	
	Orta	75	14,71	10,06	2	54			
Suçluluk	İyi	95	13,09	8,18	1	44			
	Çok iyi	20	10,40	7,30	3	32			
Utanç	Düşük	16	42,88	10,24	30	67	2,674	0,048*	4-5
	Orta	75	43,19	7,62	26	60			
Utanç	İyi	95	42,77	6,97	28	62	0,977	0,405	
	Çok iyi	20	40,10	6,77	31	52			
Utanç	Düşük	16	50,50	6,63	37	60			
	Orta	75	49,80	8,00	29	60			
Utanç	İyi	95	48,73	9,31	19	60			
	Çok iyi	20	54,45	4,01	44	60			
Utanç	Düşük	16	41,19	10,01	25	56			
	Orta	75	42,75	7,70	26	57			
Utanç	İyi	95	41,53	9,35	18	56			
	Çok iyi	20	44,75	4,93	38	54			

Üniversite Ortamına Uyum	Düşük	16	56,38	12,42	33	78	0,781	0,506	
	Orta	75	54,01	10,38	33	81			
	İyi	95	53,86	10,79	24	76			
	Çok iyi	20	57,35	11,32	35	76			
Duygusal Uyum	Düşük	16	35,13	10,06	15	53	4,006	0,008*	1-4
	Orta	75	39,35	6,90	17	57			
	İyi	95	38,85	8,90	19	60			
	Çok iyi	20	44,15	4,76	35	53			
Kişisel Uyum	Düşük	16	38,00	5,29	30	45	1,043	0,374	
	Orta	75	36,11	8,16	13	49			
	İyi	95	35,54	8,33	11	49			
	Çok iyi	20	38,45	6,26	24	49			
Karşı Cins ile Uyum	Düşük	16	33,56	9,23	22	49	1,162	0,325	
	Orta	75	31,87	6,83	19	49			
	İyi	95	33,52	7,29	18	49			
	Çok iyi	20	34,65	6,31	22	45			
Akademik Uyum	Düşük	16	31,44	9,13	16	49	1,623	0,185	
	Orta	75	32,07	6,99	17	48			
	İyi	95	34,27	7,53	17	48			
	Çok iyi	20	33,85	6,27	21	44			
Sosyal Uyum	Düşük	16	27,94	7,69	12	36	1,990	0,117	
	Orta	75	28,51	5,15	12	37			
	İyi	95	29,47	5,27	17	42			
	Çok iyi	20	31,45	3,91	23	36			
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	Düşük	16	222,44	41,64	144	306	1,688	0,171	
	Orta	75	221,91	29,11	174	309			
	İyi	95	225,52	34,26	160	293			
	Çok iyi	20	239,90	23,84	207	284			

* $p < 0,05$

Tablo 16.'da araştırmaya dahil edilen öğrencilerin harçlık durumlarına göre ölçeklerden aldıkları puanların karşılaştırılmasına ilişkin yapılan ANOVA sonuçları verilmiştir.

Tablo 16. incelendiğinde, öğrencilerin harçlık durumlarına göre Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bu fark harçlığının düşük ve orta olduğunu ve çok iyi olduğunu ifade eden öğrencilerden kaynaklanmaktadır. Harçlığı düşük ve orta olan öğrencilerin Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar, harçlığı çok iyi olan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin harçlık durumlarına göre Beck anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$). Harçlığının düşük olduğunu

ifade eden öğrencilerin anksiyete puanları diğer öğrencilere göre yüksek olsa da, bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır.

Öğrencilerin harçlık durumlarına göre UCLA yalnızlık envanteri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin harçlık durumlarına göre suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan her iki alt boyuttan da (hem suçluluk hem utanç) aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Öğrencilerin harçlık durumlarına göre üniversite uyum ölçeğinde yer alan üniversite ortamına uyum, kişisel uyum, karşı cinsle uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Öğrencilerin harçlık durumlarına göre üniversite uyum ölçeğinde yer alan duygusal uyum alt boyutundan almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bu fark harçlığını düşük bulan ve çok iyi olduğunu ifade eden öğrencilerden kaynaklanmakta olup, harçlığı düşük olan öğrencilerin duygusal uyum alt boyutundan aldıkları puanlar, harçlığının çok iyi olduğunu ifade edenlere göre daha düşük bulunmuştur.

4.2. Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeği Korelasyon Analizleri

Tablo 17.

Öğrencilerin Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki korelasyonlar (n=206)

	Beck Depresyon	Beck Anksiyete	UCLA Yalnızlık Envanteri	Suçluluk	Ütanç	Üniversite Ortamına Uyum	Duygusal Uyum	Kişisel Uyum	Karşı Cins ile Uyum	Akademik Uyum	Sosyal Uyum	Üniversite Uyum Ölçeği Top.
Beck Depresyon	r 1,00 p											
Beck Anksiyete	r 0,59 p 0,00*	1,00										
UCLA Yalnızlık Envanteri	r 0,38 p 0,00*	0,37	1,00									
Suçluluk	r -0,20 p 0,00*	-0,13	-0,27	1,00								
Ütanç	r -0,04 p 0,54	0,00	-0,02	0,50	1,00							
Üniversite Ortamına Uyum	r -0,32 p 0,00*	-0,27	-0,41	0,10	-0,15	1,00						
Duygusal Uyum	r -0,39 p 0,00*	-0,35	-0,23	0,01	-0,24	0,42	1,00					
Kişisel Uyum	r -0,03 p 0,63	0,10	-0,28	0,28	-0,09	0,42	0,23	1,00				
Karşı Cins ile Uyum	r -0,24 p 0,00*	-0,10	-0,30	0,09	-0,19	0,32	0,40	0,41	1,00			
Akademik Uyum	r -0,31 p 0,00*	-0,23	-0,25	0,17	-0,05	0,28	0,50	0,27	0,52	1,00		
Sosyal Uyum	r -0,18 p 0,01*	-0,17	-0,49	0,22	-0,02	0,39	0,23	0,40	0,45	0,29	1,00	
Üniversite Uyum Ölçeği Top.	r -0,37 p 0,00*	-0,25	-0,47	0,20	-0,19	0,74	0,69	0,66	0,72	0,68	0,62	1,00

* $p < 0,05$

Tablo 17.'de araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeğinden

aldıkları puanlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 17. incelendiğinde, öğrencilerin Beck depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar ile Beck anksiyete ve UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü, suçluluk alt boyutundan ve üniversite ortamına uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, karşı cinsle uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyonlar olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Buna göre öğrencilerin depresyon ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça, Beck anksiyete ve UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar artmakta, suçluluk alt boyutundan ve üniversite ortamına uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, karşı cinsle uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar ise azalmaktadır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Beck anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar ile UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü, suçluluk alt boyutundan ve üniversite ortamına uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyonlar olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Beck anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar arttıkça UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanlar artmakta, suçluluk alt boyutundan ve üniversite ortamına uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar ise azalmaktadır.

Öğrencilerin suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk alt boyutu puanları ile üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan kişisel uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Bu korelasyonlar pozitif yönlü olup, öğrencilerin suçluluk puanları arttıkça, üniversite uyum

ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan kişisel uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar da artmaktadır.

Öğrencilerin suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan utanç alt boyutundan aldıkları puanlar ile üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum ve karşı cinsle uyum alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü korelasyonlar olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Buna göre öğrencilerin utanç alt boyutundan aldıkları puanlar arttıkça, üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum ve karşı cinsle uyum alt boyutundan aldıkları puanlar azalmaktadır.

4.3. Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeği Regresyon Analizleri

Tablo 18.

Öğrencilerin Beck Depresyon, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ve Üniversite Uyum Ölçeğinden aldıkları puanları yordamasına ilişkin regresyon modeli (n=206)

	Standartize Olmayan Katsayılar		Standartize Katsayılar	t	p
	B	SH	Beta		
(Sabit)	305,75	18,31		16,697	0,000*
Beck Depresyon	-0,91	0,30	-0,23	-3,083	0,002*
Beck Anksiyete	0,11	0,24	0,03	0,466	0,642
UCLA Yalnızlık Envanteri	-1,48	0,28	-0,34	-5,215	0,000*
Suçluluk	0,86	0,27	0,22	3,170	0,002*
Utanç	-1,21	0,26	-0,32	-4,735	0,000*

* $p < 0,05$, $R^2 = 0,321$

Tablo 18.'de araştırmaya katılan öğrencilerin beck depresyon, beck anksiyete, UCLA yalnızlık, suçluluk-utanç ölçeklerinden aldıkları puanların üniversite uyum ölçeğinden aldıkları puanları yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 18. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin Beck depresyon, Beck anksiyete, UCLA yalnızlık suçluluk-utanç ölçeğinden aldıkları puanların

üniversite uyum ölçeğinden aldıkları puanları yordamasına ilişkin kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve tahmincilerin üniversite uyum ölçeği puanlarındaki varyansın %32,1'ini açıkladığı tespit edilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Beck depresyon, suçluluk-utanç ve aldıkları puanların üniversite uyum ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanların öğrencilerin üniversite uyum ölçeği puanlarını anlamlı düzeyde yordadığı ($p<0,05$), Beck anksiyete puanlarının ise yordamadığı ($p>0,05$) tespit edilmiştir. Öğrencilerin depresyon, yalnızlık ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanların artması, üniversite uyum ölçeği puanlarını azaltırken, suçluluk puanlarının artması üniversite uyum ölçeği puanlarını artırmaktadır.

Tablo 19.

Öğrencilerin bazı sosyo-demografik özelliklerinin, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ölçeğinden aldıkları puanların Beck depresyon puanlarını yordamasına ilişkin regresyon modeli (n=206)

	Standardize Olmayan		Standardize	t	p
	Katsayılar		Katsayılar		
	B	SH	Beta		
(Sabit)	0,85	5,33		0,159	0,874
Cinsiyet (Erkek)	-1,31	0,95	-0,08	-1,382	0,168
Kardeş sayısı	0,27	0,63	0,02	0,424	0,672
Arkadaş sayısı	0,06	0,13	0,03	0,455	0,650
İlişki durumu (Olan)	1,55	1,01	0,09	1,539	0,125
Beck Anksiyete	0,44	0,05	0,53	8,553	0,000*
UCLA Yalnızlık Envanteri	0,18	0,07	0,16	2,576	0,011*
Suçluluk	-0,10	0,07	-0,10	-1,438	0,152
Utanç	0,01	0,06	0,01	0,136	0,892

* $p<0,05$, $R^2=0,397$

Tablo 19.'a göre öğrencilerin bazı sosyo-demografik özelliklerinin, Beck Anksiyete, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ölçeğinden aldıkları puanların Beck depresyon puanlarını yordamasına ilişkin regresyon modelinin anlamlı

olduğu ($p<0,05$) ve depresyon puanlarındaki varyansın %39,7'sini açıkladığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin Beck Anksiyete ve UCLA yalnızlık envanterinden aldıkları puanların Beck depresyon puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı saptanmış olup, öğrencilerin Beck anksiyete puanlarının 1 birim artması depresyon puanlarını 0,44 birim, UCLA yalnızlık envanteri puanlarının 1 birim artması depresyon puanlarını 0,18 birim artırmaktadır.

Tablo 20.

Öğrencilerin bazı sosyo-demografik özelliklerinin, Beck Depresyon, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ölçeğinden aldıkları puanların Beck anksiyete puanlarını yordamasına ilişkin regresyon modeli (n=206)

	Standartize Olmayan Katsayılar		Standartize Katsayılar Beta	t	p
	B	SH			
(Sabit)	4,35	6,33		0,687	0,493
Cinsiyet (Erkek)	0,12	1,13	0,01	0,105	0,917
Kardeş sayısı	0,37	0,75	0,03	0,484	0,629
Arkadaş sayısı	0,03	0,15	0,01	0,213	0,831
İlişki durumu (Olan)	-4,41	1,16	-0,21	-3,803	0,000*
Beck Depresyon	0,62	0,07	0,51	8,553	0,000*
UCLA Yalnızlık Envanteri	0,22	0,08	0,17	2,677	0,008*
Suçluluk	-0,01	0,08	-0,01	-0,118	0,906
Utanç	0,00	0,07	0,00	-0,054	0,957

* $p<0,05$, $R^2=0,417$

Tablo 20.'de verilen regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, öğrencilerin bazı sosyo-demografik özelliklerinin, Beck Depresyon, UCLA Yalnızlık, Suçluluk-Utanç ölçeğinden aldıkları puanların Beck anksiyete puanlarını yordamasına ilişkin regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve toplam varyansın %41,7'sini açıkladığı saptanmıştır ($p<0,05$).

Öğrencilerin ilişkisi olmaması halinde anksiyete puanlarının 4,41 birim azaldığı, Beck depresyon puanlarının 1 birim artması halinde anksiyete puanlarının 0,62 birim ve UCLA yalnızlık envanteri puanlarının 1 birim artması halinde anksiyete puanlarının 0,22 birim artmasını sağlamaktadır.

5. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversiteye uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesidir.

Depresyon

Bu çalışmada öğrencilerin %11,4'ünün depresif belirti gösterdiği tespit edilmiştir. Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinde yapılan bir çalışmada depresif belirti gösterme oranı %35,4'tür (Ulaş, Uncu, Üner, 2013). Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanılarak yapılan benzer bir çalışmada depresif belirti görülme sıklığı %25,4 bulunmuştur (Aylaz, Kaya, Dere, Karaca, Bal, 2007). Bir üniversitenin Sağlık Yüksekokulu'nda yürütülen çalışmada depresyon belirtileri görülme sıklığı %18,3 bulunmuştur (Deveci, Ulutaşdemir, Açık, 2013). Robert ve arkadaşlarının yaptıkları çalışmada depresyon prevalansı %22 olarak bulunmuştur (Roberts, Glod, Kim, Houchell, 2010). Amasya Üniversitesinde yapılan bir araştırmada; öğrencilerin cinsiyetleri ile bu öğrencilerin depresyon, kaygı ve stres düzeyleri arasında herhangi anlamlı bir ilişkiye ulaşılamadığı görülmüştür. Yine alan yazında da benzer bulgulara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Sabuncuoğlu, 2006). Bu çalışmamızda söz konusu ilişkinin düşük çıkmasının nedenleri, üniversitenin 1988 yılından beri hizmet veriyor olması ile sosyal imkanlarının yeterli bulunmasından kaynaklanabileceği değerlendirilmektedir.

Çalışmamızda kız ve erkek öğrencilerin BDÖ-BB puanları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Türkiyede üniversite öğrencilerine yönelik yapılan benzer çalışmalarda da cinsiyete göre fark saptanmamıştır (Deveci, Ulutaşdemir, Açık, 2013; Özdel, Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoğlu, 2002; Aylaz ve diğ., 2007; Kavas, 2007; Kutlu, Çivi, Şahinli, 2009). Mackenzi ve arkadaşlarının da benzer bir çalışmasında cinsiyet ile depresyon arasında anlamlı bir farklılığa ulaşamamışlardır (Mackenzie, Wiegel JR, Mundt M, et al. 2011). Diğer taraftan, başka bir çalışmada ise erkek öğrencilerde depresyon kız öğrencilerle kıyaslandığında anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur (Roberts, Glod, Kim, Houchell, 2010). Kullanılan ilaçlar, genetik faktörler, sosyal imkanlar gibi sebeplerle depresyon sıklığı kadınlarda daha yukarıda olduğu görülmüştür. Cinsiyet açısından yapılan kıyaslamalarda ülkemizdeki üniversite öğrencilerinin depresyon yönünden bir farklılık olmaması mutlu edici bir sonuç olduğu değerlendirilmektedir.

Tez kapsamında yapılan araştırma sonuçları incelendiğinde, öğrencilerin sınıflarına göre depresyon ve anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu fark I'nci sınıfta ve III'ncü sınıfta öğrenim gören öğrencilerden kaynaklanmakta olup, I'nci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin depresyon ve anksiyete ölçeğinden aldıkları puanlar, III'ncü sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Orta Doğu Teknik Üniversitesi'nde yapılan araştırma da bu sonucunu desteklemektedir, buna göre; I'nci sınıf öğrencilerin de daha üst sınıftaki öğrencilere kıyasla daha depresif belirtiler gösterdikleri tespit edilmiştir (Aydın, Demir, 1989).

Üniversite öğrencileri arasında yapılan benzer bir çalışmada depresif emareler ile ders başarısı, okuduğu bölüm ve sınıf arasında ilişki olduğu görülmüştür (Özdel ve arkadaşları, 2002). Diğer taraftan, bir tıp fakültesindeki birinci ve ikinci sınıflardaki öğrenciler arasında yapılan çalışmada; sınıflar açısından fark olmadığı tespit edilmiştir (Marakoğlu ve arkadaşları, 2006).

Güney'in (1985) üniversite de okumakta olan bireyler üzerinde yaptığı çalışmada; üniversite 1. sınıfta okumakta olan bireylerin depresyonun fazla

olduğu, klinik depresyon vakalarının % 8.7, subklinik depresyon emarelerinin ise % 69'a ulaştığı ortaya konmuştur. O'Neill ve Marziali (1976) tarafından Toronto Üniversitesinin Sağlık Merkezinde yaptıkları bir çalışmada; eğitimin devam ettiği sene içinde eğitime devam eden bireyler arasında depresyon görülme düzeyi % 43.6 olarak görülmüştür. Düzgün'n (1992), liseye devam eden bireylerde depresyon belirti oranları ve ana baba davranışları ile ilişkisini incelediği çalışmasında, 463 eğitime devam eden bireyin %53.35'inde depresyon ortaya çıkmıştır.

Öğrencilerin aile gelir durumlarına göre depresyondan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ortaya çıkmıştır. Benzer bir çalışmada da sosyo-ekonomik seviyesi düşük olan eğitime devam eden bireylerde depresif emare görülme oranının yükseldiği tespit edilmiştir (Bostanci ve diğ., 2005). Bu sonuçlar ekonomik seviyesi düşük olanlarda depresyon emarelerinin oran olarak daha sık ortaya çıkacağını anlatmaktadır. Bu durum ile ilgili olarak ülkeler arasında fark olmadığını belirten bir araştırmada; Batı Avrupa ve Doğu ülkelerinden eğitim görmek için gelen niversite okuyan bireylerle yürütülen kapsamlı bir sağlık incelemesinde, gelir seviyesi düşük ile yüksek depresif emare görülmesi arasında anlamlı ilişki olduğu ortaya konmuştur (Mikolajczyk, et al. 2008). Öğrencilerde depresyon gelişmesine sebep olarak yetersiz ekonomik durumun eğitim gören bireylerin kaynaklara ulaşmasını zorlaştıracak, problemlerle başa çıkmada yetersiz kalarak depresyonu ortaya çıkaracaktır.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre; kardeş sayılarına göre öğrencilerin depresyon ve anksiyete ölçeklerinden aldıkları puanlarda anlamlı bir fark ıkmamalıştır. Yapılan alan yazın taramasında ise; zdel ve arkadaşlarının (2002) alışmasında kardeş sayısı ve depresyon arasında anlamlı ilişki bulunmamakla beraber, kardeş sayısı arttıka depresif emareleri gösterme yoğunluğunun da arttığı bildirilmektedir. Eğitim gören bireylerin, birçoğunun ailesi orta düzeyde bir maddiyata sahiptir. Ailedeki ocuk sayısındaki artış, maddiyatı olumsuz etkilemektedir. Ekonomik sıkıntılarla karşı karşıya gelen gençlerin benlik saygısındaki seviye düşüklüğü sonucunu psikolojik yapıları

olumlu olmayan yönde derecediğini ve kısıtlamaların depresif emarelerini arttırmış olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan araştırma bulgularına göre; öğrencilerin arkadaş sayılarına göre depresyon puanları arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. 3 ve altı sayıda yakın arkadaşı olan öğrencilerin depresyon puanları diğer öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Alan yazında ise; sosyal destek; bireye çevresindeki insanlar (arkadaşları v.b.) tarafından yapılan yardım olarak ifade edilir. Buhran ve duygusal gerginlik durumlarında bireyler, doğal yardımcı olarak görülen aile üyeleri ve arkadaşlarına dayanma ihtiyacı duyarlar. Bu biçimsel olmayan yardımcıların oluşturduğu destek ağı bireyin uyum süreci ve ruh sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Çakır ve Palabıyıköğlü, 1997). Araştırma bulguları ile söz konusu araştırma bulgusunun burada örtüştüğü görülmektedir.

Kaygı

Öğrencilerin anksiyete ölçeğinden $\bar{x}=13,73\pm 9,71$ puan aldıkları görülmüştür. Literatür incelendiğinde bu kaygı düzeylerinin asgari düzeyde bir kaygıyı gösterdiği belirlenmiştir (Öner, 2009; Sesti, 2000).

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre anksiyete puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır. Üniversiteye devam eden bireyler üzerinde yapılan bazı araştırmalarda cinsiyete göre kaygı düzeylerinin farklılık gösterdiği ortaya konulurken (Kula & Saraç, 2016; Yılmaz vd., 2014; Duman vd., 2009; Şahin, 2009; Devci vd., 2012, Gündoğdu vd., 2011), benzer başka çalışmalarda ise anlamlı farklılık belirlenmemiştir (Dursun ve Aytaç, 2009; Tektaş, 2014; Yokuş, 2013; Doğan & Çoban, 2009). Eldeki araştırma bulgusuyla, (Pharoah, 2002; Bozkurt 1998; Çuhadaroğlu ve Sonuvar, 1992; Özbay ve ark. 1991; Jones, Swain ve Cale, 1991; Sargın, 1990; Ök, 1990; Andersen ve VWilliams, 1987; Kandel ve Davies, 1982)'in yaptıkları çalışma sonuçlarının yine uyumlu olmadığı belirlenmiştir. Öy (1991) ve Hisli (1989)'de yine üniversitede eğitim gören bireyler üzerinde yaptıkları çalışmalarında

cinsiyet ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlamamışlardır. Bu bulgu araştırma bulgularıyla örtüşmektedir.

Öğrencilerin yaş gruplarına göre anksiyete puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Arslan ve diğ., (2013)'nin yaptığı çalışmada ise, anksiyete puanlarına bakıldığında da kızlar erkeklerden oran olarak yüksek anksiyete yaşamaktadır. Düzey olarak, orta ve ağır anksiyete kızların %52,2'sinde ortaya çıkarken, bu durum erkekler için %31,5'tir. Alan yazın incelendiğinde, kadınların erkeklere göre oran olarak daha yüksek kaygı emareleri gösterdiği tarzında çalışmalara rastlanmaktadır (Bal, 2010).

Öğrencilerin sınıflarına göre anksiyete puanları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ortaya konmuştur. Bu fark I.'nci sınıfta ve III.'ncü sınıfta okuyan bireylerden kaynaklanmakta olup, I.'nci sınıfta okuyan bireylerin anksiyete puanlarının III.'ncü sınıfta okuyan bireylere göre daha yüksek bulunmuştur. Buna karşın, Kaya ve Varol (2004) İlahiyat Fakültesi öğrencilerindeki durumluk ve sürekli kaygı seviyelerinin sınıflara göre farklılık göstermediğini ortaya koymuşlardır. Bu araştırma çalışma bulgumuz ile örtüşmemektedir. Yapılan çalışmayı destekler nitelikte olan Çakmak ve Hevedanlı (2005) tarafından üniversitede okuyan bireyler üzerinde yapılan çalışmada ise, sürekli kaygı seviyesinin sınıflar bakımından farklılık gösterdiği, farklılığın ise birinci sınıf da eğitime devam eden bireylerin daha yüksek kaygı düzeyine sahip olmalarından ötürü ortaya çıktığını açıklamışlardır. Bu sonuç çalışmamızla uyumludur.

Bayram ve Bilgel (2008) çalışmalarında, üçüncü ve dördüncü sınıfta okuyan öğrencilerinin anksiyete puanlarının birinci ve ikinci sınıfta okuyan üniversite öğrencilerinin anksiyete puanlarından daha düşük olduğunu ortaya koymuşlardır. Wong ve arkadaşları (2006) yine yaptıkları bir çalışmada birinci sınıfta eğitim gören bireylerde anksiyete puanlarının yüksek olduğu ortaya koymuştur. Bu sonuç çalışmamızla uyumludur.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre; kardeş sayılarına göre öğrencilerin depresyondan aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olmaması durumu yine anksiyete açısından da benzerlik göstermiş olduğu ortaya çıkmıştır. Şöyleki; Kardeş sayısı fazla ve ekonomik seviye olarak düşük olan aileler ihtiyaçlarının karşılanmasında yetersiz kalmakta ve bireylerde kaygı oranının artmasına neden olmaktadır. Kardeş sayısının fazla olması durumunda tartışmalar çıkabilir ve bireylerin kaygı oranının yükselmesine sebebiyet verebilir. Bireyin tek çocuk olması kaygı düzeyini etkilemektedir. Kıskançlık kardeşler arası çekememezlik gibi durumlar kaygı oluşumunun sebebi içersindedir (Aral, 1997). Araştırma bulguları ile söz konusu araştırma bulgusunun burada örtüşmediği görülmektedir.

Canbaz ve ark. (2007), yapmış oldukları araştırmada da kardeş sayısı, sürekli-durumluk kaygı puanları arasında istatistiksel olarak bu çalışmayı destekler nitelikte anlamlı ilişki olmadığını ortaya koymuştur.

Üniversitede eğitim gören bireylerin, ne sayıda yakın arkadaşı olup olmadığına göre anksiyete puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

Yapılan araştırma bulgularına göre; öğrencilerin ilişki durumlarına göre anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde bir fark bulunduğu saptanmıştır. Karşı cinsle romantik bir ilişkisi olan öğrencilerin anksiyete puanları, ilişkisi olmayan öğrencilere göre anlamlı oranda yukarıda bulunmuştur. Üniversitede eğitim alan bireyin duygusal durumu, öğrencide kaygı yaratıcı unsurlar olarak görülmektedir (Çakmak ve Hevedanlı, 2005). Çünkü bu dönem aynı zamanda yetişkin bir bireyin yaşadığı rolünü, görevini ve sorumluluklarını yüklenme üzerine alma dönemidir (Fadıloğlu, Yürekli ve Yılmaz, 1990). Buna göre; araştırma sonucu ile alan yazında geçen sonuç örtüşmektedir.

Üniversitede eğitim gören bireylerin barındıkları yerlere göre anksiyete puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Özyürek ve Demiray (2010)'da ortaöğretimde okuyan bireyler arasındaki

incelenmesinde yurtda ikamet eden öğrencilerin, ailesi yanında ikamet eden öğrencilere göre sürekli kaygı düzeylerinin oran olarak yukarıda olduğunu ortaya çıkarmıştır. Yine, Özen'in araştırmasında yurt vb. ikamet eden üniversitede okuyan bireylerin durumluk ve sürekli kaygı seviyelerinin diğerlerine göre yüksek olduğu belirlenmiştir (Özen, 2004). Bu araştırmaların sonucunda varılacak sonuç; birey üzerinde ailenin sevgi, saygı, dayanışma, güven duygusu ve ekonomik destek gibi olumlu unsurlarının, hayatın her döneminde gerekli olduğunu ve bu durumda da kaygı oranını azaltacağı görülmüştür. Bu bulgu araştırma bulgularıyla örtüşmemektedir.

Yapılan çalışmada, öğrencilerin anne ve baba çalışma durumuna göre anksiyete puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır. Aile gelir düzeyine göre göre anksiyete o puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır. Yapılan benzer çalışmalarda da yakın değerlere ulaşıldığı görülmüştür (Çakmak & Hevedanlı, 2005; Yılmaz vd., 2014; Tümerdem, 2007). Bu da yapılan çalışma ile örtüşmektedir.

Öğrencilerin harçlık durumuna göre anksiyete puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır. Araştırma bulgusundan farklı olarak, Kozacıoğlu (1982) sosyo-ekonomik düzeyi altta olan lisede eğitim gören bireylerin, daha yüksek sürekli kaygı puanlarının olduğunu tespit etmiştir. Ök (1990) ise, 13-15 yaş grubu öğrenciler için, ailelerinin ekonomik durumlarının çok önem arz etmediğini daha çok, çocuğun aldığı harçlığa göre sürekli kaygılarının etkilendiğini, alınan harçlığın yeterli olmaması durumunda sürekli kaygı puanı ortalamalarının daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Çıkan bulgu ile bu yapılan çalışmalar örtüşmemektedir.

Yalnızlık

Araştırma sonucunda öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ve cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya konmuştur. Cinsiyet ve yalnızlık arasındaki araştırmalara bakıldığında Demirli (2007) ve Sarıçam (2011) yaptıkları araştırmalarda cinsiyet ve yalnızlık arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu

sonucuna ulaşmışlardır. Erkeklerin yalnızlık oranlarının bu çalışmalarda kızlara göre daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgusuyla bu bulgular tutarlı olmamaktadır. Eskin (2001) tarafından yapılan çalışmada ise yalnızlık ve cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Bu bulgu araştırma bulgularıyla örtüşmektedir. Yine yapılan bir başka çalışmada; cinsiyetin yalnızlık düzeyi ilgili istatistiksel bir anlam bulunmamasına rağmen alan yazında yalnızlık duygusunda cinsiyete göre farklılık ortaya çıkmasına ilişkin olarak, kadın ve erkeğin karakteristik özelliklerinden ve her iki cinsin ilişkilerine verdikleri önemin derecesinin farklılığından dolayı olduğu yorumu yapılmaktadır (Burger, 2006).

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin yaş ile yalnızlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. 18-19 yaş grubunda yer alan öğrencilerin yalnızlık puanları diğerlerine göre daha yüksek olsa da bu fark istatistiksel olarak anlamlı düzeyde çıkmamıştır. Seçim ve arkadaşlarının (2014) çalışmalarına göre yaş durumuna göre bakıldığında 18-20 yaş aralığındaki 218 öğrenciden 119'unun, 21-23 yaş aralığındaki 106 öğrenciden 54'ünün ve 24 yaş üzerindeki 22 öğrenciden 13'ünün ortalamadan yüksek yalnızlık puanı aldığı görülmektedir. Araştırma sonucuna göre bütün yaş gruplarının ortalama olarak aynı seviyede yaşa göre yalnızlık puanlarının olduğu saptanmasından dolayı yani belirlenen yaş seviyeleri ile yalnızlığın istatistiksel olarak çok da anlam içermediğini ortaya koymasından dolayı, bu bulgu araştırma bulgularıyla örtüşmektedir.

Çalışmamızda üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve okudukları sınıf arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Alan yazında bu sonucu destekleyen çalışmalar (Kozaklı, 2006) ve bu bulguların tersine sonuç elde edilen çalışmalar (Sarıçam, 2011) bulunmaktadır. Bütün olarak bakıldığında, yalnızlık duygusunun öznel bir duygu olmasından dolayı bu duyguya sahip üniversitede okumakta olan bireylerin, her sınıf aşamasında olacağı düşünülmektedir. Yine, okumakta oldukları sınıflara göre yalnızlık ile ilgili puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark çıkmamasına istinaden başka bir bakış açısıyla; Halamandaris ve arkadaşları da yalnızlık ile

üniversitede akademik performans ve üniversiteye adaptasyon arasında da bağlantı bulamamışlardır (Halamandaris ve ark.1997). Yaptığımız araştırma sonucunda sınıf düzeyleri ve yalnızlık arasında anlamlı bir farkın çıkmaması ile yapılan diğer araştırmanın sonucu olan yalnızlık ile üniversitede akademik performans ve adaptasyon arasındaki sonuçların anlamlı olmaması yapılan araştırmayı desteklemektedir (Halamandaris ve ark.1997)

Yapılan araştırmada; öğrencilerin kardeş sayılarıyla yalnızlık puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Seçim ve arkadaşlarının (2014) çalışmalarına göre ebeveynleri sağ ve birlikte olan 303 öğrenciden yani %55'inin, hem ablası hem ağabeyi olan 28 öğrenciden %64'ünün ve özel yurttaki kalan 6 öğrenciden %83'ünün ortalamasının üzerinde yalnızlık puanı aldıkları tespit edilmiştir. Burada kardeş sayısının yalnızlık puanlarına etki ettiği şeklinde sonuçlanırken, bu araştırmamızdaki bulgularla örtüşmemektedir. Kardeş sayıları ile yalnızlık düzeyi arasında bağlantılı olmadığına dair bir bakış açısından baktığımızda; Kılınç (2005), çalışmasında literatürde kardeş sayısı fazla olan okumakta olan bireylerin yalnızlık düzeylerinin, az kardeşlilerden oranının daha yukarıda olduğunu, bazı araştırmalarda ise kardeş sayısının yalnızlık düzeyi üzerinde etkisinin olmadığını belirtildiğini ifade etmiştir. Buna göre; araştırma sonucu ile söz konusu araştırmada elde edilen sonuç örtüşmektedir.

Yapılan araştırmaya göre; öğrencilerin yakın arkadaş sayılarına göre yalnızlık puanlarının anlamlı olduğu ve 3 ve altı sayıda arkadaşı olan öğrencilerin yalnızlık puanlarını diğer öğrencilere göre oran olarak daha yukarıda puan aldıkları tespit edilmiştir. Yine, ülkemizde ise yalnızlık ile ilgili en detaylı araştırma Demir (1990) tarafından yapılmıştır. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bu araştırmanın sonuçları; etrafından sosyal destek almayanların alanlardan, yakın arkadaş sayısı az olanların fazla olanlardan, yeni sosyal ilişkiler kurmaya isteksiz olanların isteklilerden, oran olarak yüksek yalnızlık duygusu yaşadıklarını göstermiştir. Bireyin özgüvenin artmasında iyi davranışlı arkadaş ve arkadaş etrafı etkili olmakla beraber bireyin sosyal anlamda desteklenmesine de yardımcı olmaktadır (Çakmak ve Hevedanlı,

2005). Anılan çalışmada da yakın arkadaş sayılarına göre yalnızlık puanlarının anlamlı olmasından dolayı çalışmamızda elde edilen bulgularla örtüşmektedir.

Yapılan araştırma bulgularına göre; öğrencilerin karşı cinsle romantik ilişkisi olması durumuna göre yalnızlık ile ilgili puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır. Bu duruma bağlanma stilleri açısından bakıldığında; bireyin kendine ve diğerlerine ilişkin değerlendirme ve yargılarının geliştiği süreç olan bağlanma yaşantılarının yalnızlığa sebep olduğu düşünülebilir. Fakat, bağlanma stillerine göre bakıldığında; Bartholomew ve Horowitz (1991), korkulu bağlanan bireylerin daha yüksek yalnızlık duygusu yaşamaya buna karşın kaçınan bağlanma geliştiren kişilerin yakın ilişkiden kaçınma isteklerinden dolayı yalnızlık duygusu yaşamayacakları öngörülmektedir. Benzer şekilde, Wilbert ve Rupert (1986) da yalnız kişilerin, genelde reddedilme korkusu yaşayan kişiler oldukları sonucunu elde etmiştir. Bu açıdan bakıldığında; öğrencilerin karşı cinsle romantik ilişkisi olması durumuna göre yalnızlık ile ilgili puanları arasındaki farkın anlamlı olmamasının sebebi olarak görülebilir.

Suçluluk-utanç

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk ve utanç alt boyutundan aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Kadın öğrencilerin hem suçluluk hem de utanç alt boyutundan almış oldukları puanlar erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Birçok çalışmada, utanç ve suçluluk hem olumlu psikopatoloji hemde kişilerarası zorluklara ilişkilendirilmiştir (Özkan, Özen, 2008). Yapılan çalışmalar cinsiyet, yaş, gelir durumu ve ebeveynlerin eğitim geçmişi gibi değişkenlerin suçluluk ve utanç duyguları üzerine etkili olabilen değişkenler olabileceklerini göstermiştir (Karakaş, Okanlı, 2013). Karakaş ve arkadaşları bayan hemşirelerde suçluluk puanını istatistiksel anlamlı bir farklılık olmamasına rağmen erkeklerden daha yüksek bulmuşlardır (Karakaş, Okanlı, 2013). Yine başka bir çalışmada utanç duygusunda her iki cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Uygur, Kaya, Kaya, Karaman, 2008).

Tangney ve Dearing (2002)'e göre tüm yaş gruplarında kızlar, erkeklere göre hem utanç hem de suçluluk duygularını daha yüksek boyutta yaşamaktadırlar. Kochanska, Gross, Lin ve Nichols (2002) araştırmalarında kızların erkeklere göre yaptıkları yanlışlıklara karşı daha hassas oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Bu farklılığı, kızların erkeklere göre kişilerarası hassasiyet düzeyinin daha yukarıda olmasına bağlamışlardır (Zahn-Waxler, Kochanska, Krupnick ve McKnew, 1990). Diğer taraftan, Woien ve arkadaşlarının (2003) ortaya koyduğu gibi, utanç duygusunda kız ve erkekler arasında yaşanan bu farklılık, anne ve babanın cinsiyete göre farklı çocuk büyüme tutumuyla da örtüşebilir. Yine; Kubany ve Watson (2003), kadınların suçluluk duygusunu erkeklere göre daha oran olarak yüksek yaşadıklarını tespit etmiştir. Bu yapılan çalışmalar, çalışmada elde edilen sonucu desteklemektedir.

Öğrencilerin arkadaş sayılarına göre suçluluk alt boyutundan aldıkları puanlar arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. 3 ve altı sayıda arkadaşı olan öğrencilerin suçluluk alt boyutundan aldıkları puanlar diğer öğrencilere göre daha düşük bulunmuştur. Lowrey'e göre suçluluk ise; kişiyle çevresi arasındaki karşılıklı etkileşim sonucu oluşur, bu da bireyde bazı kişilik bozukluklarının ortaya çıkmasına sebep olur (Yavuzer, 1981). Araştırma bulguları ile alan yazın'ın burada örtüştüğü görülmektedir.

Yapılan araştırmada; öğrencilerin kaldıkları yerlere göre suçluluk ile ilgili aldıkları puanlar arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunduğu saptanmıştır. Evde kalan olan öğrencilerin suçluluk puanları, okula bağlı yurttan veya özel yurttan kalan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ankara Üniversitesi Veteriner Fakültesi'nde yapılan bir araştırmada, öğrencilerin ders başarı puanları ve kalınan yer arasındaki ilişki incelenmiştir (Çelik, 1991). En yüksek ders başarı puanı ortalaması resmi yurttan kalan öğrencilerde ortaya çıkarken, en düşük ders puanı başarıları arkadaşlarıyla evde kalan öğrencilerde ortaya çıkmıştır. Yurttan aldıkları hizmetlerin incelendiği bir araştırmada ise, araştırmaya katılan öğrencilerin 'istenilen saatte ders çalışma fırsatı sunması' ve 'grup halinde ders çalışma fırsatının mevcut bulunması' bakış açısından yola çıkıldığında yurttan verilen yaşam kalitesinden memnun ve orta düzeyde

memnun oldukları belirlenmiştir. Ayrıca, yine aynı araştırmada öğrencilerin oda ve yurt arkadaşlarının uyumlu oluşlarından ve paylaşımlarından memnun oldukları belirlenmiştir (Koçbeker, 2007). Bu araştırmadan yola çıkılarak bakıldığında; yapılan araştırmayla yurt yaşam kalitesinin yüksek olması ve akademik başarıyı olumlu etkilemesinden dolayı öğrencilerin evde kalmanın aksine suçluluk yaşamamasına sebebiyet verebileceğinden, yapılan araştırma ile örtüşme olasılığı yüksek görülmektedir. Diğer bir bakış açısından ise evde barınan öğrencilerde ders başarısının düşük olması suçluluk oranını yükseltirken, yurt memnuniyetinin yüksek olması eğitim görmekte olan bireylerin ders çalışmasına olumlu etki etmesinden ötürü suçluluk yaşamamasına sebebiyet verecektir. Bu yüzden yapılan araştırma ile örtüşme olasılığı yüksek görülmektedir.

Üniversiteye uyum

Okulda eğitim gören bireylerin cinsiyetlerine göre üniversite uyum ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Yapılan araştırmada üniversiteye uyum seviyesinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına istinaden alan yazında cinsiyete göre farkı ortaya çıkaran (Abdullah, Elias, Mahyuddin ve Uli, 2009) ve böyle bir fark bulgusuna ulaşamayan araştırmalar (Halamandaris ve Power, 1997; Yalım, 2007) mevcuttur.

Öğrencilerin yaş gruplarına göre üniversite uyum ölçeğinde yer alan üniversite ortamına uyum alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ortaya konulmuştur. Bu fark 18-19 yaş grubunda yer alan okulda eğitim gören bireylerden dolayı olmaktadır. 18-19 yaş grubunda yer alan okulda eğitim gören bireylerin üniversite ortamına uyum alt boyutundan aldıkları puanlar, diğer yaş grubunda yer alan öğrencilere göre anlamlı seviyede düşük tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaş gruplarına göre üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan diğer alt boyutlardan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.

Yapılan araştırma sonucu elde edilen bulgularda; öğrencilerin sınıflarına göre üniversite yaşamı uyum ölçeğinde yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. I.'nci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin üniversite ortamına uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar IV.'ncü sınıf öğrencilere göre daha düşüktür. I.'nci sınıf öğrencilerin duygusal uyum alt boyutundan II.'nci sınıf öğrencilere göre daha düşük puan aldıkları saptanmıştır. Yine alan yazında; üniversite birinci sınıfında okumakta olan öğrencilerin üniversiteye uyum durumlarının incelendiği çalışmada öğrencilerin uyumlarının yine öğrencilerin psikolojik durumları tarafından etkilendiği ve sosyal desteği yüksek olan ve psikolojilerini dengede tutan öğrencilerin üniversiteye daha iyi uyum sağladıkları bulunmuştur (Yalın, 2007). Üniversite birinci sınıfta okumakta olan öğrenciler ile yapılan başka bir çalışmada öğrencilerin üniversiteye uyum sürecinde zorluk yaşadığı saptanmıştır (Karahana ve ark., 2005). Üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada dördüncü sınıfta okumakta olan öğrencilerin kişisel, sosyal ve genel uyum düzeylerinin birinci sınıfta okumakta olan öğrencilerden yüksek oranda anlamlı olduğu bulunmuştur (Aktaş, 1997). Buna göre yapılan araştırma sonucu; diğer yapılan araştırmalar tarafından desteklenmiş olduğu görülmektedir.

Yapılan çalışmada; öğrencilerin kardeş sayılarına göre üniversite uyum ölçeğinde bulunan kişisel uyum ve karşı cinsle uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. 1-2 kardeş olan öğrencileri kişisel uyum alt boyutundan ve karşı cinsle uyum alt boyutundan aldıkları puanlar diğer öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Yaşam döngüsü içerisinde diğer bir sosyal destek kaynağının da kardeşler olduğu ileri sürülmektedir. Genelde anlaşmazlık içinde oldukları düşünülse bile kardeşler birbirleriyle derin anlamlı duygusal ilişki içindedirler. Kardeşlerin birbirleriyle olan iletişim ve karşılıklı ilişkileri onları ileriki yaşam döngüsü boyutunda olan sosyal ilişkilerine de hazırlamaktadır (Frey & Röthlisberger 1996). Burada; sosyal bir varlık olan birey çevresindeki diğer kişilere bağımlı olarak dünyaya gelir, farklı sosyal yapı ve gruplar içerisinde sevimli,

desteklenmeye ve mutlu olmaya ihtiyaç duyar (Cohen, Underwood ve Gootlieb, 2000). Araştırma bulguları ile alan yazının burada örtüştüğü görülmektedir.

Öğrencilerin kardeş sayılarına göre üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan diğer alt boyutlardan aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde çıkmadığı saptanmıştır. Bazı kişisel faktörler, örneğin yalnızlık ve ev özlemi gibi, ayrıca üniversiteye yönelik umutlar ve istekler bu isteklerin karşılanıp karşılanmaması, değişimi yaşatan kişisel ve sosyal çevreye ilişkin unsurlarla başa etme becerisine ilişkin durumların, okulda eğitim gören bireylerin uyum seviyelerini negatif yönde etkilediği düşünülebilir (Sevinç, 2010). Tognoli (2003) anne babayla mesafenin fazla olması ve bireyin üniversite yaşamına uyum sağlayamaması ile ilişkili bulunmuştur. Beck, Taylor ve Robbins (2003) okula, üniversiteye başlayan bireylerin ilk senesinde depresyon belirtilerinin evden ayrılma uzak kalmayla bağıntılı olduğunu bu durumun eğitim gören bireyin akademik performansını olumsuz etkilediğini vurgulamışlardır.

Yapılan araştırma bulgularına göre; öğrencilerin karşı cinsle romantik ilişki durumuna göre karşı cinsle uyum alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Karşı cinsle romantik ilişkisi olan öğrencilerin üniversite uyum ölçeğinde yer alan karşı cinsle uyum alt boyutundan ilişkisi olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Ericson'a göre, üniversite yıllarında yaşanan romantik ilişkiler, "yakınlığa karşı yalıtılmışlık" olarak belirtilen gelişimsel buhran'ın geçildiği dönemine denk gelir. Yakınlıkla özdeşirilen genç bireyin kimliğini kaybetme korkusunu yaşamadan açık, destekleyici ve romantik bir bağıntı yaşayabilmesidir (Erikson, 1968). Bunun yanı sıra üniversite yılları gençlerin sosyal yaşama uyum sağlamaya çalıştığı yıllardır. Üniversite eğitimi döneminde yaşanan romantik ilişkilerin öğrencilerin sosyal etkinliklere katılım düzeylerini arttırdığı ve sosyal gelişim düzeylerini yükselttiğini araştırmacılar tarafından ortaya konmuştur (Hamamcı ve Esen-Çoban, 2010; Moss ve Schwebel, 1993). Buna göre karşı cinsle duygusal bağıntıların genç bireylerin

kişilik gelişimlerinin yanında psiko-sosyal taraflarına da pozitif yönde etkili olduğu söylenebilir. Buna göre; araştırma sonucu ile alan yazında geçen sonuç örtüşmektedir.

Öğrencilerin harçlık durumlarına göre üniversite uyum ölçeğinde yer alan üniversite ortamına uyum, kişisel uyum, karşı cinsle uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Öğrencilerin harçlık durumlarına göre üniversite uyum ölçeğinde yer alan duygusal uyum alt boyutundan almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Bu fark harçlığını düşük bulan ve çok iyi olduğunu ifade eden öğrencilerden kaynaklanmakta olup, harçlığı düşük olan öğrencilerin duygusal uyum alt boyutundan aldıkları puanlar, harçlığının çok iyi olduğunu ifade edenlere göre daha düşük bulunmuştur. Çıkan sonuçların ortaya koyduğu bulgulara göre araştırmaya katılan eğitim gören bireylerin, üniversiteye başlamalarıyla birlikte en çok sıkıntı yaşadıkları kısımların, sırasıyla ekonomik sorunlar, kayıt ve bürokratik işlerle ilgili sorunlar, derslerle ilgili sorunlar olduğunu beyanda bulunmuşlardır. Bunların akabinde, barınma, sosyo-kültürel ortamın yeterli olmaması, arkadaş ilişkilerindeki sorunlar, beslenme ile ilgili sorunlar ve öğretim üyeleri yle ilgili olan ilişkiler sorunu yaşadıkları alanlar olarak tespit edilmiştir. Alpan (1992), ise okulda eğitim gören bireylerin bir çoğunun bulunduğu kente uyum sağlayamama başarı elde edememe, arkadaşlık kuramama, gibi sorunlar yaşadıklarını vurgulamıştır. Karahan, Sardoğan, Özkamalı ve Dicle (2005) de üniversitede okumakta olan bireylerle yürüttükleri çalışmada problem alanlarını düşük motivasyon, üniversiteden hoşlanmama, öğretim elemanları ile birbirlerini anlama sorunları, çekingenlik, alt seviyede akademik başarı, üniversite kültürüne adapte olamama, yalnızlık, arkadaş edinmede zorluk olarak belirlenmiştir.

Yapılan araştırmada; öğrencilerin kaldıkları yerlere göre karşı cinsle uyum ve sosyal uyum alt boyutundan aldıkları puanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır. Evde yaşayan öğrencilerin karşı cinsle uyum alt boyutundan okula bağlı yurttan veya özel yurttan barınan öğrencilere göre anlamlı düzeyde

daha yüksek puan aldıkları görülmüştür. Evde yaşamanın daha olumlu olduğu yönündeki benzer sonuçlar üniversite öğrencileri ile yapılan başka araştırmalarda da bildirilmiştir (Demirel ve ark., 2006; Ersoy ve Arpacı, 2003). Bir araştırmada öğrencilerin daha özgür olma, rahat ders çalışabilme ve yurttan kalmanın kurallarından kurtulma gibi sebeplerden ötürü evde yaşamayı tercih ettikleri belirtilmiştir (Ersoy ve Arpacı, 2003). Bir başka araştırmada ise kendine özel bir odaya sahip olma, daha iyi koşullarda ve daha temiz ve hijyenik bir ortamda yaşama, daha sağlıklı, dengeli ve düzenli beslenme şartlarına sahip olma, evde yaşamanın olumlu yönleri olarak bildirilmiştir (Demirel ve ark., 2006). Bu kapsamda, araştırma bulgusuyla anılan çalışma bulguları örtüşmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin depresyon, anksiyete, yalnızlık ve suçluluk- utanç puanlarının üniversite uyum puanlarını yordanmasında anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmış olup, uygulanan modelin pozitif olarak uygun olduğu tespit edilmiştir. Bu modelin uygunluğu yapılan araştırmanın güvenilirliğini arttırmaktadır.

Yapılan çalışmada öğrencilerin depresyon, suçluluk- utanç puanlarının üniversite uyum da yer alan suçluluk ve utanç alt boyutu puanını ve öğrencilerin uyum puanlarını anlamlı düzeyde değerlendirebildiği, anksiyete puanlarının ise değerlendiremediği belirlenmiştir. Öğrencilerin depresyon, yalnızlık ve utanç alt boyutlarından aldıkları puanların artması, üniversite uyum ölçeği puanlarını azalmasına sebep verirken, suçluluk puanlarının artması üniversite uyum puanlarını arttırmaktadır.

Yaşamdan tatmin olmaya etki eden unsurlara bakıldığında, bireyin günlük yaşamdan mutluluk duyması, devam ettirdiği hayata anlam yüklemesi, bireysel hedeflerine ulaşma konusunda gösterdiği uyum (kişisel, sosyal uyum), kişinin sahiplendiği olumlu kişisel kimlik, bireyin biyolojik ve psikolojik açıdan kendini dengede hissetmesi ve bireyin güvenli olmak için ekonomik anlamda hem de sosyal ilişkiler açısından kendini ne durumda duyumsadığıdır (Keser, 2005). Litaratür de açıklandığı gibi “uyum” bir bütünün unsurları arasında olan

yada olması gereken uygunluk olarak tanımlanabilir. Kişiyi bu uygunluğu ve dengeyi kaybettiren psikolojik deformasyonların ayrı ayrı etkileri olabileceği gibi tepkiselliği de ona göre olmaktadır.

Eğitim almakta olan bireylerin, bazı sosyo-demografik özelliklerinin cinsiyet (erkek), kardeş sayısı, arkadaş sayısı, ilişki durumu (olan) anksiyete, yalnızlık envanteri, suçluluk, utanç ölçeğinden aldıkları puanların depresyon puanlarını değerlendirilmesine ilişkin, ilişkiyi ölçmek için kullanılan regresyon analiz modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu yani değişkenler arasındaki ilişki ve bu ilişkinin gücünü, toplam varyansı yani, ilişkilerin ortalamasını açıkladığı saptanmıştır.

6. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, utanç-suçluluk ve üniversiteye uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla katılan görüşlerini değerlendirdiğimiz araştırmamızda aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir;

Araştırmaya %52,9'i kadın, %47,0'u erkek olmak üzere toplam 206 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılanların %45,6'sı 20-21 yaş arası grupta, %31,5'u 2.nci sınıfta, %43,2'nin 3 veya 4 kardeşi bulunmakta, %41,2'nin 4 ya da 6 arkadaşı bulunmakta, %67,4'nün ilişkisi yok, %55,3'ü evde kalmakta, %43,6'nın evde 1 veya 2 kişi olarak kaldıkları, %46,1nin harçlık durumu iyi, %31,0'nin annesi lise mezunu, %24,7'nin babası lise mezunu, %65,0'nin annesi çalışmıyor, %86,8'nin babası çalışıyor, %92,2'nin annesi evli, %90,7'nin babası evli, %44,1'nin aylık geliri 3001-5000 TL arasındadır (Tablo-1-2-3).

Öğrencilerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin düşük, yalnızlık düzeylerinin orta, suçluluklarının ortanın üzerinde, utanç düzeylerinin yüksek, üniversite uyumlarının ise ortalamanın altında olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin cinsiyetleri açısından depresyon, anksiyete, yalnızlık ve üniversiteye uyumları ile ilgili puanları birbirine yakın, kadın öğrencilerin ise hem suçluluk hem de utanç alt boyutundan almış oldukları puanlar ise erkek öğrencilere göre daha yüksektir.

Öğrencilerin yaşları açısından depresyon, anksiyete ve suçluluk-utanç puanları benzerdir. 18-19 yaş grubunda yer alan öğrencilerin yalnızlık puanları diğerlerine göre yüksek, üniversite uyum puanları ise düşüktür. I.'nci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin depresyon ve anksiyete ölçeğinden puanları III.'ncü sınıfta öğrenim gören öğrencilerden daha yüksektir. Yalnızlık ve suçluluk-utanç puanları birbirine yakındır. I.'nci sınıfta öğrenim gören öğrencilerin üniversite ortamına uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar IV.'ncü sınıf öğrencilere göre daha düşüktür. I.'nci sınıf öğrencilerin duygusal uyum alt boyutundan II.'nci sınıf öğrencilere göre daha düşüktür.

Öğrencilerin kardeş sayıları açısından depresyon, anksiyete, yalnızlık ve suçluluk-utanç puanları birbirine yakın, 1-2 kardeş olan öğrencileri kişisel uyum alt boyutundan ve karşı cinsle uyum alt boyutundan aldıkları puanlar diğer öğrencilere göre daha yüksektir. Genel olarak üniversite uyumda ve üniversiteye uyum alt boyutlarında puanları birbirine yakındır.

Öğrencilerin 3 ve altı sayıda yakın arkadaşı olanların depresyon, anksiyete, yalnızlık, suçluluk-utanç puanları diğer öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. 4-6 arası arkadaşı olanların ise üniversiteye uyum puanları yüksektir.

Öğrencilerin ilişki durumlarına göre depresyon, yalnızlık ve suçluluk-utanç puanları birbirine yakındır. Karşı cinsle romantik ilişkisi olması durumuna göre ise anksiyete ve üniversite uyum puanları yüksektir.

Öğrencilerin kaldıkları yerlere göre depresyon, anksiyete, yalnızlık ve utanç puanları birbirine yakındır. Evde kalan olan öğrencilerin suçluluk ve üniversite uyum puanları yüksektir.

Anneleri çalışan öğrencilerin yalnızlık ve suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk alt boyutu puanları yüksektir. Babaları çalışan öğrencilerin depresyon

ve utanç puanları birbirine yakındır. Babası çalışmayan öğrencilerin depresyon puanları yüksektir.

Öğrencilerin aile gelir durumlarına göre depresyon, anksiyete, yalnızlık ve utanç, yalnızlık ve üniversiteye uyumları ile ilgili puanları birbirine yakındır.

Harçlığı düşük ve orta olan öğrencilerin depresyon, anksiyete, yalnızlık ve üniversite uyum ölçeğinde yer alan üniversite ortamına uyum, kişisel uyum, karşı cinsle uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanları birbirine yakındır. Harçlığı düşük olan öğrencilerin üniversite uyum ölçeğinde yer alan duygusal uyum alt boyutundan almış oldukları puanlar düşüktür.

Öğrencilerin depresyon puanları ile anksiyete ve yalnızlık puanları arasında pozitif, suçluluk ve üniversite ortamına uyum geneli, duygusal uyum, karşı cinsle uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyonlar bulunmuştur.

Öğrencilerin anksiyete puanları ile yalnızlık puanları arasında pozitif yönlü, suçluluk alt boyutundan ve üniversite ortamına uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında ise negatif yönlü korelasyonlar bulunmuştur.

Öğrencilerin suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan suçluluk alt boyutu puanları ile üniversite uyum genelinden ve kişisel uyum, akademik uyum ve sosyal uyum alt boyutları puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunmuştur.

Öğrencilerin suçluluk-utanç ölçeğinde yer alan utanç alt boyutu puanları ile üniversite uyum ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan üniversite ortamına uyum, duygusal uyum ve karşı cinsle uyum alt boyutundan aldıkları puanlar

arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü korelasyonlar bulunmuştur.

Sonuçta öneri olarak, üniversite öğrencilerinin depresyon, kaygı, yalnızlık, suçluluk-utanç ve üniversite yaşamına uyum düzeylerinin yapılan araştırma sonucunda; öğrencilerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin düşük, yalnızlık düzeylerinin orta, suçluluklarının ortanın üzerinde, utanç düzeylerinin yüksek, üniversite uyumlarının ise ortalamanın altında olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada, depresyon ve anksiyete düzeylerinin düşük olması sevindirici bir sonuçtur.

Araştırmada, yalnızlık düzeylerinin orta düzeyde tespit edilmesi sonucunda; öğrencilerin yakın arkadaşlık kurmaları için desteklenmesi amacıyla üniversitede ortak paylaşımda bulunabilecekleri etkinlikler düzenlenebilir.

Araştırmada, suçluluklarının ortanın üzerinde, utanç düzeylerinin yüksek düzeyde, özellikle bu durum kız öğrencilerde daha yüksek tespit edilmiştir. Bu konu ile ilgili olarak kız öğrencilere farkındalık kazandırmak amaçlı bilgilendirme yapılabilir ve ihtiyacı olan öğrenciler klinisyene yönlendirilebilir.

Yine araştırma sonucuna göre, üniversite uyumlarının ise ortalamanın altında olduğu tespit edilmiştir. Üniversitede akademik eğitim öğretim başlamadan bir iki hafta önceden okula adaptasyona yönelik çalışmaların yapılması, üniversitede okula aidiyat (biz ilkesi) üzerinde durularak yani birliktelik ortak noktasından hareketle üniversiteye uyum düzeyi yükseltilebilir.

Ruh sağlığı açısından risk altında bulunan bireylerin psikiyatri merkezlerine yardım ve tedavi amaçlı yönlendirilmesi yerinde olacaktır. Üniversite yabancı dil hazırlık döneminde eğitim veren öğretim görevlilerin ya da danışman öğretim görevlilerinin yine okula öğrenci adaptasyonun sağlanması amaçlı olarak öğrencilerin akademik başarı için bilimsel projelere, sosyal girişkenlik içinde önemli olan sosyal aktivitelere yönlendirilmesinin sağlanması da üniversiteye uyum düzeyi yükseltilebilir. Üniversite yabancı dil hazırlık

döneminde eğitim veren öğretim görevlilerin ya da danışman öğretim görevlilerinin yine okula öğrenci adaptasyonun sağlanması amaçlı olarak öğrencilerin akademik başarı için bilimsel projelere, sosyal girişkenlik içinde önemli olan sosyal aktivitelere yönlendirilmesinin sağlanabilir.

Ayrıca, devlet politikası olarak da genç yetişkinlere yönelik sosyal, kültürel, ekonomik ve sportif faaliyetler artırılarak bireylerin motivasyonlarının yükselterek, okula adaptasyonun daha kolay gerçekleşmesinde destekleyici faktör olabilir.

KAYNAKÇA

- Abdullah, M. C., Elias, H., Mahyuddin R. ve Uli, J. (2009). Adjustment amongst first year students in a Malaysian university. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 496-505.
- Abramson, L., Seligman, M.E. P. ve Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87 (1):49-74.
- Adler, A. (2002). *Psikolojik aktivite (üstünlük duygusu ve toplumsal aktivite)*. (B. Çorakçı, Çev.). İstanbul: Say.
- Akçagöz, H. (2017). *Çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Akdoğan, A. (2007). *Kamu maliyesi*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Akdoğan, A. (2013). *Farklı depresyon anksiyete stres düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Aktaş, Y. (1997). Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi: uzunlamasına bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13,107-110.
- Aladağ, M., Kağnıcı, D. Y., Tuna, M. E. ve Tezer, E. (2003). Üniversite yaşam ölçeği: ölçek geliştirme ve yapı geçerliği üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 20(2), 41.
- Alexopoulos, G. S. (2005). Depression in the elderly. *Lancet*, 365:1961–1970.10.1016/ S0140-6736(05)66665-2 [PubMed:15936426].

- Alkın, T., Yemez, B. ve Mantar, A. (2011). Anksiyete duyarlılığı ve psikiyatrik bozukluklardaki yeri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 187-193.
- Alpan, A. (1992). *Cumhuriyet Üniversitesi ve Erciyes Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi öğrencilerinde çevreye ve üniversiteye uyum sorunları*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Alpaslan, A. H. (2009). Ergen yaştaki lisanslı sporcularda anksiyete ve depresyon düzeyleri ile yaşam kalitesinin araştırılması, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Bursa.
- Alper, Y. (1999). *Bütün yönleriyle depresyon*. İstanbul: Gendaş A.Ş.
- American Psychiatric Association (APA). (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 4. Baskı (DSM-IV), Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Andersen, M. B. ve NVilliams, J. H. (1987). Gender role and sport competition anxiety. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 58, 1, 52-56.
- Anderson, C. A. ve Harvey, R. J. (1988). Discriminating between problems in living: An examination of measures of depression, loneliness, shyness, and social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 6, 482-491.
- Andrews, G., Issakidis, C., Sanderson, K., Corry, J. ve Lapsley, H. (2004). Utilising survey data to inform public policy: comparison of the costeffectiveness of treatment of ten mental disorders. *British Journal of Psychiatry*, 184:526– 533.10.1192/bjp.184.6.526 [PubMed:15172947]
- Antony, M. M. ve Swinson, R. P. (2000). *Mükemmeliyetçilik: dost sandığımız düşman*. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Ar, F. (2014). *Normal gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynler İle Otizmli çocuğa sahip ebeveynlerin evlilik uyumu ve anksiyete düzeylerinin*

İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, İstanbul.

Aral, N. (1997). *Fiziksel istismar ve çocuk*. Ankara: Tekışık Veb Ofset Tesisleri.

Arkonaç, O. (1999). *Açıklamalı psikiyatri sözlüğü*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.

Arslan, S., Nazik, E., Akkiz, H. ve Torun, S. (2013). Effect of music on the patients anxiety that endoscopy will be applied. *HealthMED*, 7, sy. 2: 560-730.

Aslıhan, M. N. (1998). *Parçalanmış veya tam aileye sahip çocukların öz kavramı depresyon düzeyleri ve akademik başarılarının yaş ve cinsiyet yönünden karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Atkinson R, Atkinson, C. R. Ve Hilgard, E. R. (1990). *Psikolojiye giriş II*. (Çev. Atakay, K., Atakay, M. ve Yavuz, A.). İstanbul: Sosyal Yayınları.

Atkinson, J. R., ve Atkinson, C. R. (1995). *Anormal psikoloji* (Çev. Atakay, K. ve Atakay, M.). İstanbul: Sosyal Yayınları.

Aydın, G. ve Demir A. (1989). ODTÜ öğrencilerinde depresif belirtilerin yaygınlığı. *İnsan Bilimleri Dergisi*, 8:27-40.

Aydın, B. (2005). *Çocuk ve ergen psikolojisi*. (2. Baskı). İstanbul: Atlas Yayınları.

Aylaz. R., Kaya, B., Dere, N., Karaca, Z. ve Bal, Y. (2007). Sağlık yüksekokulu öğrencileri arasında depresyon sıklığı ve ilişkili etmenler, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8:46-51.

Ayverdi, M. (1990). *Erken ergenlik dönemi ergenlerinin depresyon düzeylerini etkileyen bazı dış etmenler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Baker, R., McNeil, O., ve Siryk, B. (1985). Expectation and reality in freshman adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 94-103.
- Baker, R. W., ve Siryk, B. (1989). Exploratory intervention with a scale measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 33 (1), 31-38.
- Bal, U. (2010). *Anksiyete Bozukluklarında Cinsiyete Göre Semptom Farklılıkları*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Adana.
- Bandura, A. ve Cervone, D. (1986). Differential engagement of self-reactive influences in cognitive motivation. *Organizational Behavior and Human Decision Process*, 38, 92–113.
- Bandura, A. (1995). *Self-efficacy in changing societies*. A. Bandura (ed.) Exercise of personal and collective efficacy in changing societies (pp. 1–45). New York: Cambridge University Pres.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A., Pastorelli, C., Barbaranelli C. ve Caprara, G. V. (1999). Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (2), 258–269.
- Barasch, D. S. (2000). Dealing with guilt and shame. *Family Life*, Feb, 34-37.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226- 244.
- Başaran, İ. E. (1991). *Örgütsel davranış*. Ankara: Kadioğlu Matbaası.
- Batıgün, D. A. (2008). İntihar Olasılığı ve Cinsiyet: İletişim Becerileri, Yaşamı Sürdürme Nedenleri, Yalnızlık ve Umutsuzluk Açısından Bir İnceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23 (62), 65-75.

- Bayram, N. ve Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 43: 667–672.
- Beck A. T. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Arch. Gen. Psychiatry*, 10:561–71.
- Beck, A. T. (1972). *Depression: causes and treatment*. Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Beck, A. T., Emery, G., ve Greenberg, R. C. (1986). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Beck A. T., Epstein N, Brown G ve ark. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *J Consult Clin Psychol*, 56:893-97.
- Beck, J. S. ve Butler, A. (2001). Cognitive therapy outcomes: A review of meta-analyses. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 698–706.
- Beck, R., Taylor, C. ve Robbins, M. (2003). Missing home: Sociotropy and autonomy and their relationship to psychological distress and homesickness in college freshmen. *Anxiety, Stress and Coping*, 16(2):155-166.
- Benton, T. H. (2004). Shyness and academe. *Chronicle of Higher Education*, 50; issue 38.
- Bilgi, A. (2005). *Bilgisayar oyunu oynayan ve oynamayan ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık, depresyon ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Bilgin, Ş. (2001). *Ergenlerde kaygı ile benlik saygısı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

- Bostanci, M., Ozdel, O., Oguzhanoglu, N. K., et al. (2005). Depressive symptomatology among university students in Denizli, Turkey: prevalence and sociodemographic correlates. *Croat Med. J*;46(1): 96–100.
- Bowlby, J. (1982). *Caring for children: Some influences on its development*. In Cohen Weissman ve Cohler (eds.) *Parenthood*, New York: The Guilford Press.
- Bozkurt, N. (1998). *Lise öğrencilerinin okul başarısızlıklarının altında yatan, depresyonla ilişkili otomatik tliişinme kalıpları*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. DEÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bozkurt, N. (2004). Bir grup üniversite öğrencisinin depresyon ve kaygı düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 29:52-59.
- Brenner, C. (1993). *Psikanalizmin Temelleri*. çev; I. Savaşır, Y. Savaşır, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Budak, S. (2000). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 3, ss. 82-90.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İ. D. E. Sarıoğlu (Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Canbaz, S., Sünter. A.T., Aker, S. ve Peşken, Y. (2007). Tıp fakültesi son sınıf öğrencilerinin kaygı düzeyi ve etkileyen faktörler. *Genel Tıp Dergisi*, 17(1): 15-19.
- Chisholm, D., Sanderson, K., Ayuso-Mateos J. L. ve Saxena, S. (2004). Reducing the global burden of depression: Population-level analysis of intervention cost- effectiveness in 14 world regions. *British Journal of Psychiatry*, 184:393– 403.10.1192/bjp.184.5.393 [PubMed:15123502]
- Cirhinlioğlu, F. G., ve Güvenç, G. (2011). Shame proneness, guilt proneness and psychopathology. *Journal of Human Sciences*, 8(1), 248-267.

- Clay, D. L., Anderson, W. P. ve Dixon, W. A. (1993). Relationship Between Anger Expression And Stres In Predicting Depression. *Journal Of Counseling And Development*, 72, 91-94.
- Clinciu, A. L. (2013). Adaptation and stress for the first year university students. *Social and Behavioral Sciences*, 78, 718-722.
- Cohen, S., Underwood, L. ve Gottlieb, B. (2000). *Social support measurement and intervention a guide for health and social scientists*. New York: Oxford University Press.
- Corey, G. (2008). *Theory and practice of group counseling (7th ed.)*. Belmont: Thomson Brooks/Cole.
- Cüceloğlu, D. (2003). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakıl, N. (1998). *Grupla sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Çakır, Y. ve Palabıykoğlu, R. (1997). Gençlerde sosyal destek-çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Kriz Dergisi*, 5:15-24.
- Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M. (2005). Eğitim ve Fen-Edebiyat Fakülteleri Biyoloji Bölümü öğrencilerinin kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 4 (14); 115-127.
- Çelik, B. (1991). *Ankara Üniversitesi Veteriner Fakültesi Öğrencilerinin Barınma Koşullarının Ders Başarıları Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çelikkol, A. (1999). *Ruh Hastalıklarından Korunma*. İstanbul: Gendaş Yayıncılık.
- Çevik, V. (2006). *Eğitim yöneticileri ile yönetici adaylarının kaygı düzeyleri ile bilgisayar kaygısı düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek

Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
Tokat.

- Çifter, İ. (1993). Depresyon kavramının gelişimi. *Depresyon Monografaları Serisi*, 1: 5-18.
- Çuhadaroğlu, F. ve Sonuvar, B. (1992). Adolesanlarda depresyon. *Çocuk ve ergen psikiyatrisi günleri kongre kitabı*. Kuşadası, 350-358.
- 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.
- Demir, A., (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği, *Psikoloji Dergisi*, 7-23.
- Demir, A. (1990). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini etkileyen bazı etmenler. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Demir, V. (2014). Bilinçli farkındalık temelli hazırlanan eğitim programının bireylerin depresyon ve stres düzeyleri üzerine etkisi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demirel, S., Acar, Ö., Karakurt, E., Onaygil, C. ve ark. (2006). Yurt yaşamının üniversite öğrencilerinin sağlığı üzerindeki etkileri. MASCO, Marmara Öğrenci Kongresi.
- Demirli, A. (2007). Cinsiyetin, bağlanma tipinin ve aile yapısının üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyi üzerindeki rolü. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Deveci, S. E., Çalmaz A. ve Açık Y. (2012). Doğu Anadolu’da yeni açılan bir üniversitenin öğrencilerinde kaygı düzeylerinin sağlık, sosyal ve demografik faktörler ile ilişkisi. *Dicle Tıp Dergisi*, 39 (2), 189-196.

- Deveci S. E., Ulutaşdemir N. ve Açık Y. (2013). Bir Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Depresyon Belirtilerinin Görülme Sıklığı ve Etkileyen Faktörler, *Fırat Tıp Dergisi*, 18 (2): 98-102.
- Doğan, T. ve Çoban, A. E. (2009). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 34(153), 157-168.
- Duman, Ş., Taşgın, Ö. ve Özdağ, S. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu spor yöneticiliği bölümünde okuyan öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 11(3), 27-32.
- DuPont, R. L., Rice, D. P., Miller, L.S., et al. (1996): Economic cost of anxiety disorders. *Anxiety*, 2, 167-172.
- Dursun, S. ve Aytaç, S. (2009). Üniversite öğrencileri arasında işsizlik kaygısı. *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 28(1), 71-84.
- Duy, B. (2003). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın yalnızlık ve fonksiyonel olmayan tutumları üzerine etkisi. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Düzgün, Ş. (1992). Depresyon ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Eaton, W. W., Shao, H., Nestadt, G., Lee, H. B., Lee, B. H., Bienvenu, O. J. ve Zandi, P. (2008). Population-based study of first onset and chronicity in major depressive disorder. *Archives of General Psychiatry*, 65:513–520.10.1001/archpsyc.65.5.513 [PubMed:18458203]
- Ellis, A. E. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Secaucus, NJ: Lyle Stuart.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. New York: Norton.

- Erikson, E. H. (1984). *İnsanın sekiz çağı*. (Çev. T. B. Üstün, V. Şar). Ankara: Birey ve Toplum.
- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları, *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi*, 12, 13-38.
- Erözkan, A. (2009). Ergenlikte yalnızlığın yordayıcıları, *İlköğretim Online Dergisi*, 8(3):809-819.
- Ersoy, A. F. ve Arpacı, F. (2003). Üniversite öğrencilerinin konut koşullarının ve konutta yaşamayı tercih etme nedenlerinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 158. Erişim tarihi: 01 Ağustos 2018 http://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/158/ersoy.htm
- Ertürk, S., (1994). *Eğitimde program geliştirme*. Ankara: Meteksan A.Ş.
- Esenay, F. I. (2002). *Üniversite öğrencilerinde sağlık davranışlarının sosyal destek ve benlik saygısı ile ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Eskin, M. (2001). Ergenlikte yalnızlık, baş etme yöntemleri ve yalnızlığın intihar davranışı ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 4, 5-11.
- Evren, E. C., Ögel, K., ve Çakmak, D. (2003). Esrar ve Meperidin (Petidin) kullanım bozukluğu nedeni ile yatarak tedavi gören hastaların özelliklerinin karşılaştırılması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(1), 20-27.
- Fadıloğlu, Ç., Yürekli A. ve Yılmaz, D. (1990). Sosyal ağın öğrencilerin duygu ve yaşantılarına etkisi. *II.Ulusal Hemşirelik Kongresi Bildirileri*, 119-131. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.
- Ferster, C. (1966). Animal behavior and mental illness. *Psychological Record*, 16, 37-43.
- Freud, S. (1905). *Trois essais sur la théorie sexuelle*. Çev. P. Koepfel. 1987, Paris: Gallimard Edit.

- Freud, S. (1936). *The problem of anxiety*. New York, NY, US: W W Norton & Co.
- Freud, S. (1957) *Revision of the theory of dreams*. In: Strachy, J., Ed., The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud, London: The Hogarth Press.
- Freud, S. (1994). *Psikanaliz Üzerine*, İstanbul: Say Yayınları.
- Frey, C. ve Riithlisberger C. (1996). Social support in healthy adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 25 (1) 17-31.
- Fromm, E. (2015). *Özgürlükten Kaçış*. İstanbul: Say Yayınları.
- Gander, M. and Gardiner, H. (2001). *Çocuk ve ergen gelişimi*, Çev. B. Onur, İstanbul: İmge Kitapevi.
- Geçtan, E. (1981). *Çağdaş Yaşam ve Normaldışı Davranışlar*. Ankara: Maya Matbaacılık Yayıncılık Ltd. Şti.
- Geçtan, E. (1990). *Varoluş ve Psikiyatri*. Ankara: Metis Yayınları.
- Geçtan, E. (1999). *İnsan Olmak*. 20. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz ve sonrası*. 11. Basım. İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E. (2006). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: MetisYayınları.
- Geçtan, E. (2007). *İnsan olmak, (6. Basım)*. İstanbul: Metis Yayıncılık
- Geçtan, E (2010). *Psikanaliz ve Sonrası*, 14. Basım, İstanbul: Metis.
- Gerdes, H., ve Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college students: a longitudinal study of retention. *Journal of Counseling and Development*, 72 (3), 281-288.
- Goldstein, A. J., ve Chambless, D. L. (1978). A reanalysis of agoraphobia. *Behavior Therapy*, 9, 47–59.
- Güleç, C. (1993). *Psikoterapiler*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

- Güleç, C. ve Köroğlu, E. (1997), *Psikiyatri Temel Kitabı*, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Güleç, C. (2009). *Psikiyatri'nin ABC'si*. 2. Baskı. İstanbul: Say Yayınları.
- Gündoğdu, R., Yavuzer, Y. ve Karataş, Z. (2011). Eğitim fakültesi öğrencilerinin çatışma çözme becerilerinin ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 6 (1), 341-361.
- Gündüz, S. (2009). *Dental Fobisi Olan Hastalarda Diğer Anksiyete Bozuklukları Eştanısı*. Psikiyatri Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 12. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Güney, M. (1985). *Üniversite öğrencileri arasında depresyon ve problem alanlarının akademik başarı ile ilişkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- Halamandaris, K. F. ve Power, K. G. (1997). Individual differences, dysfunctional attitudes, and social support: A study of the psychosocial adjustment to university life of home students. *Personality and Individual Differences*, 22 (1), 93 –104.
- Haliloğlu, S. (2008). *Ortaöğretim 9. Sınıf öğrencilerin yalnızlık düzeyleri, bağlanma biçimleri ve işlevsel olmayan tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Malatya ili örneği)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Hamamcı, Z. ve Esen-Çoban, A. (2010). Dysfunctional relationship beliefs of late adolescence in adjustment to university. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 300–304.
- Harder, D. W. ve Zalma, A. (1990). Two promising shame and guilt scales: A Construct Validity Comparison. *Journal of Personality Assessment*, 59, 584-604.

- Heinrich, L. M., ve Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718. doi: 10.1016/j.cpr.2006.04.002
- Henkel, V., Mergl, R., Kohlen, R. ve ark. (2003). Identifying depression in primary care: a comparison of different methods in a prospective cohort study. *BMJ*, 326:200–201.
- Hisli, N. (1989). Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 3-13.
- Horney, K. (1999), *Ruhsal çatışmalarımız: yapıcı bir nevroz teorisi*. (Çev. S. Budak), Ankara: Öteki yayınevi.
- Işık, E. (1991). *Duygulanım bozuklukları, depresyon ve mani*. İstanbul: Boğaziçi Matbaası.
- Işık, E. ve Taner, Y. (2006). *Anksiyete belirtileri ve tipleri: Çocuk Ergen ve Erişkinlerde Anksiyete Bozuklukları*. İstanbul: Golden Print.
- Izgar, H. (2009). Okul Yöneticilerinde Yalnızlık ve Depresyon Üzerine Bir İnceleme, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9 (1), 231- 258.
- İmamoğlu, S. (2008). *Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi*, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Jones, W.H., Freeman, J.E., ve Goswick, R.A. (1981). The persistence of loneliness: Self and other determinants. *Journal of Personality*, 49(1), 27-48.
- Jones, G., Swain, A. ve Cale, A. (1991). Gender differences in precompetition temporal patterning and antecedents of anxiety and selfconfidence. *The Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 1-15.
- Kalafat, S. (1996). Depresyon ve Mutlulukta Otomatik Düşüncelerin Rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.

- Kandel, D. B. ve Davies, M. (1982). Epidemiology of depressive mood in adolescents. *Arch Gen. Psychiatry*, 39,1205-1212.
- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Özkamalı, E. ve Dicle, A.N. (2005). Üniversite 1. sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyum düzeylerinin sosyokültürel etkinlikler açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (30), 63-72.
- Karakaş, S. A. ve Okanlı, A. (2013). Hemşirelik ve mobbing. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(4):562-76.
- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S. ve Deniz, E. M. (2009). Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1),19-26.
- Karamustafalıoğlu, O. ve Yumrukçal, H. (2011). Depresyon ve anksiyete bozuklukları, *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*, Cilt: 45, Sayı: 2, 65-74.
- Kavas, A. B. (2007). Eating attitudes and depression in a Turkish sample. *Eur. Eat. Disorders Rev.*, 15:305–310.
- Kaya, M. ve Varol, K. (2004). İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17; 31-63.
- Kendler, K., Kessler R., Walters, E. E., MacLean, C., Neale, M. C., Heath, A. C. ve Eaves, L. J. (1995). Stressful Life Events, Genetic Liability, and Onset of an Episode of Major Depression. *American Journal of Psychiatry*,152:833–842.
- Keser, A. (2005). İş doyum ve yaşam doyum ilişkisi: otomotiv sektöründe bir uygulama. *İş, Güç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynak-ları Dergisi*, 7(2), s.52-63.
- Kessler, R. C., Birnbaum, H., Bromet, E., Hwang, I., Sampson, N. ve Shahly, V. (2010). Age differences in major depression: Results from the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R). *Psychological Medicine*, 40:225–237.

- Kılıç, C. (1998). Türkiye Ruh Sağlığı Profili: Erişkin nüfusta ruhsal hastalıkların yaygınlığı, ilişkili faktörler, yetiyitimi ve ruh sağlığı hizmeti kullanımı sonuçları. TC Sağlık Bakanlığı, Türkiye Ruh Sağlığı Profili Raporu, 77-94.
- Kılınç, H. (2005). *Ergenlerin yalnızlık düzeyleri ve kişiler arası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.
- Kırlı, S. (2002). *Depresyon*. Psikiyatri ve Sanat Yayınevi, Bursa.
- Kızılgöç, M. (2015). *Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık Üzerine Psiko-Sosyal Bir Çalışma*. Ankara: Gece Kitaplığı Yayınları.
- Klein, M. (1952). The Mutual influences in the development of ego and id. *Psychoanalytic Study of the Child*, 7:51-53.
- Klein, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: The Guilford Press.
- Klerman, G. L., Weissman, M. M., Rounsaville, B. J. ve Chevron E. S. (1984). *Interpersonal psychotherapy of depression*. New York: Basic Books.
- Kocabaşoğlu, N. (2005). Stress ve anksiyete, G.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi, 47:181-98.
- Kochanska, G., Gross, J. N., Lin, M. ve Nichols, K. E. (2002). Guilt in young children: Development, determinants, and relations with a broader system of standards. *Child Development*, 73(2), 461-482.
- Koçbeker, D. V. (2007). *Alâeddin Keykubat Yerleşkesinde Yurtlarda Barınan Öğrencilerin Sorunlarının Eğifimlerdeki Başarı Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Konya.

- Kozacıoğlu, G. (1982). *Çocukların anksiyete düzeyleri ile annelerinin tutumları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Köknel, Ö. (1989). *Depresyon: ruhsal çöküntü*. İstanbul: Altın Kitapları Yayınevi.
- Körler, Y. (2011). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Köroğlu, E. (2004). *Psikonozoloji: Tanımlayıcı Klinik Psikiyatri*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Köroğlu, E. (2013). *Depresyon Nedir? Nasıl Baş Edilir?*. 4. Baskı, Ankara: HYB Yayıncılık,
- Köse, E. (2009). *Yurtta kalan ve ailesiyle birlikte yaşayan lise öğrencilerinin yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kubany, E. S. ve Watson, S. B. (2003). Guilt: elaboration of a multidimensional model. *The Psychological Record*, 53, 51-90.
- Kuiper, N. A., Olinger, L. J. ve MacDonald, M. R. (1988). *Vulnerability and episodic cognitions in a self-worth contingency model of depression*. In L. B. Alloy (Ed.), *Cognitive processes in depression*,. New York: Guilford Press, 289-309.
- Kula, K. Ş. ve Saraç, T. (2016). Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13 (33), 227-242.

- Kulaksızoğlu, A. (2006). *Ergenlik Psikolojisi*. (8.Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kutlu, R., Çivi, S. ve Şahinli, A. S. (2009). The Frequency of Depression and Smoking Habit among the Medical Students. *TAF Prev Med Bull*, 8(6):489-496.
- Lesch, K. P., Bengel, D., Heils, A., Sabol, S. Z., Greenberg, B. D., Petri, S., Benjamin, J., Muller, C. R., Hamer, D. H. ve Murphy, D. L. (1996) Association of anxiety-related traits with a polymorphism in the serotonin transporter gene regulatory region. *Science*, 274, 1527–1531.
- Lewinsohn, P. M. (1982). The Measurement of Expectancies and Other Cognitions in Depressed Individuals. *Cognitive Therapy and Research*, 6:64-71.
- Littauer, F. (2000). *Depresyonu Yenmek*. (Çev. D. Dizman). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Mackenzie, S., Wiegel, J. R., Mundt, M, et al. (2011). Depression and suicide ideation among students accessing campus healthcare. *Am J Orthopsychiatry*, 81(1): 101–107.
- Marakoğlu, K., Çivi, S., Şahsıvar, Ş. ve Özdemir, S. (2006). Tıp fakültesi birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinde sigara içme durumu ve depresyon yaygınlığı arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*,7:129-134.
- March, J. S., Amaya-Jackson, L. ve Pynoos, R. S. (1997). *Pediatric posttraumatic stress disorder*. In AACAP Textbook of Child & Adolescent Psychiatry 2nd ed (Ed: JM Wiener):507-526. Washington DC: American Psychiatric Press.
- Mersin, S. ve Öksüz, E. (2014). Üniversite öğrencilerinde aile desteğinin kaygı düzeyine etkisi, *Uluslararası Araştırma Dergisi*, cilt:7 Sayı:35.
- Mikolajczyk, R. T., Maxwell, A. E., El Ansari W, et al. (2008). Prevalence of depressive symptoms in university students from Germany, Denmark,

- Poland and Bulgaria. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 43(2):105-12.
- Monroe, S. M. ve Harkness, K. L. (2011). Recurrence in major depression: A conceptual analysis. *Psychological Review*, 118:655–674.10.1037/a0025190 [PubMed:21895384]
- Moss, B. F. ve Schwebel, A. I. (1993). Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42(1), 31-37.
- Murray.,C. ve Lopez, A. (1997). Alternative projections of mortality and disability by cause 1999-2020: Golden burden of disease study. *Lancet*, 349:1498-1504.
- Noble, R. E. (2005.) Depression in women. *Metabolism*, 54 (5 Suppl1):49-52.
- Nutt, J. G., Gancher, S.T. ve Woodward, W. R., (1988). Does an inhibitory action of levodopa contribute to motor fluctuations? *Neurology*, 38: 1553-7, Comment in: *Neurology*; 39-1137.
- O'Neill, M. K. ve Marziali, E. (1976). Depression in a University. *Clinic Population Can. Psychiatry, Association. J.*, Cilt 21, s.477-481.
- Olmstead, R.E., Guy, S.M., O'Malley, P.M., ve Bentler, P.M. (1991). Longitudinal assessment of the relationship between self-esteem, fatalism, loneliness and substance abuse. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6, 749-770.
- Overmier, J. B. ve Seligman, M.E.P. (1967). Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance learning. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 63, 28-33.
- Öbekli, T. (2013). *Şizofreni ve bipolar bozukluk tanısı ile ayaktan tedavi gören hastaların eşlerinin depresyon, anksiyete ve cinsel işlev düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Ök, M. (1990). 13-15 yaş grubu ortaöğretim öğrencilerinde kaygı düzeyi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

- Öksüz, Y. (2012). Üniversite öğrencilerinin özerklik düzeyleri ile vücut algıları arasındaki ilişki. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28:69-77.
- Öner N. (2009). *Türkiye’de kullanılan psikolojik testlerden örnekler: bir başvuru kaynağı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Öy, B. (1991). Çocuklar için depresyon ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, 132-136.
- Öz, F. (2010). *Sağlık Alanında Temel Kavramlar*. Ankara: Mattek Matbaacılık.
- Özbay, M. H., Şahin, N., Hınçal.G. ve diğerleri. (1991). Ergenlikte benlik imajı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, 82-95.
- Özbay, Y. (2003). *Gelişim ve öğrenme psikolojisi*. Trabzon: İber Matbaacılık
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., ve Oğuzhanoğlu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.
- Özen, N. (2004). *Uludağ üniversitesi öğrencilerinde anksiyete görülme sıklığı ve sosyo- demografik özellikleri ile karşılaştırılması*. Doktora Tezi. Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Özgüvenç, B. (2016). *Uyku bozukluğu kliniğine başvuran parasomnia teşhisi almış bireylerin parasomnia algıları ve bu algının depresyon, anksiyete ve stres düzeyine etkisi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özkan, İ. A. ve Özen A. (2008). The relation between submissive behaviours and self esteem state among nursing students. *TAF Prev Med Bull*, 7: 53-8.
- Özodaşık, M. (2001). *Modern insanın yalnızlığı*. (1.Basım), İstanbul: Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Öztürk, (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. 9. Basım. Ankara: Feryal Matbaası.

- Öztürk, M. O. ve Uluşahin, A. (2011). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. 11. Baskı, Ankara: Tuna Matbaacılık.
- Özyaman, B. F. (2007). *Hemşirelerde iş güvencesi algısı ve anksiyete ve depresyon düzeylerine etkisi*. Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Özyürek, A. ve Demiray, K. (2010). Yurtta ve ailesi yanında kalan ortaöğretim öğrencilerinin kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 11(2), 247-256.
- Paula, K. (2011). Feeling lonely: theoretical perspectives. çev. S. Zengin, M. Kızılgöçit, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 11(3):217-229.
- Perlman, D. ve Peplau, L. A. (1982). *Theoretical approaches to loneliness*. In L. A. Peplau ve D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*, New York: A Wiley Interscience Publication, 123-134.
- Perlman, D., ve Peplau, L. A. (1984). *Loneliness research: a survey of empirical findings*. L. A. Peplau and S. Goldston (eds), *Preventing the Harmful Consequences of Severe and Lone-liness*, U.S. Government Printing Office, pp 13-46.
- Pervin, L. A. (1996). *The Science of Personality*. USA: John Wiley and Sons Inc.
- Pharoah, P. D. P. (2002). Psychosocial factors and sex differences in high academic attainment at cambridge university. *Oxford Review of Education*, 28 (1), 21-39.
- Piers, G., ve Singer, M. (1953). *Shame and Guilt* Springfield. Ill.: Charles C Thomas, 11.
- Potter-Efron, L. A. ve Potter-Efron, P. S. (1989). Assessment of co-dependency with individuals from alcoholic and chemical dependent families. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 6: 37-57.

- Quiles ve Bybee, (1997). Chronic and dispositional guilt: relations to mental health, prosocial behavior, and religiosity. *Journal of Personality Assessment*, 69, 104–126.
- Reiss, S., Peterson, R. A., Gursky, D. M. ve McNally, R. J. (1986). Anxiety sensitivity, anxiety frequency, and the prediction of fearfulness. *Behaviour Research and Therapy*, 24, 1–8
- Rezaki, M. (1995) Bir sağlık ocağına başvuran hastalarda depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 6(1):13-20.
- Roberts, S. J., Glod, C. A., Kim, R. ve Houchell, J. (2010). Relationships between aggression, depression, and alcohol, tobacco: Implications for healthcare providers in student health. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 22(7):369-375.
- Rogers, C., (1994). *Etkileşim Grupları*. (Çev. H. Erbil). Ankara: Ekin Yayınları.
- Roose, S. P. ve Schatzberg, A. F. (2005). The efficacy of antidepressants in the treatment of late-life depression. *Journal of Clinical Psychopharmacology*, 25:S1–S7. 10.1097/01.jcp.0000162807.84570.6b [PubMed:16027554]
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294.
- Russell, D., Peplau, L. A. ve Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480.
- Russell, D. (1982). *The measurement of loneliness*. In L. A. Peplau ve D. Perlman (Eds.). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp.81-104). NY: Wiley-Interscience.
- Saatçioğlu, Ö. (2001). Yaygın anksiyete bozukluğunun tedavisi ve yeni yaklaşımlar. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 11(1) : 60-77.

- Sabuncuoğlu, O. (2006). Ergen öğrenciler arasında akran örselenmesi ve depresyon belirtileriyle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 9, 27-35.
- Sadava, S.W. ve Pak, A.W. (1994). Problem drinking and close relationships during the decade of life. *Psychology of Addictive Behavior*,8, 251-258.
- Sadler, W. (1978). Dimensions in the problem of loneliness: a phenomenological approach in social psychology. *Journal of Phenomenological Psychology*, 9 (1), 157-187.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A. (2007). *Kaplan and Saddock's Comprehensive. Sekizinci Baskı, cilt 2, (Çev. Aydın, H., Bozkurt, A.), Textbook of Psychiatry, Ankara: Güneş Kitabevleri. s.1158-1160.*
- Sağduyu, A., Ögel, K., Özmen, E. ve ark. (2000) Birinci basamak sağlık hizmetlerinde depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 11:3-16.
- Sargın, N. (1990). *Lise 1. ve 3. sınıf öğrencilerinin durumluk sürekli kaygı düzeylerinin belirlenip karşılaştırılması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Savaşır, I. ve şahin, N. H. (1997). *Bilişsel- Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler.* Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Schmitt, N. (1996). Uses and abuses of coefficient alpha. *Psychological Assessment*, 8(4), 350-353.
- Seçim, Yalaz, Ö., Alpar, Ö., Algür, S. (2014). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık: akdeniz üniversitesinde yapılan ampirik bir araştırma. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt:13 Sayı:48, ss.200-215.
- Seligman, M. E. P. ve Maier, S. F. (1967). Failure to Escape Traumatic Shock, *Journal of Experimental Psychology*, 74:1-9.

- Sesti, A. M. (2000). State-Traid Anxiety inventory in medication clinical trials. *QoL Newsletter*, 25, 15-16.
- Sevinç, S. (2010). *Mersin Üniversitesi birinci sınıf öğrencilerinin akademik, sosyal, kişisel ve kurumsal uyumlarını olumsuz etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Sevindik, F. (2005). *Elazığ İlinde Gebelikte Depresyon Prevelansı ve Etkileyen Faktörler*. Yüksek Lisans Tezi. F. Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Sharp, L. K. ve Lipsky, M. S. (2002). Screening for depression across the lifespan: a review of measures for use in primary care settings. *Am FamPhysician*, Vol. 66, No. 6, 1001-1008.
- Sheehan, E. (1996). *Kaygı bozuklukları*. Çev. M. Sağlam, İstanbul: Alfa Yayınları.
- Skinner, B. F. (1957). *Verbal behavior*. New York: Apletton.
- Spielberger, C. D. (1966). *Anxiety and behavior*. New York: Academic Press.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. Yayına Haz. F. Çok). Ankara: İmge Kitabevi.
- Sürmeli, A. (1997). *Psikiyatri Temel El Kitabı*. Ed. Cengiz, G. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Şahin, N., Rugancı, N., Taş, Y., Kuyucu, S. ve Sezgin, N. (1992). *Üniversite öğrencilerinin stresle ilişkili gördükleri faktörler, stres belirtileri ve başa çıkma yöntemleri*. Yayınlanmamış Araştırma Raporu. Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Araştırma Merkezi, Ankara.
- Şahin, N. ve Şahin, N. (1992). Adolescent guilt, shame and depression in relation to Sociotropy and Autonomy. *World Congress of Cognitive Theraphy*, Toronto, Canada, June 17-21.
- Şahin, C. (2009). Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri. Selçuk üniversitesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 271-286.

- Şahin, T. (2015). *Sadece otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon düzeyi ile sağlıklı kardeş/kardeşlere sahip ve otistik çocuğu olan annelerin kaygı ve depresyon oranlarının karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, İstanbul,
- Tangney, J. P., Wagner, P. ve Gramzov, R. (1992). Pro-neness to shame, proneness to guilt, and psycho-pathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(3), 469-478.
- Tangney, June Price ve Ronda L. Dearing. (2002). *Shame and guilt*. New York: The Guilford Press.
- Tavacıoğlu, L. (1999). *Spor psikolojisi-bilişsel değerlendirmeler*. Ankara: Bağırgan Yayımevi.
- Tegin. B. (1980). *Depresyonde bilişsel bozukluklar Beck modeline göre bir inceleme*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Ankara.
- Tektaş, N. (2014). Üniversite mezunlarının kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Dr. Mehmet YILDIZ Özel Sayısı, 243- 253.
- Tezcan, E. (2000). Depresyonun ayırıcı tanısı. *Fırat Üniversitesi Tıp Fakóltesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Elazığ, Duygudurum Dizisi*, 2:77-98.
- Tognoli, J. (2003). Leaving home: Homesickness, place attachment, and transition among residential college students. *College Student Psychotherapy*, 18, 35-48.
- Tükel, R. (2000). *Anksiyete bozuklukları*. Ankara: Çizgi Tıp Yayınevi.
- Tükel, R. (2002). Panik Bozukluğu. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5, Ek 3: 5-13.
- Tükel R. ve Alkın, T. (2006). *Anksiyete bozuklukları*. Ankara: Türk Psikiyatri Derneği Yayınları.

- Tümerdem, R. (2007). Dicle Üniversitesi Eğitim Fakültesi ve Fen – Edebiyat Fakültesi Kimya son sınıf öğrencilerinin kaygılarını etkileyen etmenler. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20, 36 – 45.
- Türkçapar, H. (1999). Sosyal Fobinin Psikolojik Kuramı. *Klinik Psikiyatri*, 28, 452-456.
- Türkçapar, M. H. ve Sargın, A. E. (2011) Bilişsel davranışçı psikoterapiler: tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 7-14.
- Ulaş, B., Uncu, F. Ve Üner, S. (2013). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı ve etkileyen faktörler. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2:15-22.
- Ulusoy, M., Şahin ve N., Erkman, H. (1998). Turkish version of the beck anxiety inventor, psychometric properties. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 12(2): 28-35.
- Uygur E., Kaya N., Kaya H. ve Karaman N. (2008). Bir devlet hastanesinde çalışan hemşirelerin sağlık ekibi hizmeti anlayışları ve yaşanan sorunlar. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, cilt.16, ss.102-113.
- Üçel, U. İ. (2016). Depresyon etiyolojisi ve sitokinlerin rolü. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(1):41-45.
- Ülev, E. (2014). *Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık düzeyi ile stresle başa çıkma tarzının depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkisi, hacettepe üniversitesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Valenstein, M., Vijan, S., Zeber, J. E. ve ark. (2001) The cost-utility of screening for depression in primary care. *Ann. Intern. Med*, 134: 345–360.
- Weanar, C. (2003). Kaygı bozuklukları ve aşırı kontrol, stres ve stresle başa çıkma yolları. Çev. Y. Türköz. *Türk Psikoloji Bülteni*, 9, (30-31), 97-106

- Weber, B., Mathe, A. ve Nolsen, E. (1997). Relationships among multiple suicide ideation risk factors in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 11, 49-64.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: The MIT Press,
- Whooley, M. A., Avins, A. L., Miranda, J. ve ark. (1997) Case-finding instruments for depression. *J Gen Intern Med*, 12:439-445.
- Wilbert, J. R. ve Rupert, P. A. (1986). Dysfunctional attitudes, loneliness, and depression in college students. *Cognitive Therapy and Research*, 10 (1), 71-77.
- Williams, J. W., Mulrow, C. D., Kroenke, K. ve ark. (1999) Case-finding for depression in primary care: a randomized trial. *Am J Med*, 106:36-43.
- Wojen, S. L., Ernst, H. A. H., Patock-Peckham, J. A. ve Nagoshi, C. T. (2003). Validation of the TOSCA to measure shame and guilt. *Personality and Individual Differences*, 35, 313-326.
- Wong, J. G., Cheung, E. P., Chan, K. K., Ma, K. K. ve Tang, S. W. (2006). Web-based survey of depression, anxiety and stress in first-year tertiary education student in Hong Kong. *Aust NZ J Psychiatry*, 40(9): 777- 782.
- Yalım, D. (2007). *First year college adjustment: The role of coping, egoresiliency, optimism and gender*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yalom, I. (2001), *Varoluşçu Psikoterapi*. (çev. Z. İyidoğan Babayiğit). İstanbul: Kabalıcı Yayınevi.
- Yalvaç, H. D. (2012), Depresyonun Epidemiyolojisi. *Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 5(2):7-13.
- Yavuzer, H. (1981), *Psiko-sosyal açıdan çocuk suçluluğu*. Doçentlik Tezi, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul.

- Yaycı, L. (2000). *Düşük benlik saygısı gösteren border zeka düzeyindeki cerebral palsy'li ergen ve erken erişkinlerde yapılan grupta psikolojik danışmanın benlik saygısı ve anksiyete düzeyine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yelkenci, İ. (2013). *Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin depresyon ile anksiyete düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, B., Engin, E. ve Yıldırım, S. (2011). Alkol ve Madde Bağımlılarında Yalnızlık ve Etki Eden Faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(1):25-30.
- Yıldız, M. (1998). Dini Hayat ile Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yılmaz, İ. A., Dursun, S., Güngör Güzeler, E. ve Pektaş, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyinin belirlenmesi: bir örnek çalışma. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 4(4), 16-26.
- Yiend, J., Paykel, E., Merritt, R., Lester, K., Doll, H. ve Burns, T. (2009). Long term outcome of primary care depression. *Journal of Affective Disorders*; 118:79–86.10.1016/j.jad.2009.01.026 [PubMed:19246103]
- Yokuş, T. (2013). The relationship between the state-trait anxiety levels and academic achievement of music teacher candidates, *International Online Journal of Primary Education*, 2 (1), 25-31.
- Yüksel, İ. (2004). Çalışma Yaşamı Kalitesinin Tipik Ve Atipik İstihdam Açısından İncelenmesi. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 5(1): 47-58.
- Yüksel, M. (2014). *Dışavurumcu terapiler*. A. N. Canel, (Ed.), Terapide Yeni Ufuklar 1. Cilt, (117-142). İstanbul: Pinhan yayıncılık.

Zahn-Waxler, C., Kochanska, G., Krupnick, J. ve McKnew, D. (1990). Patterns of guilt in children of depressed and well mothers. *Developmental Psychology*, 26(1),51-59.

EKLER

Ek-A Aydınlatılmış Onam

Bu çalışma Yakın Doğu Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisi Vildan EKEN tarafından, Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Fatma Gül Cirhinlioğlu'nun danışmanlığında, tez çalışması olarak yürütülmektedir. Çalışmanın amacı Üniversite öğrencilerinin yalnızlık, utanç-suçluluk, depresyon, kaygı ve üniversite yaşamına uyum düzeyleri arasındaki ilişkilerini araştırmaktır.

Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Ankette sizden kimliğinizi belirleyecek hiçbir bilgi istenmemektedir. Cevaplarınız tamamen gizli tutulacak ve yalnızca araştırmacı tarafından değerlendirilecektir. Elde edilecek bilgiler bilimsel yayımlarda kullanılacaktır.

Anketi doldurmak yaklaşık 25 dakika sürmektedir. Ankette genel olarak kişisel rahatsızlık verecek sorular bulunmamaktadır. Ancak, anketi doldururken sorulardan ya da herhangi bir sebepten ötürü rahatsızlık hissederseniz cevaplama işini yarıda bırakabilirsiniz. Böyle bir durumda, anketi tamamlamadığınızı belirtmeniz yeterli olacaktır. Çalışma sonuçlarının güvenilir olması için sorulara içtenlikle cevap vermeniz oldukça önemlidir. Anketi tamamladıktan sonra çalışmayla ilgili sorularınız cevaplanacaktır. Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz. Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için çalışmanın yürütücüsü Vildan EKEN (e-mail:yakutc@mynet.com) ile iletişime geçebilirsiniz. Katkılarınız için teşekkür ederiz.

“Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.”

Tarih

İmza

Ek-B Sosyodemografik Veri Formu

Sosyodemografik Veri Formu

Cinsiyet : K () E ()

Yaş :

Bölüm-Sınıf :

Kaç Kardeşiniz? :

Kaç tane iyi arkadaşınız var?:

İlişkiniz var mı?- Süresi:

Kaldığınız Yer	Kaç kişi kalıyorsunuz?
Okula Bağlı Yurt	
Özel Yurt	
Ev	
Diğer (otel,pansiyon,v.b)	

Eğitim Düzeyi	Anne	Baba
Hiç okumamış		
İlkokul		
Ortaokul		
Lise		
Üniversite		
Yüksek Lisans,Doktora		

Çalışma Durumu	Anne	Baba
Çalışıyor		
Çalışmıyor		

Medeni Durum	Anne	Baba
Evli		
Boşandı		
Vefat etti		
Diğer		

Aylık Gelir	
-------------	--

Harçlık	Düşük ()	Orta ()	İyi ()	Çok İyi ()
---------	-----------	----------	---------	-------------

Ek-C Beck Depresyon Ölçeği

Bu form son bir (1) hafta içerisinde kendinizi nasıl hissettiğinizi araştırmaya yönelik 21 maddeden oluşmaktadır. Her maddenin karşısındaki dđrt cevabı dikkatlice okuduktan sonra, size en çok uyan, yani sizin durumunuzu en iyi anlatanı işaretlemeniz gerekmektedir.

1- (0) Üzgün ve sıkıntılı değilim.

- (1) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
- (2) Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
- (3) O kadar üzgün ve sıkıntılıyım ki, artık dayanamıyorum.

2- (0) Gelecek hakkında umutsuz ve karamsar değilim.

- (1) Gelecek için karamsarım.
- (2) Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
- (3) Gelecek hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

Ek-D Beck Anksiyete Ölçeği

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir. Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin BUGÜN DAHİL SON BİR (1) HAFTADIR sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandakine uygun yere (x) işareti koyarak belirleyiniz.

	Hiç	Hafif Düzeyde, Beni pek etkilemedi	Orta düzeyde Hoş değildi ama katlanabildim	Ciddi düzeyde dayanmakta çok zorlandım
1.Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma.				
2. Sıcak/ ateş basmaları				

Toplam BECK-A skoru:.....

Ek-E UCLA Yanlızlık Ölçeği

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşüncüyü ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmeniz.

1. Ben bu durumu HIÇ Yaşamadım
2. Ben bu durumu NADİREN Yaşarım
3. Ben bu durumu BAZAN Yaşarım
4. Ben bu durumu SIK SIK Yaşarım

1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum. 1 2 3 4
2. Arkadaşım yok. 1 2 3 4

ÖZGEÇMİŞ

Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesinden 1992 yılında mezun oldu. 1992 yılında Milli Eğitim Bakanlığında çalışmaya başladı ve halen devam etmektedir. 2005 yılında Psikoterapi Enstitüsünden 3 (üç) yıl süre ile Bütüncül Psikoterapi eğitimi aldı. Aynı Enstitüde Hipnoz ve Masterson eğitimlerini tamamladı. Davranış Bilimleri Enstitüsünden EMDR 1. ve 2. eğitim aşamalarını tamamladı. Aile Danışmanlığı eğitimini tamamladı. Çalıştığı kurumda, eğitim aldığı alanlarda çalışmalarına devam etmektedir.

İNTİHAL RAPORU

üniversite yaşamına uyum

ORIGINALITY REPORT

12%	11%	6%	%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	docs.neu.edu.tr Internet Source	2%
2	dergipark.ulakbim.gov.tr Internet Source	1%
3	inceleme.wordpress.com Internet Source	1%
4	readgur.com Internet Source	1%
5	www.edam.com.tr Internet Source	1%
6	AYDIN, Aytaç and TİRYAKİ, Sebahattin. "Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen faktörleri ", Kastamonu Üniversitesi, 2017. Publication	1%
7	www.scribd.com Internet Source	1%
8	higheredu-sci.beun.edu.tr Internet Source	<1%

ETİK KURUL ONAYI**BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU**

30.03.2018

Sayın Prof. Dr. Fatma Gül CİRİNLIÖĞLU

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2018/108 proje numaralı ve **“Üniversite Öğrencilerinin Depresyon, Kaygı, Yalnızlık, Suçluluk-Utanç Ve Üniversite Yaşamına Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişkiler”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.