



## The Effect of Depression, Anxiety and Stress Levels on Academic Achievement: A Study on University Students<sup>1</sup>

**Songül Dündar**

*sngldundar12@gmail.com*

*Siirt University*

*orcid.org/ 0009-0005-1135-3586*

**Mesut Soyaloğlu**

*msoyalin@hotmail.com*

*Siirt University*

*orcid.org/ 0000-0003-1475-0905*

*Corresponding Author*

*JEL Code: M10, M12, M14*

*Abstract*

*Received: 03.05.2024*

*Revised: 25.09.2024*

*Accepted: 25.09.2024*

*Available Online: 27.09.2024*

*To cite this document*

Dündar, S. & Soyaloğlu, M. (2024). The Effect of Depression, Anxiety and Stress Levels on Academic Achievement: A Study on University Students. *Equinox, Journal of Economics, Business & Political Studies*, 11 (2), 36-45. doi: 10.48064/equinox.1475133

*In this study, it was aimed to determine the effect of depression, anxiety and stress levels of university students on academic achievement. For this purpose, firstly the variables discussed in the study were explained and the literature on the relationships between the variables was examined. Then, the research hypotheses were developed by taking the obtained literature findings as reference. In order to test the hypotheses, data were collected from 103 students studying at Siirt University through a questionnaire. The data obtained were analyzed using SPSS and AMOS statistical programs. When the results of the analysis were examined, it was determined that there were significant and negative relationships between depression, anxiety and stress and academic achievement. In addition, the findings obtained as a result of simple linear regression analysis revealed that depression, anxiety and stress negatively affect academic achievement. In other words, it was determined that as students' depression, anxiety and stress levels increase, their academic achievement tends to decrease.*

*Keywords: Depression, Anxiety, Stress, Academic Success*

*Depresyon, Anksiyete ve Stres Düzeylerinin Akademik Başarıya Etkisi: Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Araştırma*

*Öz*

*Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin akademik başarı üzerindeki etkisinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda öncelikle araştırmada ele alınan değişkenler açıklanmış ve değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik literatür incelenmiştir. Sonrasında elde edilen literatür bulguları referans alınarak araştırma hipotezleri geliştirilmiştir. Hipotezlerin test edilmesi için Siirt Üniversitesinde öğrenim gören 103 öğrenciden anket aracılığıyla veri toplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS ve AMOS istatistik programları kullanılarak analiz edilmiştir. Analiz sonuçları incelendiğinde depresyon, anksiyete ve stres ile akademik başarı arasında anlamlı ve olumsuz ilişkilerin var olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca basit doğrusal regresyon analizi sonucunda elde edilen bulgular depresyon, anksiyete ve stresin akademik başarıya olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Başka bir ifadeyle öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arttıkça akademik başarılarının düşüş eğilimi gösterdiği belirlenmiştir.*

*Anahtar Kelimeler: Depresyon, Anksiyete, Stres, Akademik Başarı*

<sup>1</sup> Bu çalışma, Dr. Öğretim Üyesi Mesut SOYALIN danışmanlığında Songül DÜNDAR tarafından yürütülen TÜBİTAK 2209/A projesi kapsamında yürütülmüştür.

## 1. Giriş

Üniversite eğitimi birçok genç için akademik ve kişisel gelişim açısından kritik bir süreci ifade etmektedir. Bu süreçte öğrencilerin karşılaştığı akademik zorluklar, beklentiler ve geleceğe dair kaygılar onların psikolojik sağlıkları üzerinde derin izler bırakabilmektedir. Özellikle depresyon, anksiyete ve stres bu dönemde karşılaşılan psikolojik problemler arasında yer almaktadır. Bu problemlerin yalnızca bireylerin duygusal sağlıklarını ve sosyal yaşamlarını etkilemekle kalmayıp aynı zamanda akademik başarıları üzerinde de etki oluşturabileceği değerlendirilmektedir. Üniversite öğrencileri eğitim gördükleri süre boyunca aldıkları derslerde başarılı olarak mezun olmayı hedeflediklerinden dolayı akademik başarı düzeyi onlar için oldukça önem arz etmektedir. Bu durum bazen öğrenciler üzerinde psikolojik baskıya neden olabilmekte ve genel ruh halini etkileyebilmektedir. Üniversitede öğrenim gören bireyler sürekli olarak bu psikolojik baskı süreciyle yaşamaktadırlar. Sınavlardan başarılı olmak, derse geç kalmamak veya yeni bir şehirde yalnız olarak yaşamını sürdürmeye çalışmak öğrencilerin karşılaştıkları depresyon, anksiyete ve stres kaynakları arasında sayılabilir.

Çalışmamızın literatüre birkaç açıdan katkı sunması beklenmektedir. İlk olarak akademik başarı üzerinde etkisi olduğu düşünülen psikolojik ve duygusal sorunların tespit edilmesinin önemli bir kazanım olduğu değerlendirilmektedir. İkinci olarak çalışmayla depresyon, anksiyete ve stres gibi psikolojik değişkenlerin nasıl kontrol edilebileceğine yönelik bir takım çıkarımların yapılması sağlanmıştır. Bu araştırmada SİÜ öğrencilerinin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin belirlenmesi ve bu değişkenlerin akademik başarıları üzerinde etkisini tespit edilmesi amaçlanmıştır.

## 2. Teorik Çerçeve

Bireylerde karamsar ruh hali, suçluluk, düşük moral, dikkat bozukluğu, intihar eğilimi gibi belirtilerin tümüyle ya da bir kısmıyla nitelendirilen depresyon kavramı (Öncü, vd., 2013), duygusal durum bağlamında bilişsel, duygusal ve davranışsal birtakım değişiklikleri ortaya çıkaran duygusal bir problem olarak tanımlanmaktadır (Çutuk ve Kaya, 2018). Bu açıdan depresyon; üzüntü, ilgi veya zevk kaybı, uykusuzluk, iştahsızlık, enerji eksikliği, değersizlik veya suçluluk hislerindeki değişikliklerle ortaya çıkabilmektedir (Messias, 2019). Kaygı ve endişe ile ilgili ruhsal problemleri kapsayan bir kavram olan anksiyete ise sebebi belirsiz bir biçimde bireyin kötü bir şeyler olacakmış gibi sürekli endişe halinde olması şeklinde tanımlanmaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2015). Bu doğrultuda anksiyete, belirsiz tehditlere karşı bir tepki olarak bireylerin yaşadığı duygusal bir durum olarak ifade edilebilir (Rachman, 2012).

Araştırmada ele alınan bir diğer değişken ise stres kavramıdır. Kişinin baş etme kaynaklarının çevredeki uyaranların taleplerini karşılamada yeterli olmadığı

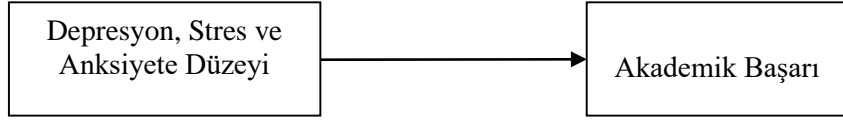
algısı olarak tanımlanan stres, insan yaşamının kaçınılmaz bir parçasıdır (Lazarus ve Folkman, 1984). Günlük yaşamda bireylerin sürekli olarak karşılaştıkları bir değişken olan stres; yoğun baskı, kaygı ve bunalmışlık hissiyle ilişkili bir deneyim olarak tanımlanmaktadır (Conrad, 2011). Pek çok genç için aile evinden uzaklaşmak ve bağımsız yaşamak, özellikle yeni bir şehre taşınmanın getirdiği yeni mali yükler ile birleştiğinde potansiyel bir stres etkeni ortaya çıkabilmektedir (Brougham, vd., 2009). Yüksek stres seviyeleri; uykuya dalma ve uykuyu sürdürmede zorluk, genel uyku kalitesinde azalma, depresyon ve anksiyete semptomlarının şiddetlenmesi de dâhil olmak üzere psikolojik sağlık üzerinde çok sayıda olumsuz etkiyle örtüştüğü için endişe vericidir (Sharpe, 2021). Buna ek olarak, genç yetişkin öğrenciler akademik faaliyetlerine bağlı olarak çok sık olmayan çeşitli stres etkenleriyle karşılaşabilmektedirler (Beiter vd., 2015). Araştırmada ele alınan son değişken ise akademik başarıdır. Akademik başarı bir öğrencinin eğitim hedeflerine ne denli ulaştığını ifade etmektedir (Steinmayr vd., 2014). Marzano (2003) ise akademik başarının bilgiyi problem çözmede kullanma ve ezber ya da sınav performansının ötesinde üst düzey düşünme becerilerini de kapsayan geniş bir kavram olduğunu ifade etmiştir. Bu tanımlamalar akademik başarının performans sonuçları, bilişsel yeteneklerin geliştirilmesi ve bilginin uygulanması gibi farklı bakış açılarıyla ifade edilebileceğini göstermektedir.

### 3. Araştırma Modeli ve Hipotezler

Öğrencilerin akademik başarı elde edebilmelerinde fiziksel, psikolojik ve sosyal değişkenlerin önemi oldukça yüksektir. Öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri de bu psikolojik değişkenler içerisinde yer almaktadır (Muslu, 2023). Depresyon, anksiyete ve stres ile akademik başarı arasındaki ilişki Bilişsel Davranışçı Teoriyle açıklanabilir. Bu teoriye göre bireylerin düşünceleri veya bilişsel varsayımları sergileyecekleri davranışları yönlendirmektedir (Özcan & Çelik, 2017). Bu bağlamda kendini yeterince başarılı görmeyen veya başarısız olacağını güçlü biçimde düşünen öğrenciler depresyon, anksiyete ve stres gibi olumsuz duygu durumlarıyla karşılaşabilir ve sonuç olarak akademik anlamda başarısız bir performans sergileyebilirler. Yapılan bir çalışmada depresyon ve anksiyetenin sınava yönelik endişeleri artırdığı ve bunun da düşük akademik performansa yol açtığı tespit edilmiştir (Owens vd., 2012). Ayrıca kaygı ve depresyon gibi ruh sağlığı bozukluklarının üniversite öğrencileri arasında oldukça yaygın olduğu ve bu durumun öğrencilerin akademik performanslarını engelledikleri çeşitli araştırmalarda vurgulanmaktadır (BlackDeer vd., 2021; Bayram & Bilgel, 2008). Bu doğrultuda aşağıda yer alan hipotezimiz oluşturulmuştur.

**H1:** Depresyon (H1a), anksiyete (H1B) ve stres (H1c) düzeyleri akademik başarı üzerinde negatif yönde ve anlamlı bir etkiye sahiptir.

## Şekil 1. Araştırma Modeli



## 4. Araştırmanın Yöntemi

### 4.1. Araştırmanın Amacı ve Örnekleme

Araştırmada öğrencilerin depresyon, stres ve anksiyete düzeylerinin akademik başarı üzerinde bir etkisi olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma kapsamında kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak Siirt Üniversitesinde öğrenim gören 103 öğrenci örneklem olarak belirlenmiştir. Katılımcıların demografik bilgileri incelenmiş ve çoğunluğun kadın (%80,6) ve 25 yaş ve altında (%93,2) olduğu görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin başarı ortalamalarının çoğunlukla 2.01-3.00 arasında (%67) olduğu tespit edilmiştir.

### 4.2. Araştırmada Kullanılan Ölçekler

Araştırmada veriler anket yöntemi ile toplanmıştır. Anket soruları ise daha önce geçerliliği ve güvenilirliği kabul edilmiş ölçeklerden elde edilmiştir. Üç bölüm olarak tasarlanan anketin birinci bölümünde Siirt Üniversitesi öğrencilerinin demografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorular yer almıştır. Anketin ikinci bölümünde katılımcıların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini tespit etmek amacıyla Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeğine ilişkin sorulara yer verilmiştir. 21 madde ve 4'lü likert tipi bir derecelendirmeye sahip olan ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmalarını Yılmaz vd., (2017) gerçekleştirmiştir. Anketin üçüncü bölümünde ise öğrencilerin akademik başarı düzeylerini belirlemek için Prevatt vd. (2011) tarafından geliştirilen Orçanlı vd. (2021) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan 17 maddeden oluşan Akademik Başarı Envanteri ölçeği kullanılmıştır.

### 4.3. Güvenilirlik ve Geçerlilik Analizi Bulguları

Değişkenlere ilişkin ölçeklerin güvenilirliklerinin tespit edilmesi için güvenilirlik analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz bulgularına göre depresyon, anksiyete ve stres ölçeğinin cronbach alfa değeri 0,798 ve akademik başarı ölçeğinin cronbach alfa değeri ise 0,805 olarak tespit edilmiştir. Bu değerler araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğunu kanıtlamaktadır.

Araştırmada ayrıca depresyon, stres ve anksiyete ile akademik başarı ölçeklerinin yapı geçerlilik durumlarının belirlenmesi için AMOS 22 istatistik programı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçeklere ilişkin indeks değerlerinin referans olarak alınan değerlerin üzerinde yer aldığı ve model uyumunun sağlandığı belirlenmiştir.

Tablo 1. Ölçeklere İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Bulguları

İndeksler	Referans Değeri	DASÖ	ABÖ
CMIN/DF	$0 < X^2/SD \leq 5$	1,806	2,048
RMR	$\leq 10$	,058	,047
CFI	$\geq 90$	,948	,917
IFI	$\geq 90$	,951	,918
TLI	$\geq 90$	,903	,902

## 5. Bulgular

### 5.1. Hipotezlerin Testi

Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkiler analiz edilmeden önce, elde edilen verilerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. (Leech, Barrett ve Morgan, 2005). Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkilerin gücünü ve yönünü tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz bulgularına Tablo 2’de yer verilmiştir.

Tablo 2. Korelasyon analizi bulguları

Değişkenler	$\bar{X}$	S.D.	1	2	3	4	5
DAS	1,93	,65	1				
Depresyon	1,92	,65	,895**	1			
Anksiyete	1,89	,81	,847**	,621**	1		
Stres	1,99	,74	,898**	,708**	,663**	1	
Akademik Başarı	2,41	,71	-,226*	-,283**	-,066	-,225*	1

\*\*p<0,01

Tablo 2’de yer alan korelasyon analizi bulguları incelendiğinde bir bütün olarak depresyon, anksiyete ve stres ( $r=-0,226$ ,  $p<0,05$ ) ile akademik başarı arasında negatif yönde ve %95 önem düzeyinde ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Değişkenler arasında ilişkinin var olduğu belirlendikten sonra hipotezlerin test edilmesi için basit doğrusal regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. İlk olarak depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin akademik başarı üzerindeki etkisi tespit edilmiştir. Sonrasında boyutlar bazında değişkenlerin akademik başarı üzerinde etkiye sahip olup olmadığı belirlenmiştir.

**Tablo 3. DAS Düzeylerinin Akademik Başarı Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken: Akademik Başarı					
Değişkenler	Beta	Standart Hata	Standardize $\beta$	t	p
DAS	-0,247	0,106	-0,226	-2,232	0,022
R <sup>2</sup>			0,51		
Düzeltilmiş R <sup>2</sup>			0,042		
F			5,436*		

\*p<0,05

Tablo 3’de görülebileceği üzere akademik başarı bağımlı değişken, depresyon, anksiyete ve stres algısı ise bağımsız değişken olarak ele alınmıştır. Kurulan regresyon modelinde F testi anlamlı çıkmış (F= 5,436 p<0,05) ve DAS değişkeninin akademik başarı değişkenin toplam varyansının %4,2'sini açıkladığı belirlenmiştir (Düzeltilmiş R<sup>2</sup>=0,042). Bu bulgulara göre depresyon, anksiyete ve stres algısının yüksek olması öğrencilerin akademik başarı düzeylerini azaltmaktadır ( $\beta$ =-0,226 ve p<0,05). Bu sonuç H<sub>1</sub>’in kabul edildiğini göstermektedir.

Depresyon, anksiyete ve stresin boyutlar bazında akademik başarı üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve tablo 4’te bulgulara yer verilmiştir.

**Tablo 4. Depresyon, Stres ve Anksiyetenin Akademik Başarı Üzerindeki Etkisi**

Bağımlı Değişken: Akademik Başarı					
Değişkenler	Beta	Standart Hata	Standardize $\beta$	t	p
Depresyon	-0,280	0,123	-0,320	-2,285	0,024
Stres	-0,147	0,141	-0,153	-1,040	0,301
Anksiyete	0,253	0,143	0,234	1,770	0,080
R <sup>2</sup>			0,110		
Düzeltilmiş R <sup>2</sup>			0,083		
F			4,062**		

\*\*p<0,01

Tablo 4 incelendiğinde depresyon düzeyinin akademik başarı üzerinde negatif ve anlamlı düzeyde ( $\beta$ =-0,320 ve p<0,05) etkilediği görülmektedir (H<sub>1a</sub> kabul). Bu bağlamda öğrencilerin depresyon düzeylerinde artış olması akademik başarıyı olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Diğer taraftan stres ve anksiyete

düzeylerinin akademik başarı üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir (Hıb ve Hıc red).

## 6. Sonuç ve Tartışma

Siirt Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmada depresyon, anksiyete ve stresin akademik başarı üzerinde etkisi olup olmadığı araştırılmıştır. Depresyon, anksiyete ve stres genel olarak üniversite öğrencileri arasında yaygındır ve artan stres etkenleriyle birlikte öğrencilerin bu duygu durumlarına maruz kalma olasılığı daha yüksektir (Huang vd., 2018). Diğer taraftan bu olumsuz duygu durumlarını etkileyen çok sayıda değişken bulunmaktadır. Bu değişkenler arasında akademik başarı, mali durum, iş/yaşam dengesi ve aile/akran desteği yer almaktadır. Bir çalışmada araştırmacılar, öğrencilerin mezun olma ve rekabet etme arzusu nedeniyle akademik olarak başarılı olma baskısını özellikle kaygı uyandırıcı buldukları sonucuna varmışlardır (Jones vd., 2018). Yapılan başka bir çalışmada ise derslerinde başarısız olduklarını ifade eden öğrencilerin başarılı olan öğrencilere oranla depresyon ve anksiyete düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir (Tunç ve Yapıcı, 2019). Araştırmada elde ettiğimiz sonuçlar bahsi geçen araştırmalarla paralellik göstermektedir. Bu bağlamda depresyon, stres ve anksiyete gibi olumsuz duygu durumları yalnızca bireylerin sosyal yaşamlarını değil aynı zamanda akademik başarılarını da etkilemektedir. Çalışmada elde edilen bulgular bu durumu kanıtlar niteliktedir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre SİÜ öğrencilerinin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin akademik başarı üzerinde olumsuz yönde etkisi olduğu ifade edilebilir. Bu açıdan öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini azaltmak için bilgilendirme, stres yönetim eğitimleri ve farkındalık çalışmalarının gerçekleştirilmesi önem arz etmektedir. Yapılan çalışmalar bu tür eğitim ve bilgilendirmelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerini azaltarak akademik başarıyı olumlu yönde etkilediğini öne sürmektedir (Ratanasiripong, vd., 2012; Brougham, vd., 2009)

Araştırmamız birtakım kısıtlara sahiptir. Öncelikle çalışma yalnızca bir üniversitedeki öğrenciler üzerinde yürütülmüştür. Gelecekte yapılacak çalışmalar farklı üniversitelerde öğrenim gören öğrencileri konu alması elde edilecek bulguların genelleştirilebilmesine olanak sağlayabilecektir. Ayrıca örneklemimizin yalnızca %19,4'ü erkek katılımcılardan oluşmaktadır ileride yapılacak çalışmalarda bu oranın daha dengeli dağılması öneri olarak sunulabilir.

## Kaynakça

- 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: The International Journal for Research in Social and Genetic Epidemiology and Mental Health Services*, 43(8), 667-672.
- 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.
- BlackDeer, A., Patterson Silver Wolf, D. A., Maguin, E., & Beeler-Stinn, S. (2021). Depression and anxiety among college students: understanding the impact on grade average and differences in gender and ethnicity. *Journal of American college health*, 1-12.
- Brougham, R. R., Zail, C. M., Mendoza, C. M., & Miller, J. R. (2009). Stress, Sex Differences, and Coping Strategies Among College Students. *Current Psychology*, 28(2), 85-97.
- Conrad, C. D. (Ed.). (2011). *The handbook of stress: Neuropsychological effects on the brain*. John Wiley & Sons, Inc.
- Çutuk, Z. A. & Kaya, M. (2018). Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği (Dass-42) Lise Formu: Türkçe Geçerlik Ve Güvenirliği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(68), 1327-1336.
- Huang, J., Nigatu, Y. T., Smail-Crevier, R., Zhang, X., & Wang, J. (2018). Interventions for common mental health problems among university and college students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Psychiatric Research*, 107, 1-10
- Jones, P. J., Park, S.Y., & Lefevor, G.T. (2018). Contemporary college student anxiety: The role of academic distress, financial stress, and support. *Journal of College Counseling*, 21(3), 252-264
- Leech, N. L., Barrett, K. C. & Morgan, G. A. (1994). *SPSS for Intermediate Statistics: Use and Interpretation*. Second Edition, Lawrence Erlbaum Associates: London.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer
- Lovibond, S. H. & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. (2nd. Ed.) Psychology Foundation.



- Marzano, R. J. (2003). *What Works in Schools: Translating Research into Action*. ASCD.
- Messias, E. (2019). *From depression to happiness: A positive psychiatry prescription for life after depression*. Cambridge Scholars Publisher.
- Muslu, M. (2023). Öğrencilerde akademik başarının artırılmasında masanın dört ayağı; beslenme, uyku, fiziksel aktivite ve sosyal yaşam. *SBGY*. 4(1), 17-25.
- Orçanlı, K., Bekmezci, M., ve Boztoprak, H. (2021). Üniversite Öğrencileri İçin Akademik Başarı Envanteri Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(37), 3999-4026.
- Owens, M., Stevenson, J., Hadwin, J. A., & Norgate, R. (2012). Anxiety and depression in academic performance: An exploration of the mediating factors of worry and working memory. *School Psychology International*, 33(4), 433-449.
- Öncü, B., Şahin, T., Özdemir, S., Şahin, C., vd. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ve ilişkili etmenler. *Kriz Dergisi*, 21(1), 1-10.
- Özcan, Ö. & Çelik, G. G. (2017). Bilişsel davranışçı terapi. *Türkiye Klinikleri*, 3(2), 115-120.
- Öztürk, M. O. & Uluşahin, N. A. (2015). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Ratanasiripong, P., Ratanasiripong, N., Kathalae, D., (2012). Biofeedback Intervention for Stress and Anxiety among Nursing Students: A Randomized Controlled Trial. *International Scholarly Research Notices*, 827972, 5, 2012.
- Rachman S. (2012). Health anxiety disorders: A cognitive construal. *Behaviour Research and Therapy*, 50, 7-8.
- Sharpe K. M. (2021). "Stress, Depression, And Anxiety, Oh My: Examining The Effects Of A Single-Session Seminar On Depression And Anxiety Symptomatology". A Thesis For The Degree Of Master.
- Steinmayr, R., Meißner, A., Weidinger, A. F., & Wirthwein, L. (2014). *Academic Achievement*. Oxford Bibliographies in Psychology.
- Tunç A. Y. & Yapıcı G. (2019). Bir tıp fakültesindeki öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin değerlendirilmesi. *Turk J Public Health*, 17(2), 153-168.

Dünder, S. & Soyalın, M. (2024). The Effect of Depression, Anxiety and Stress Levels on Academic Achievement: A Study on University Students. *Equinox, Journal of Economics, Business & Political Studies*, 11 (2), 36-45. doi: 10.48064/equinox.1475133

Yılmaz, Ö., Boz, H., & Arslan, A. (2017). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (Dass 21) Türkçe Kısa Formunun Geçerlilik-Güvenilirlik Çalışması. *Finans Ekonomi Ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-91.