

Psychological Symptoms and Help-seeking Behaviors in Emerging Adulthood

Beliren Yetişkinlikte Psikolojik Belirtiler ve Yardım Alma Davranışları

Dr. Öğr. Üyesi Aslı Tunca

Malatya Turgut Özal Üniversitesi, SBB, asli.tunca@ozal.edu.tr

ORCID: 0000-0001-5202-2496

Psikolog Menekşe Baloğlu

Malatya Turgut Özal Üniversitesi, MTÜPDRM, menekse.baloglu@ozal.edu.tr

ORCID: 0000-0002-4707-0749

Abstract

The aim of this study is to examine the psychological symptoms of university students in emerging adulthood according to their psychological help-seeking behaviors. The research is a descriptive study in relational screening model. The study population of the research is young people between the ages of 18-25 who are studying at the university. The simple random method was used as the sampling method in the study. The data were obtained through the Psychological Counseling and Guidance Application and Research Center of a public university, by reaching the students studying at the university online. "Personal Information Form" and "Short Symptom Inventory" were used in the study. A total of 253 students' data were analyzed. According to the findings, it was determined that depression, hostility and total symptom levels were high in emerging adulthood. It has been determined that women and individuals who receive professional psychological support have more psychological symptoms. It has been determined that the search for psychological support differs significantly for depression and does not differ significantly according to the willingness to receive psychological support. Based on the findings of high levels of depression and hostility in young people and higher psychological symptoms in female students in the study, individual and group counseling activities can be organized by psychological counseling and guidance units at universities.

Extended Abstract

Introduction: Emerging adulthood is an important period in which the individual steps from adolescence to young adulthood and constructs his/her future by using the decision mechanisms regarding his/her life. It can be said that in this period, which coincides with university years, young people have experienced many changes. This period is distinguished by relative independence from social roles and normative expectations. Preparing for adult roles, acquiring a profession, being able to act independently as an individual, developing their potential, and social cohesion are of critical importance for young people in this period (Aktaş, 1997; Özgüven, 1992). All these processes can be challenging for young people and psychological symptoms may occur in young people (Aktaş, 1997). When the literature is examined, it is possible to come across many studies examining the psychological symptoms of young people in emerging adulthood (Deniz et al., 2004; Koç & Polat, 2006, Kucur et al., 2000; Uskun et al., 2005). However, in the studies conducted under the title of seeking psychological support, it is seen that mostly people's attitudes of seeking help are examined and their relationship with psychological symptoms is not examined (Erkan et al., 2012; Gürsoy 2014; Özbay et al., 2011; Sezer & Gülleroğlu, 2016). Researches by psychological counseling and guidance units of universities gain importance in order to increase the rate of knowing about and benefit from psychological counseling and guidance services for young people in emerging adulthood, to reduce the obstacles to getting support and not to see formal support resources as a last resort. In particular, solving mental health problems in these periods and carrying out preventive-preventive studies contribute to community mental health and the economy (Eisenberg et al., 2004; Hunt and Eisenberg, 2010). In this context, the psychological symptoms and help-seeking behaviors of university students in emerging adulthood are examined in

this study, and it is aimed to contribute to psychological counseling and guidance activities in higher education. Answers were sought to the following questions:

1. *What is the distribution of psychological symptoms in emerging adulthood?*
2. *Do the psychological symptoms differ according to gender?*
3. *Do the psychological symptoms differ according to the status of receiving professional psychological support?*
4. *Do psychological symptoms differ according to their willingness to receive professional psychological support?*
5. *Do the psychological symptoms differ according to the search for psychological support?*

Method: The research is a descriptive study in the relational screening model in which the psychological support-seeking behaviors of young people in emerging adulthood are examined according to their psychological symptoms. The population of the study is young people between the ages of 18-25 studying at a public university. The simple random method was used as the sampling method in the study. A total of 253 people, 157 (62.1%) women and 96 (37.9%) men, participated in the study. In the study, data were collected through “Personal Information Form” and “Short Symptom Inventory”. Research; It was conducted within the Psychological Counseling and Guidance Research and Application Center of a public university. Appropriate ethical permission was obtained for the study and research data were collected between January 2022 and April 2022, taking into account the volunteers of the participants. SPSS 17 program was used in the analysis of the data. Data normality has been tested and it has been found that it does not show normal distribution. In this context, Mann-Whitney-U test and Kruskal Wallis-H test, which are non-parametric analyzes, were used in the study.

Findings: According to the findings, the depression ($.1.88\pm.99$), hostility ($1.78\pm.87$) and total symptom index ($.1.53\pm.84$) mean scores of the young people were found to be high. The anxiety, depression, negative self, somatization and total symptom index scores of women were found to be significantly higher than men. There was no significant difference between men and women in terms of hostility scores ($p>.05$). The anxiety, depression, negative self, somatization, hostility and total symptom index scores of those who received professional psychological support were found to be significantly higher than those who did not receive support. Psychological symptoms did not differ significantly according to willingness to receive professional psychological support ($p>.05$). The psychological support seeking of young people differs significantly according to depression, which is one of the psychological symptoms ($X^2=14.869, p<.05$). Mann-Whitney-U analysis was performed to determine which support search the difference was based on. According to the results, young people who prefer to receive support from their families; Depression scores were found to be lower compared to young people who seek support, who are friends, who blog, and who are themselves. Those who have blogs seeking support; Depression scores were found to be higher than those who seek support with partners and themselves.

Conclusion and recommendations: When the results of the study were evaluated in general, it was determined that depression, hostility and total symptom levels were high in emerging adulthood. It has been determined that women and individuals who receive professional psychological support have more psychological symptoms. It has been determined that the search for psychological support differs significantly for depression and does not differ significantly according to the willingness to receive psychological support. In the light of all these findings, some suggestions can be offered to practitioners and researchers. Based on the findings of high levels of depression and hostility in young people and the finding that the psychological symptoms of female students are higher in the study, psychological counseling and guidance units at universities can organize individual and group psychological counseling activities to improve these symptoms, and psycho-educational studies can be carried out. In addition, educational and informative guidance services on gender roles for academic, administrative staff and students at universities can be provided. With this study, the importance of social support has been understood. In this context, approaches that address interventions based on improving family, friend and partner relationships can be offered to emerging adults. It can be ensured that the personnel providing psychological support in university psychological counseling and guidance units are trained in group therapies such as family counseling and couple therapies as well

as individual therapies. The research includes some limitations. In the study, the psychological symptoms of young people were collected using the cross-sectional method and their variability over time was not examined. In another study, psychological symptoms of young people can be determined longitudinally and their behavior of seeking help can be examined. Another limitation is that the study was based on the relational screening model and did not yield in-depth results. A qualitative study can be conducted that examines the help-seeking behaviors of young people with psychological symptoms in depth.

Keywords: Emerging Adulthood, Psychological Counseling and Guidance, Mental Health in Higher Education

JEL Classification: I1, I2

Özet

Bu çalışmanın amacı, beliren yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma davranışlarına göre psikolojik belirtilerini incelemektir. Araştırma, ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma evreni üniversitede öğrenim görmekte olan 18-25 yaş aralığındaki gençlerdir. Çalışmada örnekleme yöntemi olarak basit tesadüfi yöntem kullanılmıştır. Veriler, bir kamu üniversitesinin Psikolojik Danışma ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezi aracılığıyla, üniversitede öğrenim görmekte olan öğrencilere çevrimiçi yollarla ulaşılarak elde edilmiştir. Çalışmada “Kişisel Bilgi Formu” ve “Kısa Semptom Envanteri” kullanılmıştır. Toplamda 253 öğrencinin verileri analiz edilmiştir. Bulgulara göre, beliren yetişkinlikte depresyon, hostilitenin ve toplam belirti düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kadınların ve profesyonel psikolojik destek alan bireylerin psikolojik belirtilerinin daha fazla olduğu saptanmıştır. Psikolojik destek alma arayışlarının depresyon için anlamlı farklılık gösterdiği ve psikolojik destek almaya ilişkin gönüllülüğe göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Çalışmada, gençlerde yüksek düzeyde bulunan depresyon ve hostilite bulgularına ve kadın öğrencilerin psikolojik belirtilerinin daha yüksek çıkması bulgusuna dayanarak, üniversitelerde psikolojik danışma ve rehberlik birimlerince bu belirtileri iyileştirmeye yönelik bireysel ve grupla psikolojik danışma faaliyetleri düzenlenebilir, psiko-eğitim çalışmaları yapılabilir. Bu çalışma ile sosyal desteğin önemi anlaşılmıştır. Bu bağlamda aile, arkadaş, partner ilişkilerini geliştirmeye dayalı müdahaleleri ele alan yaklaşımlar beliren yetişkinlere sunulabilir.

Anahtar Kelimeler: Beliren Yetişkinlik, Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Yükseköğretimde Ruh Sağlığı

JEL Sınıflandırması: I1, I2

GİRİŞ

Ruh sağlığı günümüzde bedensel sağlığın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Dünya Sağlık Örgütü'nün [World Health Organization (WHO)] tanımlamasına göre ruh sağlığı; kişinin beden, ruh ve sosyal yönden tam bir iyilik halinde olmasıdır (WHO, 2001). Bir başka ifade ile ruh sağlığı bireyin kendisi ve çevresi ile ilişkilerini belirleyen, bireyin var olan potansiyelini kullanmasına olanak sağlayan, yaşamın zorlu süreçleriyle baş etmeye yardımcı bir refah durumudur. Ruh sağlığının, sadece psikolojik açıdan zorlanma yaşayan bireyler için değil, küresel öneminin olduğu söylenebilir. Çünkü sağlıklı bir toplumun inşası için bireylerin yüksek düzeyde psikolojik iyilik haline ulaşması gerekmektedir. Bireyler böyle bir psikolojik iyilik haliyle olumlu ilişkiler kurarak kendine, ailesine ve çevresine yararlı bireyler olabilir (WHO 2001, s.1). Aksi durumda bireylerin işlevselliğini bozan göstergeler meydana gelir ve bunlar da psikolojik belirtiler olarak tanımlanır (Tuğlacı, 2002).

Anksiyete, depresyon, somatizasyon, hostilite, sosyal fobi, panik atak, olumsuz benlik gibi bir takım psikolojik belirtiler bireyin davranışlarında, iletişimde ciddi hasarlara yol açarak bireyi ve çevresini mutsuz ve rahatsız edebilmektedir. Eğitim ve iş hayatını olumsuz yönde etkileyerek onun toplumdaki uzaklaşmasına sebep olabilmektedir. Psikolojik belirtilerin genellikle ergenlik dönemi itibarıyla kendini göstermekte olduğu söylenebilir (Eskin, 2000). Bu doğrultuda beliren yetişkinlik dönemindeki gençlerin psikolojik belirtiler açısından risk grubunda oldukları ifade edilebilir (Uskun vd., 2005).

Beliren yetişkinlik dönemi bireyin ergenlikten genç yetişkinliğe adım attığı, yaşamına dair karar mekanizmalarını kullanarak geleceğini kurguladığı önemli bir dönemdir. Arnett (2000), ergenlik ve

yetişkinlik arasındaki dönemi (18-25 yaş) beliren yetişkinlik dönemi olarak adlandırmıştır. Üniversite yıllarına denk gelen bu süreçte gençlerin pek çok değişim yaşadığı söylenebilir. Bu dönem, sosyal rollerden ve normatif beklentilerden göreceli bağımsızlık ile ayırt edilir. Çocukluğa ve ergenliğe ilişkin bağımlılıkları bırakmış, yetişkinliğin kalıcı sorumluluğunu üzerine almamış olan beliren yetişkinler; genellikle aşk, iş ve dünya ile ilgili görüşlerini keşfederler (Arnett, 2000). Yetişkin rollerine hazırlanma, meslek edinme, birey olarak bağımsız hareket edebilme, potansiyelini geliştirme, sosyal uyum bu dönemde gençler için kritik öneme sahiptir (Aktaş, 1997; Özgüven, 1992). Tüm bu süreçler gençler için zorlayıcı olabilir ve gençlerde psikolojik belirtiler ortaya çıkabilir (Aktaş, 1997).

Alanyazın incelendiğinde beliren yetişkinlik dönemindeki gençlerin psikolojik belirtilerini inceleyen pek çok araştırmaya rastlamak mümkündür (Deniz vd., 2004; Koç ve Polat, 2006, Kucur vd., 2000; İnce, 2020; Uskun vd., 2005; Yılıgör, 2020). Bilgin (2020) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri incelenmiş, sırasıyla depresyon, hostalite, genel belirti puanları yüksek bulunmuştur. Başka bir çalışmada da benzer şekilde gençlerde hostalite, obsesif kompulsif bozukluk, paranoya ve depresyon belirtileri yüksek; fobik ve psikotik belirtiler en az düzeyde görülmüştür (Deniz, vd., 2004). Özel, Türkleş ve Erdoğan (2020) araştırmalarında gençlerin ruhsal belirti durumlarını incelemiş ve en yüksek puan ortalamasına sahip olan ruhsal belirtilerin sırasıyla depresyon, anksiyete ve olumsuz benlik olduğu tespit edilmiştir. Alanyazında gençlerin psikolojik belirtilerini cinsiyet özelliklerine göre inceleyen araştırmalar da bulunmaktadır. Bu çalışmalarda kadınların erkeklere kıyasla daha fazla ruhsal sorunlar yaşadıkları saptanmıştır (Alparslan vd., 2008, Aştı vd., 2005, Koç ve Polat, 2006, Özel vd., 2020; Uskun vd., 2005). Demirel vd. (2011) araştırmasına göre kadınların, hostalite ve ek başka maddeler dışındaki bütün alanlarda psikolojik belirti puan ortalamaları erkeklere kıyasla yüksek bulunmuştur.

Alanyazında incelenen konuların bir diğeri de gençlerin psikolojik destek alma durumlarıdır. WHO'ya (2001) göre dünyada yaklaşık 450 milyon kişi yaşamında ruhsal ve nörolojik bir rahatsızlıktan etkilenirken, bu sayının sadece üçte birinin yardım alma arayışında bulunduğu saptanmıştır. Dahası, COVID-19 salgını ile birlikte daha çok kişinin psikolojik yardıma ihtiyaç duyacağıyla ilgili endişeler artmıştır (WHO, 2020). Psikolojik yardım arama davranışı, kişi herhangi bir problemle karşılaştığında, söz konusu sorun ile kendi kendine başa çıkabilecek kadar yeterli olmadığını fark edip dışsal kaynaklardan destek almasıdır (Fischer ve Turner, 1970). Profesyonel yardım alma süreci sırayla problemin fark edilmesi, desteğe ihtiyacın ifadesi, kaynaklara ulaşılabilirlik ve destek almaya dair gönüllülük olmak üzere dört aşaması bulunmaktadır (Rickwood vd., 2005). İlgili alan yazın incelendiğinde, öğrencilerin profesyonel destek almayı kabul etmesine ve harekete geçmesine neden olan hem kişisel hem de sosyal çok fazla değişken bulunmaktadır. Bu değişkenler; psikolojik destek almaya dair gönüllülük, psikolojik destek alma niyeti, kendini açma, tedaviye yönelik korkular, psikolojik sıkıntının düzeyi, başa çıkma stratejileri, uyumluluk, sosyal damgalanma, kişisel damgalama, depresyon düzeyi, kaygı düzeyi, kendini saklama, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey, kültürel etkileşim, dışa dönüklük, geçmiş psikolojik yardım alma tecrübeleri ve bu yardımı alma konusundaki teşviktir (Gürsoy, 2014). Üniversiteli gençlerle yapılan çalışmada psikolojik yardım arama gönüllülük düzeyi ile yardım aramaya ilişkin olumlu tutumun çok güçlü bir ilişkisi olduğu saptanmıştır (Erkan vd., 2012). 524 üniversite öğrencisi ile yapılan bir başka çalışmada ise öğrencilerin destek isterken önce arkadaşlarına sonra aile üyelerine ve artık çözüm bulamayınca psikolojik danışma hizmeti alabilecekleri uzmanlara gitme kararı aldıkları tespit edilmiştir (Atik ve Yalçın, 2011).

Yukarıda verilen araştırma sonuçlarından hareketle beliren yetişkinlik dönemindeki gençlerin psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri hakkında bilgi sahibi olma ve yararlanma oranlarının artırılması, destek almalarının önündeki engelleri azaltmak ve formal destek kaynaklarının son çare olarak

görülmemesi için üniversitelerin psikolojik danışma ve rehberlik birimlerinin araştırmaları önem kazanmaktadır. Özellikle ruh sağlığı problemlerinin bu dönemlerde çözüme kavuşturulmasının, koruyucu-önleyici çalışmalar yapılmasının toplum ruh sağlığına ve devlet ekonomisine katkıları bulunmaktadır (Eisenberg vd., 2004; Hunt ve Eisenberg, 2010). Bu bağlamda beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri ve yardım alma davranışları bu çalışmada incelenerek, yükseköğretimde psikolojik danışma ve rehberlik faaliyetlerine katkı sunması hedeflenmiştir.

Alanyazında psikolojik destek arama başlığı altında yapılan araştırmalarda daha çok kişilerin yardım arama tutumlarının incelendiği ve psikolojik belirtilerle ilişkisine bakılmadığı görülmektedir (Erkan vd., 2012; Gürsoy, 2014; Özbay, vd., 2011; Sezer ve Gülleroğlu, 2016). Bu araştırmada ise beliren yetişkinlik döneminde olan gençlerin psikolojik destek alma davranışları (destek alma durumu, gönüllülükleri, arayışları) ve psikolojik belirtileri incelenerek psikolojik belirtilerin yardım alma davranışlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit edilecektir. Bu kapsamda aşağıdaki sorularına cevap aranmıştır:

- 1. Beliren yetişkinlikte psikolojik belirtilerin dağılımı nedir?*
- 2. Psikolojik belirtiler cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?*
- 3. Psikolojik belirtiler profesyonel psikolojik destek alma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?*
- 4. Psikolojik belirtiler profesyonel psikolojik destek alma gönüllülüklerine göre farklılaşmakta mıdır?*
- 5. Psikolojik belirtiler psikolojik destek alma arayışlarına göre farklılaşmakta mıdır?*

1. YÖNTEM

1.1. Araştırma Modeli

Araştırma, beliren yetişkinlik dönemindeki gençlerin psikolojik belirtilerine göre psikolojik destek alma davranışlarının incelendiği ilişkisel tarama modelinde betimsel bir çalışmadır.

1.2. Çalışma Grubu

Çalışmanın evreni bir kamu üniversitesinde öğrenim görmekte olan 18-25 yaş aralığındaki gençlerdir. Çalışmada örnekleme yöntemi olarak basit tesadüfi yöntem kullanılmıştır. Çalışmaya 157 (%62.1) kadın, 96 (%37.9) erkek toplam 253 kişi katılmıştır. Katılımcıların 175'i (%69.2) birinci sınıf, 78'i (%30.4) ikinci sınıf düzeyindedir ve yaş ortalaması 21.6'dır. Katılımcılardan 201'i (79.4) daha önce profesyonel psikolojik destek almamışken, 52'si (%20.6) profesyonel destek almıştır. Katılımcılardan 17'sinin (%6.7) psikiyatrik tanısı bulunmaktadır.

1.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler “Kişisel Bilgi Formu” ve “Kısa Semptom Envanteri” aracılığıyla toplanmıştır.

1.3.1. Kişisel Bilgi Formu

İlgili alanyazın taranarak araştırmacılar tarafından Kişisel Bilgi Formu oluşturulmuştur. Formda gençlerin; cinsiyeti, yaşı, sınıf düzeyi, psikiyatrik tanı varlığı, profesyonel psikolojik destek alma durumu ve gönüllülükleri, psikolojik destek alma arayışları sorulmaktadır.

1.3.2. Kısa Semptom Envanteri (KSE)

Psikolojik belirtilerin taranması için Derogatis'in (1992) geliştirdiği ölçek, Belirti Tarama Testi'nin (SCL-90-R) kısa formudur. KSE, 53 maddelik Likert tipi bir ölçektir. Alt ölçeklerden her biri için toplanan puan alt ölçeğin madde sayısına bölünerek psikolojik belirti puanı elde edilir. Ölçeğin

güvenilirlik çalışmaları Şahin ve Durak (1994) tarafından yapılmış iç tutarlılık katsayıları .96 ve .95 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için iç tutarlılık katsayısı .96 olarak hesaplanmıştır. KSE'nin geçerliliği, ölçüt geçerliliği ile incelenmiştir. Strese Yatkinlik, Boyuneğicilik, UCLA-Yalnızlık Offer Yalnızlık ve Beck Depresyon Enventeri ile KSE ölçümleri arasında beklenen yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir (Şahin ve Durak, 1994).

1.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma; bir kamu üniversitesinin Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırma ve Uygulama Merkezi bünyesinde yapılmıştır. Çalışma için Malatya Turgut Özal Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik kurulundan 10.01.2022 tarihli 2022/12 sayılı karar ile etik onay alınmıştır. Araştırma verileri Ocak 2022-Nisan 2022 tarihleri arasında katılımcıların gönüllükleri dikkate alınarak toplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 17 programı kullanılmıştır. Uygulanan normallik testi neticesinde verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu kapsamda çalışmada non-parametrik analizlerden Mann-Whitney-U testi ve Kruskal Wallis-H testleri kullanılmıştır.

2. BULGULAR

2.1. Beliren Yetişkinlikte Psikolojik Belirtilerin Dağılımı

Gençlerin psikolojik belirtilerine ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Beliren Yetişkinlikte Psikolojik Belirtilerin Dağılımı

Puan (KSE)	N	Ort.	SS
Anksiyete	253	1.38	.90
Depresyon	253	1.88	.99
Olumsuz Benlik	253	1.46	.97
Somatizasyon	253	1.22	.89
Hostilite	253	1.78	.87
Toplam Belirti İndeksi	253	1.53	.84

Tablo 1'e göre gençlerin depresyon ($1.88 \pm .99$), hostilite ($1.78 \pm .87$) ve toplam belirti indeksi ($1.53 \pm .84$) puan ortalamaları yüksek bulunmuştur.

2.2. Psikolojik Belirtilerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Gençlerin Psikolojik belirtilerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin yapılan Mann-Whitney- U testi sonuçları Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Psikolojik Belirtilerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Puan (KSE)	Grup	N	$\bar{x}_{sıra}$	Sıra toplamı	U	p
Anksiyete	Kadın	157	137.00	21509.50	5965.500	.005
	Erkek	96	110.64	10621.50		
Depresyon	Kadın	157	137.30	21556.50	5918.500	.004
	Erkek	96	110.15	10574.50		
Olumsuz Benlik	Kadın	157	135.31	21243.50	6231.500	.021
	Erkek	96	113.41	10887.50		
Somatizasyon	Kadın	157	141.89	22277.50	5197.500	.000
	Erkek	96	102.64	9853.50		
Hostilite	Kadın	157	130.03	20415.00	7060.000	.399
	Erkek	96	122.04	11716.00		
Toplam Belirti İndeksi	Kadın	157	138.06	21676.00	5799.000	.002
	Erkek	96	108,91	10455.00		

Tablo 2'ye göre psikolojik belirtiler, cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermiştir. Kadınların anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve toplam belirti indeksi puanları erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Hostilite puanları açısından kadın ve erkekler arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p>.05$).

2.3. Psikolojik Belirtilerin Profesyonel Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Gençlerin Psikolojik belirtilerinin profesyonel psikolojik destek alma durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin yapılan Mann-Whitney-U testi sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Psikolojik Belirtilerin Profesyonel Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Puan (KSE)	Grup	N	$\bar{x}_{sıra}$	Sıra toplamı	U	p
Anksiyete	Destek Alan	52	151,53	7879,50	3950,500	.007
	Destek Almayan	201	120,65	24251,50		
Depresyon	Destek Alan	52	155,78	8100,50	3729,500	.001
	Destek Almayan	201	119,55	24030,50		
Olumsuz Benlik	Destek Alan	52	144,97	7538,50	4291,500	.047
	Destek Almayan	201	122,35	24592,50		
Somatizasyon	Destek Alan	52	154,04	8010,00	3820,000	.003
	Destek Almayan	201	120,00	24121,00		
Hostilite	Destek Alan	52	155,64	8093,50	3736,500	.002
	Destek Almayan	201	119,59	24037,50		
Toplam Belirti İndeksi	Destek Alan	52	155,15	8068,00	3762,000	.002
	Destek Almayan	201	119,72	24063,00		

Tablo 3'e göre psikolojik belirtiler, profesyonel psikolojik destek alma durumuna göre anlamlı farklılık göstermiştir. Profesyonel psikolojik destek alanların anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon, hostilite ve toplam belirti indeksi puanları destek almayanlara kıyasla anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

2.4. Psikolojik Belirtilerin Profesyonel Psikolojik Destek Alma Gönüllülüklerine Göre Karşılaştırılması

Gençlerin Psikolojik belirtilerinin profesyonel psikolojik destek alma gönüllülüklerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin yapılan Mann-Whitney- U testi sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Psikolojik Belirtilerin Profesyonel Psikolojik Destek Alma Gönüllülüklerine Göre Karşılaştırılması

Puan KSE)	Grup	N	$\bar{x}_{sıra}$	Sıra toplamı	U	p
Anksiyete	Gönüllü Olan	207	129,31	26767,00	4283,000	.029
	Gönüllü Olmayan	46	116,61	5364,00		
Depresyon	Gönüllü Olan	207	130,97	27110,50	3939,500	.067
	Gönüllü Olmayan	46	109,14	5020,50		
Olumsuz Benlik	Gönüllü Olan	207	130,76	27066,50	3983,500	.083
	Gönüllü Olmayan	46	110,10	5064,50		
Somatizasyon	Gönüllü Olan	207	129,40	26786,00	4264,000	.268
	Gönüllü Olmayan	46	116,20	5345,00		
Hostilite	Gönüllü Olan	207	126,34	26152,50	4624,500	.761
	Gönüllü Olmayan	46	129,97	5978,50		
Toplam Belirti İndeksi	Gönüllü Olan	207	130,38	26988,00	4062,000	.119
	Gönüllü Olmayan	46	111,80	5143,00		

Tablo 4'e göre psikolojik belirtiler, profesyonel psikolojik destek alma gönüllülüklerine göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>.05$).

2.5. Psikolojik Belirtilerin Psikolojik Destek Arayışlarına Göre Karşılaştırılması

Gençlerin Psikolojik belirtilerinin psikolojik destek arayışlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine ilişkin yapılan KruskalWalli-H testi ve Mann-Whitney- U analizi bulguları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5.Psikolojik Belirtilerin Psikolojik Destek Arayışlarına Göre Karşılaştırılması

Puan	Gruplar	n	Xsıra	χ^2	sd	p	u
Anksiyete	Aile	56	116,11	7,710	5	,173	
	Arkadaş	26	149,06				
	Bloglar	3	183,50				
	Partner	9	91,11				
	Profesyoneller	21	133,00				
	Kendi	138	127,46				
Depresyon	Aile	56	103,80	14,869	5	,011	1<2
	Arkadaş	26	153,02				1<3
	Bloglar	3	218,00				1<6
	Partner	9	105,17				3>4
	Profesyoneller	21	136,21				3>6
	Kendi	138	129,55				
Olumsuz Benlik	Aile	56	113,06	9,844	5	,080	
	Arkadaş	26	151,19				
	Bloglar	3	197,50				
	Partner	9	93,28				
	Profesyoneller	21	135,12				
	Kendi	138	127,53				
Somatizasyon	Aile	56	112,19	6,425	5	,267	
	Arkadaş	26	145,27				
	Bloglar	3	182,17				
	Partner	9	108,78				
	Profesyoneller	21	133,64				
	Kendi	138	128,55				
Hostilite	Aile	56	104,23	9,772	5	,082	
	Arkadaş	26	139,17				
	Bloglar	3	190,17				
	Partner	9	115,00				
	Profesyoneller	21	125,50				
	Kendi	138	133,58				
Toplam Belirti İndeksi	Aile	56	109,63	10,922	5	,053	
	Arkadaş	26	150,38				
	Bloglar	3	202,33				
	Partner	9	95,44				
	Profesyoneller	21	132,86				
	Kendi	138	129,17				

Tablo 5'e göre psikolojik belirtilerden depresyona göre gençlerin psikolojik destek arayışları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ($X^2=14.869$, $p<.05$). Farklılığın hangi destek arayışlarına göre olduğunu saptamak için Mann Whitney-U analizi yapılmıştır. Sonuçlara göre ailelerinden destek almayı tercih eden gençlerin; destek arayışı arkadaşlar, bloglarlar ve kendisi olan gençlere kıyasla depresyon puanları daha

düşük bulunmuştur. Destek arayışı bloglar olanların; destek arayışı partner ve kendisi olanlara kıyasla depresyon puanları yüksek bulunmuştur.

3. TARTIŞMA

Çalışmada, beliren yetişkinlik dönemindeki gençlerin psikolojik destek alma davranışlarına göre psikolojik belirtileri incelenmiştir. Araştırmanın ilk bulgusuna göre; beliren yetişkinlikte depresyon, hostilite ve toplam belirti düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Alanyazındaki bulgular bu sonucu destekleyici niteliktedir (Demirel vd., 2011; Deniz vd., 2004; Benton vd., 2003). Üniversite öğrencilerinin ruhsal durumlarının incelendiği bir çalışmada en yüksek belirtinin hostalite olduğu saptanmıştır (Demirel vd., 2011). Bir başka çalışmada ise üç farklı kampüste öğrenim görmekte olan öğrencilerin depresyon düzeyleri incelenmiştir ve depresyon belirtilerinin yüksek olduğu saptanmıştır (Farabaugh vd., 2012). Daha güncel bir çalışmada ise üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri incelenmiş ve sırasıyla depresyon, hostalite, genel belirti puanları yüksek bulunmuştur (Bilgin vd., 2020). Benzer sonuçların farklı örneklem gruplarıyla çalışılarak önceki yıllarda da ortaya çıkması, beliren yetişkinlik döneminin gelişimsel özellikleri ile açıklanabilir. Gençlerin bu dönemde yetişkin rollerine hazırlandığı ve meslek edinme çabalarının olduğu düşünüldüğünde (Aktaş, 1997; Özgüven, 1992) karamsarlığa kapılıp depresif belirtiler göstermelerinin beklenen bir bulgu olduğu söylenebilir. Buna ilave olarak bağımsızlığını kazanmaya çalıştıkları göz önünde bulundurulduğunda (Özgüven, 1992) karşılaştıkları engeller sebebiyle düşmanlık ve öfke (hostilite) yaşamalarının tahmin edilebilir olduğu ifade edilebilir.

Araştırmanın ikinci bulgusuna göre beliren yetişkinlikte kadınların aksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon ve toplam belirti düzeyleri erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Hostilite puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Bu bulgular alanyazındaki sonuçlarla örtüşmektedir. Araştırmalar genel olarak kadınların psikolojik belirtilerinin erkeklere kıyasla yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır (Avcı, 2012; Bilgin vd, 2020; Karaşar ve Öğülmüş, 2016; Sarı, 2008). Kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek psikolojik belirti göstermeleri toplumsal cinsiyet rolleri ve biyolojik faktörler ile açıklanabilir. Kadınların şiddet, kötü muamele, hormonal değişiklikler, aşırı iş yükü gibi zorlayıcı yaşam koşullarına maruz kalmaları (Türkleş vd., 2013) ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemiş olabilir.

Araştırmanın üçüncü ve dördüncü bulgusu profesyonel psikolojik destek alan bireylerin almayanlara kıyasla daha yüksek psikolojik belirtilere sahip olması ve psikolojik belirtilerin, psikolojik destek almaya ilişkin gönüllülüğe göre anlamlı farklılık göstermemesine ilişkindir. Alanyazında çoğu bireyin psikolojik belirtiler yaşasa da profesyonel destek alma davranışlarına yönelmediği belirtilmektedir (WHO, 2001). Özellikle depresyonu olan kişiler profesyonel yardım arama konusunda isteksiz olarak değerlendirilmektedir (Henderson vd., 1992). Ancak bu çalışmada gençlerin yaşadıkları durumu fark edip destek alma yoluna gittikleri ve psikolojik destek alma gönüllülüklerinin psikolojik belirtilerine göre değişmediği görülmektedir. Bu durum toplumda, ruh sağlığı profesyonellerine olan yönelmenin eğitimle birlikte artması ve beliren yetişkinlikteki bireylerin bilimsel ölçütler ışığında tedavi olma yolunu seçmeleri ile açıklanabilir. Nitekim yapılan çalışmalarda bunu desteklemektedir. Yetişkinlerin profesyonel yardım arama tutumlarını inceleyen çalışmada; ilköğretim-ortaöğretim mezunlarının, üniversite mezunu katılımcılara kıyasla profesyonel psikolojik yardım ararken daha az zorlandıkları görülmüştür (Arslantaş vd., 2011). Eğitim düzeyinin psikolojik belirtiler karşısında profesyonel psikolojik yardım alma davranışlarını etkilediği söylenebilir.

Araştırmanın beşinci ve son bulgusu psikolojik belirtilerin, psikolojik destek arayışlarına göre farklılaşım farklılaşmadığına ilişkindir. Beliren yetişkinlikte depresyon açısından gençlerin psikolojik destek arayışları anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Destek arayışları arkadaşlar, bloglar olan ve destek arayışını kendinde bulan katılımcıların depresyon düzeyleri, destek arayışlarını ailelerinde arayan gruba kıyasla yüksek bulunmuştur. Beliren yetişkinlikte depresyonun üstesinden gelmek için ailenin önemli bir faktör

olduğu söylenebilir. Destek arayışı bloglar olan katılımcıların destek arayışı partner ve kendisi olan katılımcılara kıyasla depresyon düzeyleri yüksek bulunmuştur. Bu bulguya dayanarak ise sanal dünyanın desteğinden çok sosyal hayattaki gerçek kişilerle iletişimde kalmanın daha önemli olduğu, sanal dünyanın bireylerdeki depresyon belirtilerini arttırabileceği söylenebilir. Çalışmanın sonuçları; genel olarak aile, arkadaş, partner gibi sosyal desteklerin beliren yetişkinlikte depresyon belirtileri için önemli olduğunu göstermektedir. Alanyazındaki araştırmalar sosyal desteğin fiziksel ve ruh sağlığına yönelik tehlikeler karşısında koruyucu olduğunu öne sürmektedir (Alsubaie vd., 2019; Chou, 1999; Saltzman ve Holahan, 2002; Tennant vd., 2015). Saygın (2008)'ın, çalışmasında gençlerin sosyal destek durumları, benlik saygıları ve öznel iyi oluşları incelenmiştir. Sosyal desteğin tüm alanlarda öznel iyi oluşla ilişkili olduğu saptanmıştır. Üniversiteli gençlerin katıldığı bir başka çalışmada aile ve arkadaş desteğinin, depresif belirtilerin anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir (Alsubaie vd., 2019). Benzer şekilde bir başka araştırmada da depresyon ile sosyal desteğin olması arasındaki ilişki negatif yönde anlamlı bulunmuştur (Tennant vd., 2015). Yaşadığı psikolojik belirtiler karşısında başa çıkma stratejileri yeterli gelmeyen ya da sosyal destekleri olmayan veya bu desteklere yönelmeyen gençlerin depresif belirtilerinin yüksek çıkmasının beklenen bir bulgu olduğu söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde beliren yetişkinlikte depresyon, hostilitenin ve toplam belirti düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kadınların ve profesyonel psikolojik destek alan bireylerin psikolojik belirtilerinin daha fazla olduğu saptanmıştır. Psikolojik destek alma arayışlarının depresyon için anlamlı farklılık gösterdiği ve psikolojik destek almaya ilişkin gönüllüğe göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Tüm bu bulgular ışığında uygulayıcılara ve araştırmacılara bazı öneriler sunulabilir. Çalışmada gençlerde yüksek düzeyde bulunan depresyon ve hostilite bulgularına ve kadın öğrencilerin psikolojik belirtilerinin daha yüksek çıkması bulgusuna dayanarak, üniversitelerde psikolojik danışma ve rehberlik birimlerince bu belirtileri iyileştirmeye yönelik bireysel ve grupla psikolojik danışma faaliyetleri düzenlenebilir, psiko-eğitim çalışmaları yapılabilir. Buna ilave olarak üniversitelerdeki akademik, idari personel ve öğrencilere yönelik toplumsal cinsiyet rolleri ile ilgili eğitici ve bilgilendirici rehberlik hizmetlerinin sunulabilir. Bu çalışma ile sosyal desteğin önemi anlaşılmıştır. Bu bağlamda aile, arkadaş, partner ilişkilerini geliştirmeye dayalı müdahaleleri ele alan yaklaşımlar beliren yetişkinlere sunulabilir. Üniversite psikolojik danışma ve rehberlik birimlerinde psikolojik destek sunan personellerin bireysel terapiler kadar aile danışmanlığı, çift terapileri gibi grup terapileri konusunda eğitilmeleri sağlanabilir. Araştırma bazı sınırlılıklar içermektedir. Çalışmada gençlerin psikolojik belirtileri kesitsel yöntem ile toplanmıştır ve zaman içindeki değişkenliği incelenmemiştir. Bir başka çalışmada gençlerin psikolojik belirtileri boylamsal olarak tespit edilip yardım alma davranışları incelenebilir. Bir diğer sınırlılık çalışmanın ilişkisel tarama modeline dayalı olarak yapılması ve derinlemesine sonuçlar vermemesidir. Psikolojik belirtilere sahip olan gençlerin yardım alma davranışlarını derinlemesine inceleyen nitel bir çalışma yapılabilir.

Etik Kurul Onayı: *Bu araştırmada kullanılan yöntem ve veri toplama araçları için Malatya Turgut Özal Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulundan 10.01.2022 tarihli 2022/12 sayılı karar ile etik kurul onayı alınmıştır.*

Çatışma Beyanı: *Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.*

KAYNAKLAR

- Aktaş, Y. (1997). Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi: uzunlamasına bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 107-110.
- Alparslan, N., Yaşar, S., Dereli, E. & Turan, F.N. (2008). Sağlık yüksekokulu ve teknik eğitim fakültesi öğrencilerinde görülen depresif belirtiler ve bunu etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 2, 48-57.
- Alsubaie, M. M., Stain, H. J., Webster, L. A. D. & Wadman, R. (2019). The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(4), 484-496. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arslantaş, H., Dereboy, İ. F., Aştı, N. & Pektekin, Ç. (2011). Yetişkinlerde profesyonel psikolojik yardım arama tutumu ve bunu etkileyen faktörler. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 12(1), 17-23.
- Aştı, N., Acar, G., Bağcı, H. & Bağcı, İ. (2005). Sağlık bakım profesyoneli olarak yetişecek öğrencilerin ruhsal durumları ve yaklaşımlar. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15, 25-35.
- Atik, G. & Yalçın, G. (2011). Help-seeking attitudes of university students: The role of personality traits and demographic factors. *South African Journal of Psychology*, 41(3), 328-338. <https://doi.org/10.1177/008124631104100307>
- Benton, S. A., Robertson, J. M., Tseng, W. C., Newton, F. B. & Benton, S. L. (2003). Changes in counseling center client problems across 13 years. *Professional Psychology: Research & Practice*, 34(1), 66-72. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.34.1.66>
- Bilgin, O., İnce, M. & Çolakoğlu, Ö. M. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin incelenmesi. *Karaelmas Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(1), 27-41.
- Chou, K. L. (1999). Social support and subjective well-being among Hong Kong Chinese young adults. *Journal of Genetic Psychology*, 160(3), 319-331. <https://doi.org/10.1080/00221329909595402>
- Demirel, S. A., Eğlence, R. & Kaçmaz, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin ruhsal durumlarının belirlenmesi. *Neşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 18-29.
- Deniz, M. E., Avşaroglu, S. & Hamarta, E. (2004). Psikolojik danışma servisine başvuran üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 139-152.
- Derogatis, L. R. (1992). *The Brief Symptom Inventory- BSI administration, scoring and procedures manual-II*. Clinical Psychometric Research Inc.
- Doğan, T. (2008). Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 30-44.
- Eisenberg, D., Gollust, S. E., Golberstein, E. & Hefner, J. L. (2007). Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 77(4), 534-542. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.77.4.534>
- Eskin, M. (2000). Ergen ruh sağlığı sorunları ve intihar davranışıyla ilişkileri. *Klinik Psikiyatri*, 3, 228-234.
- Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir-Çankaya, Z. & Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllük düzeylerinin yordanması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(1), 25-42.
- Farabaugh, A., Bitran, S., Nyer, M., Holt, D. J., Pedrelli, P., Shyu, I., ... & Fava, M. (2012). Depression and suicidal ideation in college students. *Psychopathology*, 45(4), 228-234. <https://doi.org/10.1159/000331598>
- Gürsoy, O. (2014). Profesyonel psikolojik yardım alma deneyimlerine göre mersin üniversitesi öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları: sosyal damgalanma, kendini damgalama, kendini açma, benlik saygısı ve cinsiyet değişkenlerinin rolü (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi.
- Henderson, J. G., Pollard, C. A., Jacobi, K. A. & Merkel, W. T. (1992). Help-seeking patterns of community residents with depressive symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 26, 157-162.
- Hunt, J. & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 3-10. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008>

- İnce, Ş. İ. (2020). Üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn kabul-reddi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide reddedilme duyarlılığı ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünün incelenmesi (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi.
- Koç, M. & Polat, Ü. (2006). The mental health of university students. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(2), 1-22.
- Kucur, R., Çilli A. S., Aşkın, R., Herken, H. & Kaya, N. (2000). Konya'da üniversite öğrencilerinde CIDI/DSM-IV ruhsal bozukluklarının 12 aylık yaygınlığı. Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Araştırma Raporu. 1-16.
- Özbay, Y., Terzi, Ş., Erkan, S. & Çankaya, Z. C. (2011). Üniversite öğrencilerinin profesyonel yardım arama tutumları, cinsiyet rolleri ve kendini saklama düzeyleri. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1(4), 59-71.
- Özgüven, E. (1992). H.Ü. Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ve Baş Etme Yolları. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 5-13.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J. & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-journal for the Advancement of Mental health*, 4(3), 218-251. <https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218>
- Saltzman, K. M. & Holahan, C. J. (2002). Social support, self-efficacy, and depressive symptoms: An integrative model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(3), 309-322. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.3.309.22531>
- Sezer, S. & Gülleroğlu, D. (2016). Psikolojik yardım arama tutumlarını yordayan değişkenler: Kendini damgalama, özsaygı, psikolojik yardım almış olma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 75-93. <https://doi.org/10.19171/uuefd.52149>
- Şahin, N. H. & Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 44-56.
- Tennant, J. E., Demaray, M. K., Coyle, S. & Malecki, C. K. (2015). The dangers of the web: Cybervictimization, depression, and social support in college students. *Computers in Human Behavior*, 50, 348-357. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.04.014>
- Tuğlacı, P. (2002). *Tıp sözlüğü* (9. Baskı). Türkmen Kitabevi.
- Uskun, E., Aydın, Ü., Öztürk, M. & Üçtaşlı, S. (2005). Süleyman Demirel Üniversitesi Dış Hekimliği Fakültesi öğrencilerinin sosyal ve psikolojik özellikleri. *A.Ü. Dış Hekimliği Fakültesi Dergisi*, 32(1):35-44.
- WHO (2001). The World health report 2001: Mental health: New understanding, new hope. Geneva, Switzerland.
- WHO (2020). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 18 March 2020 (No. WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020.1). World Health Organization.
- Yılğör, S. (2020). *Üniversite öğrencilerinin evlilik tutumlarının ve psikolojik belirtilerinin romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlara göre incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Kırıkkale Üniversitesi.