

## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DEPRESYON, BİLİŞSEL ÇARPITMALAR VE AKADEMİK BAŞARI

Yard. Doç. Dr. Betül AYDIN\*

### GİRİŞ

Duygu-durum değişikliği, belirti, sendrom veya hastalık olarak tanımlanabilen depresyonun çağımızın en yaygın psikolojik sorunlarından biri olduğu kabul edilmektedir. Bu olguya paralel olarak da depresyonun oluşumuna ve tedavisine yönelik çeşitli disiplinlerde birçok kuramsal ve uygulamalı çalışmalar yapılmaktadır.

Bu kuramlar arasında depresyonun oluşum ve tedavisine yönelik geliştirilen psikolojik kuramlardan Beck'in (1967,1976,1984) "Bilişsel (Cognitive) Kuram"ı en yaygın ve güncel olanlardan biridir. Beck, depresyonun içeriğinde duygu-durum değişikliği ile birlikte bilişsel, fizyolojik ve dürtü yönlerinin de olduğunu ileri sürmektedir.

Beck (1972) depresyon belirtilerini emosyonel, bilişsel ve motivasyonel, fiziksel ve vejetatif belirtiler olmak üzere üç sınıfta değerlendirir. Emosyonel belirtilerin kapsamında kederli duygu-durum, kendinden hoşnutsuzluk, doyumsuzluk, ilgi azalması, ağlama nöbetleri ve neşesizlik yer almaktadır.

Bilişsel ve motivasyonel belirtileri ise düşük kendilik değeri, olumsuz beklentiler, kendini suçlama ve eleştirme, kararsızlık, çarpıtılmış beden imgesi, motivasyon azalması ve intihar istekleri içermektedir. Fiziksel ve vejetatif belirtilerin kapsamında ise, iştahsızlık, uyku bozukluğu, cinsel dürtü kaybı ve yorgunluk vardır.

Beck'in modelinde depresyonun oluşumundan öncelikle bilişler (cognition) sorumludur. Duygulanım (affection) bozukluğundan da düşüncelerin bozulması sorumlulu tutulmaktadır. Depresyonun oluşumuna neden olan bilişsel yapılar ise Bilişsel Üçlü (cognitive triad), Bilişsel Şemalar (cognitive schemata) ve Bilişsel Hatalardır (cognitive errors).

Bilişsel üçlü kişinin kendisini, çevresini ve geleceğini olumsuz değerlendirmesini kapsamaktadır. Kişi kendini değersiz, yetersiz ve kusurlu biri olarak değerlendirirken olumsuz benlik-kavramı kişinin kendisini inkâr etmesine sebep olur. Ayrıca kişi çevresinin ve yaşamının anlamını inkâr etmektedir. Yaşamda amaçlara ulaşırken engeller ve zorluklar vardır. Bunlar kendisini yenilgilere ve başarısızlıklara götürecektir. Sonuçta kişi geleceğini de olumsuz görmektedir. Gelecek te güncel problemleri içerecektir.

Depressif kişi kendisi, yaşantısı ve geleceğe yönelik olumsuz yargılara varırken kullandığı süreçlere, bilişsel çarpıtma şemaları denilmektedir. Şema Beck'e (1964) göre bir ayıklama, kodlama ve değerlendirme sistemidir ve kişinin daha önceki yaşantısının ve öğrenmesinin sonucunda belirlenir. Sözkonusu bilişsel çarpıtma şemaları ise: keyfi yordama, seçici soyutlama, aşırı genelleme, abartma ve küçültme, kişileştirme, ve mutlakiyetçi düşünmedir. Kısaca, kişinin yaşantısını gerçekdışı algılama ve yorumlamasıdır (Beck. 1967).

Depresyon durumunda ortaya çıkan bu çarpıtmalara Beck (1972), otomatik düşünceler (automatic thoughts) olarak isimlendirmiştir. Otomatik düşünceler formüle edilmiş, somut, kısa cümlelerdir. Anı oluşurlar ve belirli bir mantık sıralamaları yoktur; istemsiz olarak ortaya çıkarlar. Oldukça özerk olan bu düşünceler genellikle kişinin zihnini meşgul eden temayı kapsarlar, nesnel geçerlilikleri olmakla beraber kişi depresyonda olduğu sürece varlıklarını sürdürürler (Beck 1976).

\*M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü Öğretim Üyesi.

Beck'in (1972,1976,1984) bilişsel kuramında depresyondan olumsuz bilişlerin sorumlu olduğu varsayılmaktadır. Çarpık, bilişsel şemaların kişinin düşünce sistemini etkilemesi sonucunda depresyon oluşmaktadır.

Beck'in bilişsel kuramını temel alan çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Depressiflerin kendileri ile ilgili olumlu olaylara olumsuz olaylara nazaran daha düşük beklenti içinde oldukları saptanmıştır (Lewinsohn ve ark. 1982). Ayrıca depressif öğrencilerin depressif olmayanlara göre fazla aşırı genelleme yaptıkları da saptanan bulgulardandır (Carver ve Ganellen 1983).

Otomatik düşünce ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirliğe yönelik (Harrel ve Ryon 1983) çalışmalar olduğu gibi Beck'in modeli ile Seligman'ın öğrenilmiş çaresizlik modeli incelemeleri de yapılmıştır (Eaves ve Rush 1984; Aydın 1984). Ülkemizde yapılan çalışmalarda depressiflerin bilişsel çarpıtmaları anlamlı düzeyde daha çok kullandıkları saptanmıştır (Tegin 1980,1987; Aytar 1987).

Dünya Sağlık Örgütü'nün verilerine göre depresyon veya depressif duygu durumu dünya nüfusunda % 3 olarak değerlendirilirken, üniversite gençliğinin de ön sıralarda yer alan psikolojik sorunlarından biri olarak kabul edilmektedir (Anderson Harowitz, 1983; Priesmeyer, O'Neil, Lancee, Freeman 1986; Özbek ve ark. 1973). Üniversite gençlerinin en yaygın psikolojik sorunu olan depresyonun başarı-başarısızlıkları algılamada (Pyszczynski, Greenberg 1985), öğrenme ve akademik başarıda önemli olduğu belirtilmiştir (Zarantonello ve ark. 1984; Dweck 1975; Andrews ve Debus 1978). Ülkemizde yapılan bir araştırmada depresyon duygu durumunun üniversite öğrencilerinin ders çalışma tutum ve alışkanlıklarını anlamlı olarak etkileyen bir faktör olduğu da değerlendirilmiştir (Aydın 1989).

Bu çalışmanın amacı, depresyon ve bilişsel çarpıtmalarla, akademik başarı arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Bu amaç doğrultusunda üniversite öğrencilerinin depresyon duygu-durumu ve olumsuz otomatik düşünce düzeylerinin akademik başarı ile ilişkisi incelenmiştir.

Araştırmanın temel amaçları şunlardır.

1. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeylerinin hangi ölçüde olduğunun saptanması.
2. Üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ile olumsuz otomatik düşünceleri arasında nasıl bir ilişki olduğunun belirlenmesi.
3. Öğrencilerin akademik başarılarının ve olumsuz düşünce sıklığının depresyon düzeylerinden etkilenip etkilenmediğinin saptanması.
4. Öğrencilerin depresyon düzeyi, olumsuz otomatik düşünce sıklığı ve akademik başarılarının cinsiyet farkından nasıl etkilendiğinin incelenmesi.
5. Üniversite öğrencilerinde depresyon duygu-durumu, olumsuz otomatik düşünceler ve akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi.
6. Üniversite öğrencilerinde olumsuz otomatik düşünce sıklığı ve akademik başarının öğrencilerin depresyon düzeylerini yordayıcı (kestirici) özellikler olup olmadığının saptanması.

Araştırmanın genel amacında öğrencilerin depresyon düzeyleri bağımsız değişkeni, olumsuz otomatik düşünceler ve akademik ortalamalar da bağımlı değişkeni oluşturmuştur.

Amaçlar doğrultusunda araştırmanın genel hipotezi, depresyon düzeyi ve olumsuz otomatik düşünceler ile akademik başarı arasında ters yönde bir ilişki vardır, şeklinde yapılandırılmıştır. Geliştirilen hipotezler ise şunlardır:

1. Üniversite öğrencilerinin BDÖ (Beck Depresyon Ölçeği) ve ODÖ (Otomatik Düşünceler Ölçeği) puanları normal popülasyonun puanları ile eşdeğerdedir.
2. BDÖ, ODÖ ve akademik not ortalaması erkeklere nazaran kız öğrencilerde daha yüksektir.

3. Öğrencilerin BDÖ'den aldıkları puanlar arttıkça ODÖ puanlarında da artma olacaktır.

4. Öğrencilerin BDÖ puanları arttıkça akademik not ortalamaları düşecektir.

5. Öğrencilerin ODÖ puanları arttıkça akademik not ortalamaları düşecektir.

6. BDÖ puanlarının yüksek veya düşük olması öğrencilerin akademik not ortalamalarında ve ODÖ puanlarında farklılık yaratacaktır.

7. BDÖ bağımlı (kestirilen) değişken olarak değerlendirildiğinde, akademik ortalama ve ODÖ puanlarının kestirici (yordayıcı) bir özelliği vardır.

Aşağıdaki özellikler ise, bu araştırmanın temel sayılıları (assumptions) olarak kabul edilmiştir:

1. Araştırmada kullanılan BDÖ (Beck Depresyon Ölçeği) depresyon düzeyini ölçmek için geçerli bir araçtır.

2. Araştırmada öğrencilerin olumsuz otomatik düşüncelerini saptamada kullanılan ODÖ (Otomatik Düşünceler Ölçeği) geçerli bir araçtır.

3. Akademik ortalama akademik başarıyı belirlemek için esas alınmış olan kriterdir.

4. Örneklem grubunun ülkemiz üniversite gençliğini yansıtan bir grup olduğu kabul edilmiştir.

Uygulamanın yapıldığı öğrenci grubunun özellikleri araştırmanın sınırlarını belirlemiştir. Örneklem grubu büyük bir şehirde bulunan Üniversitenin bir Fakültesinde 9 ayrı Bölümde okuyan öğrenciler tarafından oluşturulmuştur. Ayrıca araştırmanın kesitsel (cross-sectional), belli bir zaman kesitini içermesi, boylamsal (longitudinal) olmaması da başka bir sınırlılığı yansıtmaktadır.

## YÖNTEM

### Denekler

Araştırma Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesinin 9 farklı Bölümünde okuyan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 338 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Deneklerin 198'i kız, 140'ı ise erkektir. Bu deneklerin Bölümlere göre dağılımları tablo halinde (Tablo I) verilmiştir.

Tablo I- Deneklerin Bölümlere Göre Dağılımı, Yaş Ortalamaları ve SD Değerleri

Bölümler	n	Yaş Ortalamaları	SD
Resim	19	21,89	3,48
İngilizce	65	21,92	2,49
Rehberlik ve Psikolojik Danışma	78	19,33	1,47
Müzik	12	21,33	1,78
Almanca	62	21,05	2,59
Kimya	12	19,25	0,75
Matematik	45	20,49	1,25
Coğrafya	7	19,71	1,25
Türk Dili ve Edebiyatı	38	18,71	1,01
Genel	338	20,45	2,31

### Veri Toplama Araçları

Çalışmada Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ) ile birlikte öğrencilerin cinsiyet, bölüm, yaş ve bir önceki dönemdeki akademik ortalama değişkenlerine ilişkin bilgilerin verilebileceği kısa bir bilgi formu kullanılmıştır.

#### A. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)

BDÖ, Beck (1961) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekteki depresyon belirtileri klinik gözlem ve verilere dayanarak hazırlanmıştır. Ölçek 21 belirti kategorisi ve her bir kategorinin dört kendini değerlendirme maddesinden oluşmuştur. Bu maddeler 0-3 arası puan almaktadır ve ölçekte alınabilecek en yüksek puan 63'tür.

21 belirti kategorileri şunlardır: (1) Duygu-durum; (2) Karamsarlık; (3) Başarısızlık hissi; (4) Doyumsuzluk; (5) Suçluluk duygusu; (6) Kendinden hoşnutsuzluk; (7) Kendini suçlama; (8) İntihar istekleri; (9) Ağlama nöbetleri; (10) Sinirlilik; (11) Sosyal geri çekilme; (12) Kararsızlık; (13) Beden imgesinin çarpıtılması; (14) Çalışmanın ketlenmesi; (15) Uyku bozukluğu; (16) Yorgunluk; (17) İştah azalması; (18) Kilo kaybı; (19) Bedensel yakınmalar; (20) Cinsel dürtü kaybı; (21) Cezalandırılma hissi.

Bir öz-değerlendirme ölçeği olan BDÖ, yüksek derecede geçerlik ve güvenilirlik gösteren bir ölçek olarak bildirilmiştir (Beck ve Beamesderfer 1974; Beck ve ark. 1961; Metcalfe ve Goldman 1965). Bu çalışmada çevirisi, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Tegin (1980) tarafından yapılan BDÖ Türkçe Formu kullanılmıştır. Tegin, ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısını 65; iki yarım korelasyon katsayısı-

nı da normallerde 78 ve depressif hastalarda da 61 olarak saptamıştır. Yapılan güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları BDÖ'nün depressif belirtileri ve depresyon düzeyini değerlendirmede uygun bir ölçüm aracı olduğunu belirtmektedir.

## B. Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ)

ODÖ, Hollon ve Kendall (1980) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, depresyonla ilişkili olan olumsuz otomatik düşüncelerin belirlenmesi ve ortaya çıkma sıklığını ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir öz-değerlendirme ölçeğidir. Ölçekteki her madde 5 kategoride (hiçbir zaman, bazen, oldukça sık, sık sık, her zaman) değerlendirilir. Ölçekte alınabilecek puanlar 30-150 arasında değişebilmektedir.

ABD'de ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğinin yüksek olduğu belirlenmiştir (Dobson ve Breiter 1983; Harrell ve Ryon 1983; Hollan ve Kendall 1980). Ülkemizde Aytar'ın (1987) çalışmasında ölçeğin BDÖ ile .77; MMPI-D ile .59 katsayılı bir ilişkisi olduğu saptanmıştır. Bir başka çalışmada ise ölçeğin BDÖ ile .67 korelasyon katsayısı saptanmıştır (Yeniçeri 1987). ODÖ-iki-yarım yöntemi ile yapılan güvenilirlik çalışmasında korelasyon katsayısı .95 bulunarak iç tutarlılığı olan güvenilir bir ölçek olduğu bildirilmiştir (Aytar 1987).

## Uygulama

Beck depresyon ölçeği ve otomatik düşünceler ölçeği deneklere seçkisiz (random) örneklem yöntemi ile yönergeler açıklanarak, gruplar halinde uygulanmıştır. Uygulama, 1990 senesinin birinci ayı içinde sadece gönüllü öğrenciler üzerinde yapılmıştır.

## Analiz

Araştırmanın verileri SPSS paket programı ile değerlendirilmiştir. Araştırmada farklar " t testi " istatistiksel yöntemi ile incelenirken, BDÖ ve ODÖ ile akademik başarı arasındaki ilişki "Pearson Çarpım Momenti Korelasyon Katsayısı" ve "Regresyon Analizi" ile gerçekleştirilmiştir.

## BULGULAR

Araştırmanın amaç ve hipotezleri doğrultusunda sorulan sorulara ilişkin analiz bulgularına geçmeden önce örneklemin değişkenlerinden elde edilen değerlerin dağılımı ve ortalama puanları Tablo II'de verilmiştir.

Tablo II- Örneklerin Genel ve Cinsiyete Göre BDÖ, ODÖ ve Akademik Başarı Değerleri

	BDÖ		ODÖ		Akademik Ortalama	
	M	SD	M	SD	M	SD
Genel n=338	11,59	8,90	50,81	15,85	64,31	9,90
Kızlar n=198	10,76	7,77	50,60	15,92	65,44	9,37
Erkekler n=140	12,75	10,29	51,11	15,79	62,69	10,43

Cinsiyet farkına bağlı olarak BDÖ, ODÖ ve akademik not ortalamaları karşılaştırması t-testinden yararlanarak gerçekleştirilmiştir. BDÖ'de cinsiyete bağlı olarak anlamlılık ( $t = -2,03$ ,  $p < 0,05$ ) saptanmıştır. Ayrıca, akademik ortalamalar da anlamlılık saptanan diğer değişkendir ( $t = 2,54$ ,  $p < 0,013$ ). ODÖ'de ise cinsiyet farkından kaynaklanan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

BDÖ, ODÖ ve akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi çalışmanın temel amaçlarından birini oluşturmaktadır. Bu nedenle, değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson Çarpım Momenti Korelasyon Katsayısı ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo III'de verilmiştir.

Tablo III- BDÖ, ODÖ ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkilerin Pearson Çarpım Momenti Korelasyon Katsayısı Değerleri

	BDÖ	ODÖ	Akademik Ortalama
BDÖ		0.63 $p < 0.001$	-0.14 $p < 0.01$
ODÖ			-0.10 $p > 0.05$

ODÖ ile BDÖ arasında ( $r = .63$ ,  $p < 0.001$ ) olumlu ve anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. İkinci derecedeki ilişki ise BDÖ ile akademik ortalama arasında ( $r = -.14$ ,  $p < 0.01$ ) ters yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. En zayıf ilişki ise, ODÖ ile akademik ortalamalar arasında ( $r = -0.1$ ,  $p > 0.05$ ) bulunan ilişkidir. Ancak, bu ilişkinin anlamlı olmadığı saptanmıştır.

Araştırmanın altıncı hipotezi, depresyon düzeylerinin yüksek veya düşük olması öğrencilerin akademik not ortalamaları ve otomatik düşünce ölçeği puanlarında fark yaratacağı şeklinde ileri sürülmüştür. Bu hipotezin sınanması için BDÖ'de 14 kesme noktası kabul edilmiştir. 14'ün altında puan alanlarla 14 ve üstünde puan alanlar akademik ortalama ve ODÖ'den aldıkları puan ortalamaları itibariyle t-testiyle karşılaştırılmıştır. Sonuçlar Tablo IV'de verilmiştir.

Tablo IV- BDÖ'e Kesme Noktasında ODÖ ve Akademik Ortalamaların Karşılaştırılması

	ODÖ			Akademik Ortalama		
	M	SD	t	M	SD	t
338						
13 ve altı n=231	44,75	10,71	-10,59	65,06	9,89	2,07
14 ve üstü n=107	63,89	17,23	$p < 0.0001$	62,68	9,77	$p < 0.04$

BDÖ'den yüksek ve düşük puan alanların ODÖ ve akademik ortalamaları da anlamlı olarak farklı bulunmuştur.

Araştırmanın sonuncu hipotezi ise, depresyon kestirilen değişken olarak değerlendirildiğinde akademik ortalama ve ODÖ puanlarının kestirici özelliği vardır şeklindedir. Hipotezi sınamak için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Akademik ortalamasının ( $F= 114,21, p<0.001$ ) en yüksek kestirici özelliği olduğu, ikinci derecede de ODÖ'nün ( $F= 3,62, p<0.05$ ) depresyon düzeyini kestirici özellik gösterdiği saptanmıştır.

Tablo V, Üniversite Öğrencilerinin BDÖ Puanları ile ODÖ ve Akademik Başarı Arasındaki Regresyon Analizi

Kestirilen Değişken	:	BDÖ			
Kestirici Değişkenler		Çoklu Determinasyon Katsayısı $R^2$	Beta	F	P
Akademik Ortalama		0,405	-0,08	114,21	0,001
ODÖ		0,399	0,62	3,62	0,05

## TARTIŞMA

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri ve bilişsel çarpıtmaları Beck modeline göre incelenirken, sözkonusu değişkenlerin akademik başarı ile ilişkileri çalışmanın genel amacını oluşturmuştur.

Araştırmanın temel amaçlarından ilki, üniversite öğrencilerinin BDÖ'ye göre depresyon düzeylerinin saptanmasıdır. Bu çalışma genel depresyon ortalamasının ( $M= 11,59; SD= 8,90$ ), Aytar'ın normal erişkinler ve Yeniçeri'nin (1987) lise öğrencileri ortalamalarından biraz daha yüksek çıkmasına rağmen Beck'in önerdiği, depresyonun sözkonusu olmadığı değerlendirme aralığı içinde kaldığı bulunmuştur.

Bu çalışma gözlenen olumsuz otomatik düşünceler ölçeğinin ortalamaları ( $M= 50,81; SD= 15,85$ ) ise Aytar'ın normal erişkinlerden oluşan örnekleminde ziyade, Yeniçeri'nin lise öğrencilerinden oluşan örnekleminin ortalamasına daha yakın bulunmuştur. Böylece, öğrenci kesiminin olumsuz otomatik düşünce sıklığının normal erişkinlerden biraz daha yüksek olduğu kanaatine varılmıştır.

Depresyon düzeyi, olumsuz otomatik düşüncelerin sıklığı ve akademik başarı değişkenleri cinsiyet farkına göre incelenmiştir. Kızlar ( $M= 10,76; SD= 7,77$ ) erkeklerle ( $M= 12,75; SD= 10,29$ ) göre daha düşük depresyon puanı ortalamalarına sahip olmuşlardır; ancak, akademik ortalama kızlarda ( $M= 65,44; SD= 9,37$ ), erkeklerde ( $M= 62,69; SD= 10,43$ ) göre daha yüksek bulunmuştur. BDÖ cinsiyete bağlı olarak ( $t= -2,03; p<0,05$ ) anlamlı bulunurken, akademik ortalama da ( $t= 2,54; p<0,013$ ) anlamlı bulunmuştur. ODÖ'nde cinsiyet farkından kaynaklanan bir anlamlılığa rastlanmamıştır.

Bu sonuçlar doğrultusunda çalışmanın ikinci hipotezi kısmen doğrulanmıştır. Oysa genel literatür kız öğrencilerin gerek depresyon puanı ve gerekse çalışmaya yönelik ölçeklerde genellikle daha yüksek ortalamalara sahip olduklarını belirtmektedir (Stein, Griffin 1983; O'Neil, Lancee, Freeman 1984; Aydın 1988). Çalışmamızda kız ve erkek öğrencilerde ortaya çıkan bu farklı bulgu, öğrencilerin depresyon puanlarının içinde buldukları fakülte'nin kazandıracığı sosyal imkanlarla birlikte dik-

kate alınmasının uygun olacağını düşündürmektedir.

Araştırmanın genel amacını değerlendirmek için depresyon düzeyi, olumsuz otomatik düşünceler sıklığı ve akademik ortalamalar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Depresyon düzeyi (BDÖ) ile olumsuz otomatik düşünceler (ODÖ) arasında sağlam, anlamlı, doğrusal bir ilişki ( $r=0,63$ ;  $p<0,001$ ) olduğu bulunmuştur. BDÖ ile akademik ortalamalar arasındaki ilişki de ters yönde ( $r= -0,14$ ;  $p<0,01$ ) zayıf ancak anlamlı çıkmıştır. ODÖ ile akademik ortalamalar arasındaki ilişki de ( $r= -0,10$ ;  $p>0,05$ ) ters yönde, zayıf ancak anlamlı olarak bulunmamıştır.

Çalışmada ele geçen veriler, üniversite öğrencilerinde depresyon düzeylerinin artması ile akademik başarılarının düşmesi arasında zayıf derecede de olsa bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Söz konusu olan ilişki, ülkemizde depressif belirtilerle akademik ortalamaya esas alınarak üniversite ve lise öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen diğer çalışmalarla tutarlıdır (Aydın 1988; Yeniçeri 1987).

Öğrencilerde BDÖ ile ODÖ arasındaki anlamlı ve sağlam ilişki, Hollon ve Kendall'ın (1980) sonuçlarıyla olduğu gibi Aytar'ın (1987) bulgularıyla da yakın benzerlik göstermektedir.

Öğrencilerde hafif veya orta derecedeki depresyonun söz konusu olup olmaması ile akademik başarının nasıl etkileneceği de incelenmiştir. Beck'in (1972) ölçek puanlarını sınıflandırmasında 14 ve üstü depresyonun varlığına işaret etmektedir. Bu nedenle, 13'ün altı ile 14 ve üstü depresyon puanı alanların akademik ortalamalarının ( $t= 2,07$ ;  $p<0,04$ ) karşılaştırılması anlamlı bulunmuştur. Ayrıca, ODÖ ortalamaları da söz konusu kriterlere göre karşılaştırılmış ( $t= -10,59$ ;  $p<0,001$ ) ve yine anlamlı çıkmıştır. Verilerin ışığında akademik ortalamaların ve olumsuz otomatik düşünce sıklığının depresyona bağlı olarak etkilendiği ve ortalamaların depresyon düzeylerinden bağımsız olmadığı görülmüştür.

Olumsuz otomatik düşünce sıklığı ile sağlam ve olumlu bir ilişki gösterirken, akademik ortalamaya ile de ters yönde, zayıf ancak yine anlamlı ilişki gösteren depresyon düzeyinin aynı değişkenler tarafından kestirilebilecek bir değişken olup olmadığı çalışmanın sonuncu amacıdır. Yapılan regresyon analizinde, akademik ortalamaya ( $F= 114,21$ ;  $p<0,001$ ) en yüksek kestirici özelliği olan değişken, olumsuz otomatik düşünce sıklığı ( $F= 3,62$ ;  $p<0,05$ ) ise ikinci derecedeki kestirici değişken olarak tesbit edilmiştir. Depresyon düzeyi ile akademik ortalamalar arasında zayıf bir ilişki olmasına rağmen, akademik ortalamaların depresyonu yordayıcı (kestirici) özelliğinin daha kuvvetli olduğu tesbit edilmiştir (Tablo V). Böylece, depresyon düzeyinin akademik ortalamaya ve olumsuz otomatik düşünceler ortalamaları ile yordayabilen özellikte bir değişken olduğu görülmüştür.

Üniversite gençliğinin bir kesimini yansıtan bu örneklem grubunda depresyon duygu-durumunun akademik alandaki önemi değerlendirilirken, akademik başarıya güçlendirici çalışmaların çeşitli boyutlarda ele alınmasının yararlı olacağı kanısına varılmıştır.



## KAYNAKLAR

Anderson C.A. ve Harowitz I.M. (1983). : "Attributional Style of Lonely and Depressed People" **Journal of Personality and Social Psychology**,Jan,45(1)127-36.

Aydın,B. (1989). : "Üniversite Öğrencilerinin Bir Kesiminde Çalışma Alışkanlıkları ve Tutumları ile Depresyon Seviyelerinin İncelenmesi " **Eğitim bilimleri Derg.** 1,8-15.

Aydın,G.(1988). : "Üniversite öğrencilerinde Depresyon ,Açıklama Biçimi ve Akademik Başarı İlişkisi" , **Psikoloji Dergisi** ,6,22,6-13.

Aytar, G. (1987). : "Depresyondaki Düşünce Bozukluklarının Bilişsel Kuram Açısından İncelenmesi", **Yayınlanmamış Doktora tezi**, İ.Ü.

Beck, A.T ve ark., (1961). : " An Invertry for Measuring Depression" **Archives of General Psychiatry**, 4,561-571.

Beck, A.T. (1967). : "Depression: Clinical, Experimental and Theoretical Aspects" New York, Hoeber.

Beck,A.T. (1972). : "Depression: Causes and Treatment. Pensylvania., University of Pensylvania Press.

Beck, A.T. (1976). : "Cognitive Therapy and the Emotional Disorders", New York, New American library.

Beck, A.T. ve ark., (1984). : "Cognitive Therapy of Depression", NewYork, Guilford Press.

Grabow,R.W, ve Burkhart B.R. (1986). : "Social Skill and Depression: A test of Cognitive and Behavioral Hypothese" **Journal of Clinical Psychology**, Jan, 42(1), 21-7.

Harrell, T.H ve Ryon, N.B. (1983). : "Cognitive-Behavioral Assessment of Depression: Clinical Validation of the Automatic Thoughts Questionnaire, **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, 51,721-725.

Hollon, S.D. ve Kendall,P.C. (1980). : "Cognitive Self-Statements in Depression: Development of an Automatic Thoughts Questionnaire," **Cognitive Therapy and Research**, 4,383-395.

O'Neil, Lancee, Freeman (1984).: "Help Seeking Behaviors of Depressed Students" **Social Sciences Medline** 18 (6), 511-4.

Pyszczynski, T. ve Greenberg J. (1985). : "Depression and Preference for Self-Focusing Stimuli After Success and Failure", **Journal of Personality and Social Psychology**, October 45(4), 1966-75.

Stein, N ve Sanfilipo, M. (1985). : "Depression and the Wish to be Held" **Journal of Clinical Psychology**, 41(1), 3-9.

Tegin, B. (1987). : "Depresyonda Bilişsel Süreçler: Beck Modeline Göre Bir İnceleme", **Psikoloji Dergisi**, 6,21,116-123.

Yeniçeri, N. (1987). : "An Investigation of the Relationship Between Depression and School Achievement in Adolescents", **Yayınlanmamış Y. Lisans Tezi**, B.Ü.