

# Üniversite Öğrencilerinin Yaşadığı Sorunlar ve Sorun Alanlarının Depresyon, Anksiyete ve Stresle İlişkisi

## University Students' Problems and their Relationship with Depression, Anxiety, and Stress

Burak Köksal, Nursel Topkaya

### Yazar Bilgileri

**Burak Köksal**   
Öğr. Gör., Tokat  
Gaziosmanpaşa Üniversitesi,  
PDR Uygulama ve Araştırma  
Merkezi,  
[burak.koksal@gop.edu.tr](mailto:burak.koksal@gop.edu.tr)

**Nursel Topkaya**   
Doç. Dr., Ondokuz Mayıs  
Üniversitesi, Rehberlik ve  
Psikolojik Danışmanlık,  
[nursel.topkaya@omu.edu.tr](mailto:nursel.topkaya@omu.edu.tr)

### ÖZ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşadığı sorunlar ve bu sorunların depresyon, anksiyete ve stres ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın katılımcılarını 974'ü (%71) kadın ve 398'i (%29) erkek toplam 1372 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin yaşları 18 ile 35 arasında değişmektedir ( $\bar{X}$  = 20.44 s.s: 2.62). Öğrenciler Kişisel Bilgi Formu, Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-42 ve Sorun Alanları Anketi Formundan oluşan bir veri toplama aracını cevaplamıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulguları öğrencilerin en sık yaşadığı problemlerin sınav kaygısı, uyku sorunları, depresyon, yalnızlık ve kendini anlama olduğunu ayrıca sıklığı en az olan sorunların ise cinsel sorunlar, aşırı alkol kullanımı ve madde kullanım sorunları olduğunu göstermiştir. Çoklu Regresyon analizi sonucunda öğrencilerin yaşadığı bazı sorun alanlarının Depresyon, Anksiyete ve Stres için yordayıcı olduğu görülmüştür. Araştırmanın bulguları alanyazında yer alan üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunlar ve bu sorunların depresyon, anksiyete ve stres ile ilişkileri doğrultusunda tartışılmıştır. Öğrencilerin öncelikli yaşadığı sorun alanlarına yönelik üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışmanlık merkezlerinde önleyici faaliyetler yürütülebilir.

### Makale Bilgileri

**Anahtar Kelimeler**  
Üniversite Öğrencilerinin  
Sorunları  
Sorun Alanları  
Depresyon, Anksiyete ve Stres

**Keywords**  
Problems of University Students  
Problem Areas  
Depression, Anxiety, and Stress

**Makale Geçmişi**  
Geliş: 06.05.2021  
Düzeltilme: 28.06.2021  
Kabul: 02.08.2021

### ABSTRACT

The aim of the study was to examine the problems faced by university students and the relationship between these problems and depression, anxiety and stress. Participants of the study consisted of 1372 students (974 female and 398 male). Participants' ages ranged from 18 and 35 years old ( $\bar{X}$  = 20.44 s.s: 2.62). Personal Information Form, Depression Anxiety Stress Scale-42 and Problem Areas Questionnaire Form were used to collect data. Descriptive statistics, Pearson's correlation analysis and multiple linear regression analysis were used to analyze the data. Research findings showed that the mostly experience problems were test anxiety, sleep problems, depression, loneliness and self-understanding, and the least common problems were sexual problems, excessive alcohol use and substance use problems. As a result of the Multiple Regression analysis, it was seen that some problem areas were predictors for Depression, Anxiety and Stress. The findings of the study were discussed in accordance with previous research. Preventive activities can be carried out in the guidance and psychological counseling centers of the universities for the priority problem areas.

### Makale Türü

Araştırma

**Önerilen Atıf** Köksal, B. & Topkaya, N. (2021). Üniversite öğrencilerinin yaşadığı sorunlar ve sorun alanlarının depresyon, anksiyete ve stresle ilişkisi. *TEBD*, 19(2), 926-949. <https://doi.org/10.37217/tebd.933931>

## Giriş

Üniversite yılları, bireylerin ergenlikten yetişkinliğe geçtiği bir dönemdir. Arnett (2000) tarafından beliren yetişkinlik olarak isimlendirilen ve 18-26 yaş aralığını kapsayan bu dönemde genç yetişkinler, yetişkinlik yaşamının sorumluluklarıyla karşılaşmaktadır. Ayrıca bu dönemde üniversite öğrencileri, üniversite yaşamının zorluklarını da deneyimlemektedirler (Arıcı, Ekin ve Efendioğlu, 2019). Bu nedenle, bu dönem ruh sağlığı ve psikolojik iyi oluş açısından üniversite öğrencileri için kritik bir dönemdir (Auerbach vd., 2018; Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi, 2005). Araştırmalar ruhsal hastalıkların büyük oranda ilk kez gençlik yıllarında başladığını göstermektedir (Auerbach vd., 2018; İbrahim, Kelly, Adams ve Glazebrook, 2013; Kessler vd., 2005) ve üniversite yıllarına denk gelen bu dönem için riskleri de beraberinde getirmektedir. Bu dönemde öğrencilerin alkol, tütün, problemlerli internet kullanımı, uyku sorunları, akademik sorunlar ve yalnızlık gibi risklerle karşı karşıya kaldıkları ve bu risklerin ruhsal problemlerle ilişkili olduğu görülmüştür (Bruffaerts vd., 2018; Günay, Öztürk, Arslantaş ve Sevinç, 2018; Ramón-Arhués vd., 2020). Dolayısıyla üniversite öğrencilerinin başa çıkmaya çalıştıkları sorunların anlaşılması gerekmektedir.

Türkiye’de öğrencilerin yaşadığı sıkıntılar genel olarak incelendiğinde onların; duygusal, akademik, ekonomik, romantik, arkadaşlık, uyum ve aile ilişkileri alanlarında sorunlar yaşadıkları görülmektedir (Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012; Topkaya ve Meydan, 2013). Kacur ve Atak (2011) tarafından yapılan bir araştırmada öğrencilerin ekonomik, meslek edinme, çevreyle iletişim ve sınav konularında sorun yaşadıklarını belirlenmiştir. Başka araştırmada ise öğrencilerin sırasıyla ekonomik (burslar, ulaşım, harçlık), akademik (gelecek, öğretim üyeleri, dersler), uyum sağlama (kültürel farklılıklar, çevre, şehir), sosyal (üniversite imkanları, arkadaşlık, boş zaman) ve diğer (barınma, güvenlik) konularda problemler yaşadıkları bildirilmiştir (Donat, Bilgiç, Eskiocak ve Koşar, 2019). Öğrencilerin yaşadığı sorunların cinsiyete göre de farklılaştığı ve aile ile ilgili, kişilik, romantik ve duygusal sorunları kadınların erkeklere göre daha fazla yaşadıkları, erkeklerin ise sigara/madde kullanım sorununu kadınlara göre daha fazla yaşadıkları bulunmuştur (Topkaya ve Meydan, 2013).

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunların yanı sıra özellikle depresyon, anksiyete ve stres gibi ruhsal problemler yaşadıkları da araştırmalarda açığa çıkmaktadır (Fawzy ve Hamed, 2017; Nerdrum, Rustøen ve Rønnestad, 2006; Ovuga, Boardman ve Wasserman, 2006). Üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmalarda üniversite öğrencileri arasında depresyon ve anksiyetenin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Aktekin vd., 2001; Bostancı vd., 2005; Özdemir ve Rezaki, 2007). Son dönemde 69 054 öğrencinin katıldığı başka bir çalışmada üniversite öğrencilerinde ruhsal sorunların yaygınlığı algılanan stres için %24.7 (17 093), depresyon için %16.1 (11 133) ve anksiyete için %27.5 (18 970) olarak bulunmuştur (Wathelet vd., 2020). Depresyon, anksiyete ve stresin yaygınlığının

değerlendirildiği bir başka araştırmada, üniversite öğrencilerinde depresyon anksiyete ve stres düzeyleri sırasıyla %27,1, %47,1 ve %27 olarak tespit edilmiş ve kadın öğrencilerde anksiyete ve stres puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Bayram ve Bilgel, 2008). Öğrenciler arasında yaygın olarak görülen bu ruhsal problemler öğrencilerin yaşadıkları farklı alanlardaki sorunlardan da etkilenmektedir. Alanyazın incelendiğinde öğrencilerin yaşadığı uyku sorunları (Marelli vd., 2020), akademik kaygı, aile ilişkilerinde problemler, yalnızlık (Holvast vd., 2015; Ohayon ve Roth, 2003; Son, Hegde, Smith, Wang ve Sasangohar, 2020), akademik erteleme (Beswick, Rothblum ve Mann, 1988; Senecal, Koestner ve Vallerand, 1995), aşağılık inançları (Gilbert ve Allan, 1998), ebeveynle çatışma (Lin vd., 2008; Marmorstein ve Iacono, 2004; Wu vd., 2020; Yu, Zhang, Zhou, Shi ve Xu, 2015), konuşma korkusu (Heimberg, Salzman, Holt ve Blendell, 1993), cinsel sorunlar (Oswalt ve Wyatt, 2011), madde bağımlılığı (Schmidt, Buckner ve Keough, 2007) ve kilo kontrolü (Wechsler, Rohman ve Solomon, 1981) sorunlarının depresyon, anksiyete ve stres ile ilişki olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak ruh sağlığı sorunları üniversite öğrencileri arasında yaygın olarak görülmektedir (Bruffaerts vd., 2018; Hunt ve Eisenberg, 2010; Xiao vd., 2017). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunlar ile ilgili Türkiye’de farklı araştırmalar yapılmıştır (Bülbül ve Acar-Güvendir, 2014; Demirbilek, 2012; Donat vd., 2019; Erkan vd., 2012; Haskan-Avcı, 2014; Kacur ve Atak, 2011; Topkaya ve Meydan, 2013) ancak öğrencilerin yaşadığı sorunlar yıllar içerisinde değişebilmektedir. Öte yandan öğrencilerin sorun alanlarının depresyon stres ve anksiyete ile ilişkilerine yönelik bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Bu doğrultuda üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorun alanlarını tespit etmek, sorun alanlarının depresyon, anksiyete ve stres gibi değişkenlerle olan ilişkilerini incelemek, önleyici psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin ve yapılacak müdahale çalışmalarının planlanmasında ve uygulanmasında önem arz etmektedir. Bu kapsamda araştırmanın iki amacı bulunmaktadır. Bunlar; (a) Üniversite öğrencilerinin yaşadığı sorunları ve sıklığını incelemek, (b) Üniversite öğrencilerinin yaşadığı sorunların depresyon, anksiyete ve stres ile ilişkisini incelemektir.

## Yöntem

### Araştırmanın Deseni

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin yaşadığı problemler ve bu problemlerin depresyon kaygı ve stresle ilişkisinin incelendiği kesitsel bir araştırmadır. Kesitsel araştırmalar belirli bir zaman dilimi içerisinde gerçekleştirilen ve değişkenler arasındaki geçici ilişkilerin, benzerliklerin veya farklılıkların herhangi bir müdahalede bulunulmadan incelendiği bir araştırma desendir (Howitt ve Cramer, 2014).

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Orta Karadeniz bölgesinde bir üniversitede öğrenimlerine devam etmekte olan 1372 lisans öğrencisi oluşturmuştur. Öğrencilerin

seçiminde olasılığa dayalı olmayan örnekleme tekniklerinden biri olan uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Howitt ve Cramer, 2014). Öğrencilerin 974'ü (%71) kadın ve 398'i (%29) erkektir. Öğrencilerin yaşları 18 ile 35 arasında değişmekte olup, ortalama yaşları 20.44'tür (S.s: 2,62). Son olarak, öğrenciler çoğunlukla birinci sınıf öğrencisi olup ( $n = 774$ , %56,4), bu öğrencileri ikinci sınıf ( $n = 306$ , %22,3), üçüncü sınıf ( $n = 133$ , %9,7) ve dördüncü sınıf ( $n = 159$ , %11,6) öğrencileri takip etmektedir.

### **Veri Toplama Araçları**

#### ***Sosyodemografik Özellikler:***

Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu formda öğrencilerin cinsiyetini, yaşını ve sınıf düzeyini belirtmeleri istenmiştir.

#### ***Depresyon Anksiyete Stres:***

Öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini ölçmek amacıyla Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-42 (DASÖ-42) kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Bilgel ve Bayram (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. DASÖ-42, depresyon, anksiyete ve stres olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Her bir alt boyutta ise 14 madde bulunmakta olup, ölçekte tersten kodlanan madde bulunmamaktadır. Katılımcılar her bir ölçek maddesini son bir hafta içerisinde yaşadıkları depresyon, anksiyete ya da stres belirtilerinin sıklığını Hiçbir zaman (0) ile Her zaman (3) arasında değişen seçeneklere sahip dördümlü Likert tipi bir ölçek üzerinde değerlendirmektedir. Ölçek alt boyutlarından alınabilecek puanlar 0 ile 42 arasında değişmekte olup, ilgili alt boyuttan alınan puanların yüksekliği sırasıyla depresyon, kaygı ve stres düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin, bu çalışmada Cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları depresyon alt ölçeğinde .95, anksiyete alt ölçeğinde .90 ve stres alt ölçeğinde .91 olarak hesaplanmıştır.

#### ***Öğrenci Sorunları:***

Öğrencilerin sıklıkla yaşadıkları sorunları tespit etmek amacıyla Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (Cash, Begley, McCown ve Weise, 1975) cevaplama seçenekleri değiştirilerek kullanılmıştır. Bu envanter madde düzeyinde, alt boyutlar bağlamında ya da toplam puan alınarak değerlendirilebilmektedir (Cash vd., 1975). Madde bağlamında değerlendirildiğinde bireylerin her bir maddede belirtilen sorunu yaşamaları durumunda kişinin psikolojik yardım alma niyetini ölçmektedir. Envanterin Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Topkaya (2014) tarafından yapılmıştır. Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri bireylerin yalnızlık, sınav kaygısı, ebeveynle çatışma gibi farklı problemleri yaşamaları durumunda ne düzeyde psikolojik yardım alma niyetine sahip olduklarını belirlemek amacıyla dördümlü Likert tipi bir ölçek olarak tasarlanmıştır. Bu

araştırmada öğrencilerin bu sorunları ne sıklıkla yaşadıklarının belirlenmesi amaçlandığından orijinal envanterdeki her bir problemi öğrencilerin ilgili sorunların sıklığını ve yoğunluğunu dikkate alarak Hiç yaşamadım (1) ile Çok sık yaşıyorum (5) arasındaki seçeneklerden birini tercih ederek değerlendirmeleri istenmiştir. Envanterin Türkçe uyarlama çalışmalarını gerçekleştiren araştırmacıdan iznin alınmasını takiben araştırma amacına uygun olarak envantere gerekli değişiklikler gerçekleştirilmiştir. Ayrıca envantere gerekli değişikliklerin yapılmasının ardından envanter iki farklı uzmanın görüşüne sunulmuş ve uzmanlardan her bir maddenin araştırma amacına uygun, açık ve anlaşılır olup olmadığını değerlendirmesi istenmiştir. Uzmanların envantere ilişkin olumlu görüş belirtmeleri üzerine uygulamaya geçilmiştir.

### **İşlem**

Covid-19 pandemisi nedeniyle eğitim-öğretim faaliyetleri uzaktan eğitim yoluyla gerçekleştirildiğinden, araştırma verileri Google Formlar üzerinden toplanmıştır. Veriler toplanmadan önce gerekli etik izinler Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan alınmıştır. Araştırmanın bağlantısı üniversitede öğrenim gören öğrencilere kısa mesaj olarak gönderilmiş ve araştırmaya katılmaya istekli öğrenciler bu bağlantı aracılığıyla veri toplama araçlarını cevaplamıştır. Öğrencilere veri toplama araçlarını cevaplamadan önce araştırmacının amacı ve araştırmanın etik kuralları olan gönüllük, gizlilik, geri çekilme hakkı ile ilgili bilgilendirmeler yapılmış ve bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Tüm istatistiksel işlemler SPSS 23 veri analizi programında gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri ve yaşadığı farklı sorunlar hakkında bilgi vermek amacıyla betimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Öğrencilerin yaşadıkları farklı sorunların depresyon, anksiyete ve stresle ilişkisini belirleyebilmek amacıyla Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Öğrencilerin yaşadıkları farklı sorunların hangilerinin depresyon, anksiyete ve stresin yordayıcısı olduğunu belirleyebilmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler gerçekleştirilmeden önce normallik, doğrusallık, eş varyanslılık ve çoklu doğrusallık varsayımları incelenmiş ve karşılandığı görülmüştür (George ve Mallery, 2020; Hair, Black, Babin ve Anderson, 2018). Elde edilen korelasyon katsayıları ve çoklu regresyon analizinde açıklanan varyans oranlarının yorumlanmasında Cohen (1992) tarafından önerilen etki büyüklüğü sınıflandırması kullanılmıştır. İstatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi örneklem büyüklüğü dikkate alınarak  $p < .01$  olarak belirlenmiştir.

## Bulgular

### Üniversite Öğrencilerinin Sıklıkla Yaşadığı Sorunlara İlişkin Betimsel İstatistikler

Üniversite öğrencilerinin farklı sorunları yaşama sıklığına yönelik ortalama, standart sapma frekans ve yüzde değerleri Tablo 1’de görülmektedir.

**Tablo 1.** Üniversite Öğrencilerinin Sorun Yaşadığı Alanlar

Değişken	Ort.	Ss	Hiç Yaşamadım		Nadiren Yaşıyorum		Bazen Yaşıyorum		Sık Sık Yaşıyorum		Çok Sık Yaşıyorum	
			n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
			Sınav Kaygısı	3.55	1.35	142	10.3	170	12.4	328	23.9	249
Uyku Sorunları	3.40	1.42	187	13.6	209	15.2	290	21.1	234	17.1	452	32.9
Depresyon	3.19	1.39	203	14.8	268	19.5	309	22.5	249	18.1	343	25.0
Yalnızlık	3.17	1.51	275	20.0	236	17.2	249	18.1	211	15.4	401	29.2
Kendini Anlama	3.00	1.38	266	19.4	226	16.5	386	28.1	219	16.0	275	20.0
Ebeveynle Çatışma	2.91	1.30	215	15.7	364	26.5	345	25.1	228	16.6	220	16.0
Akademik İşleri Erteleme	2.75	1.39	331	24.1	312	22.7	318	23.2	187	13.6	224	16.3
Kilo Kontrolü	2.66	1.41	385	28.1	296	21.6	313	22.8	153	11.2	225	16.4
Konuşma Korkusu	2.42	1.35	469	34.2	324	23.6	257	18.7	174	12.7	148	10.8
İlişki Sorunları	2.41	1.36	486	35.4	313	22.8	257	18.7	162	11.8	154	11.2
Arkadaşlık Sorunları	2.37	1.29	429	31.3	412	30.0	255	18.6	139	10.1	137	10.0
Ana Dal Seçimi	2.28	1.26	509	37.1	306	22.3	333	24.3	113	8.2	111	8.1
Flört Sorunları	2.25	1.43	634	46.2	234	17.1	213	15.5	112	8.2	179	13.0
Aşağılık Duygusu	1.89	1.24	764	55.7	276	20.1	155	11.3	78	5.7	99	7.2
Cinsel Sorunlar	1.29	0.74	1137	82.9	130	9.5	69	5.0	17	1.2	19	1.4
Aşırı Alkol Kullanımı	1.17	0.57	1230	89.7	81	5.9	39	2.8	15	1.1	7	.5
Madde Kullanım Sorunları	1.12	0.52	1282	93.4	50	3.6	18	1.3	11	.8	11	.8

Tablo 1’deki görüldüğü gibi öğrencilerin en fazla sınav kaygısı, uyku sorunları, depresyon, yalnızlık ve kendini anlama ile ilgili sorunları yaşadıkları görülmektedir. Öğrencilerin en az yaşadıkları sorunlar ise cinsel sorunlar, aşırı alkol kullanımı ve madde kullanım sorunlarıdır.

### Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Tablo 2’de öğrencilerin yaşadıkları farklı sorunların depresyon, anksiyete ve stresle ilişkisini belirlemeye yönelik olarak gerçekleştirilen Pearson korelasyon analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 2.** Depresyon, Anksiyete ve Stres ile Sorun Alanları Arasındaki Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	Depresyon	Anksiyete	Stres
	r	r	r
1. Kilo Kontrolü	.23**	.27**	.25**
2. Aşırı Alkol Kullanımı	.09**	.05	.08*
3. İlişki Sorunları	.42**	.38**	.43**
4. Cinsel Sorunlar	.19**	.16**	.14**
5. Depresyon	.69**	.59**	.64**
6. Ebeveynle Çatışma	.50**	.41**	.52**
7. Konuşma Korkusu	.43**	.41**	.37**
8. Flört Sorunları	.41**	.35**	.36**
9. Anadal Seçimi	.37**	.32**	.33**
10. Uyku Sorunları	.48**	.45**	.48**
11. Madde Kullanım Sorunları	.08*	.10**	.09**
12. Aşağılık Duygusu	.52**	.44**	.41**
13. Sınav Kaygısı	.28**	.29**	.32**

14. Arkadaşlık Sorunları	.47**	.43**	.42**
15. Akademik İşleri Erteleme	.46**	.39**	.39**
16. Kendini Anlama	.48**	.40**	.44**
17. Yalnızlık	.69**	.50**	.55**

$p < .01^*$ ,  $p < .001^{**}$

Tablo 2’de görüldüğü gibi depresyon puanları kilo kontrolü, aşırı alkol kullanımı, cinsel sorunlar, madde kullanım sorunları ve sınav kaygısı sorunları yaşamayla düşük, ilişki sorunları, konuşma korkusu, flört sorunları, anadal seçimi, uyku sorunları, arkadaşlık sorunları, akademik işleri erteleme ve kendini anlama sorunlarıyla orta, depresyon, ebeveynle çatışma, aşağılık duygusu ve yalnızlık problemleriyle yüksek düzeyde pozitif yönde ilişkilidir. Anksiyete puanları kilo kontrolü, cinsel sorunlar, madde kullanım sorunları, sınav kaygısı problemleri ile düşük, ilişki sorunları, ebeveynle çatışma, konuşma korkusu, flört sorunları, anadal seçimi, uyku sorunları, aşağılık duygusu, arkadaşlık sorunları, akademik işleri erteleme, kendini anlama sorunlarıyla orta, depresyon ve yalnızlık problemleriyle yüksek düzeyde pozitif yönde ilişkilidir. Son olarak, stres puanları kilo kontrolü, aşırı alkol kullanımı, cinsel sorunlar ve madde kullanım sorunları yaşamayla düşük, ilişki sorunları, konuşma korkusu, flört sorunları, anadal seçimi, uyku sorunları, aşağılık duygusu, sınav kaygısı, arkadaşlık sorunları, akademik işleri erteleme, kendini anlama sorunlarıyla orta, depresyon, ebeveynle çatışma ve yalnızlık problemleriyle yüksek düzeyde pozitif yönde ilişkilidir.

### Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Üniversite öğrencilerini sıklıkla yaşadıkları sorunların hangilerinin sırasıyla depresyon, anksiyete ve stres değişkenlerini yordadığını belirleyebilmek amacıyla gerçekleştirilen çoklu regresyon analizi değişim istatistikleri Tablo 3’te, depresyon çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 4’te, anksiyete analizi sonuçları Tablo 5’te ve stres çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 6’da görülmektedir.

**Tablo 3.** Depresyon, Anksiyete ve Stres Değişkenlerine İlişkin Değişim İstatistikleri

Model	R	R <sup>2</sup>	Adj R <sup>2</sup>	SH Tah.	Değişim İstatistikleri				
					$\Delta R^2$	$\Delta F$	sd <sub>1</sub>	sd <sub>2</sub>	p
Depresyon	.82	.67	.66	7.14	.67	158.60	17	1354	.001**
Anksiyete	.69	.48	.47	7.22	.48	72.22	17	1354	.001**
Stres	.74	.54	.54	6.92	.54	94.97	17	1354	.001**

$p < .001^{**}$

**Tablo 4.** Depresyon Değişkenine İlişkin Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Katsayılar	t	p
	B	SH	$\beta$		
	Sabit	-8.20	.90		
Kilo Kontrolü	-.08	.14	-.01	-.58	.560
Aşırı Alkol Kullanımı	.32	.36	.02	.89	.374
İlişki Sorunları	.06	.20	.01	.32	.752
Cinsel Sorunlar	.15	.28	.01	.53	.598
Depresyon	2.46	.20	.28	12.21	.001**
Ebeveynle Çatışma	.62	.18	.07	3.40	.001**

Konuşma Korkusu	.23	.18	.03	1.31	.192
Flört Sorunları	.21	.18	.03	1.18	.239
Ana Dal Seçimi	.47	.18	.05	2.64	.008*
Uyku Sorunları	.54	.17	.06	3.27	.001*
Madde Kullanım Sorunları	-.40	.38	-.02	-1.056	.291
Aşağılık Duygusu	1.23	.20	.12	6.25	.001**
Sınav Kaygısı	-.19	.16	-.02	-1.19	.236
Arkadaşlık Sorunları	.23	.19	.02	1.21	.225
Akademik İşleri Erteleme	.94	.16	.11	5.82	.001**
Kendini Anlama	.83	.16	.09	5.03	.001**
Yalnızlık	2.46	.18	.30	13.81	.001**

$p < .01^*$ ,  $p < .001^{**}$

Tablo 3'te görüldüğü gibi depresyon bağımlı değişkenine ilişkin oluşturulan regresyon modeli anlamlı ve yüksek düzeyde bir etki büyüklüğüne sahip olup, depresyon puanlarındaki değişimin yaklaşık olarak %67'sini açıklamaktadır. Tablo 4'te görüldüğü gibi, yalnızlık ( $\beta = .30$ ), depresyon ( $\beta = .28$ ), aşağılık duygusu ( $\beta = .12$ ), akademik işleri erteleme ( $\beta = .11$ ), kendini anlama ( $\beta = .09$ ), ebeveynle çatışma ( $\beta = .07$ ), uyku sorunları ( $\beta = .06$ ) ve anadal seçimi ( $\beta = .05$ ) problemlerini sıklıkla yaşayan üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri yüksektir. Ancak diğer problemleri yaşama sıklığı depresyon puanlarının anlamlı bir yordayıcısı değildir.

**Tablo 5.** Anksiyete Değişkenine İlişkin Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

	<i>Standardize Edilmemiş Katsayılar</i>		<i>Standardize Katsayılar</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$		
Sabit	-6.93	.91		-7.62	.001**
Kilo Kontrolü	.40	.15	.06	2.715	.007*
Aşırı Alkol Kullanımı	-.36	.36	-.02	-1.01	.313
İlişki Sorunları	.39	.20	.05	1.99	.047
Cinsel Sorunlar	.15	.29	.01	.53	.597
Depresyon	1.82	.20	.26	8.91	.001**
Ebeveynle Çatışma	.16	.18	.02	.84	.399
Konuşma Korkusu	.71	.18	.10	4.00	.001**
Flört Sorunları	.05	.18	.01	.30	.766
Ana Dal Seçimi	.07	.18	.01	.41	.679
Uyku Sorunları	.85	.17	.12	5.06	.001**
Madde Kullanım Sorunları	.28	.39	.02	.72	.475
Aşağılık Duygusu	.69	.20	.09	3.47	.001**
Sınav Kaygısı	.24	.16	.03	1.51	.132
Arkadaşlık Sorunları	.59	.19	.08	3.11	.002*
Akademik İşleri Erteleme	.63	.16	.09	3.82	.001**
Kendini Anlama	.52	.17	.07	3.10	.002*
Yalnızlık	.47	.18	.07	2.64	.009*

$p < .01^*$ ,  $p < .001^{**}$

Tablo 3'te görüldüğü gibi anksiyete puanlarına ilişkin oluşturulan model anlamlı olup, yüksek düzeyde bir etki büyüklüğüne sahiptir. Oluşturulan bu model anksiyete puanlarındaki değişimin yaklaşık olarak %48'ini açıklamaktadır. Tablo 5'te görüldüğü gibi depresyon ( $\beta = .26$ ), uyku sorunları ( $\beta = .12$ ), konuşma korkusu ( $\beta = .10$ ), akademik işleri erteleme ( $\beta = .09$ ), aşağılık duygusu ( $\beta = .09$ ), arkadaşlık sorunları ( $\beta = .08$ ), yalnızlık ( $\beta = .07$ ), kendini anlama ( $\beta = .07$ ), kilo kontrolü



( $\beta = .06$ ) ve ilişki sorunları ( $\beta = .05$ ) sorunlarını sıklıkla yaşayan üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyleri yüksektir. Ancak diğer sorunları yaşama sıklığı kaygı değişkeniyle ilişkili değildir.

**Tablo 6.** Stres Değişkenine İlişkin Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

	<i>Standardize Edilmemiş Katsayılar</i>		<i>Standardize Katsayılar</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$		
Sabit	-.58	.87		-.66	.508
Kilo Kontrolü	.17	.14	.02	1.20	.230
Aşırı Alkol Kullanımı	.08	.35	.01	.24	.808
İlişki Sorunları	.69	.19	.09	3.64	.001**
Cinsel Sorunlar	-.07	.28	-.01	-.27	.787
Depresyon	1.96	.20	.27	10.05	.001**
Ebeveynle Çatışma	1.23	.18	.16	6.96	.001**
Konuşma Korkusu	.20	.17	.03	1.16	.248
Flört Sorunları	-.05	.18	-.01	-.30	.768
Ana Dal Seçimi	.13	.17	.02	.76	.446
Uyku Sorunları	.78	.16	.11	4.87	.001**
Madde Kullanım Sorunları	.03	.37	.00	.07	.945
Aşağılık Duygusu	.24	.19	.03	1.28	.202
Sınav Kaygısı	.54	.16	.07	3.46	.001**
Arkadaşlık Sorunları	.30	.18	.04	1.66	.098
Akademik İşleri Erteleme	.44	.16	.06	2.80	.005*
Kendini Anlama	.75	.16	.10	4.72	.001**
Yalnızlık	.76	.17	.11	4.41	.001**

$p < .01^*$ ,  $p < .001^{**}$

Tablo 3'te görüldüğü gibi, stres puanlarına ilişkin oluşturulan model anlamlı ve yüksek düzeyde bir etki büyüklüğüne sahiptir. Oluşturulan model stres puanlarındaki değişimin yaklaşık olarak %54'ünü açıklamaktadır. Tablo 6'da görüldüğü gibi, depresyon ( $\beta = .27$ ), ebeveynle çatışma ( $\beta = .16$ ), yalnızlık ( $\beta = .11$ ), uyku sorunları ( $\beta = .11$ ), kendini anlama ( $\beta = .10$ ), ilişki sorunları ( $\beta = .09$ ), sınav kaygısı ( $\beta = .07$ ) ve akademik işleri erteleme ( $\beta = .06$ ) sorunlarının sıklıkla yaşayan üniversite öğrencilerinin stres düzeyleri yüksektir. Ancak, diğer sorunlar stres puanlarının anlamlı bir yordayıcısı değildir.

### Tartışma

Araştırmanın ilk amacı olarak üniversite öğrencilerinin en sık yaşadıkları sorun alanları tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin sırasıyla sınav kaygısı, uyku sorunları, depresyon, yalnızlık, kendini anlama, ebeveynle çatışma ve akademik işleri erteleme sorunları olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin son sıralarda yaşadıkları problemler ise cinsel sorunlar, aşırı alkol kullanımı ve madde kullanımı sorunlarıdır. Öğrencilerin yaşadığı sorunların genel olarak akademik ve duygusal alanlarında yoğunlaştığı görülmektedir. Araştırmanın bu sonucu alanyazında öğrencilerin en çok yaşadıkları sorunlar için duygusal, akademik ve ekonomik problemlerin ön planda olduğunu ve öğrencilerin kişilik, sigara / madde ve cinsel sorunları daha az yaşadıklarını gösteren araştırma (Erkan vd., 2012; Topkaya ve Meydan, 2013) sonuçlarıyla örtüşmektedir.

Öğrencilerin en çok sınav kaygısı sorunu yaşadıkları ve yine akademik işleri erteleme de öncelikli sorunlar içerisinde görülmektedir. Türkiye gibi gelişmekte olan ülkelerde, yükseköğretim genellikle daha iyi kariyer ve daha yüksek sosyoekonomik statü ile ilişkilendirilmekte ve öğrencilerin yaşadığı akademik stres; ebeveyn beklentilerinin yanı sıra rekabetçi ve yüksek riskli sınavlar nedeniyle genellikle yüksek olmaktadır (Bodas ve Ollendick, 2005; Doğan, 2020). Nitekim alanyazında da üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı (Bahçeci, 2009; Doğan, 2020; Dünder, Yapıcı ve Topçu, 2008) ve akademik işleri ertelemeye sorun yaşadıkları belirtilmektedir (Son vd., 2020; Uzun-Özer ve Topkaya, 2011). Elde edilen sonuçlar doğrultusunda üniversitelerde öğrencilere psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri sunulurken öğrencilerin öncelikli olarak akademik ve duygusal alanlarda problemler yaşadıkları dikkate alınmalıdır.

Bu araştırmanın ikinci amacı üniversite öğrencilerinde depresyon, anksiyete ve stresin öğrencilerin yaşadıkları sorunlarla ilişkisinin tespit edilmesidir. Araştırmanın depresyona yönelik sonuçlarında yalnızlık, depresyon, aşağılık duygusu, akademik işleri erteleme, kendini anlama, ebeveynle çatışma, uyku sorunları ve anadal seçimi depresyonu yordayan değişkenler olarak bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde psikolojik yardım için başvuran üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve depresyon düzeyleri arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür (Ceyhan ve Ceyhan, 2011). Çünkü bireyler, başkalarıyla ilişkileri istenen düzeyde olmadığına kendilerini yalnız hissetmekte ve bu yalnızlık hissi, özellikle gençlik döneminde kendilerini mutsuz ve çökkün hissetmelerine neden olmaktadır (Teppers, Luckyx, Klimstra ve Goossens, 2014). Bu araştırmanın sonuçlarına paralel olarak depresyon ile yalnızlık arasında pozitif bir ilişki olduğu belirtilen diğer araştırmaları desteklemektedir (Aylaz, Aktürk, Erci, Öztürk ve Aslan, 2012; Demir ve Kutlu, 2016; Holvast vd., 2015). Aşağılık duygusu modeldeki başka bir değişken olarak depresyonu yordamaktadır. Bireyin kendine yönelik aşağılık inançları, başkalarının benliği küçümsediğine yönelik düşünceler depresyon ile yüksek oranda ilişkilendirilmiştir (Gilbert ve Allan, 1998). Depresyonu açıklayan başka bir değişken ise akademik ertelemedir. Akademik erteleme, çalışma alışkanlıklarında veya zaman yönetiminde bir eksiklik olmasının dışında davranışsal, bilişsel ve duygusal bileşenlerin etkileşimidir (Solomon ve Rothblum, 1984). Akademik erteleme ile ilgili çok fazla erteleyen öğrencilerin sürekli kaygı ve depresyon konusunda diğer öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu yönündeki bulgularıyla benzerlik göstermektedir (Beswick vd., 1988; Senecal vd., 1995). Modeldeki diğer değişken olan kendini anlama sorunu da depresyonu yordamaktadır. Kendini anlama, kişinin inançlarının, tutumlarının ve bilişlerinin nasıl davrandığı, hissettiği ve düşündüğü ile ilgili farkındalığa veya bilgiye sahip olmaktır. Kişinin kendini anlaması kendiyle bilgi edinmesinin yanısıra bu bilgiyi yararlı olarak kullanma yeteneğini de barındırır ve kendini anlayan bireyler yaşamda karşılaştığı zorluklarda kendinde neyi nasıl değiştirebileceklerini

daha iyi bilir (Hamachek, 2000). Depresyonu yordayan başka bir sorun ise bireylerin ebeveynleri ile çatışmalarıdır. Ergenlikten yetişkinliğe geçişin olduğu bu dönemde bağımsızlık kazanmak isteyen gençler aynı zamanda ebeveynlerinden de destek görmek istemektedir. Toplulukçu bir kültür olan Türkiye’de (Hofstede, 2001) gençlerin aileleri ile kurdukları bağlar önemlidir ve orada yaşanacak çatışmalar olumsuz duygu durumlara yola açabilir. Gençlerin yaşadığı depresyonun ebeveynle yaşadıkları çatışma ile ilgili olduğu yönündeki bulgular araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir (Lin vd., 2008; Marmorstein ve Iacono, 2004; Yu vd., 2015). Öğrencilerin yaşadığı uyku sorunları depresyonu yordayan diğer bir sorundur. Uyku sorunu üniversite öğrencileri popülasyonunda yaygın görülen bir sorundur ve uyku sorunu ile depresyon arasında çit yönlü bir ilişki olduğu bildirilmektedir (Wallace, Boynton ve Lytle, 2017). Alanyazın incelendiğinde uyku sorunu ile ilgili kesitsel çalışmalarda uyku problemlerinin depresyonu yordadığı belirtilirken uyku sorunu ile ilgili boylamsal çalışmalarda ise uyku problemi yaşayanlarda depresif belirtilerin şiddetinin arttığı bulunmuştur (Dinis ve Bragança, 2018). Bu bulgular, bu araştırmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Öğrencilerin yaşadığı depresyonu yordayan başka bir sorun ise anadal seçimidir. Bu sonuca paralel olarak alanyazında öğrencilerin okuduğu anadali tam olarak benimseyemiş olmaları ve okuduğu anadaldan memnun olmalarının depresyon düzeylerini arttırdığı belirtilmektedir (Bozkurt, 2004). Bu sonuçlar çerçevesinde üniversite öğrencilerine sunulacak ruh sağlığı hizmetlerinde öğrencilerin yaşadıkları depresyonun bu sorunlarla ilişkili olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

Araştırmanın bulgularına göre depresyon, uyku sorunları, konuşma korkusu, akademik işleri erteleme, aşağılık duygusu, arkadaşlık sorunları, yalnızlık, kendini anlama, kilo kontrolü ve ilişki sorunlarının üniversite öğrencilerinin yaşadıkları anksiyeteyi anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur. Diğer taraftan, aşırı alkol kullanımı, cinsel sorunlar, ebeveynle çatışma, flört sorunları, ana dal seçimi, madde kullanım sorunları ve sınav kaygısı sorunlarının öğrencilerin yaşadığı anksiyetenin yordayıcısı değildir. Uyku probleminin depresyon anksiyete ve stres ile güçlü bir nedensel bağlantısı olduğu görülmektedir (İyigün vd., 2017; Soldatos, 1994). Uykusuzluk ve anksiyete ile ilgili yapılan bir çalışmada vakaların %18’inde anksiyete bozukluğundan önce uykusuzluğun ortaya çıktığını, %39’unda uykusuzluk ile anksiyetenin aynı anda ortaya çıktığı ve %43’ünde ise anksiyetenin uykusuzluktan önce ortaya çıktığını belirtmektedir (Ohayon ve Roth, 2003). Diğer bir değişken olan konuşma korkusu sosyal anksiyete bozukluğunun belirli bir türü olarak tanımlanmıştır (Heimberg vd., 1993). Sosyal anksiyete bozukluğu, bireyin tanıdık olmayan kişilere veya başkaları tarafından olası incelemeye maruz kaldığı sosyal etkileşim veya performans durumlarında önemli bir korku veya endişe ile karakterize olduğu belirtilmektedir (APA, 2013). Bu durum da konuşma korkusu ile öğrencilerin yaşadığı anksiyete arasındaki bağı açıklamaktadır. Anksiyeteyi yordayan diğer bir değişken ise akademik işleri ertelemedir. Akademik erteleme ile anksiyete arasında pozitif ilişki

olduğu bildirilmiş ve erteleyen öğrencilerin ertelemeyenlere oranla daha kaygılı oldukları belirtilmektedir (Constantin, English ve Mazmanian, 2018; Haycock, McCarthy ve Skay, 1998; He, 2017). Araştırmanın değişkenlerinden aşağılık duygusu, bireylerin öz değerlendirmelerinden kaynaklanmakta ve ideal standartlarına ulaşamayacağını hissettiğinde ortaya çıkmaktadır (Adler, 1956). Üniversite öğrencileri de akademik ve sosyal yaşamda kendilerine bazı standartlar belirlemekte ve bu standartlara ulaşma ile ilgili anksiyete yaşamaktadır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde anksiyetenin açıklamasında aşağılık duygusu da anlamlı bir değişken olarak tespit edilmiştir ve bu sonuçlar alanyazın ile paralellik göstermektedir (Yu vd., 2020). Arkadaşlık sorunları ve yalnızlık diğer yordayıcı değişkenler olarak bulunmuştur. Üniversite eğitimi için ailesinden ayrılarak başka bir şehire yerleşen öğrenci zamanını daha çok arkadaşlarıyla birlikte geçirmektedir. Fakat bu arkadaş ilişkilerinde farklı sorunlar yaşanabilmekte ve arkadaşlarıyla sorun yaşayan üniversite öğrencileri yaşamayanlara göre daha kaygı yaşamaktadır (Öncü vd., 2013). Arkadaşları ve çevresiyle istediği anlamlı ilişkileri kuramayan öğrenciler yalnızlık yaşarlar. Geçmiş araştırmalar üniversite öğrencilerinde yalnızlık ile anksiyete arasında güçlü doğrusal bir ilişki olduğunu bildirmektedir (Moeller ve Seehuus, 2019; Richardson, Elliott ve Roberts, 2017). Bu çalışmanın sonuçları da geçmiş araştırmaları desteklemektedir. Anksiyeteyi açıklayan bir başka değişken ise kendini anlama sorunudur. Bu çalışmanın bulgularına paralel olarak, kendini anlayabilen, kendisiyle ilgili farkındalığı yüksek olan bireylerin diğerlerine göre kaygılarının daha düşük olduğu bildirilmiştir (Nezlek, 2002). Anksiyeteyi açıklayan değişkenlerden biri olan kilo kontrol sorunları anksiyete ilişkili bulunmaktadır. Aşırı kilolu olma ya da zayıf olma olarak tanımlanan kilo kontrolü anksiyete ile ilişki olduğu belirtilmektedir (Ivezaj vd., 2010; Wechsler vd., 1981). Öğrencilerin yaşadığı anksiyeteyi yordayan son değişken ise öğrencilerin ilişki sorunlarıdır. Öğrencilerin kaynağı olarak belirttikleri 10 nedenden ikisi arkadaşları ve ailesiyle yaşadığı ilişki sorunlarıdır (Beiter vd., 2015). Bu çalışmanın bulguları da alanyazın ile paralellik göstermektedir. Bu sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, öğrencilere psikolojik destek sunulan merkezlerde, üniversite öğrencilerinin yaşadığı anksiyetenin arkasında uyku sorunları, konuşma korkusu, akademik erteleme, aşağılık duygusu, arkadaşlık, yalnızlık kendini anlama, kilo kontrolü ve ilişki sorunlarının olabileceği dikkate alınmalıdır.

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları stresin yordayıcıları olarak depresyon, ebeveynle çatışma, yalnızlık, uyku sorunları, kendini anlama, ilişki sorunları, sınav kaygısı ve akademik işleri erteleme tespit edilmiştir. Diğer taraftan, kilo kontrolü, aşırı alkol kullanımı, cinsel sorunlar, konuşma korkusu, flört sorunları, ana dal seçimi, madde kullanım sorunları, aşağılık duygusu ve arkadaşlık sorunlarının öğrencilerin yaşadığı stres düzeylerini anlamlı şekilde yordamadığı tespit edilmiştir. Stres değişkeninin önemli yordayıcılarından biri olarak ebeveynle çatışma tespit edilmiştir. Üniversite yıllarında bireyler ile ebeveynleri arasında kariyer, arkadaş ilişkileri, okul faaliyetleri, romantik

ilişkiler gibi farklı konularda çatışma fikir ayrılıkları ve çatışmalar yaşanabilir. Ebeveynle yaşanan küçük çatışmalar bile görüldüğü kadar yüzeysel olmayabilir ve bireyde stres oluşturmaktadır (Arnett, 1999). Ayrıca ebeveynlik tarzları da birey-ebeveyn çatışmasını etkilemekte ve bireyin streste yaşamasında önemli olduğu görülmektedir (Wu vd., 2020). Stresi açıklayan diğer değişkenlerden yalnızlıktır. Yalnızlık insan yaşamının tüm evrelerinde bulunsa da geç ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemleri yalnızlığın en yaygın görüldüğü dönemler olarak belirtilmektedir (Qualter vd., 2015). Bu geçiş dönemindeki bireyler hayatındaki yaşadığı değişiklikler, gelişimsel ihtiyaçlar ile birlikte diğer insanlara ihtiyaç duymakta fakat bu ihtiyaçlar karşılanmadığında ise yalnızlık duymaktadır (Arnett, 2016; Qualter vd., 2015). Araştırma bulgularına paralel olarak bireyler sosyal destek aldığında (arkadaş, partner, aile) yalnız olmadığını hissetmekte ve bu da gençleri stresin yol açabileceği zorluklardan korumaktadır (Lee ve Goldstein, 2016). Stresin bir yordayıcısı olan uyku problemi (uyku gecikmesi, uyku süresi, uyku verimliliği vb.) üniversite öğrencileri arasında yaygın görülen bir sorundur (Becker vd., 2018). Bu dönemdeki düzensiz yaşam koşulları, derslerin yoğunluğu gibi nedenler bireylerde aşırı uyarılma ile birlikte uykuya dalmakta zorluk ve uyku kalitesinin düşmesine neden olabilmektedir. Uyku problemi yaşayanların öğrencilerin yaşayamayanlara oranlara stres seviyelerinin daha yüksek olduğu bildirilmektedir (Lund, Reider, Whiting ve Prichard, 2010). Öğrencilerin yaşadığı stresi yordayan başka bir değişken de ilişki sorunlarıdır. Üniversite öğrencilerinin aile, arkadaş, partner gibi kişilerarası ilişkilerinde sorunlar olması öğrencinin yaşayabileceği stresin kaynağı olarak değerlendirilmiştir (Bulo ve Sanchez, 2014). Akademik işleri erteleme ve sınav kaygısı öğrencilerin yaşadıkları stresin birer yordayıcısı olarak bulunmuştur. Alanyazında öğrenciler içinde en önemli ilk iki stres kaynağı olarak akademik performans ve başarılı olma baskısı olduğunu gösteren araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir (Beiter vd., 2015). Öğrenciler çalışabilecekleri konuları veya teslim edecekleri ödevleri son teslim tarihlerine kadar ertelediklerinde bu görevler o tarihe kadar akıllarında kalmakta ve baskı hissetmektedirler ve bu da stres düzeylerini arttırmaktadır (Shokeen, 2018). Üniversite öğrencilerine psikolojik yardım hizmetlerinde, öğrencilerin yaşadığı depresyon, ebeveynle çatışma, yalnızlık, uyku sorunları, kendini anlama, ilişki sorunları, sınav kaygısı ve akademik işleri erteleme sorunlarının öğrencilerde stresi arttırdığı göz önünde bulundurulmalıdır.

Araştırmanın bulgularına göre aşırı alkol kullanımı ve madde kullanım sorunlarının depresyon, anksiyete ve stres için modelde anlamlı birer yordayıcı olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar alanyazında bu değişkenler arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu sonuçlarla örtüşmemektedir (Cranford, Eisenberg ve Serras, 2009; Prosek, Giordano, Woehler, Price ve McCullough, 2018). Ancak alkol ve maddenin türleri, kullanımın sürelerine göre depresyon anksiyete ve stresle ilişkilerinde anlamlılık düzeyinde değişiklik gösterdiği de görülmektedir (Van vd., 2017).

Bu araştırmada alkol ve madde kullanımı depresyon anksiyete ve stresi yordama gücü üniversite öğrencilerinin diğer sorun alanlarıyla birlikte değerlendirilmiştir. Sorun alanı sıralamasında en sonlarda olan bu sorunların depresyon, anksiyete ve stresi yordama gücü sınırlı olabilir. Araştırmanın diğer bir bulgusu ise flört sorunlarının depresyon, anksiyete ve stresi anlamlı şekilde yordamadığı bulunmuştur. Araştırmada yaşanan flört sorunları ayrıntılı (fikirlerin uyuşmaması, kıskançlık, ekonomik nedenler, aile değerleri, şiddet vb.) şekilde incelenmemiştir. Sadece flört sorunlarının kapsamlı şekilde depresyon anksiyete ve şiddet ile ilişkisini içeren bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Fakat alanyazında daha özelleştirilmiş olarak yapılan çalışmalarda flört şiddetine uğrayan kadınların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin uğramayanlara göre daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Cinal, 2018; Koyuncu-Kütük, Gümüştaş ve Han-Almış, 2018).

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırma verilerinin bir üniversitenin öğrencilerinden toplanılmış olması araştırmanın bir sınırlılığıdır ve sonraki yapılacak araştırmalarda Türkiye'nin farklı bölgelerinden üniversitelerden toplanacak verilerle araştırma sonuçlarının genellenebilirliği arttırılabilir. Araştırmanın başka bir sınırlılığı ise araştırma verilerinin Covid-19 süreci içerisinde toplanılmış olmasıdır. Covid-19 ile ilgili bazı faktörler öğrencilerin yaşadığı sorunların düzeylerini arttırmış olabilir. Araştırmadaki diğer bir sınırlılık ise öğrencilere sorun yaşama ihtimalleri olan 17 sorun alanı verilip bunları derecelendirme yapmalarını istenmesidir. Sonraki araştırmalarda öğrencilerin bu sorun alanlarından farklı sorunlar yaşayıp yaşamadıkları değerlendirilebilir. Farklı yöntemlerle sorun alanları değerlendirebilir.

### Sonuç

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin yaşadığı farklı sorun alanlarının sıklığı, bu problem alanlarının depresyon, anksiyete ve stres ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuçlara göre öğrencilerin yaşadığı sorun alanlarına yönelik üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışmanlık merkezlerinde önleyici faaliyetler yürütülebilir. Öğrencilerin pek çok alanda sorun yaşadığı ve bunların depresyon, anksiyete ve stresle ilişkili olduğu göz önünde bulunduğunda öğrencilere sunulan iyileştirici psikolojik danışmanlık hizmetlerinin önemi ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle öğrencilerin psikolojik yardım hizmetlerinden yararlanabilmeleri için bilgilendirici faaliyetlerde bulunulmalıdır. Ayrıca farklı nedenlerle (salgın hastalıklar, tatiller vb.) yüz yüze psikolojik destek alamayan öğrencilere yönelik olarak çevrim içi psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri yürütülmelidir.

### Kaynaklar

Adler, A. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler*. H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Ed.). New York: Harper Torchbooks.

- Aktekin, M., Karaman, T., Senol, Y. Y., Erdem, S., Erengin, H. & Akaydin, M. (2001). Anxiety, depression and stressful life events among medical students: a prospective study in Antalya, Turkey. *Medical Education*, 35(1), 12-17.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub.
- Arcı, F., Ekini Ö. & Efendioğlu, A. (2019). Üniversite öğrencilerinin üniversite eğitimi ve yaşamına ilişkin problemleri: Bir durum çalışması. *Journal of Advanced Education Studies*, 1(2), 79-95.
- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54(5), 317-326.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Arnett, J. J. (2016). College students as emerging adults: The developmental implications of the college context. *Emerging Adulthood*, 4(3), 219-222.
- Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., ... & Kessler, R. C. (2018). WHO World mental health surveys international college student project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623-638.
- Aylaz, R., Aktürk, U., Erci, B., Öztürk, H. & Aslan, H. (2012). Relationship between depression and loneliness in elderly and examination of influential factors. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 55, 548-554.
- Bahçeci, D. (2009). Portfolyo değerlendirmenin sınav kaygısı, çalışma davranışı ve tutum üzerine etkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 169-182.
- Bayram, N. & Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43(8), 667-672.
- Becker, S. P., Jarrett, M. A., Luebke, A. M., Garner, A. A., Burns, G. L. & Kofler, M. J. (2018). Sleep in a large, multi-university sample of college students: sleep problem prevalence, sex differences, and mental health correlates. *Sleep Health*, 4(2), 174-181.
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M. & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90-96.
- Beswick, G., Rothblum, E. D. & Mann, L. (1988). Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist*, 23(2), 207-217.
- Bilgel, N. & Bayram, N. (2010). Turkish version of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42): Psychometric properties. *Archives of Neuropsychiatry*, 48(3), 118-126.

- Bodas, J. & Ollendick, T. H. (2005). Test anxiety: A cross-cultural perspective. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 8(1), 65-88.
- Bostancı, M., Özdel, O., Oğuzhanoglu, N. K., Özdel, L., Ergin, A., Ergin, N., ... & Karadağ, F. (2005). Depressive symptomatology among university students in Denizli, Turkey: prevalence and socio-demographic correlates. *Croat Med J*, 46(1), 96-100.
- Bozkurt, N. (2004). Bir grup üniversite öğrencisinin depresyon ve kaygı düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 29(133), 52-59.
- Bruffaerts, R., Mortier, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., ... & Kessler, R. C. (2018). Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *Journal of Affective Disorders*, 225, 97-103.
- Bulo, J. G. & Sanchez, M. G. (2014). Sources of stress among college students. *CVCITC Research Journal*, 1(1), 16-25.
- Bülbül, T. & Acar-Güvendir, M. A. (2014). Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin yükseköğretim yaşamına uyum düzeylerinin incelenmesi. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 397-418.
- Cash, T. F., Begley, P. J., McCown, D. A. & Weise, B. C. (1975). When counselors are heard but not seen: Initial impact of physical attractiveness. *Journal of Counseling Psychology*, 22(4), 273-279.
- Ceyhan, E. & Ceyhan, A. A. (2011). Üniversite psikolojik danışma merkezine başvuran öğrencilerin yalnızlık ve depresyon düzeyleri. *Eğitim ve Bilim*, 36(160), 65-80.
- Cinal, B. (2018). *Flört şiddeti ve flört şiddetine yönelik tutumun anksiyete ve depresyon düzeyleriyle ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
- Constantin, K., English, M. M. & Mazmanian, D. (2018). Anxiety, depression, and procrastination among students: Rumination plays a larger mediating role than worry. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 36(1), 15-27.
- Cranford, J. A., Eisenberg, D. & Serras, A. M. (2009). Substance use behaviors, mental health problems, and use of mental health services in a probability sample of college students. *Addictive Behaviors*, 34(2), 134-145.
- Demir, Y. & Kutlu, M. (2016). The relationship between loneliness and depression: mediation role of internet addiction. *Educational Process: International Journal*, 5(2), 97-105.
- Demirbilek, M. (2012). Yurtlarda kalan öğrencilerin arkadaşlık ilişkileri, arkadaşlık ilişkileriyle bağlantılı sorunları ve çözümüne yönelik bir model denemesi. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 1-24.



- Dinis, J. & Bragança, M. (2018). Quality of sleep and depression in college students: a systematic review. *Sleep Science, 11*(4), 290-301.
- Doğan, U. (2020). Lise ve üniversite öğrencilerinde sınav kaygısının karşılaştırılması. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7*(1), 35-42.
- Donat, A., Bilgiç, B., Eskiocak, A. & Koşar, D. (2019). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve çözüm önerileri. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, 9*(3), 451-459.
- Dündar, S., Yapıcı, Ş. & Topçu, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin bazı kişilik özelliklerine göre sınav kaygısının incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28*(1), 171-186.
- Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir-Çankaya, Z. & Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllülükleri. *Eğitim ve Bilim, 37*(164), 94-107.
- Fawzy, M. & Hamed, S. A. (2017). Prevalence of psychological stress, depression and anxiety among medical students in Egypt. *Psychiatry Research, 255*, 186-194.
- George, D. & Mallery, P. (2020). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference* (16. b.). New York: Routledge.
- Gilbert, P. & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: an exploration of an evolutionary view. *Psychological Medicine, 28*(3), 585-598.
- Günay, O., Öztürk, A., Arslantaş, E. E. & Sevinç, N. (2018). Internet addiction and depression levels in Erciyes University students. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 31*, 79-88.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. & Anderson, R. E. (2018). *Multivariate data analysis* (8. b.). Harlow: Cengage Learning.
- Hamachek, D. (2000). Dynamics of self-understanding and self-knowledge: Acquisition, advantages, and relation to emotional intelligence. *The Journal of Humanistic Counseling, Education and Development, 38*(4), 230-242.
- Haskan-Avcı, Ö. (2014). Üniversite öğrencilerinin evlilik öncesi ilişkilerde problem yaşadıkları ve eğitim almak istedikleri konular. *Ege Eğitim Dergisi, 15*(1), 279-299.
- Haycock, L. A., McCarthy, P. & Skay, C. L. (1998). Procrastination in college students: The role of self-efficacy and anxiety. *Journal of Counseling & Development, 76*(3), 317-324.
- He, S. (2017). A multivariate investigation into academic procrastination of university students. *Open Journal of Social Sciences, 5*(10), 12-24.
- Heimberg, R. G., Salzman, D. G., Holt, C. S. & Blendell, K. A. (1993). Cognitive—behavioral group treatment for social phobia: Effectiveness at five-year followup. *Cognitive Therapy and Research, 17*(4), 325-339.

- Hofstede, G. H. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions, and organizations across nations*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Holvast, F., Burger, H., de Waal, M. M., van Marwijk, H. W., Comijs, H. C. & Verhaak, P. F. (2015). Loneliness is associated with poor prognosis in late-life depression: Longitudinal analysis of the Netherlands study of depression in older persons. *Journal of Affective Disorders*, 185, 1-7.
- Howitt, D. & Cramer, D. (2014). *Research methods in psychology* (4. b.). Harlow: Pearson.
- Hunt, J. & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 3-10.
- Ivezaj, V., Saules, K. K., Hoodin, F., Alschuler, K., Angelella, N. E., Collings, A. S., ... & Wiedemann, A. A. (2010). The relationship between binge eating and weight status on depression, anxiety, and body image among a diverse college sample: A focus on bi/multiracial women. *Eating Behaviors*, 11(1), 18-24.
- İbrahim, A. K., Kelly, S. J., Adams, C. E. & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research*, 47(3), 391-400.
- İyigün, G., Angın, E., Kırmızıgil, B., Öksüz, S., Özdil, A. & Malkoç, M. (2017). Üniversite öğrencilerinde uyku kalitesinin mental sağlık, fiziksel sağlık ve yaşam kalitesi ile ilişkisi. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 4(3), 125-133.
- Kacur, M. & Atak, M. (2011). Üniversite öğrencilerinin sorun alanları ve sorunlarla başetme yolları: Erciyes üniversitesi örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(31), 273-297.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R. & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the national comorbidity survey replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593-602.
- Koyuncu-Kütük E., Gümüştaş, F. & Han-Almış, B. (2018). Üniversite öğrencisi kızlarda flört şiddetinin belirleyicileri ve psikiyatrik sonuçlar açısından flört dışı şiddetten farklılıkları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(2), 217-222.
- Lee, C. Y. S. & Goldstein, S. E. (2016). Loneliness, stress, and social support in young adulthood: Does the source of support matter? *Journal of Youth and Adolescence*, 45(3), 568-580.
- Lin, H. C., Tang, T. C., Yen, J. Y., Ko, C. H., Huang, C. F., Liu, S. C. & Yen, C. F. (2008). Depression and its association with self-esteem, family, peer and school factors in a population of 9586 adolescents in southern Taiwan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62(4), 412-420.
- Lovibond, P. F. & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.

- Lund, H. G., Reider, B. D., Whiting, A. B. & Prichard, J. R. (2010). Sleep patterns and predictors of disturbed sleep in a large population of college students. *Journal of Adolescent Health, 46*(2), 124-132.
- Marelli, S., Castelnuovo, A., Somma, A., Castronovo, V., Mombelli, S., Bottoni, D., ... & Ferini-Strambi, L. (2020). Impact of COVID-19 lockdown on sleep quality in university students and administration staff. *Journal of Neurology, 268*, 8-15.
- Marmorstein, N. R. & Iacono, W. G. (2004). Major depression and conduct disorder in youth: Associations with parental psychopathology and parent-child conflict. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 45*(2), 377-386.
- Moeller, R. W. & Seehuus, M. (2019). Loneliness as a mediator for college students' social skills and experiences of depression and anxiety. *Journal of Adolescence, 73*, 1-13.
- Nerdrum, P., Rustøen, T. & Rønnestad, M. H. (2006). Student psychological distress: a psychometric study of 1750 Norwegian 1st-year undergraduate students. *Scandinavian Journal of Educational Research, 50*(1), 95-109.
- Nezlek, J. B. (2002). Day-to-day relationships between self-awareness, daily events, and anxiety. *Journal of Personality, 70*(2), 249-276.
- Ohayon, M. M. & Roth, T. (2003). Place of chronic insomnia in the course of depressive and anxiety disorders. *Journal of Psychiatry Research, 37*, 9-15.
- Oswalt, S. B. & Wyatt, T. J. (2011). Sexual orientation and differences in mental health, stress, and academic performance in a national sample of US college students. *Journal of Homosexuality, 58*(9), 1255-1280.
- Ovuga, E., Boardman, J. & Wasserman, D. (2006). Undergraduate student mental health at Makerere University, Uganda. *World Psychiatry, 5*(1), 51-52.
- Öncü, B., Şahin, T., Özdemir, S., Şahin, C., Çakır, K. & Öcal, E. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ve ilişkili etmenler. *Kriz Dergisi, 21*(1), 1-10.
- Özdemir, H. & Rezaki, M. (2007). General Health Questionnaire-12 for the detection of depression. *Türk Psikiyatri Dergisi, 18*(1), 13-21.
- Prosek, E. A., Giordano, A. L., Woehler, E. S., Price, E. & McCullough, R. (2018). Differences in emotion dysregulation and symptoms of depression and anxiety among illicit substance users and nonusers. *Substance Use & Misuse, 53*(11), 1915-1918.
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., ... & Verhagen, M. (2015). Loneliness across the life span. *Perspectives on Psychological Science, 10*(2), 250-264.

- Ramón-Arbués, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B. & Antón-Solanas, I. (2020). The prevalence of depression, anxiety and stress and their associated factors in college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7001.
- Richardson, T., Elliott, P. & Roberts, R. (2017), Relationship between loneliness and mental health in students. *Journal of Public Mental Health*, 16(2), 48-54.
- 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.
- Schmidt, N. B., Buckner, J. D. & Keough, M. E. (2007). Anxiety sensitivity as a prospective predictor of alcohol use disorders. *Behavior Modification*, 31(2), 202-219.
- Senecal, C., Koestner, R. & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 135(5), 607-619.
- Shokeen, A. (2018). Procrastination, stress and academic achievement among the B.Ed. students. *Educational Quest*, 9(1), 125-129.
- Soldatos, C. R. (1994). Insomnia in relation to depression and anxiety: epidemiologic considerations. *Journal of Psychosomatic Research*, 38, 3-8.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X. & Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), e21279.
- Teppers, E., Luyckx, K., Klimstra, T. A. & Goossens, L. (2014). Loneliness and Facebook motives in adolescence: A longitudinal inquiry into directionality of effect. *Journal of Adolescence*, 37(5), 691-699.
- Topkaya, N. (2014, Nisan). *Psikolojik yardım alma niyeti ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. VIII. Üniversiteler Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sunulan bildiri, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Topkaya, N. & Meydan, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 25-37.
- Uzun-Özer, B. & Topkaya, N. (2011). Akademik erteleme ve sınav kaygısı. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(2), 12-19.

- Van Zyl, P. M., Joubert, G., Bowen, E., du Plooy, F., Francis, C., Jadhunandan, S., ... & Metz, L. (2017). Depression, anxiety, stress and substance use in medical students in a 5-year curriculum. *African Journal of Health Professions Education*, 9(2), 67-72.
- Wallace, D. D., Boynton, M. H. & Lytle, L. A. (2017). Multilevel analysis exploring the links between stress, depression, and sleep problems among two-year college students. *Journal of American College Health*, 65(3), 187-196.
- Wathelet, M., Duhem, S., Vaiva, G., Baubet, T., Habran, E., Veerapa, E., ... & D'Hondt, F. (2020). Factors associated with mental health disorders among university students in France confined during the COVID-19 pandemic. *JAMA Network Open*, 3(10), e2025591.
- Wechsler, H., Rohman, M. & Solomon, L. (1981). Emotional problems and concerns of New England college students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 51(4), 719.
- Wu, M., Xu, W., Yao, Y., Zhang, L., Guo, L., Fan, J. & Chen, J. (2020). Mental health status of students' parents during COVID-19 pandemic and its influence factors. *General Psychiatry*, 33(4), e100250.
- Xiao, H., Carney, D. M., Youn, S. J., Janis, R. A., Castonguay, L. G., Hayes, J. A. & Locke, B. D. (2017). Are we in crisis? National mental health and treatment trends in college counseling centers. *Psychological Services*, 14(4), 407-415.
- Yu, S., Zhang, C., Zhou, Y., Shi, Y. & Xu, W. (2020). Longitudinal relationship between inferiority and maladjustment among college students: The mediation of dispositional mindfulness and moderation of left-behind experience. *Children and Youth Services Review*, 116, 105249.
- Yu, Y., Yang, X., Yang, Y., Chen, L., Qiu, X., Qiao, Z., ... & Bai, B. (2015). The role of family environment in depressive symptoms among university students: A large sample survey in China. *PloS One*, 10(12), e0143612.

### Extended Summary

University years are the period of transition from adolescence to adulthood. This period is critical for university students concerning mental health and psychological well-being (Auerbach et al., 2018; Rickwood, Deane, Wilson, and Ciarrochi, 2005). Previous researches showed that mental illnesses mostly emerged in the youth years (Auerbach et al., 2018; Ibrahim, Kelly, Adams, and Glazebrook, 2013; Kessler et al., 2005). Students in Turkey experience various problems in areas such as emotional, academic, economic, adjustment, friendship, romantic, and family relations (Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya, and Terzi, 2012; Topkaya and Meydan, 2013). In addition to these problems, university students also experience mental health problems such as depression, anxiety, and stress (Fawzy and Hamed, 2017; Nerdrum, Rustøen, and Rønnestad, 2006; Ovuga, Boardman, and

Wasserman, 2006). Depression, anxiety, and stress levels (moderate or above) in university students were determined as 27.1%, 47.1% and 27%, respectively, and it was found that anxiety and stress scores were higher in female students (Bayram and Bilgel, 2008).

Mental health problems are common among university students (Bruffaerts et al., 2018; Hunt and Eisenberg, 2010; Xiao et al., 2017). Besides, problems experienced by university students can change over the decades. Therefore, It is important to identify the problem areas of university students and to examine their relationships with various variables such as depression, anxiety, and stress. By this way, preventive counseling and guidance activities for students could be planned and implemented. In this regard, this research has two aims. These are: (a) identify the problems and their frequency in university students, and (b) examine the relationship of university students' problems with depression, anxiety, and stress.

This research is a cross-sectional study examining the problems faced by university students and their relationship with depression, anxiety, and stress. Participants of the study consisted of 1372 students (974 female and 398 male). Participants' ages ranged from 18 to 35 ( $\bar{x} = 20.44$ , s.s. 2.62). The data of the study were collected by three different measurement tools. The Personal Information Form, developed by the researchers, was used to collect information about the socio-demographic characteristics of the students. The Depression Anxiety Stress Scale-42 (Lovibond and Lovibond, 1995) was used to measure students' depression, anxiety, and stress levels. This scale was adapted to Turkish by Bilgel and Bayram (2010). The Inventory of Intention to Seek Psychological Help (Cash, Begley, McCown, and Weise, 1975) was used to determine the university students' problem areas. The adaptation, validity, and reliability studies of this inventory to Turkish were carried out by Topkaya (2014).

Descriptive statistics were used to provide information about students' socio-demographic characteristics and different problems. Pearson's correlation analysis was used to determine the relationship between students' different problems with depression, anxiety, and stress. Multiple linear regression analysis was used to determine which of students' varying problems were predictors of depression, anxiety, and stress. Before the analyses were carried out, the assumptions of normality, homoscedasticity, univariate and multivariate linearity were examined (George and Mallery, 2020; Hair, Black, Babin, and Anderson, 2018).

It was found that students' most experienced problems are test anxiety, sleep problems, depression, loneliness, and self-understanding. The least common problems are sexual problems, excessive alcohol use, and substance use problems.

The regression model in which depression is considered as the dependent variable has a significant and high effect size and explains approximately 67% of total variability in depression

scores. University students who frequently experience loneliness ( $\beta = .30$ ), depression ( $\beta = .28$ ), feelings of inferiority ( $\beta = .12$ ), academic procrastination ( $\beta = .11$ ), self-understanding ( $\beta = .09$ ), conflict with parents ( $\beta = .07$ ), sleep problems ( $\beta = .06$ ) and major choice problems ( $\beta = .05$ ), have high levels of depression. The regression model created for anxiety scores is significant and has a high effect size. This model explains 48% of the total variability in anxiety scores. University students who frequently experience depression ( $\beta = .26$ ), sleep problems ( $\beta = .12$ ), fear of speaking ( $\beta = .10$ ), academic procrastination ( $\beta = .09$ ), feeling inferiority ( $\beta = .09$ ), friendship problems ( $\beta = .08$ ), loneliness ( $\beta = .07$ ), self-understanding ( $\beta = .07$ ), weight control ( $\beta = .06$ ), and relationship problems ( $\beta = .05$ ) have high anxiety levels. The model created for stress scores has a significant and high effect size. The model explains approximately 54% of the variability in stress scores. The stress levels of university students who frequently experience depression ( $\beta = .27$ ), conflict with parents ( $\beta = .16$ ), loneliness ( $\beta = .11$ ), sleep problems ( $\beta = .11$ ), self-understanding ( $\beta = .10$ ), relationship problems ( $\beta = .09$ ), test anxiety ( $\beta = .07$ ), and academic procrastination ( $\beta = .06$ ) are high.

According to the results of the research, university students mostly experience test anxiety, sleep problems, depression, loneliness, self-understanding, conflict with parents, and academic procrastination, consecutively. The least problems experienced by students are sexual problems, excessive alcohol use, and substance use problems. The problems generally focus on the academic and emotional areas. In previous studies, it was found that students mostly experienced emotional, academic, and economic problems and that students experienced less personality, smoking/substance, and sexual problems (Erkan et al., 2012; Topkaya and Meydan, 2013), and this research supports previous studies. Therefore, while providing psychological counseling and guidance services to students at universities, it should be taken into account that students primarily experience problems in academic and emotional areas.

This study reveals that the frequency of different problem areas experienced by university students and their relationship with depression, anxiety, and stress. According to these results, preventive activities can be carried out in guidance and psychological counseling centers of universities for the problem areas experienced by students. Considering that students have problems in many areas and that these are related to depression, anxiety, and stress, therapeutic psychological counseling services offered to students are important. For this reason, introductory activities should be carried out so that students can access psychological help services. In addition, online psychological counseling and guidance services should be provided for students who cannot receive face-to-face psychological support for different reasons (epidemic diseases, holidays, etc.).

### **Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı**

Bu araştırma araştırmacıların ortak katkıları ile yürütülmüştür. İlk yazar veri toplamış ve araştırmanın giriş ve tartışma bölümlerini oluşturmuştur. İkinci yazar araştırmanın yöntem ve bulgular bölümünü yazmıştır. Ayrıca ikinci yazar araştırmanın son şeklinin verilmesine de katkı sağlamıştır.

### **Destek ve Teşekkür Beyanı**

Bu araştırmada herhangi bir kurum, kuruluş ya da kişiden destek alınmamıştır.

### **Çatışma Beyanı**

Araştırmacıların araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur.

### **Etik Kurul Beyanı**

Bu araştırma, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulunun 10.12.2020 tarih ve 19/01 sayılı onayı ile yürütülmüştür.