

Genişletilmiş Bir Ön Görüşme Formu Aracılığıyla Üniversite Öğrencilerinin Psikososyal Sorunlarının İncelenmesi

Akın Cihan^a, Deniz Albayrak Kaymak^b, Hande Sart^c ve
Zeynep Aydın Sünbül^d

Öz

Üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunlarını tarama amaçlı bu araştırma 741 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Veriler bir ön-görüşme formuyla toplanmıştır. Etmen çözümlenmeleriyle sekiz sorun alanı belirlenmiştir. Bu sorun alanları cinsiyet, akademik düzey ve ruhsağlığı sorununa işaret eden göstergeler, yurt dışına göç isteği ve ders dışı etkinliklere katılım farklarına göre kıyaslanmıştır. En yaygın sorun alanları meslek/gelecek kaygısı ve duygulanım olmuştur. Kadınlar meslek/gelecek, duygulanım, kültür ve sağlıkta, erkekler ise bağımlılıkta daha fazla sorun belirtmişlerdir. İngilizce Hazırlık öğrencileri meslek/gelecek kaygısında, ders-dışı etkinliklere katılımı yüksek olan öğrenciler meslek/gelecek kaygısında, akademik ve ilişkisel sorunlarda daha az sorun belirtmişlerdir. Yurt dışında yaşama isteği olan öğrenciler kültür ve bağımlılıkta daha fazla sorun belirtmişlerdir. Psikolojik yardım alma geçmişi, intihar planı ve girişimi olan öğrenciler ise genel olarak daha fazla sorun bildirmişlerdir. Tartışmada üniversitelerde sağlanması gereken gelişimsel ve önleyici öğrenci hizmetlerinin önemi vurgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: üniversite öğrencileri, psikososyal sorunlar, tarama, öngörüşme formu

Makale Hakkında

Gönderim tarihi: 01.09.2021

Düzeltilme tarihi: 24.05.2023

Kabul tarihi: 25.05.2023

Elektronik Yayın Tarihi: 10.11.2023

Giriş

Bu araştırma ülke geleceğini belirlemede en önemli insan kaynaklarının başında gelen üniversite gençliğinin psikososyal sorunlarını incelemek üzere yürütülmüştür. Konunun önemi büyüktür, çünkü toplumsal söylemlerde “geleceğimiz” olarak nitelenen gençleri

^a Boğaziçi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, akinncihan@gmail.com, ORCID: 0000-0003-3558-3421

^b Sorumlu yazar, Boğaziçi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, deniz.kaymak@boun.edu.tr, ORCID: 0000-0002-6048-0814

^c Boğaziçi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, hande.sart@boun.edu.tr, ORCID: 0000-0001-5914-5253

^d Kocaeli Üniversitesi, Özel Eğitim Bölümü, zeynepadn@yahoo.com, ORCID: 0000-0001-8084-2344

Bu araştırma birinci yazarın uzmanlık tezine dayanmaktadır. Diğer yazarlar, sırasıyla tezin danışmanı ve jüri üyeleridirler.

Alıntılanmak için: Cihan, A., Albayrak Kaymak, D., Sart, H., ve Aydın Sünbül, Z. (2023). Genişletilmiş bir ön görüşme formu aracılığıyla üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunlarının incelenmesi. *Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 40-2(2), 119-156, <https://doi.org/10.52597/buje.989641>

daha iyi anlamak üzere psikososyal durumları üzerinde düzenli veri toplandığı ve veriye dayalı önleyici uygulamalar geliştirildiği görülmektedir. Bu nedenle, nihai amaç veriye dayalı ve düzenli olarak öğrencilerin durumlarını ortaya koymak ve olası sorunları önleyebilecek hizmetleri belirlemektir. Bu amaca doğru ilk adım olarak, kullanılacak aracı geliştirmek üzere, üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunlarına ilişkin bir ön görüşme formu geliştirilmiş, genişletilmiş ve yapısal çözümlemesi (analizi) yapılmış, böylece incelenecek sorun alanları belirlenmiştir. Daha sonra bu sorun alanları, bireysel ve toplumsal olarak ayırt edici bulunabilen (biyolojik) cinsiyet ve akademik düzey farkları açısından ve toplumsal yaşamdan uzaklaşma/kaçış ya da ona sarılma göstergeleriyle ilişkileri açısından incelenmiştir. Bireysel ve toplumsal boyutlarda ayrı dinamiklere ve sorunlara dayalı olan göç ve intihara bu araştırmada gençlerin ülkelerinde yaşam doyumu sağlayacakları gelecek görmeyip çıkış ya da kaçış aramalarının göstergeleri olarak yaklaşmıştır. Göç var olan ortamda mümkün görülmemeyen iyi bir gelecek kurma umuduyla köklerinden uzaklaşma, intihar ise gelecek kurma umudunun bütünüyle yitirilmesiyle yaşamaktan vazgeçme anlamına gelmektedir. Öte yandan, bulunulan ortamdaki toplumsal ve kültürel etkinliklere katılım yaşama sarılma ve katkı olarak kabul edilebileceğinden, öğrencilerin ders dışı etkinliklere katılımına olumlu gelişim göstergesi olarak yaklaşmıştır.

Basına yansıyan haberler giderek artan sayıda yüksek eğitilmiş gencin gelecek umudunu yurt dışında yaşamakta aradığını (Alan, 2022; Altaylı, 2022; Ergin, 2021; Güger, 2022; Kuru, 2021; Özay, 2022) ve azımsanmayacak bir kesiminin ise umutlarını yitirerek yaşamlarına son vermekte olduklarını (“Başaramadım” diyen üniversite öğrencisi,” 2021; Demirören Haber Ajansı, 2015, 2016, 2018, 2019a, 2019b; Karabulut, 2012; Özdemir, 2014; “Üniversite öğrencisi intihar,” 2020; “Yirmi bir yaşındaki üniversite,” 2021) göstermektedir. Araştırmada ele alınan bu göstergelerle ilgili verilere erişilmeye çalışılmıştır.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2020 verilerini tamamlanmadığı gerekçesiyle paylaşmamış olsa da (TÜİK’ten ‘göç istatistikleri’, 2021), bir önceki yılda paylaştığı veriler, toplam göçün (330,289) bir önceki yıla göre %2 arttığını ve göç oranının en yüksek olan yaş aralıklarının sırasıyla, 25-29, 30-34 ve 20-24 (toplamın %41 kadarı) olduğunu göstermiştir (TÜİK, 2019). Göçen çoğunluğun (%15,2) 25-29 yaş arasındaki gençlerden oluştuğu bildirilmektedir (Güger, 2022). Türkiye’den göçün nedenleri üzerine basına yansıyan nedenler arasında 15 Temmuz 2016 darbe girişimi, terörist saldırılar ve demokratik olmayan değişimler göze çarpmaktadır (Efe, 2018; Gall, 2019; Özkan, 2019). Göç isteğinin giderek erken yaşlarda görüldüğü (Kuru, 2021; Özay, 2022) ve kaybın nitelikli içgücünde olduğu gözlemler arasındadır. Örneğin, son üç yılda baskı, şiddet ve yetersiz ücret gibi nedenlerle 3,000 üzerinde hekim yurtdışına göçmüştür (“Türkiye beyin göçü,” 2021). Aksoy ve Gürsoy (2018) gençlerin yaşam ve koşullarını iyileştirme, daha yüksek kazanç sağlama ve toplumdaki konumlarını yükseltme gibi amaçlarla gelişmiş ülkelere göç ettiklerini belirtmişlerdir. Çocuklarından ayrılma pahasına ebeveynler, onların geleceği için Batı ülkelerinde vatandaşlık edinmenin (arazi/ev satın alma, doğum yapma, göç yapmış önceki kuşakların kaydına dayalı başvuru, vb.) yollarına başvurmuşlardır. Azımsanmayacak mali bedeli ve yasallığı kuşkulu ticari boyutları olan

bu konunun kapsamlı dinamiğini inceleyen çalışmalar vardır (Altay-Olcay ve Balta, 2020).

İyi bir gelecek kurma umuduyla göç yurt dışında da yaygındır. Örneğin, Hernandez ve Stylianou (2016) Batı Avrupa’da yaşam kurabilme uğruna Kuzey Afrika ve Ortadoğu ülkelerinden yola çıkarak tıka basa dolu donanımsız deniz araçlarıyla Avrupa’nın güney kıyılarına doğru giderken boğularak ölen sığınmacı gençlerin durumuna dikkat çekmişlerdir. Son yıllardaki sığınma girişimlerinin trajik sonlarına yönelik birçok haber vardır (Görsel ve Veri Gazeteciliği Ekibi, 2020; “Uluslararası Göç Örgütü,” 2021). Ülkemizdeki göç, anılan sığınmacılardaki kadar ciddi boyutlarda olmasa da gençlere bekledikleri yönde yaşanılması ortamlar sunma hedefli toplumsal çalışmalar ihmal ediliyor gibidir.

Ciddi bir ruhsağlığı sorunu olarak görünen intiharı ele almadan önce, Dünya Sağlık Örgütü’nün (World Health Organization [WHO], 2018) ruh sağlığının sağlığın ayrılmaz bir parçası olduğunu ve bir dizi sosyo ekonomik, biyolojik ve çevresel etmen (faktör) tarafından belirlendiğini belirterek şu tanımı paylaşmış olduğu anımsanmalıdır: *“Ruh sağlığı bir bireyin kendi yeteneklerini gerçekleştirebilmesi, yaşamın olağan gerginlikleri ile başa çıkabilmesi, üretken bir şekilde çalışabilmesi ve toplumuna katkıda bulunabilmesidir”* (WHO, 2018, paragraf 2). Bu tanıma karşın intiharın ağırlıklı olarak bireysel, göçün ise toplumsal temellere dayandığı düşünülebilse de bireysel ve toplumsal olgular sanılabileceği gibi bağımsız değil, iç içedir. Nitekim intiharın nedenlerini anlamak üzere önerdikleri *İntiharın Kişilerarası Kuramı*’nda, Van Orden ve meslektaşları (2010) iki temel etmeden söz etmiştir: sosyal yalıtılma ya da yabancılaşma olarak tanımlanan aidiyet engellenmesi ile işsizlik ve aile içi çatışma gibi olumsuz yaşam olaylarıyla oluşan külfet algısı. Bu yaklaşıma göre, bu iki etmen bir araya geldiğinde kişi intihar isteği duyar ve kendini öldürme korkusunu yenecek koşullar oluştuğunda canına kıyabilir.

Tersi yönde bir etmen olarak, Bauer ve meslektaşları (2018) 18-24 yaşlarındaki öğrencilerin ders dışı etkinliklere katılımları ve intihar eğilimleri arasındaki ilişkinin olumsuz yönde olduğunu görmüş ve bu etkinliklerin intihar etmenlerine karşı koruyucu olabileceğini öne sürmüştür. Shiah ve meslektaşları da (2013) Çinli üniversite öğrencileri üzerinde benzer sonuçlara işaret etmiştir; ders dışı etkinliklere daha fazla katılım gösterenler duygu yönetiminde daha becerili, mesleki becerileri daha gelişkin ve ruh sağlıkları daha sağlıklı bulunmuştur.

TÜİK’in intihar durumları üzerine 2016 yılına kadar resmi sitesinde paylaşmış olduğu verilere artık erişilemiyorsa da, TÜİK 2015 yılı verisine dayalı bir haber, yaklaşık 3,000 vatandaşımızın intihar ettiği ve en yüksek oranların sırasıyla (%13) 20-24, (%11) 25-29, (%10.5) 15-19 ve (%9) 30-34 yaş aralıklarında olduğu bilgisini aktarmıştır (İhlas Haber Ajansı, 2016). Amerika Birleşik Devletleri (ABD) verileri de, ölüm nedenleri arasında intiharın 15-24 yaş grubunda üçüncü, 25-34 yaş grubunda ise ikinci sırada olduğunu göstermektedir (Centers for Disease Control and Prevention [Hastalık Kontrolü ve Önleme Merkezleri, CDC], 2022). Genç nüfusun intihar oranlarında başı çekmesi hem bireysel, hem de toplumsal açıdan kaygı vericidir. Ülkemizde bu yönde doğrudan bir veri bulunamasa da, kaybedilen genç nüfusun önemli bir bölümünün üniversite öğrencisi

olduğuna ilişkin gözlemler vardır. Alemdaroğlu (2005) yaşamdan beklentileri, sosyal duyarlık ve sorumlulukları yüksek olan üniversite gençliğinin, yaşamın anlamını sorgulama ve umutsuzluğa kapılma eğilimlerinin de yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunlarını anlayabilmek ve gelişimlerine uygun ortam sunabilmek için onların içinde bulunduğu gelişimsel özelliklerin farkında olmak önemlidir. Erikson ve Erikson'a (1998) göre üniversite gençleri bir ucu yakın ilişki kurma, diğer ucu yalıtılma olarak adlandırılan gelişimsel çelişkinin yaşandığı erken yetişkinlik dönemindedirler. Bu yaklaşımda çelişkinin başarılı çözümü, evlenme ve çocuk sahibi olma gibi "öteki"ne adanmışlık gerektiren ilişkileneyle mümkündür. Oysa Arnett (2000, 2007) 18 ve 25 yaş aralığını, tam bir yetişkinlik olarak değil, "beliren yetişkinlik" olarak adlandırdığı ayrı bir geçiş dönemi olarak görür. Öte yandan, "kendi sorumluluğunu alma, özgürce karar verme ve ekonomik bağımsızlık, yetişkinliğe erişilmiş olunduğunun temel işaretleridir" (Arnett, 2004, s. 69). Arnett'a (2004) göre beliren yetişkinlik şu beş ana özellik ile nitelenir: "kimlik keşifleri çağı, değişkenlik çağı, kendine odaklı olma çağı, arada kalmış hissetme çağı ve olasılıklar çağı" (s. 8). Yani bu dönemde yetişkin olma süreçleri oluşum halindedir, henüz tamamlanmamıştır. O halde, bu yaşlar deneme yanılma çağı olarak görülebilir. Uzayan insan ömrünün de etkisiyle gençler eğitimlerini uzatabilmekte, artmış olasılıklar içinde ve karmaşık toplum yapısındaki yerlerini belirlemeden önce kalıcı yaşam seçimleri yapma baskısına direnebilmekte ve sorumluluk üstlenmeyi erteleyebilmektedir. Bu bakışın ışığında, gençlere keşiflerini güven içinde yapma ve seçimlerini olgunlaştırma fırsatı veren destekleyici ortamlar sunulması beklenir.

Yükseköğretim Kurumları, Mediko-Sosyal Sağlık, Kültür ve Spor İşleri Dairesi Uygulama Yönetmeliği'ne (Yükseköğretim Kurumları, 1984) göre, üniversiteler öğrencilerin ruhsal ve bedensel sağlığını korumakla, uygun hizmetler sunmakla ve psikiyatri uzmanı gibi gerekli tıbbi personeli sağlamakla yükümlüdür (Yükseköğretim Kurumları, 1984). Ancak uzunca bir süredir Sağlık Bakanlığı bu birimlere atama yapmamaktadır. Ayrıca üniversitelere psikolojik danışma ve rehberlik birimlerine uzman psikolojik danışmanların işe alınımının yapılabileceği uzman kadrosu sağlanması ise hiç düşünülmemiş gibidir. Öte yandan, öğrencilerin hastane ve özel merkezlere yönlendirilmesinin verimi tartışmalı ve sınırlıdır. Üniversitelerin var olan kısıtlı kaynaklarıyla düzenli tarama yapması güçtür. Oysa, Dünya Sağlık Örgütü'nün üniversite gençliğine özgü yıllık tarama çalışmaları (Cuijpers vd., 2019) yanı sıra, örneğin ABD'de ulusal (American College Health Association [Amerikan Üniversitesi Sağlık Derneği, ACHA]; National College Health Assessment [Ulusal Üniversite Sağlık Değerlendirmesi, NCHA]) ve kurumsal (örneğin, Massachusetts Institute of Technology Mental Health Task Force [Massachusetts Teknoloji Enstitüsü Zihinsel Sağlık Görev Gücü], 2001) düzeylerde tarama çalışmaları yapılmakta, öğrencilerin bedensel, cinsel, ruhsal sağlık ve alışkanlıkları, davranışları, algıları, tütün, alkol ve madde kullanımları ve iyilik durumları üzerine veri edinilmekte ve bu verilere dayalı olarak tasarlanmış gelişimsel ve önleyici hizmetlerle öğrencilere destek olunmaktadır (ACHA, 2019). Yaşam koşulları ve gereksinimler hızla değiştiğinden hizmetlerin güncel veriye dayalı olarak belirlenmesi son derece önemlidir.

Bu araştırma ile kurumsal düzeyde yapılmaya çalışılan taramanın üniversite yönetiminin öğrenciler için oluşturması gerekli ortamlara ışık tutması ve benzer örneklerin ulusal düzeyde yaygınlaşması umut edilmektedir. Araştırma verilerinin dayandığı ön görüşme formundaki psikososyal sorunlar listesinin yapısal geçerlik ve iç tutarlık bulguları yöntemde özetlenmeye çalışılmıştır. Üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunlarını inceleyen ve bulgularda verileri paylaşılan araştırma soruları ise şunlar olmuştur: 1. Kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunları arasında fark var mıdır? 2. Akademik düzeye (hazırlık, lisans ve lisans sonrası) göre üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunları farklılaşmakta mıdır? 3. Psikolojik yardım alma geçmişi, intihar düşüncesi ve girişimi olan ve olmayan üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunları arasında fark var mıdır? 4. Yurt dışında yaşam isteğine (isteksiz, geçici ve kalıcı) göre üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunları farklılaşmakta mıdır? 5. Ders dışı etkinliklere katılımlarına (katılmayan, biraz katılan, etkin katılan) göre üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunları farklılaşmakta mıdır? Bu beş araştırma sorusuyla ilgili alanyazın çalışmaları aşağıda özetlenmiştir.

Alanyazın

Psikososyal Sorunlar Üzerine Araştırmalar

Büyük çoğunluğu ilk kez ailelerinden ayrı yaşamaya başlayan üniversite öğrencilerinin yaşam alışkanlıklarını düzenlemede çeşitli sıkıntılar yaşaması olağan karşılanabilir. Lisznyai ve meslektaşları (2014) bu çalkantılı dönemin büyük zorluklar içerdiğini; ertelemecilik, sosyal kaygı, aşırı içki içme ve yeme bozuklukları gibi ruh sağlığı riskleri yaşandığını ve öğrencilerin yaklaşık %14'ünün depresyon belirtisi gösterdiğini, erkek ve düşük geliri olmanın depresyon riskini artırdığını, öte yandan olumlu yaşam becerilerinin (sigara içmeme ve iyi beslenme), arkadaş niteliğinin ve olumlu üniversite ortamının bu riski azalttığını rapor etmişlerdir.

Ruh sağlığını destekleyici ortam özellikleri, müdahale ve eylem planları öneren Dünya Sağlık Örgütü'nün 2012 yılındaki bir girişimiyle (World Mental Health International College Student [Dünya Zihinsel Sağlık Uluslararası Üniversite Öğrencisi, WHM-ICS]) üniversite gençliğinin ruh sağlığı üzerine yıllık uluslararası taramalar başlatılmıştır (Cuijpers vd., 2019). Bunlardan biri, Auerbach ve meslektaşları (2018) tarafından 6 kıta ve 21 ülkeden, yaşları 18-22 arasında değişen üniversite öğrencileriyle yürütülmüştür. Uluslararası tanı yöntemlerine (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV [Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı IV, DSM-IV] ve Composite International Diagnostic Interview [Uluslararası Bileşik Tanısal Görüşme, CIDI]) dayanan bu çalışma katılımcıların %20'sinin son 12 ayda, %83'ünün ise üniversiteye başlamadan önce bir ruh sağlığı sorunu göstermekte olduğuna işaret etmiştir. Husky ve meslektaşlarının (2021) WHM-ICS anketine COVID-19 modülü ekleyerek yaptığı bir çalışma da, salgın öncesi depresyon öyküsü olan üniversite öğrencilerinin olmayanlara kıyasla daha fazla kaygı, gerginlik (stres) ve odaklanma sorunu yaşadığını göstererek psikososyal sorunların risk etmeni olarak yayılıcı etkisine işaret etmiştir.

Üniversite öğrencilerine kendilerine özgü sağlık sorunları ve gereksinimleri olan bir nüfus grubu olarak yaklaşan bir araştırma, çoğunluğu 18-25 yaşlarındaki katılımcı öğrencilerin yarısından çoğunun yapmaları gereken şeyler altında kendilerini ezilmiş, yüksek kaygılı, yorgun, yalnız, çaresiz ve üzgün hissetmekte olduğunu göstermiştir (ACHA, 2021). Öğrencilerin %23'ü depresyon, %29'u ise kaygı bozukluğu tanısı almış olduğunu, akademik beklentilerle (%52), maddi sıkıntılarla (%44), aile ilişkileriyle (%40), yakınlarının sağlık sorunları (%42) ve kaybıyla (%26) başa çıkmakta güçlük çektiklerini ifade etmiştir. Genel nüfusa kıyasla üniversite öğrencilerinin daha yüksek düzeyde kaygı, depresyon, madde kullanımı ve yeme bozukluğu sorunları yaşadığını belirten Browning ve meslektaşları (2021) COVID-19'un etkisini izlemek üzere yedi farklı üniversite yürüttükleri çalışmada öğrencilerin %14'ünün düşük, %40'ının orta ve %45'inin yüksek düzeyde psikolojik etkilenme deneyimlediklerini bildirmiştir. En fazla güçlük çekilen sorunlar güdülenme (%21), kaygı (%17), gerginliği yönetmede zorluk (%14) ve yalıtılma hissi (%13) olmuştur. Ayrıca kadınların, 18-24 yaş aralığında olanların, orta-kötü sağlık durumundakilerin, aile geliri düşük olanların, günde iki saatten daha az dışarıda ve sekiz saatten fazla ekran karşısında zaman geçirenlerin daha yüksek ruh sağlığı riski altında olduğu görülmüştür. Nania ve meslektaşlarının (2021) çalışması COVID-19 salgınının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini göstermiş; salgın gibi durumlarda olumlu inançlara sahip olmanın öğrencilerin travma sonrası stres bozukluğu gösterme olasılığını %10 azalttığını, bu durumlarda yüksek kaygı göstermenin ise bu olasılığı %30 oranında artırdığı gözlenmiştir.

Üniversitelerin yalnızca öğrencilerin akademik değil, duygusal süreçlerini destekleme gibi çok boyutlu amaçları olması gereğini dile getiren Gülerce (1990) sosyal, duygusal, eğitimsel ve sağlığa yönelik anket soruları içeren bir araştırma yürütmüştür. Bulgular öğrencilerin Türkiye'nin genel durumu hakkında sıkıntı (%56), zaman yönetimi güçlüğü (%38), üniversite yönetimiyle ilgili sorunlar (%34), maddi sıkıntılar (%29) ve ders çalışma isteksizliği (%25) ifade ettiğini göstermiştir. İstanbul dışından gelmiş öğrenciler ailelerinden ayrılmada, kendilerini yönetmede ve akademik konularda daha fazla sorun ifade etmiş, erkek öğrenciler daha fazla ilişkisel ve cinsel sorun dile getirmiştir. Ankara'da geniş katılımlı bir anketin sonuçları da gençlerin %74'ünün işsizlik ve gelecek kaygısı çektiğini, yarısından fazlasının gelecekte umutsuz olduğunu, %17'sinin ise eğitim ve sağlık gereksinimlerinin karşılanmadığını göstermiştir (Alemdaroğlu, 2005). Şahin ve meslektaşları (2009) 13 devlet üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin ilk üç konu olarak öncelikle barınma, ulaşım ve beslenme gibi temel gereksinimleri karşılayabilecek gelire sahip olmamayı (%44), daha sonra öğretim (%16) ve öğretim elemanlarıyla (%7) ilgili sorunları, gelecek kaygısı (%7), yaşam doyumsuzluğu (%6), üniversite çevresine uyumda zorlukları (%4,5) sıraladıklarını ifade etmişlerdir.

Bu araştırmanın yürütüldüğü üniversitenin öğrenci rehberlik ve psikolojik danışma merkezine (Boğaziçi Üniversitesi Öğrenci Rehberlik ve Psikolojik Danışma Merkezi [BÜREM]) 1994 ve 2001 yılları arasında yardım için başvurmuş öğrencilerin ön görüşme formundaki sorun alanlarının etmen çözümlemesinde (faktör analizi) depresyon, duygu ve davranışları düzenleme güçlüğü, akademik sorunlar, ilişkisel sorunlar, uyum sorunları, kayıp ve kimlik/cinsellik sorunları sıralanmıştır (Albayrak-Kaymak ve Yücel,

2004). Kadın öğrencilerin daha fazla akademik sorun ve depresyon, kırsal bölgelerden gelenlerin daha fazla depresyon ve kimlik/cinsellik sorunları ifade ettiği görülmüştür. Aynı üniversitede aynı ön görüşme formu kullanılarak yapılmış bir başka sorun alanları incelemesinde ise 6 etmen belirmiştir: üniversite yaşamına uyum güçlüğü, akademik sorunlar, ilişkisel sorunlar, ruh durumları/depresyon, dışsallaştırma/bedenselleştirme ve travmatik yaşantılar (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009). En yaygın ilk üç alanın üniversite yaşamına uyum güçlüğü, akademik sorunlar ve duygudurum sorunu/depresyon olduğu; erkeklerin kadınlardan daha fazla akademik sorun, aileleriyle yaşayan öğrencilerin ise yurtlarda ya da arkadaşlarıyla yaşayan öğrencilere göre daha az akademik ve üniversiteye uyum sorunu belirttiği görülmüştür. Yardıma başvurmuş öğrenciler başvurmamış olanlara göre daha fazla travmatik yaşantı, ilişkisel, duygudurum sorunu/depresyon ve dışsallaştırma/bedenselleştirme sorunları ifade etmiştir. Bu merkezde sunulan hizmetlerin dökümlerine dayalı yıllık çalışma raporları (BÜREM, 2013-2020) öğrencilerin yıllar içerisinde en çok duygudurum (depresyon), kaygı, akademik/mesleki sorunlar, ilişki sorunları, üniversiteye uyum ve bedenselleştirme konusunda zorluk yaşadıklarını göstermektedir.

Aynı üniversitede COVID-19 salgını nedeniyle çevrimiçi alınan bir derste yapılmış açık uçlu değerlendirmelere göre, öğrencilerin %16'sı sosyal yoksunluk, %11'i odaklanma sıkıntısı, %9'u bedensel sorunlar, %4'ü psikolojik sorunlar ve %3'ü aile içi sorunlar yaşadıklarını; üniversite arkadaşlarını, yerleşkelerini ve etkileşimli öğrenme ortamını özlediklerini, ilişkisel gereksinimlerini karşılamak üzere derslere düzenli devam gösterdiklerini, ancak beklentileri karşılamada zorlandıklarını ve öğretim elemanlarından anlayışlı ve esnek yaklaşım beklemediklerini ifade etmiştir. Salgının sürüyor olması ve sıkı kapanma önlemleri, kendisinin ya da yakınlarının sağlığı ile ilgili kaygı, kişilerarası ilişki eksikliği, akran desteğinden ve üniversite kaynaklarından uzakta kalma, öğrenme etkinliğinin ve alışkanlıklarının sekteye uğraması, sosyal medyaya daha fazla maruz kalma ve doğru bilgilenme yetersizliği gibi sıkıntılarla üniversite öğrencilerinin günlük yaşamları ve ruh sağlıkları olumsuz yönde etkilenmiştir (Albayrak-Kaymak, 2020).

COVID-19 salgını sonrasında Türkiye'nin 71 ilinde, %23'ünün üniversite öğrencisi olduğu 18-29 yaş arasındaki gençlerle yapılan kapsamlı bir araştırma, katılımcıların %25'inin kendisini başarısız, %50,5'sinin mutsuz, %41,9'unun sıklıkla ya da sürekli üzgün/umutsuz/çökkün, %77,5'inin hayatlarının bir döneminde şiddete maruz kalmış, %77,9'unun hiçbir siyasi partinin sorunlarını çözecek çözüm üremeyeceği düşüncesinde, %43,8'inin kendisini özgürce ifade edemez hissettiğini göstermiştir (MAK Danışmanlık, 2020). Daha iyi gelecek, daha huzurlu hayat ve adalet/eşitlik için bu gençlerin %76,2'si geçici, %64'ü ise kalıcı olarak yurt dışında yaşamayı düşünmekte, %74,7'si bir işe girebilmek için liyakat yerine torpil/kayırmacılığın daha önemli etmen olduğunu ifade etmektedir. Aynı gençlerin %42,6'sı şu anki yaşam koşullarının beş yıl önceye kıyasla olumsuz yönde değiştiğini ve %40,6'sı ise şu anki koşullarının 5 yıl sonra olumsuz yönde değişeceğini beklemektedir. Bu gençler ülkenin en büyük sorunları olarak işsizlik/ekonomi (%32), adalet (%16) ve eğitimi (%9); kendi yaşadıkları sorunlar olarak ise iş/istihdam/ekonomi (%39), gelecek kaygısı (%30,4) ve eğitimi (%7,8) göstermişlerdir.

COVID-19 salgını süresince Türkiye’de üniversite öğrencilerinin karşılaştığı psikososyal zorlukları incelemiş olan Yorguner ve meslektaşlarının (2021) İstanbul’daki bir devlet üniversitesinde yürüttükleri araştırma, salgınla birlikte öğrencilerin ekonomik durumlarının kötüleştiğini, işsizlik oranlarının arttığını, ücretli çalışma oranının düştüğünü ve büyük çoğunluğunun (%97) yurtlarından çıkarıldığını göstermiştir. Öğrenciler, akranlarıyla daha az zaman geçirdiklerini (%66), elektronik oyun (%51), sosyal medya (%73) ve TV, dizi ya da film (%76) için ayırdıkları zamanın arttığını belirtmişlerdir.

Üniversite öğrencilerinin maddi, ilişkisel, gelecek kaygısı ve duygudurum alanlarında çeşitli sorunları olduğu, sosyal destek ve aile ile yaşamının koruyucu etkiye bulunduğu görülmektedir. Son yıllarda yapılan çalışmalar genel ve kapsamlı psikososyal sorunlar yerine daha dar sorun alanlarını incelemeye yönelmiş olduğundan bu araştırmanın genel kapsamı, ruh sağlığı taraması açısından özel bir önem taşımaktadır. Ayrıca bu araştırma ile öğrencilerin psikososyal sorunlarının taraması güncellenmiştir.

İntihar Düşünceleri ve Girişimleri üzerine Araştırmalar

İntihar yaşamın her döneminde görülebilir de, intihar oranları son yıllarda özellikle gençler arasında hızlı bir artış göstermiştir (CDC, 2015a; Sullivan vd., 2015). Ulusal düzeydeki ABD verilerine göre, üniversite öğrencilerinin %12’sinden fazlası ciddi olarak intihar etmeyi düşünmekte, %2’si ise intihar girişiminde bulunmaktadır (ACHA, 2019). Üniversite öğrencilerinin intihara yakınlığını yordayan Hess ve meslektaşları (2011) kızgınlık ve çaresizlik duygularının daha fazla intihar eğilimi, kaygı ve umutsuzluğun daha az intihar düşüncesi, suçluluk duygusunun ise daha az intihar girişimi ile ilintili bulmuşlardır. Lamis ve meslektaşları da (2016) benzer şekilde, 18-26 yaşlarındaki üniversite öğrencilerinin intihar düşüncelerinin depresyon, umutsuzluk ve alkol sorunları ile olumlu yönde ilişkide olduğunu görmüş; erkek öğrencilerin daha fazla alkol sorunu ve umutsuzluk, kadın öğrencilerin ise daha fazla depresyon sorunu ifade ettiklerini rapor etmişlerdir.

Hayatta kalma ve intihar nedenleri üzerine bir araştırmada, ileri yaşlara göre 15-25 yaş grubunda hayatta kalma konusunda daha az neden ifade edildiği ve özellikle erkeklerde daha yüksek intihar olasılığının, daha fazla umutsuzluk ve yalnızlık duygularının görüldüğü belirtilmiştir (Durak Batıgün, 2005). Üniversite öğrencilerindeki yalnızlık, intihar düşünceleri ve girişimlerini inceleyen Gürkan ve Dirik (2009) umutsuzluğun intihar riskini artırdığını, sosyal desteğin ise azalttığını bulmuştur. Biri büyük kent, diğeri kırsaldaki iki farklı üniversiteye kayıtlı öğrencilerin intihar düşünce, girişim ve kendine zarar verme davranışlarını inceleyen Toprak ve meslektaşları (2011) kendine zarar verme, düşük maddi konum, aile ilişkilerinde güçlükler, alkol kullanımı, sigara alışkanlığı ve uyuşturucu kullanımı arasında anlamlı ilişkiler olduğunu; kadınlarda, kırsal bölgede yaşayanlarda, maddi güçlükler çekenlerde ve aile ilişkisi sorunu olanlarda kendine zarar verme ve intihar girişimlerinin daha yaygın olduğunu görmüşlerdir. Uğurlu ve Ona’nın (2016) bulguları da, gerginlikle başa çıkabilen, kadın olan, aileleriyle yaşayan ve anneleri hayatta olanların daha düşük, ailesinde intihar geçmişi olan üniversite öğrencilerinin ise daha yüksek intihar olasılığı olduğunu göstermiştir.

Bu araştırmanın yapıldığı üniversitenin öğrenci danışmanlık merkezine yıllar içerisinde başvurmuş öğrenciler arasında intihar düşüncesi olduğunu belirtenlerin oranı %2 ile %7 arasında değişmektedir (BÜREM, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020). Bekleme listesine alınmaksızın ön görüşmeden sonraki en kısa zamanda görüşme randevusu verilen bu öğrenciler, yaşam riski gösteriyorsa, hemen bir psikiyatri uzmanına sevk edilmişlerdir. Dökümler merkezde psikolojik danışma uzmanı ya da klinik psikolog tarafından görülmüş öğrencilerin ortalama %35'inin, psikiyatri uzmanına yönlendirilmiş olduğunu göstererek, ciddi sorunların yaygınlığına işaret etmiştir.

Ruh sağlığının alarm verici durumu incelemek üzere, üniversite yönetiminin 2014 yılında kurduğu "Öğrenci Ruh Sağlığı Görev Gücü," 2207 öğrencinin katılımıyla bir tarama çalışması yürütmüştür (Erkman vd., 2014). Bu taramada elde edilen belli başlı bulgular şunlar olmuştur: öğrencilerin yarısı akademik sorun, zaman yönetimi sıkıntısı, mesleğe yönelik sıkıntı, gelecek kaygısı, psikolojik sorun, dikkat bozukluğu/öğrenme güçlüğü, yaşam amacı belirleme güçlüğü ve yakın ilişki sorunu; yaklaşık %60'ı ise yalnızlık, üzüntü, kızgınlık, çökkünlük, yorgunluk, çaresizlik ve kaygı duyguları ifade etmiştir. İnternet/bilgisayar kullanımı dışındaki tüm sorun alanlarında kadın öğrenciler daha fazla sorun ve daha olumsuz duygular ifade etmişlerdir. Aileleri ile yaşayan öğrenciler yurtda ya da arkadaşlarıyla yaşayanlardan daha az; köy ve kasaba kökenliler daha fazla; İngilizce yeterlik sınavı geçememiş hazırlık öğrencileri ve mezuniyet durumunda olan öğrenciler daha fazla sorun ifade etmişlerdir. Son olarak, öğrencilerin %16'sı son bir yıl içinde intihar düşüncesi olduğunu, %13'ü ise yaşamlarının bir döneminde intiharı düşünmüş olduklarını; %5'i yaşamlarının bir döneminde ve %1'i son 12 ay içerisinde intihar girişimi olduğunu ifade etmiştir. Akademik düzey, cinsiyet ve burs durumu gibi demografik değişkenlere göre intihar düşüncesi ya da girişimlerinde değişiklik gözlenmemiştir. Bu tarama sonuçlarının üniversite yönetimiyle paylaşılması sonrası, üniversite yönetimi kendi olanaklarını kullanarak bir başka yerleşkeye daha öğrenci psikolojik danışma birimi kurma ve ikinci bir psikiyatri uzmanını işe alma yoluna gitmiştir.

Üniversite öğrencilerinin intihar düşünceleri ve girişimleri genel nüfusa kıyasla yüksek görülmektedir. Kadınlar erkeklere göre daha fazla sorun ifade edebilse de intihar düşüncesi ve girişimlerinde cinsiyet farkı yok gibidir (ACHA, 2021). Bu araştırmanın bir önemi de öğrencilerin ciddi ruhsal soruna işaret eden intihar plan ve girişimlerinin yardım başvurusu olmayan genel gruptaki yaygınlığını ortaya koymuş olmasıdır.

Artan Yurt Dışına Göç İsteği Üzerine Bulgular

Gençler arasında göçün ve göç isteğinin artmakta olduğu gözlenmekteyse de bu konuda derinlemesine yapılan araştırma sayısı sınırlıdır. Göç için daha yüksek ücret, daha iyi çalışma koşulları, mesleki gelişim fırsatları, sağlık sigortası ve öz bakım olanakları gibi nedenler sıralayan eğitilmiş gençlerin daha nitelikli yaşam beklentisi içinde olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca gençler özgürce yakın ilişki kurmak, yeni kültürleri tanımak, kendilerini geliştirmek, ayrımcılık, önyargı ve toplumdaki şiddetten uzaklaşmak istemektedirler. Diğer yaşam dönemlerine göre, beliren gençlikte yeni kültürlerle uyum ve

yabancı dil öğrenme daha kolay olduğundan hem göçme (Padilla-Walker ve Nelson, 2017), hem de göçe kabul edilme olasılıkları daha yüksektir.

Güngör (2003) Türkiye'deki üniversitelerin mezun dernekleri aracılığıyla ABD, Kanada ve Birleşik Krallık'ta yaşayan 1,000 kadar kişiye ulaşılarak "beyin göçü" (geriye dönmemiş eğitilmiş göçü) nedenlerini incelerken ekonomik ve siyasi dengesizliğin öğrencilerin yurt dışında öğrenim görme isteği üzerindeki en önemli etmen olduğunu gözlemiştir. Diğer etmenler arasında ise daha iyi sosyal yaşam, daha yüksek yaşam standardı, düzenli yaşam alanı ve daha yüksek ücret için olanaklar; zorunlu askerliği erteleme ve ülkedeki yolsuzluklar sıralanmıştır. Pazarcık (2010) ABD'deki üniversitelerde çalışan 50 Türk sosyal bilimcinin Türkiye'ye geri dönmeme nedenleri arasında akademik liyakat ve özerklik eksikliği, çalışma koşullarından hoşnutsuzluk, mesleki gelişim için fırsat yetersizliği, düşük ücretler, akademik ve bilimsel gelişimde gerilik ve kaynak eksikliğini sıraladıklarını ve %80'inin hükümet politikalarını göçe neden olarak gösterdiklerini belirtmişlerdir. Akman (2014) öğrencilerle yapılan yüz yüze görüşmelerde göç nedenleri arasında yurt dışında daha fazla mesleki ilerleme ve yüksek yaşam standartları, gelişkin bilim ve yenilik merkezlerine yakınlığın, Türkiye'de mesleki gelişim fırsatlarının yetersizliği ve ekonomik dengesizliğin sıralandığını rapor etmiştir.

Akpınar (2019) yaşları 18 ve üzerinde ve farklı şehirlerden gelen 1,000 kişinin katıldığı çalışmasında göç etmeyi olası bulanların %35'inin üniversite ve üstü diplomaya sahip olduğunu; yurt dışında yaşamak isteyenlerin oranının (%24) en çok 15-24 ve 25-34 yaş aralıklarında görüldüğünü; önceki yıla oranla ülkedeki ekonomik durumun kötüye gittiğini düşünenlerin %20'sinin, mutsuz olduğunu belirtenlerin %21'inin ve Türkiye'nin olumsuz anlamda değişeceğini düşünenlerin %39'unun yurt dışında yaşamayı daha fazla istediğini bulunmuştur. Karaduman ve Çoban (2019) Türkiye'den göçerek yurt dışında yaşamaya başlamış katılımcılarla yaptıkları araştırmalarında, göç nedeni olarak siyasi (%52) ve mesleki (%45) etmenlerin gösterildiğini; göçe karar verenlerin özel bir destek bulmadıkça işte terfi edemeyeceklerine ya da hak edecekleri teşviki görmeyeceklerine inanmakta (%70) olduklarını rapor etmişlerdir. Diğer göç nedenleri olarak maddi hoşnutsuzluklar (%35), sosyal yaşam hoşnutsuzlukları (%33), eğitim programlarının yetersizliği (%28), tesislerin yetersizliği (%25) ve zorunlu askerlik görevi (erkek katılımcıların %42'si) sıralanmıştır. Kuran'ın (2021) incelemesi Türkiye'den giderek 118 farklı ülkenin 728 kentinde yaşamaya başlamış 3,253 göçmenin yaklaşık yarısının 2016-2020 yılları arasında yerleştiğini, 2/3'ünün yükseköğretim mezunu olduğunu, göç nedenlerinin başında ekonomik ve siyasi iklimin yer aldığını, yaklaşık 2/3'ünün göçtükleri yerde daha iyi ekonomik koşullara sahip olduğunu, göçten hoşnut olduklarını ve bu hoşnutluğun en başında sıraladıklarını nedenin özgür/demokratik/insan haklarına uygun ortam olduğunu, yine de siyasi ve ekonomik koşullar değişirse ülkelerine geri dönmek istediklerini ortaya koymuştur.

Habitat Derneği'nin Türkiye'de gençlerin iyi olma hali üzerine 28 farklı şehirde yaşayan 18-29 yaşları arasındaki 1228 katılımcıyla yaptığı en son araştırmanın dikkat çekici sonuçlarından biri, yaşam hoşnutluğunda gözlenen düşme olmuştur (Habitat, 2023). Derneğin önceki (2017) verilerine kıyasla, gençlerin yaşam hoşnutluğu %71'den %46'ya düşmüştür. Gençlerin %28'i eğitimini başka ülkede sürdürme, %43'ü ise başka

ülkelere yerleşme isteğini belirtmiş ve bunların ardında yatan en büyük neden olarak maddi zorluklar gösterilmiştir. Somut olarak, gençlerin maddi durumlarından hoşnutluk oranı 2017 yılında %61 iken 2023'te %38'e düşmüştür. Belirtilen sorun alanları arasında enflasyon ve yaşam pahalılığı öne geçmiş, bunları işsizlik ve iş bulma zorluğu, yüksek ev kiralari ve sokaklardaki şiddet izlemiştir. Nitekim yaşanan bölgede kendini güvende hissetme oranı 2017 ve 2023 yılları arasında erkeklerde %70'ten %60'a, kadınlarda ise %55'ten %48'e düşmüştür. Bu oranlardaki cinsiyet farkı çok çarpıcıdır, genç kadınların yarısından fazlası kendisini sokakta güvende hissetmemektedir.

Göç gibi sosyal bir olgunun öğrencilerin gündemlerinde ve yaşam seçimlerinde ön sırayı almakta olduğu; gençlerin buldukları çevrede iyi bir yaşam kuramayacakları inancıyla genel olarak bağlılık hissettikleri ailelerinden koparak yurt dışı seçeneklerine yöneldikleri gözlenmektedir. Bu nedenle, araştırmanın özgün bir katkısı olarak, kullanılan ön görüşme formuna yurt dışında yaşamaya gösterilen ilgi sorusu eklenmiş ve bu soruya verilen yanıtlar psikososyal sorunlar bağlamında incelenmiştir. Göç isteğine toplumsal sağlık sorunu göstergesi olarak yaklaşmak olasıdır.

Ders Dışı Etkinliklere Katılımın Psikososyal Sorunlar ile İlişkisi Üzerine

Araştırmalar

Bireyler destekleyici çevre ve ilişki koşullarında kendilerini geliştirebilir ve bu gelişim özellikle genç yaşlarda daha hızla olur. Öğrencilerin çok yönlü gelişimleri için destekleyici ortamları sağlamak üniversitelerin eğitsel ve toplumsal yükümlülüğüdür. Ders dışı etkinlikler öğrencilere örgütlenme becerileri, yeterlik ve özerkliğe ilerleme, ilişki kurma, geribildirim alma ve verme, kısa ve uzun vadeli hedef belirleme, erdem bilinci geliştirme ve başkalarına saygı gibi kişisel ve kişilerarası nitelikler kazanmada yardımcı olur (National Research Council [Ulusal Araştırma Konseyi, NRC], 2002).

Beyrut'ta öğrenim gören öğrenciler arasında yaşanan gerginlik ve tükenmişliğin ders dışı etkinliklerle olan ilişkisini inceleyen Fares ve meslektaşları (2016) öğrencilerin %62'sinin gerginlik, %75'inin ise tükenmişlik yaşadığını ve beklenenin tersine, sosyal etkinliklere katılımın var olan gerginlik, tükenmişlik ve akademik sorun düzeyini azaltmak yerine artırdığını bulmuştur. Bu bulguyu sosyal etkinliklerin zaman ve enerji gerektiren gönüllü iş niteliğinde olması, dolayısıyla düşük akademik başarıya yol açmasıyla açıklamışlardır. Nitekim iş değil hobi niteliğindeki müzik ve beden etkinliklerine katılım, düşük gerginlik düzeyi ile ilişkilidir. Örneğin, Bland ve meslektaşları (2014) bedensel etkinliklerin öğrencilerin gerginliğe karşı dayanıklılığını olumlu yönde etkilediğini göstermişlerdir. Bir eyalet üniversitesindeki 34047 öğrencinin kayıtları incelendiğinde ders dışı etkinliklere katılımın akademik başarıyla olumlu yönde ilişkide olduğu, tek bir etkinliğe yazılmanın bile not ortalamasını, düzenli devam ve mezuniyeti olumlu etkilediği görülmüş ve ders dışı etkinlikler güdüleyici etmenler olarak yorumlanmıştır (Wang ve Shiveley, 2009). Amerikan ulusal verilerine göre, öğrencilerin %65'i ders dışı etkinliklerinin akademik başarılarını etkilemediğini, %25'i ise etkilediğini ancak bu etkinin olumsuz olmadığını belirtmektedir (ACHA, 2019).

Buckley ve Lee'nin (2018) nitel araştırmasında öğrencilerin %32'si ders dışı etkinliklere ve akademik çalışmalara ayrılan zamanı dengelemede zorlandığını söylemiş ancak bunun zaman yönetimi ve öncelik sıralaması yapabilme becerilerine katkıda bulunduğunu, ders dışı etkinliklere katılımın özgüvenlerini ve ait olma hissini artırdığını (%15), takım çalışması (%14), sorun çözme (%10), iletişim becerilerini geliştirdiğini (%6), yeni arkadaşlar bulma şansını artırdığını (%63) ve edindikleri sosyal ağların gerginliklerini azalttığını (%15) ifade etmişlerdir. Guilmette ve meslektaşları da (2019) büyük bir devlet üniversitesinde yürüttükleri araştırmada ders dışı etkinliklere katılım ile hedefe uygun öz-düzenleme stratejileri arasında doğrudan, akademik başarı ve duygusal iyilik hali ile ise dolaylı olumlu ilişkiler olduğunu görmüşlerdir. Benzer şekilde, dışı etkinliklere katılımın algılanan ayrımcılık üzerindeki etkisi inceleyen Billingsley ve Hurs (2019) yerleşke içinde ders dışı etkinliklere katılımın kişiyi ayrımcı davranışların ruh sağlığı üzerindeki zararlı etkilerine karşı koruduğunu ve akademik başarıyı teşvik ettiğini ortaya çıkarmıştır. Ders dışı etkinliklere katılımı zaman tüketici ve akademik başarıyı olumsuz etkileyici bulan görüş yaygın olsa da, bu etkinliklerin öğrencilerin kişisel ve kişilerarası becerilerini geliştirmeleri için doğal ortam sağladığı ve intihar olasılığını düşürüp ruh sağlığını olumlu etkilediği kabul edilmektedir (Bauer vd., 2018; Shiah vd., 2013).

Ders dışı etkinliklerin etkilerini inceleyen Denizli Pamukkale Üniversitesi'ndeki bir araştırma, bu etkinliklere katılımın tek bir etmen olarak öğrencilerin gerginlik düzeyi ve yaşam doyumu üzerinde etkisini görememiş, ancak üniversite ve bölümlerine aidiyet duyan öğrencilerin daha düşük gerginlik ve daha yüksek yaşam doyumuna sahip olduğunu gözlemişlerdir (Çivitçi, 2015). Dolayısıyla ders dışı etkinliklere katılımının dolaylı olumlu etkilerinden söz edilebilir. Bu araştırmanın yürütüldüğü üniversitede sayısı 40'ı aşan öğrenci kulübüyle zengin bir ders dışı etkinlik ortamı bulunduğundan, ön görüşme formuna öğrencilere etkinliklere katılım düzeylerini soran bir madde eklenerek etkinliklere katılımın koruyucu bir gösterge olarak psikososyal sorunlarla olan bağlantısı incelenmiştir.

Yöntem

Tanımlayıcı desenin kullanıldığı bu tarama araştırmasının katılımcıları, veri toplama aracı, işlemleri ve veri çözümlenmeleri aşağıda sırasıyla açıklanmıştır.

Katılımcılar

Araştırmaya İstanbul'da bulunan bir devlet üniversitesinden toplam 741 öğrenci (yaklaşık 16,000 öğrencilik evrenin %4,6 temsili) katıldı. Evrende yarıdan az (%45) olan kadınlar örnekleme katılımcıların 2/3 kadarını (%68,8; $f=510$) oluşturdu. Diğer katılımcıların kalanı (%30,1; $f=223$) erkek öğrenciydi, küçük bir grubu (%1) ise cinsiyet belirtmedi. Arnett'in (2004) tanımladığı "beliren yetişkin" grubu hedeflendiğinden katılım için yaş aralığı 18-25 ile sınırlandı (ortalama yaş 21). Katılımcıların yaklaşık 2/3'ü (%69,6; $f=516$) lisans, 1/5'i ise (%21,7; $f=161$) İngilizce Hazırlık, geri kalanlar uzmanlık ya da doktora (%8,6; $f=64$) öğrencisiydi. Akademik birim düzeyinde temsiliyet evrendekiyle

aynı sıralamadaydı: Fen-Edebiyat Fakültesi (%30,8; $f= 227$) ve İngilizce Hazırlık Okulu (%21,7; $f= 161$). Örnekleme tüm akademik programlar temsil bulmuştu.

Diğer özellikleri açısından özetle, katılımcıların çoğu yurtda ya da aileleriyle yaşayan, iki ya da üç kardeşi olan, çoğunun ebeveyni sağ ve birlikte olan, yaklaşık 1/3'i çalışma deneyimine sahip, yarıya yakını burs alan, yarıdan çoğu üniversite dışında hobileriyle ilgili etkinliğe, yarıya yakını eğitim ve mesleki gelişimleriyle ilgili eğitimlere ve öğrenci kulüp etkinliklerine katılım gösteren ancak öğrenci yönetim ya da temsilcilik çalışmaları ve siyasi ilgileri düşük, yarıdan azı yurt dışı deneyimine sahipse de çok büyük çoğunluğu yurt dışında yaşam isteği olan, yarıya yakını geçmişte psikolojik yardım almış, 1/3 kadarı psikiyatrik ilaç kullanmış ve yine 1/3 kadarı intihar planı yapmış, aile üyelerinin yarıya yakını psikolojik yardım almış ve 1/3 kadarı intihar girişimi olmuş öğrencilerden oluşmaktaydı.

Veri Toplama Aracı

Kullanılan tek araştırma aracı BÜREM Ön Görüşme Formu'nun (BÖGF) güncellenip genişletilmiş halidir. Öğrencilerin psikolojik danışma gereksinimlerini belirlemek amacıyla kullanılabilen BÖGF, biri 28 demografik soru, diğeri sorun alanlarıyla ilgili, 4'lü derecelendirmeye uygun 54 soru barındıran iki kısımdan oluşmuştur. BÖGF ikinci araştırmacının önderliğinde BÜREM uzmanlarının katkısıyla 1993'ten başlayarak yıllar içerisinde denenecek geliştirilmiş, geçerlik ve güvenilirliği daha önce araştırılmış ve nitelikleri kabul edilebilir bulunmuş bir araçtır (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009).

BÖGF'nin bu araştırma amacıyla genişletilmesi için, Ruh Sağlığı Görev Gücü taramasında (Erkman vd., 2014) kullanılmış sorular ile çeşitli üniversitelerin ön görüşme formları incelenmiş ve eksik görülen ancak yaygın sıkıntı gözlenen konularda (İngilizce yeterlik sınavını geçmek, kendini ihmal, vb.) yeni maddeler yazılıp sorun alanları kısmına eklenmiştir. Ayrıca doğrudan danışmanlık müdahalesi sınırları dışına taşıdığından BÖGF'de bulunmayan, ancak öğrencilerin yoğun olarak yakındıkları sıkıntılara (zorunlu askerlik, demokratik olmayan ortamlar, güvenlik kaygıları ve rekabetçi ortam) yönelik maddeler yazılarak toplam 21 yeni sorun kapsanmıştır. Demografik bilgiler kısmına ise, araştırma sorularında ele alınan yurt dışında yaşam istekleri, ders dışı etkinliklere katılım ve psikolojik yardım alma, intihar planı ve girişimi ile ilgili aile geçmişi soruları eklenmiştir. Eklenen tüm soruların uygunluğu alanlarında deneyimli öğrenci danışmanlık birimi uzmanlarıyla birlikte incelenip tartışılmış ve gerekli düzenlemeler yapılmıştır.

Bu süreçle Genişletilmiş BÜREM Ön Görüşme Formu'nun (GBÖGF) ilk kısmı, cinsiyet; yaşam yeri; aileye yönelik bilgiler; iş ve maddi durum; yurt dışında yaşam deneyimi ve isteği; psikolojik yardım alma, psikiyatrik ilaç alma, intihar düşüncesi ve girişimi geçmişi olmak üzere toplam 21 sorudan oluşmaktadır. GBÖGF'nin ikinci kısmı, akademik, bedensel, psikolojik, sosyal ve duygusal konulara yönelik toplam 75 maddeden oluşan sorun alanları listesidir. Her soru alanı için 4 seçenek vardır (0: hiç, 1: biraz, 2: çok, 3: çok fazla, eksik: yanıtlamak istemiyorum), yükselen derecelendirme puanı yüksek sorun düzeyine işaret etmekte ve alınabilecek toplam puan 0-225 arasında (ortalama 0-3) değişebilmektedir. Tüm formun yanıtlanması 10-15 dakika sürmektedir.

Bu araştırmanın örneklemeyle toplanmış olan GBÖGF soru alanları verileri önce açılımlayıcı (exploratory), daha sonra doğrulayıcı (confirmatory) etmenler çözümlemesiyle incelenmiş ve bu çözümlemelerden sonraki soru listesinin iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır (Akın, 2019). Açılımlayıcı çözümleme yapabilmek için şu koşullar uygun bulunmuştur: örneklemin 300'den fazla olması (Tabachnick ve Fidell, 2013), Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örnekleme yeterliği ölçüm değerinin 0,6'dan fazla olması (0,895) ve Bartlett Küresellik Testi (BTS) değerinin 0,05 ya da daha küçük olması (BTS ,00).

Yapılan açılımlayıcı etmenler çözümlemesinde 19 etmen ortaya çıkmıştır. Yeterli sayıda yüklenmiş maddesi olmayan etmenlerin dışlanması gerektiğinden yapılan döküm çizimi (scree plot) etmen sayısı olarak sekizine uygun olacağına işaret etmiş, Monte Carlo benzetim programı kullanılarak özdeğerler (eigenvalue) incelenmiş ve 8 etmenli yapının uygunluğu görülmüştür (özdeğer aralığı: 1,73-1,48). Sekiz etmenlik doğrulayıcı etmen çözümlemesi ile madde yükü ,3'ten düşük olan, hiçbir etmene yüklenmeyen ve birden fazla etmene benzer ağırlıkta yüklenen (toplam 27) maddelerin atılması sonrası geriye 48 maddelik soru listesi kalmıştır. Tablo 1 bu sekiz etmenlik yapının değişkenlik (varyans) değerlerini, madde sayılarını ve iç tutarlık değerlerini (Chronbach alfa) göstermektedir. Bu sekiz madde toplam değişkenliğin yaklaşık %43'ünü açıklamaktadır, bu oran önceki çözümleme sonucuna (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009) eşdeğerdir.

Tablo 1

GBÖGF Etmenlerinin Değişkenlik Yüzdeleri, Madde Sayıları ve İç Tutarlık Değerleri

Etmenler (Soru alanları)	Değişkenlik %	Madde sayısı	Alfa değerleri
1. Duygulanım sorunları	18,6	13	0,895
2. Akademik sorunlar	5,4	8	0,815
3. Kültürel sorunlar	4,5	6	0,786
4. Travmatik yaşantılar	3,9	8	0,680
5. İlişkisel sıkıntılar	3,5	4	0,762
6. Bağımlılık	2,5	4	0,680
7. Meslek/gelecek kaygısı	2	3	0,760
8. Sağlık sorunları	2	2	0,797
Toplam sorun puanı	42,8	48	0,918

1. Duygulanım sorunları, yükleri 0,43-0,80 arası değişen 13 maddeden oluşan ilk etmendir ve toplam değişkenliğin %18,6'sını açıklamaktadır. Ruh hali değişiklikleri, gerginlik, güvensizlik, kıskançlık, hüznün, umutsuzluk, tükenmişlik gibi duygularla ilişkili maddeleri kapsamaktadır. 2. Akademik sorunlar, yükleri 0,44-0,74 arasında değişen sekiz maddeden oluşan, değişkenliğin %5,4'ünü açıklayan ikinci etmendir. Akademik başarısızlık, öğrenme güçlükleri ve yeni eklenen internet/sosyal medyanın aşırı kullanımını kapsamaktadır. 3. Kültürel sorunlar adlı üçüncü etmen, yükleri 0,35-0,87 arasında değişen altı maddeden oluşmakta ve değişkenliğin %4,5'ini açıklayan, yerleşim yeriyle ilgili sıkıntılar, ayrımcılık/dışlanma yaşantıları, güvenlik kaygıları ve demokratik olmayan çevreleri kapsayan maddelerden oluşmaktadır. 4. Travmatik yaşantılar etmeni yükleri 0,34-0,80 arasında değişen sekiz maddeden oluşan, değişkenliğin %3,9'ünü açıklayan bir etmendir ve cinsel taciz, istenmeyen gebelik/kürtaj/düşük, kendine zarar verici riskli davranış ve uzun süreli yaralanmalar hakkında maddeler içermektedir. 5. İlişkisel sıkıntılar etmeni, yükleri 0,40-0,98 arasında değişen dört maddeden oluşmakta,

değişkenliğin %3,5'ünü açıklayan, yakın ilişki kurma güçlüğü, yalnızlık, utangaçlık ve üniversite yaşamına uyumla ilgili maddeler barındırmaktadır. 6. Bağımlılık, yükleri 0,46-0,78 arasında değişen dört madde ile değişkenliğin %2,5'ünü açıklayan altıncı etmen olmuş ve alkol, sigara ve kumar ile ilgili maddeler içermiştir. 7. Meslek/gelecek kaygısı, yükleri 0,46-1,03 arasında değişen üç maddeli, değişkenliğin %2'sini açıklayan, meslek, iş ve gelecekle ilgili maddeler barındıran bir etmendir. 8. Sağlık sıkıntıları, yükleri 0,76-0,83 arasında olan, değişkenliğin %2'sini açıklayan, aralıklı (periyodik) ve süregelen (kronik) sağlık sorunları ilintili yeni iki maddeden oluşan son etmendir.

Etmen çözümlemesi sonrasında ortaya çıkan 48 soruluk GBÖGF'nin iç tutarlık katsayıları, toplam puan için 0,91, etmenler bazında ise 0,68 ile 0,89 arasında değişir bulunmuştur. Bu değerler, önceki araç (BÖGF) ile bulunmuş değerlerin hemen hemen aynıdır (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009). Madde, etmen ve toplam puan iç tutarlıkları incelendiğinde ise etmenler arası korelasyonların 0,39-0,93 arasında, madde hariç toplam puan korelasyonlarının ,26-,71 arasında ve madde toplam puan korelasyonlarının 0,21-0,66 arasında değiştiği görülmüştür. GBÖGF'nin ilk yarısındaki ve son yarısındaki maddelerden elde edilen puanların korelasyonu 0,67, tek ve çift sayılı maddelerden edilen toplam puanlar arasındaki korelasyon ise 0,90'dır. İki iç tutarlık göstergesi arasındaki farkın nedeni, aynı etmene yüklü sorun alanlarının ard arda gelme eğiliminde olmasıdır. Bulgular genel olarak, GBÖGF'nun iç güvenilirlik ve yapı geçerliğinin kabul edilir düzeyde olduğunu göstermektedir.

İşlemler

Araştırılmanın yürütülmesi için gerekli etik izin, 25 Nisan 2018 tarihinde (No: 2018/17) üniversitenin İnsan Özneli Araştırmalar için Kurumsal İnceleme Kurulu'ndan (INAREK) alınmıştır. Daha sonra GBÖGF, Google Forms ortamına aktarılarak elektronik olarak erişilir hale getirilmiştir. Formun erişim bağlantısının bulunduğu, biri duyuru diğeri anımsatma amaçlı iki hafta arayla gönderilmiş iki e-posta aracılığıyla öğrenci danışmanlık merkezi üniversiteye kayıtlı 16083 öğrenciyi araştırmaya katılıma davet etmiştir. Aynı öğrenci grubuna sosyal medya üzerinden de araştırmaya katılım daveti gönderilmişse de bu yolla katılım çok düşük (%1) olmuştur. Veriler herhangi bir teşvik kullanılmadan, anonim olarak ve gönüllülük temelinde toplanmıştır. Veri toplamaya ayrılmış üç haftalık süre Mayıs 2019'da sona ermiştir.

Veri Çözümlemeleri

Veriler SPSS paketi ("Statistical Package for the Social Sciences" programı, 24. Versiyon) kullanılarak çözümlenmiş, standart anlamlılık düzeyi $p < ,05$ olarak tutulmuş, diğer anlamlılık düzeyleri $p < ,01$ ya da $p < ,001$ olarak belirtilmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmayan p değerlerinin tam karşılığı verilmiştir. Herhangi bir verinin eksik olması durumunda tüm liste bazında çıkarma seçeneği kullanılmış ve yaş grubu sınırı uygulanmış olduğundan çözümlemelere giren örneklem sayısı 741'den 512'ye (%31 azalma) inmiştir.

Katılımcıların özellikleri sıklık, yüzdellik, ortalama, standart sapma gibi tanımlayıcı istatistiklerle ortaya konmuştur. Veri toplama aracının yapısal geçerliği açılımlayıcı ve doğrulayıcı etmenler çözümlemeleri, iç tutarlığı ise güvenilirlik çözümlemeleri ile hesaplanmıştır. Araştırma sorularına yönelik değişkenlik çözümlemelerine geçilmeden önce verilerin testlerin uygulanması için gerekli varsayımları karşılayıp karşılamadığı incelenmiş, hiçbir varsayımın çiğnenmediği görülmüştür. Travmatik yaşantılar, bağımlılık ve sağlık sıkıntıları etmenleri dışında tüm sorun alanlarında puan dağılımları normal bulunmuştur.

Etmen çözümlemeleriyle ortaya çıkmış psikososyal sorun alanları araştırma sorularında bağımlı değişkenlerdir. Bunlar sekiz alanı kapsadığından, fazla çözümleme kullanımından kaynaklanabilecek hatayı azaltmak üzere Çoklu Değişken Çözümlemesi (MANOVA) kullanımı uygun görülmüştür. Bağımsız değişkenin birden fazla düzey içerdiği durumlarda grup farklarının kaynağı Tukey izleme testi ile incelenmiştir. Toplam puanlarda grup farklarının incelenmesinde ise bağımsız değişken iki düzeyde olduğunda Çift Yönlü *t* Testi, bağımsız değişken ikiden fazla düzeyde olduğunda ise Tekli Değişkenlik Çözümlemesi (ANOVA) kullanılmıştır. Sorun alanları farklı sayıda maddeler içerdiğinden puanların görsel kıyaslanmasını kolaylaştırmak amacıyla tanımlayıcı tablolarda toplam sorun alanı ortalamaları kullanılmıştır.

Bulgular

Cinsiyete Göre Öğrencilerin Psikososyal Sorunları

Tablo 2’de görülebileceği gibi, kadınlar erkeklere göre örneklemin 2/3’ünü oluşturarak daha fazla temsil ($n = 355$, %70) bulmuşlardır. Erkeklerin daha yüksek puan aldığı bağımlılık dışında sorun alanlarının öncelik sıralaması kadın ve erkek öğrencilerde aynıdır: meslek/gelecek kaygısı, duygulanım sorunları, akademik sorunlar, ilişkisel sıkıntılar, kültürel sorunlar, sağlık sıkıntıları, bağımlılık ve travmatik yaşantılar. Kadın öğrencilerde bağımlılık ve travmatik yaşantı, erkek öğrencilerde ise meslek/gelecek kaygısı ve duygulanım, akademik ve ilişkisel, sağlık ve bağımlılık sorun düzeyleri hemen hemen aynıdır.

Toplam sorun puanındaki cinsiyet kıyaslamasında kadınlar erkeklere göre daha yüksek puan almıştır [$t(505) = -4,579$, $p < ,001$]. MANOVA çözümlemesinde cinsiyet farklarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu sorun alanları, fark büyüklüğüne göre, meslek/gelecek kaygısı ($MD = ,411$, $p < ,001$), duygulanım sorunları ($MD = ,292$, $p < ,001$), sağlık sıkıntıları ($MD = ,272$, $p < ,001$), kültürel sorunlar ($MD = ,226$, $p < ,001$) ve bağımlılık ($MD = ,096$, $p < ,05$) olmuştur. Akademik sorunlar, ilişkisel sıkıntılar ve travmatik yaşantılarda cinsiyet farkı bulunmamış, cinsiyet farkının en düşük olduğu sorun alanı ilişkisel sıkıntılar olmuştur ($MD = ,024$, $p = ,730$)

Tablo 2

Cinsiyete göre Sorun Alanları Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Anlamlı Grup Farkları

Sorun alanları	Kadın (n = 355)		Erkek (n = 152)		Toplam (N = 507)	
	M	SS	M	SS	M	SS
Meslek/gelecek kaygısı***	1,46	0,751	1,05	0,695	1,34	0,758
Duygulanım sorunları***	1,32	0,649	1,03	0,642	1,23	0,660
Akademik sorunlar	1,23	0,644	1,11	0,629	1,19	0,641
İlişkisel sıkıntılar	1,11	0,688	1,09	0,743	1,10	0,704
Kültürel sorunlar***	1,03	0,690	0,80	0,604	0,96	0,673
Sağlık sorunları***	0,65	0,781	0,38	0,629	0,57	0,749
Bağımlılık*	0,25	0,414	0,35	0,581	0,28	0,472
Travmatik yaşantılar	0,26	0,313	0,21	0,353	0,24	0,326
Toplam sorun puanı***	7,34	2,905	6,04	2,929	0,70	2,979

* $p < ,05$, ** $p < ,01$, *** $p < ,001$

Akademik Düzeye göre Öğrencilerin Psikososyal Sorunları

Tablo 3'te görülebileceği gibi, öğrenciler İngilizce Hazırlık Okulu, lisans ve lisans sonrası (uzmanlık ve doktora) şeklinde akademik düzeylerine göre üç gruba ayrıldıklarında, 2/3'ünün lisans ($n = 354$, %69,1), yaklaşık 1/5'inin Hazırlık, 1/10'dan azının ise lisans sonrası olduğu görülmüştür. MANOVA çözümlenmeleri meslek/gelecek kaygısı sorun alanı dışında akademik düzeyler arası hiçbir farka işaret etmemiştir. Bu sorun alanındaki farklar lisans ve lisans sonrası öğrenciler arasında değil ($MD = - ,067$, $p = 1,000$), lisans ve Hazırlık ($MD = ,301$, $p < ,001$), lisans sonrası ve Hazırlık ($MD = -,369$ $p < ,05$) öğrencileri arasındadır. Var olan bu farklar Hazırlık öğrencileri lehinedir. Toplam sorun puanlarında da anlamlı akademik düzey farkı bulunmamıştır [$F(2, 509) = 1,082$, $p = ,340$]. Bu farkların genellenebilir olduğu düşünülebilir, zira her üç düzeyin sayısal temsiliyeti genel öğrenci grubundaki duruma benzerdir.

Tablo 3

Akademik Düzeye göre Sorun Alanları Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Sorun alanları	Hazırlık Okulu (n = 115)		Lisans (n = 354)		Lisans sonrası (N = 43)	
	M	SS	M	SS	M	SS
Meslek/gelecek kaygısı ¹	1,10	0,784	1,40	0,747	1,47	0,655
Duygulanım sorunları	1,20	0,705	1,24	0,645	1,27	0,663
Akademik sorunlar	1,21	0,677	1,21	0,637	1,01	0,591
İlişkisel sıkıntılar	1,11	0,718	1,11	0,716	0,96	0,549
Kültürel sorunlar	0,88	0,635	0,98	0,673	0,98	0,756
Sağlık sorunları	0,56	0,706	0,57	0,765	0,58	0,778
Bağımlılık	0,29	0,453	0,28	0,493	0,22	0,312
Travmatik yaşantılar	0,23	0,375	0,24	0,316	0,25	0,261
Toplam sorun puanı	6,62	2,819	7,08	3,064	6,76	2,809

¹ Hazırlık ve Lisans $MD = -,301$, $p < ,001$

Hazırlık ve Lisans sonrası $MD = -,369$, $p < ,05$

Psikolojik Yardım Alma Geçmişine göre Öğrencilerin Psikososyal Sorunları

Halen ya da geçmişte psikolojik yardım almış olduğunu bildiren öğrenciler yardım almamış olan öğrencilerle psikososyal sorunları açısından kıyaslandığında (Tablo 4), ilk çarpıcı bulgu, psikolojik yardım almış öğrenci sayısının tüm grubun neredeyse yarısı kadar ($n = 219$, %42,7) olmasıdır. Psikolojik yardım alma geçmişine sahip olan öğrenciler böyle bir geçmişine olmayanlara göre, toplam sorun puanında daha yüksektirler [$t(510) = -5,592$; $p < ,001$]. Daha yüksek puan eğilimi akademik sorunlar ($MD = ,073$, $p = ,202$) ve ilişkisel sıkıntılarda ($MD = ,117$, $p = ,063$) anlamlı değildir. Diğer altı sorun alanındaki anlamlı farklar büyüklük sırasına göre şöyledir: sağlık sıkıntıları ($MD = ,314$, $p < ,001$), duygulanım sorunları ($MD = ,295$, $p < ,001$), kültürel sorunlar ($MD = ,209$, $p < ,001$), meslek/gelecek kaygısı ($M = ,152$, $p < ,05$), travmatik yaşantılar ($MD = ,131$, $p < ,001$) ve bağımlılık ($MD = ,109$, $p < ,01$).

Tablo 4

Psikolojik Yardım Alma Geçmişine göre Sorun Alanları Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Sorun alanları	Yardım almayan ($n = 293$)		Yardım alan ($n = 219$)	
	<i>M</i>	<i>SS</i>	<i>M</i>	<i>SS</i>
Meslek/gelecek kaygısı*	1,27	0,750	1,43	0,761
Duygulanım sorunları***	1,11	0,621	1,40	0,672
Akademik sorunlar	1,16	0,645	1,23	0,641
İlişkisel sıkıntılar	1,05	0,668	1,17	0,746
Kültürel sorunlar***	0,87	0,612	1,08	0,730
Sağlık sorunları***	0,44	0,658	0,75	0,831
Bağımlılık**	0,23	0,464	0,34	0,474
Travmatik yaşantılar***	0,19	0,315	0,32	0,326
Toplam sorun puanı***	6,29	2,829	7,74	2,997

* $p < ,05$, ** $p < ,01$, *** $p < ,001$

İntihar Düşünceleri ve Girişimlerine göre Öğrencilerin Psikososyal Sorunları

Halen ya da geçmişte intihar planı olmuş öğrencilerin sayısı tüm öğrenci grubunun 1/3 kadardır ($n = 151$, %30). Bu öğrenciler toplam puanda [$t(507) = -8,146$, $p < ,001$] ve tüm sorun alanlarında intihar planı olmayanlardan daha yüksek puan almışlardır. Fark büyüklüğüne göre dizildiklerinde durum şöyledir: duygulanım sorunları ($MD = ,422$, $p < ,001$), kültürel sorunlar ($MD = ,298$, $p < ,001$), sağlık sıkıntıları ($MD = ,297$, $p < ,001$), ilişkiler sıkıntılar ($MD = ,271$, $p < ,001$), travmatik yaşantılar ($MD = ,244$, $p < ,001$), meslek/gelecek kaygısı ($MD = ,245$, $p < ,001$), bağımlılık ($MD = ,220$, $p < ,001$) ve akademik sorunlar ($MD = ,213$, $p < ,001$) (Tablo 5).

Tablo 5*İntihar Planına göre Sorun Alanları Ortalamaları ve Standart Sapmaları*

Sorun alanları	İntihar planı yok (n = 358)		İntihar planı var (n = 151)	
	M	SS	M	SS
Meslek/gelecek kaygısı***	1,26	0,748	1,51	0,758
Duygulanım sorunları***	1,10	0,634	1,53	0,621
Akademik sorunlar***	1,12	0,616	1,33	0,667
İlişkisel sıkıntılar***	1,02	0,646	1,29	0,799
Kültürel sorunlar***	0,87	0,614	1,17	0,752
Sağlık sorunları***	0,48	0,670	0,78	0,869
Bağımlılık***	0,21	0,434	0,43	0,513
Travmatik yaşantılar***	0,17	0,280	0,41	0,361
Toplam sorun puanı***	6,27	2,755	8,48	2,891

* $p < ,05$, ** $p < ,01$, *** $p < ,001$

Aynı kıyaslama intihar girişimi açısından yapıldığındaki döküm Tablo 6'dan izlenebilir. İntihar girişimi psikososyal sorunun klinik düzeye geçişi olarak kabul edilirse, yaşamsal tehlike arz eden bu grup tüm öğrencilerin %7'sidir ($n = 37$) ve bu öğrenciler toplam sorun puanında intihar girişimi olmayanlardan daha yüksek puan almışlardır [$t(507) = -4,114$, $p < ,001$]. Sekiz sorunun ikisinde, akademik sorunlarda ($MD = 105$, $p = ,336$) ve meslek/gelecek kaygısında ($MD = ,030$, $p = ,819$) ise fark yoktur. Büyüklüğe göre var olan farklar, sağlık sıkıntıları ($MD = 461$, $p < ,001$), duygulanım sorunları ($MD = 417$, $p < ,001$), travmatik yaşantılar ($MD = 292$, $p < ,001$), ilişkisel sıkıntılar ($MD = 256$, $p = ,034$), kültürel sorunlar ($MD = 252$, $p = ,028$) ve bağımlılıktadır ($MD = 242$, $p = ,002$).

Tablo 6*İntihara Girişimine göre Sorun Alanları Ortalamaları ve Standart Sapmaları*

Sorun alanları	İntihar girişimi olmayan (n = 472)		İntihar girişimi olan (n = 37)	
	M	SS	M	SS
Meslek/gelecek kaygısı	1,33	0,757	1,36	0,788
Duygulanım sorunları***	1,20	0,657	1,62	0,560
Akademik sorunlar	1,18	0,635	1,28	0,680
İlişkisel sıkıntılar*	1,08	0,695	1,33	0,793
Kültürel sorunlar*	0,94	0,666	1,19	0,695
Sağlık sorunları***	0,53	0,715	1,00	0,986
Bağımlılık**	0,26	0,467	0,50	0,446
Travmatik yaşantılar***	0,22	0,310	0,51	0,388
Toplam sorun puanı***	6,77	2,916	8,83	3,035

* $p < ,05$, ** $p < ,01$, *** $p < ,001$ **Yurt Dışında Yaşama İsteklerine göre Öğrencilerin Psikososyal Sorunları**

Tablo 7'den izlenebileceği gibi, yurt dışında yaşamaya yönelik ilgi düzeylerine göre öğrenciler üç gruba ayrıldığında, öğrenim görme ya da çalışma amaçlı yani geçici yaşam

deneyimi olarak ilgilenenlerin yarıya yaklaşarak en kalabalık grup (%47,6) olduğu, sürekli yaşama ya da yerleşme (göç) amaçlı yani kalıcı olarak ilgilenenlerin ise en kalabalık gruba oldukça yakın durumda olduğu (%42,9) ve hiç ilgisi olmayanların en küçük grubu (%9) oluşturduğu görülmektedir. Öğrencilerin %91'inin yurt dışında yaşam isteğinde olması dikkat çekicidir. Toplam puanların kıyaslanması grup farklarının anlamlı olduğuna [$F(2,509) = 3,001, p < ,05$] ve bu farkın geçici ve kalıcı yerleşim isteğindeki gruplardan kaynaklandığına ($MD = ,066, p < ,05$) işaret etmiştir.

Bu üç grup sorun alanlarında kıyaslandığında, kalıcı yerleşim düşünenlerin duygulanım sorunları, akademik sorun, ilişkisel sıkıntılar ve travmatik dışındaki diğer dört alanda biraz daha yüksek olma eğilimi gösterse de, farklar yalnızca bağımlılık ve kültürel sorunlarda istatistiksel anlamlılığa ulaşmıştır. Yerleşim isteğiyle birlikte artış eğilimi gösteren bağımlılıkta yerleşim isteği gösterenlerin aleyhine diğer iki gruba aralarında anlamlı farklar vardır: hiç isteği olmayanlarla yerleşim isteği olanlar ($MD = -,25, p < ,01$) ve geçici isteği olanlarla yerleşim isteği olanlar ($MD = -,11, p < ,05$). Kültürel sorunlarda ise grup farkları yalnızca geçici ve kalıcı yerleşim isteğinde olanlar arasında ve yine kalıcı yerleşim grubu aleyhinedir ($MD = -,18, p < ,01$).

Tablo 7

Yurt Dışında Yaşam İsteklerine göre Sorun Alanları Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Sorun alanları	İlgisiz (n = 48)		Geçici (n = 244)		Kalıcı (n = 220)	
	M	SS	M	SS	M	SS
Meslek/gelecek kaygısı	1,30	0,733	1,31	0,767	1,38	0,754
Duygulanım sorunları	1,26	0,692	1,19	0,637	1,27	0,676
Akademik sorunlar	1,24	0,694	1,18	0,645	1,19	0,633
İlişkisel sıkıntılar	1,16	0,707	1,08	0,698	1,11	0,712
Kültürel sorunlar ¹	0,86	0,662	0,88	0,624	1,07	0,713
Sağlık sorunları	0,56	0,789	0,52	0,716	0,64	0,781
Bağımlılık ²	0,10	0,218	0,25	0,402	0,36	0,560
Travmatik yaşantılar	0,24	0,475	0,21	0,280	0,27	0,332
Toplam sorun puanı ³	6,76	3,041	6,65	2,985	7,32	2,959

¹ Geçici ve Kalıcı: $MD = -,18, p < ,01$

² İlgisiz ve Kalıcı: $MD = -,25, p < ,01$ ² Geçici ve Kalıcı: $MD = -,11, p < ,05$

³ Geçici ve Kalıcı: $MD = -,66, p < ,05$

Ders Dışı Etkinliklere Katılım Düzeylerine göre Öğrencilerin Psikososyal Sorunları

Öğrenciler ders dışı etkinliklere olan ilgi düzeylerine göre üç gruba ayrıldıklarında, biraz ilgisi olanlar yarıdan fazlayı kaplayarak en kalabalık grubu (%57,6), yüksek ilgisi olanlar ara grubu (%26,8) ve hiç ilgisi olmayanlar en küçük grubu (%15,6) oluşturmuştur (Tablo 8). Bu durumda öğrencilerin büyük çoğunluğu (%84,4) ders dışı etkinliklere karşı ilgilidir. Toplam sorun puanlarında artan ilgi sorunlarda azalma eğilimi ile ilintilidir [$F(2,509) = 3,791; p < ,05$] ve bu fark etkinliklerle hiç ilgilenmeyen ve onlara yüksek ilgisi olan iki gruptan ($MD = ,024, p < ,05$) kaynaklanmaktadır.

Sorun alanları bazında incelendiğinde, meslek/gelecek kaygısı, akademik sorunlar ve ilişkisel sıkıntılarda gruplar arası anlamlı farklar bulunmuştur ve her üç alanda en düşük puanı alma eğilimi ders dışı etkinliklere katılım düzeyiyle azalma yönündedir. Meslek/gelecek kaygısındaki grup farkları etkinliklerle hiç ilgilenmeyenler ile yüksek ilgisi olanlar ($MD = ,36, p < ,001$) arasındadır. Akademik sorunlardaki fark ise etkinliklere hiç ilgisi olmayanlarla yüksek ilgisi olanlar ($MD = ,24, p < ,05$) ve hiç ilgisi olmayanlarla biraz ilgisi olanlar ($MD = ,18, p < ,05$) arasındadır. Bu farklar hiç ilgisi olmayanlardan kaynaklanmaktadır. İlişkisel sıkıntılarda ise gruplar arasındaki tüm farklar anlamlıdır; hiç ilgisi olmayan grupla yüksek ilgisi olan ($MD = ,56, p < ,001$), etkinliklere hiç ilgisi olmayan grupla biraz ilgisi olan ($MD = ,28, p < ,01$) ve biraz ilgisi olan grupla yüksek ilgisi olan ($MD = ,27, p < ,01$) gruplar giderek farklılaşmıştır.

Tablo 8

Ders Dışı Etkinliklere Katılım Düzeyine göre Sorun Alanları Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Sorun alanları	Hiç (n = 80)		Az (n = 295)		Yüksek (n = 137)	
	M	SS	M	SS	M	SS
Meslek/gelecek kaygısı ¹	1,55	0,791	1,36	0,745	1,18	0,737
Duygulanım sorunları	1,30	0,704	1,23	0,661	1,19	0,628
Akademik sorunlar ²	1,37	0,709	1,18	0,642	1,12	0,590
İlişkisel sıkıntılar ³	1,42	0,832	1,13	0,673	0,85	0,598
Kültürel sorunlar	1,02	0,738	0,94	0,651	0,96	0,682
Sağlık sorunları	0,55	0,718	0,55	0,748	0,63	0,782
Bağımlılık	0,20	0,330	0,30	0,506	0,29	0,461
Travmatik yaşantılar	0,25	0,313	0,22	0,274	0,28	0,421
Toplam sorun puanı ⁴	7,68	3,284	6,94	2,954	6,53	2,826

¹ Hiç ve Yüksek: $MD = ,36, p < ,001$

² Hiç ve Yüksek: $MD = ,24, p < ,05$ ² Hiç ve Az: $MD = ,18, p < ,05$

³ Hiç ve Az: $MD = ,28, p < ,01$ ³ Hiç ve Yüksek: $MD = ,56, p < ,001$ ³ Az ve Yüksek: $MD = ,27, p < ,001$

⁴ Hiç ve Az: $MD = ,24, p < ,05$

Tartışma

Bu araştırmada kullanım amacıyla içeriği, geçerlik ve güvenilirliği güncellenen ön görüşme formu (GBÖGF), önceki 6 etmenli BÖGF'e (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009) göre daha kısa olmasına karşın aynı düzeyde olumlu psikometrik özellikler taşımaktadır. İçerik olarak beş etmende; duygulanım sorunları (ruh durumları/depresyon), ilişkisel sıkıntılar, akademik sorunlar, sağlık sorunları (bedenselleştirme/dışsallaştırma) ve travmatik sorunlarda iki form arasında örtüşme vardır. Önceki formdaki üniversiteye uyum etmeni ortadan kaybolmuş ancak o etmenin maddeleri bu formda farklı etmenlere dağılmıştır. Bu güncel formda ise, üç yeni etmen belirlemiştir: meslek/gelecek kaygısı, kültürel sorunlar ve bağımlılık. Yeni bir örneklem üzerinde sekiz etmenlik yeni yapının geçerliğinin irdelenmesi ve ön-son test ile puan durağanlığının incelenmesi önerilebilir. Ayrıca, bu

araştırma verileri COVID-19 pandemisi öncesinde toplanmış olduğundan üniversite öğrencilerinin psikososyal sorunları taramasının güncellenmesi gerekmektedir.

Psikososyal Sorunlar üzerine Çıkarımlar

İlk iki araştırma sorusu ele alındığında, yaygınlık açısından öğrencilerin sorun alanları meslek/gelecek kaygısı, duygulanım sorunları, akademik sorunlar, ilişkisel sıkıntılar, kültürel sorunlar, sağlık sıkıntıları, bağımlılık ve travmatik yaşantılar olarak sıralanmıştır. Toplam üç maddeden oluşan ve etmen yükü düşük olan meslek/gelecek kaygısının en yaygın sorun alanı olması, gelecekle ilgili inşa etme döneminde olan üniversite öğrencileri için beklenebilen bir sonuçtur. Keşif dönemindeki gençler gelecek hedeflerinde değişken ve planlarını sürekli güncelliyor olabilirler (Arnett, 2004). Ancak aynı kurumda ve benzer ölçümle yapılmış önceki araştırmada (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009) bu etkenin bulunmaması ve ilgili maddenin üniversiteye uyum altında ve yüksek olmayan bir ağırlıkla yer alması, yakın sayılabilen bir geçmişe göre gençlerde gelecek kaygısının artmış olmasına işaret ediyor olabilir. Aynı kurumdaki önceki bir tarama da (Erkman vd., 2014) öğrencilerin yarısından fazlasının meslek ve geleceğe ilişkin sorunlarının olduğunu göstermiştir. Tek akademik düzey farkının bu etmende olması ve yalnızca başlangıç öğrencilerinde düşük olması, gençlerdeki mesleki/gelecek kaygısının yaygınlığına işaret etmektedir. Örnekteki öğrencilerin yaklaşık yarısı burs desteği almakta, 1/3'ü ise çalışmaktadır; yani öğrenciler maddi gereksinim içindedir ve çalışarak geleceklere yatırım yapmaktadırlar. Gençler hiç de kolay olmayan görevler üstlenmektedirler. Nitekim, Türkiye'de çoğu aile yetişkin çocuklarından yalnızca iş bulmalarını değil aynı zamanda ebeveynlerine fiziksel ve finansal olarak destek sağlamalarını beklemektedir (Aging Readiness and Competitiveness Initiative [Yaşlanmaya Hazırlık ve Rekabetçilik Girişimi], 2018).

Hem önceki (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009) hem de bu çalışmaya kadın öğrenciler erkeklere göre daha fazla katılımda bulunmuş ve daha fazla sorun ifade etmişlerdir. Kadın öğrencilerin genel olarak daha yüksek meslek/gelecek kaygısı (ACHA, 2019), duygulanım sorunları, ilişkisel sıkıntılar, kültürel sorunlar, sağlık sorunları ve travmatik yaşantılar (Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; Erkman vd., 2014) gösterdiği rapor edilmiştir. Bu araştırmada cinsiyet farkı yalnızca akademik sorunlar, ilişkisel sıkıntılar ve travmatik yaşantılarda görülmüştür. Geleneksel olarak kadınlar, duygularını ve güçsüz yanlarını ifade etmede daha az zorlanırlar, ancak tam tersine erkeklerin güçlü görünmeleri beklenir. Duygulanım ve sağlık sorunlarının ifadesindeki farklar bu toplumsal cinsiyet kimlikleriyle ilintili olabilir. Öte yandan, bazı farklar, doğrudan yaşantılardan kaynaklanıyor olabilir. Örneğin, Türkiye'de kadınlar özellikle sosyal yaşamda ve iş yaşamında daha fazla ayrımcılıkla (kültürel sorunlar) karşılaşılır (Bitmez, 2019). Kadın öğrencilerdeki yüksek meslek/gelecek kaygısı, onların toplumdaki rolleri ile ilgili daha fazla kaygı taşıdıklarına işaret ediyor gibidir.

Sorun alanı yaygınlığında ikinci, etmen ağırlığında ise açık ara ile ilk sırada gelen duygulanım sorunlarının üniversite öğrencilerinin önde gelen sorunu olduğu diğer çalışmalarda da (ACHA, 2019; Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; BÜREM, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020; Erkman vd., 2014; MAK Danışmanlık, 2020;

Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009) rapor edilmiştir. Danışmanlık merkezine baş vuran öğrencilerin çoğu üzüntü, yorgunluk, öfke, çaresizlik, umutsuzluk ve güvensizlik duyguları ifade etmektedir. Yalnızca yardıma başvurmuş öğrencilerin bu durumda olduğu düşüncesi geçerli değildir, çünkü genel nüfustaki öğrencilerin yaklaşık yarısının daha önce psikolojik yardım aldığı, yaklaşık 1/3'ünün psikiyatrik ilaç kullandığı görülmektedir. Öğrencilerdeki yoğun meslek/gelecek kaygısını bir tür duygudurum sorunu salgınının izlediği söylenebilir.

Yaygınlıkta üçüncü sırada gelen akademik sorunlar etmen ağırlığında ikinci sırada yer almıştır. Akademik sorunların erkeklerde daha yaygın olduğunu göstermiş önceki araştırmanın (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009) tersine, bu çalışmada cinsiyet farkına rastlanmamıştır. Araştırmanın yürütüldüğü kurumda başarılı ve mükemmeliyetçi özellikler gösteren öğrenciler öğrenim görmekte olduğundan, üniversite ortamında sınavı kazanmanın rehabeti ile değil, en başarılıların rekabeti ile karşılaşmaktadırlar. Nitekim, üniversiteye yeni yerleştiği için henüz meslek/gelecek kaygısına düşmemiş görünen Hazırlık öğrencileri toplam puanda ve diğer tüm sorun alanlarında ileri akademik düzeydeki öğrenciler gibidir. Benzer bulgular daha önce de rapor edilmiştir (ACHA, 2019; Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; BÜREM, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020; Gülerce, 1990; Erkman vd., 2014; MAK Danışmanlık, 2020; Şahin vd., 2009; Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009).

Her iki cinsiyet için de sorun yaygınlığında dördüncü, etmen ağırlığında beşinci sırada yer almış olan ilişkisel sıkıntılar önceki çalışmalardan (Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2014) farklı olarak aile sorunları, cinsel sorunlar, arkadaşlarla çatışma ve cinsel yönelim/kimlik sorunlarına yönelik maddeler barındırmamıştır. Aynı kurumda yapılmış bir tarama (Erkman vd., 2014) ailelerinden ayrı yaşayan öğrencilerin yarısından fazlasının ilişkisel sorunlar ve yalnızlık rapor ettiğini göstermiştir. Bu örnekteki öğrencilerin yalnızca 1/4 kadarı aileleriyle yaşamaktaydı. Türkiye’de çoğu genç yüksek öğrenim görme ya da evlenme nedeniyle ailesinden ayrı yaşamaya başladığından üniversite öğrencilerinin bağımsız ilişkilerini yönetmede sıkıntı çekmeleri beklenebilir. Gençler yakın ilişki kuramayınca, ilişkileri boş bulmaya başlıyor (Miller, 2002), üst üste sorunlar yaşadıkça da yalnızlık duygusuna kapılıyor olabilirler (Ellison, 2012).

Sorun yaygınlığında dördüncü sıradaki kültürel sorunların toplumsal olduğu ve ruh sağlığında önemli rol oynamadığı sanılabirse de bu etmen ağırlık olarak üçüncü sıradadır. Evlerinden ilk kez ayrılan öğrenciler yine ilk kez üniversitede kendilerinden oldukça farklı “öteki” kimliklerle karşılaşmakta, yaşayabildikleri çatışmalar sonrası ve zamanla sosyal duyarlılıkları artmakta ve geldikleri ortamlara geri döndüklerinde bu kültürel çeşitliliği aradıklarını ifade etmektedirler. Önceki çalışmalar aileleriyle yaşayan öğrencilerin daha az sorun ve olumsuz duygu ifade ettiklerini, öte yandan küçük ve kırsal yerleşim yerlerinden gelen öğrencilerin daha fazla sorunla karşılaştığını ve daha fazla olumsuz duygu ifade ettiklerini göstermiştir (Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; Erkman, vd., 2014; Gülerce, 1990; Toprak, vd., 2011). Gelecekteki araştırmalar bu sorunun kendisini “azınlık” kimliği ile tanımlayan öğrencilerde daha yaygın olup olmadığını inceleyebilir. Kültürel sorunlardaki maddelerden biri demokratik olmayan ortamlarla

ilgilidir. Arnett (2004) beliren yetişkinlerin karar verme özgürlüğü istediğini ifade etmiş, antidemokratik ve terörist saldırı gibi güvenli olmayan ortamlar gençler tarafından sorunlu bulunmuştur (Efe, 2018; Gall, 2019; Özkan, 2019; Şahin vd., 2009).

Psikososyal sorunlar listesine yeni eklenmiş ve düşük etmen yükü göstermiş aralıklı ve süreğen sağlık sıkıntılarının sıralamada altıncı bulunması bu genç yaş aralığı için beklenmeyen bir sonuç olmuştur. Toplumda ruhsal sorunlar, beden sorunları kadar kabul göremeyebildiğinden, sağlık sorunlarının aslında psikosomatik kaynaklı olduğu düşünülebilse de bu sav ancak katılımcıların kendi ifadelerine dayalı olmayan yöntemler ile sınanabilir. Aynı kurumda yapılmış önceki taramada öğrencilerin 1/3 kadarı aralıklı, 1/4 kadarı ise süreğen sağlık sorunu rapor etmişlerdir (Erkman vd., 2014). Benzer şekilde, öğrencilerden 1/4'inin sağlık güçlükleri yaşadığı (ACHA, 2019), aynı yaştaki genel nüfusa oranla üniversite öğrencilerinin sağlık algısının daha düşük olduğu, kadınların ve sigara kullananların daha fazla sağlık sorunu belirttiği (Messina vd., 2016) ve genel nüfusa oranla üniversite öğrencilerinin hem fiziksel hem ruhsal, hem de çevresel koşullarını daha düşük nitelikte algıladıkları (Henning vd., 2012) yolunda bulgular vardır.

Düşük sayılabilecek etmen yükü olan ve kumar maddesinin yeni eklenmiş olduğu bağımlılık, psikososyal sorunların yedinci sırasındadır. Bağımlılık sorunu çevrede kınanmayla karşılandığından ve yasal sorunlarla ilintilenebileceğinden doğrudan ifade edilmesi güçtür. Uygulamacı gözlemleri gençler arasında bu sorunların sanıldığından daha yaygın olduğu yolundadır. Bağımlılığın yardıma başvurmamış öğrencilerin de bulunduğu bu genel örneklemede fazla yaygın olmaması, belki de bağımlılıkları ciddi düzeyde yüksek olan öğrencilerin araştırmaya katılacak durumda olmamalarından kaynaklanabilir. Benzer şekilde, bağımlılık inkar edilebildiğinden kişilerin kişilerin ifadelerine dayalı yöntemli çalışmalarda bağımlılık gerçekte olduğundan az sanılabilir. Tüm bunlara karşın, bağımlılığın öğrencilerin psikososyal sorunları arasındaki varlığı daha önceki çalışmalarda ortaya konmuştur (ACHA, 2019; Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009). Bağımlılığın depresyon ve intihar düşüncelerini yordadığını gösteren çalışmalar (Lamis vd., 2016; Lisznyai vd., 2014; Toprak vd., 2011) dikkate alınarak, yaygınlık oranlarından bağımsız olarak, bağımlılık sorununa ciddiyetle yaklaşılmalıdır. Nitekim, bu araştırmada psikolojik yardım alma geçmişi, intihar planı ve girişimi olan öğrenciler daha fazla bağımlılık sorunu rapor etmiştir.

Cinsiyet farklarında erkek öğrencilerin aleyhine olan tek sorun alanı bağımlılık olmuştur. Erkeklerin alkol, madde ve sigara kullanma alışkanlıklarının daha sorunlu olduğuna işaret eden başka kaynaklar vardır (Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; Lamis vd., 2016; Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009). Bu etmene kumar maddesinin eklenmesi tesadüf değildir. Son yıllarda Türkiye’de sporla ilintili kumar artmış (Doğan, 2016) ve erkekler arasında daha yaygın olan (International Communication Union [Uluslararası İletişim Birliği], 2020; Sargın, 2013; World Wide Web Foundation, 2015) internet kullanımının artmasıyla kumar oyunlarına erişim kolaylaşmıştır (McCormack ve Griffiths, 2012). Beliren yetişkinler yeni yaşantılara daha açıktır (Padilla-Walker ve Nelson, 2017), risk olarak “yeni” davranışlar arıyor, denemek istiyor ve güvenli denge kurmada güçlük çekiyor olabilirler. Öte yandan, bu sorunun aileleriyle yaşayan öğrencilerde daha az olduğu bulgusuna dayanarak ailenin koruyucu etkisine dikkat

çekilmiştir (Erkman vd., 2014). Kadın öğrencilere göre daha fazla erkek öğrencinin ailelerinden ayrı ve bağımsız yaşaması da bu sorundaki cinsiyet farkını etkilemiş olabilir. Bağımlılık sorunu özellikle nitel yöntemlerle daha derinden incelenmelidir.

Psikososyal sorunların sekizinci ve sonuncusu olan ve etmen yükü dördüncü sırada yer alan travmatik yaşantılar önceki araştırmalarda da rapor edilmiştir (Albayrak-Kaymak ve Yücel, 2004; Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2009). Ancak öncekilerden farklı olarak finansal sıkıntılar, bedensel engelle ilgili kaygılar ve sevdiklerinden ayrılma, bu etmende madde olarak yer almamıştır. Halbuki finansal sıkıntılar araştırmalarda ön sıralardadır (ACHA, 2019; Gülerce, 1990; Lisznyai vd., 2014; Erkman vd., 2014; MAK Danışmanlık, 2020; Toprak vd., 2011). Farkların bir nedeni öğrencilerin neredeyse yarısının burs alıyor olması ve önemli bir grubunun çalışıyor olmasından kaynaklı olabilir. Ayrıca maddi sıkıntı travma ile sınırlanamayacak kadar yaygınlaşmış gibidir. Ayrıca araştırmanın yürütüldüğü üniversitede engelli öğrencilere 2006 yılından beri özel hizmet veren bir birimin (Boğaziçi Üniversitesi Görme Engelliler Teknoloji ve Eğitim Laboratuvarı [GETEM], 2020) varlığı, bu birimin gönüllü öğrencilerin desteğiyle etkin çalışıyor olması, öğrencilerin bedensel engellerle ilgili sıkıntıları travmatik değerlendirmemesine yol açmış olabilir. Son olarak, teknolojinin yaygınlaşmasıyla artan görüntülü görüşmeler öğrencilerin ayrıldıkları aileleriyle düzenli ilişkilerini korumasına dolayısıyla ailelerinin koruyucu etkilerinden yararlanmış olmalarına yol açıyor olabilir.

İntihar Düşünceleri ve Girişimleri üzerine Çıkarımlar

Öğrencilerin ruh sağlığı sorun göstergeleri olarak, psikolojik yardım alma, intihar plan ve girişim geçmişi olup olmamasına göre psikososyal sorun düzeylerinin kıyaslanması sorun alanları listesine geçerlik verisi oluşturacak yönde olmuştur. Her üç göstergede de grupları birbirinden en açık farkla ayıran sorun alanları duygulanım sorunları, sağlık sıkıntıları ve travmatik yaşantılar olmuştur. Psikolojik yardım alan ve almayan öğrenci gruplarının sayısal olarak birbirine yakınlığı, öğrencilerin yardım istemeye açıklığı şeklinde olumlu yorumlanabilse de, yüksek sayıda öğrencinin yardıma gerek duyuyor olması aynı zamanda sorunların yaygınlığına ve destekleyici kaynakların yetersizliğine işaret etmektedir. Psikolojik yardım alma geçmişi olanlar akademik sorunlar ve ilişkisel sıkıntılar dışındaki tüm sorun alanlarında ve toplamda yardım almayan gruplardan farklıdır. Sağlık ve duygulanımdan sonra en fazla grup farkının kültürel sorunlarda bulunması dikkate değerdir. Meslek/gelecek kaygısı, sağlık sorunları ve bağımlılık yeni etkenler olduklarından öncekilerle kıyaslama yapılamasa da, önceki taramada da (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2019) yardıma başvurmuş öğrenciler var olan tüm sorun alanlarında diğerlerinden daha fazla sorun ifade etmişlerdir. Akademik sorunlar ile ilişkisel sıkıntılar dışındaki diğer bulgular önceki araştırmaya (Yılmaz-Atmanoğlu vd., 2019) koşuttur. Yardım alan ve almayan grupların sorun sıralaması aynıdır. Akademik sorunlar ve ilişkisel sıkıntıların her iki grupta da üçüncü ve dördüncü sırada yer alması, onların önemsizliğine değil yaygınlığına işaret etmektedir (BÜREM, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2019, 2020).

İntihar planı (%29,6) ve girişimi (%7) olan öğrenciler bu durumda olmayanlara göre, daha az sayıda da olsalar bu oranlar genel nüfusa göre yüksektir. Önceki tarama da

benzer sonuçlar göstermiştir (Erkman vd., 2014). Yüksek yaşam beklentileri olan üniversite gençlerinin olumsuz toplumsal olaylarla ilgili daha farkında ve duyarlı olmaları onları intihara sürükleyen umutsuzluk duygusunun (Hess vd., 2011) temelinde yatıyor gibidir. Oranlarımız örneğin, 18 yaş üzerindeki için %4.8 ve %1'den az olan ABD oranlarına göre yüksektir (Substance Abuse and Mental Health Services Administration [SAMHSA], 2020). İntihar planı ve girişimi bulunanlarda en yaygın sorun duygulanım sorunları, intihar plan ve girişimi olmayanlarda ise meslek/gelecek kaygısı olmuş, diğer alanlarda ise sorun sıralamaları değişmemiştir. İntihar planı olanlar tüm sorun alanları ve toplamda, intihar planı olmayanlardan açık farkla yüksek puan almışlardır.

Öte yandan, ilginç bir şekilde, meslek/gelecek kaygısı ve akademik sorunlarda intihar girişiminde bulunup bulunmama farkı yoktur ve kültürel sorunlar ve bağımlılıkta farklar yüksek değildir. İntihar girişimi olanların intihar planı olanlardan daha fazla sorun ifade etmesi beklenebilse de durum böyle olmayabilmektedir. Walker ve meslektaşlarına (2001) göre, “intihar eğiliminin intihar girişimi biçiminde dışavurumu yoluyla intihar belirtilerinin azalması” (s. 144) olarak tanımlanmış intihar katarsizi (duygusal boşalım), intihar girişimi sonrası hayatta kalanların sorun düzeylerinde düşmeye yol açabilmekte ancak intihar planı olanların sorunları yüksekliğini korumaktadır. Doğal olarak birbiriyle büyük ölçüde binişen plan ve girişim gruplarının ortalamalarına bakıldığında toplam puanın yanı sıra, sağlık ve duygulanım sorunlarında girişim aleyhine farklar gözlenmiştir, ancak bu konuların yorumlanması için intihar girişimini yordayan çalışmalara gerek vardır. Genç yetişkinlerin intiharında aile etkenlerinin önemine (Gürkan ve Dirik, 2009) ve aileyle birlikte yaşamının intiharı olasılığını azalttığına (Erkman vd., 2014; Uğurlu ve Ona, 2016) işaret edilmiştir. Ancak Toprak ve meslektaşları (2016) tam tersine, aileleriyle sorun yaşayan gençlerde intihar oranı artışına dikkat çekmiştir. Alkol ve sigaraya bağımlılığın intihar düşüncesi ve girişimlerine anlamlı düzeyde etkide olduğuna ilişkin bulgu da dikkate değerdir (Lamis vd., 2016). Aileyle yakın ve olumlu ilişkide olma durumu, bağımlılık gibi bir dizi sorunlu davranışı azaltarak gençlerin ruh sağlığını olumlu etkiliyor görünmektedir. Üniversitelerdeki öğrenci hizmetleri açısından ise, sağlığa bütüncül bakılması ve sağlığı destekleyici farklı ortam ve kaynakların geliştirilmesi gerekmektedir.

Yurt Dışında Yaşama İsteği üzerine Çıkarımlar

Öğrencilerin 9/10'unun geçici ya da kalıcı olarak yurt dışında yaşama isteğinde bulunmuş olması çok çarpıcı bir bulgudur. Hiç yurt dışı isteği olmayanlarda akademik sorun ve ilişkisel sıkıntılar biraz yüksek olma eğiliminde gibiyse de anlamlı grup farkları toplam sorun puanının yanı sıra kültür sorunları ve bağımlılık alanlarında kalıcı göç isteği olan grubun aleyhinedir. Kültür ve bağımlılıkla ilgili en fazla sıkıntı belirtenler göçü bir kaçış yolu olarak görüyor gibidir. Bu etmenler sorun listesinde yeni olduğundan önceki taramalarla kıyaslama yapılamamıştır. Ancak Arnett (2005) beliren yetişkinlerde bağımlılık sorunun altında kimlik arayışları, sevgi ilişkilerinde, iş ve yaşanan yerde dengesizlikler, aile ve toplumdan ayrışma ve yeni yaşantılara açıklık olabileceğini belirtmiştir. Pedilla-Walker ve Nelson'a (2017) göre, beliren yetişkinler daha iyi yaşam, kendini geliştirme fırsatı, ekonomik rahatlık ve mesleki ilerleme beklerler. Hem bu amaçlarla, hem de yeni kültürleri keşif ve var olan ortamdaki sorunlardan kaçmak üzere

öğrenciler yurt dışında yaşamı düşünüyor olabilir. Beliren yetişkinlerde ekonomik dengesizlik, düşük gelir ve mesleki gelişim eksikliği gibi meslek/gelecek kaygıları olduğu gösterilmiştir (Akman, 2014; Güngör, 2003; Pazarcık, 2010), ancak bu araştırmada göç isteğine göre bu sorun alanında fark bulunmamıştır. Göçe ilgi göstermeyen grubun küçüklüğü kıyaslama geçerliliğini sınırlayıcıdır, ayrıca lisans ve sonrası öğrencilerin İngilizce yeterliği olduğu ve öğrencilerin 2/3 kadarının yurt dışı deneyimi olduğu gibi bu örnekleme özgü durumlar bulguların genelleyciliğini azaltmaktadır. Araştırma yöntemi nedensel çıkarıma izin vermese de gençlerin en önde gelen sorununun meslek/gelecek kaygısı olması ve yurt dışına yaşama gösterdikleri büyük ilgi birbiri ile yakından bağlantılıdır ve gençlerin ülkelerinde gelecek kurabilme yollarını tıkalı algıladıklarına işaret etmektedir.

Ders Dışı Etkinliklere Katılım üzerine Çıkarımlar

Habitat araştırması (2023) gençlerimiz arasında gönüllülüğün ve sivil toplum kuruluşuna üyeliğin pek yaygın olmadığını göstermiştir. Gönüllü etkinliklerde bulunanların oranı %9 iken, herhangi bir sivil toplum kuruluşuna üye olanların oranı %11 olarak rapor edilmiştir. Oysa araştırmanın tek olumlu göstergesi işlevini görmüş olan ders dışı öğrenci etkinliklerine katılım öğrenci olan bu araştırmanın örnekleminde çok daha yüksektir. Katılımcıların 4/5'ü bu etkinliklere ilgi ve 1/4'i yüksek katılım belirtmiştir. Bu farklara yol açmış olabilecek bir etken katılımcıların zengin bir etkinlik seçeneği içinde bulunmaları ve katılım yönünde çevre teşviki görmeleriyle ilintili olabilir. Ders dışı etkinliklerini yalnızca izleyen, onlara az ve yüksek katılım gösteren öğrenci gruplarının psikososyal sorunları kıyaslandığında duygulanım, kültür, sağlık, bağımlılık ve travmatik yaşantı sorunlarında anlamlı farklar görülmemiştir. Bu bulgu ders dışı etkinliklerin duygulanım sorunlarının çözümüne yardımcı olduğunu gösteren bulguların tersidir (Fares vd., 2016). Öte yandan, hem toplam sorun puanında, hem de yaygın olduğu anlaşılan meslek/gelecek kaygısı, akademik sorunlar ve ilişkisel sıkıntılarda ders dışı etkinliklere katılım gösteren öğrencilerin lehine farklar bulunmuştur. Toplam puandaki, meslek/gelecek kaygısındaki ve akademik sorunlardaki farklar iki uç (hiç ve yüksek katılım) grup, ilişkisel sıkıntılarda ise her üç grup arasındadır. Yani ilişkisel sıkıntıda düzlemsel bir azalma eğilimi vardır ki, sosyal etkinliklerin sosyal ilişkiler üzerinde olumlu etkisi olması beklenir. Bu bağlamda, ders dışı etkinliklere katılım hem doğrudan, hem de dolaylı olarak ruh sağlığına olumlu etkide bulunuyor gibidir. Nitekim, ders dışı etkinliklere katılan öğrenciler kendilerini ve ilişkilerini geliştirmek, hedef belirlemek ve gerginliğe karşı direnç kazanmada daha fazla fırsat bulabilirler (NRC, 2002). Benzer şekilde, Shiah ve meslektaşları (2013) sosyal beceri ve psikolojik sağlık arasında buldukları olumlu ilişkiye dayanarak ders dışı etkinliklere katılanların sosyal, mesleki ve akademik becerilerini geliştirdiklerini ifade etmişlerdir. Ders dışı etkinliklerin öğrencileri akademik odaktan uzaklaştırdığına ilişkin yaygın inanca koşut olarak, Fares ve meslektaşları (2016) bu katılıma ayrılan zaman ve enerjinin tüketici olduğunu, dolayısıyla üniversite öğrencilerinin akademik başarısını azalttığını belirtmişlerdir. Tersine, Wang ve Shiveley (2009) ders dışı etkinliklere katılımın akademik başarıya yardımcı olduğunu göstermiştir. Bu araştırmada ise, akademik başarı kıyaslaması yapılmamışsa da, en fazla akademik sorunun, ders dışı etkinliklere hiç katılım göstermeyen, en az sorunun ise

yüksek katılım gösteren öğrenciler tarafından ifade edildiği görülmüştür. Dolayısıyla, bulgular ders dışı etkinliklerin gelişimsel ya da koruyucu etkilerini destekler yöndedir.

Öneriler

Bu çalışmanın bulgularının üniversitedeki öğrenci hizmetlerine ipucu vermesi anlamında eylem araştırması olarak değerlendirilmesi düşünülmüştür. Beliren yetişkinlik aşamasında olan ve ciddi ruh sağlığı riskleri taşıyan, öte yandan içlerinde buldukları hızlı gelişim aşamasından dolayı sunulabilecek hizmetlerden yarar görüp gelişebilecek üniversite öğrencilerinin geniş kapsamlı psikososyal sorunlarının dökümü sağlanmıştır. Arnett'e (2004) göre beliren yetişkinlik denemeler, olasılıklar, yüksek umut ve beklentiler çağıdır. Denemelerin yanılmayla sonlanması bir öğrenme olsa da, intihar planı ve girişimi ile bağımlılık gibi geri dönüşü olmayabilen ancak önlenmesi olası sorunlarda dış yardım temel gereksinimdir. Sorunlar kriz haline dönüşmeden, beden ve ruh sağlığını olumlu etkileyecek ortamların öğrencilere sağlanması hem yasal hem insani gerekliliktir. Bu amaçla, üniversite öğrenci rehberlik ve psikolojik danışma birimlerinin yıllık ya da iki yılda bir düzenli olarak tarama yapmaları ve bu taramalarda kullanılan madde içeriklerinin değişen bağlamları yansıtacak şekilde güncellenmesinin gelenek haline getirilmesi önerilir.

Dünya Sağlık Örgütü'nün (2019) öngörmüş olduğu gibi, ruh sağlığını yalnızca biyolojik etmenlerden oluşur görmemek gerekir. Üniversite yalnızca öğretim kurumu değildir, sağlayacağı ortamın beliren yetişkinlerin çok yönlü gelişimlerine destekleyici olması beklenir. Nitekim YÖK yönetmeliğinde (Yükseköğretim Kurumları, 1984) bu durum belirtilmiş, ancak ilgili uzmanların işe alımı için gerekli yapı hazırlanmamıştır. Oysa, öğrencilerin klinik anlamda duygulanım, sağlık, bağımlılık ve travmatik yaşantılarındaki sıkıntılarında psikolojik danışma ve psikiyatrik destek birimlerine ve mesleki/gelecek kaygıları, akademik, kültürel ve ilişkisel sorunları için aralarında mesleki ve akademik gelişim merkezleri, öğrenci etkinlik kulüpleri, toplumsal gönüllülük fırsatları, ayrımcılığı / hak çiğnenmesini engelleyen oluşumlar ve akran destek ağları gibi çoklu destekleyici ortamlara gereksinimleri vardır. En yaygın sorun alanı olan meslek/gelecek kaygısı özelinde, çağdaş üniversitelerin parçası kabul edilen kariyer merkezlerinin (Staiculescu, vd., 2015) varlığı ve çok disiplinli hizmet sunacak şekilde kaynaklarla donatılmalarının önemi büyüktür. Benzer şekilde, özellikle yaygın sorunlarda önleyici etkisi olduğu görülen ders dışı etkinlikler için yönetimler kaynak ve destek ayrımalıdır (Drum vd., 2009).

Araştırma yöntemi dahil, yukarıda tartışılmış nedenlerden dolayı bağımlılık yaygın olmayan sorun alanlarından biri olarak görülmüşse de, gözlemler bu gizil sorunun gençlerde azımsanacak düzeyde olmadığı yönündedir. Bağımlılıkla mücadelenin en iyi yolu, tabu görülen bu sorunun üzerini örtmek ya da cezalandırmak değil, iletişim kanallarını açmak ve başvurulacak yardım kaynaklarını çoğaltmaktır. Gençler arasında sağlık sorunlarının az olmaması, yerleşelerde sağlık birimlerinin bulunmasının önemine işaret etmektedir ki bağımlılığa yönelik eğitsel hizmetler bu birimlerde kapsanabilir.

Yaygın olmasa da önemli bir diğer sorun travmatik yaşantılar olmuştur. Birkaç yıla yayılmış COVID-19 pandemisi, geleceğe damgasını vuracağı anlaşılan küresel ısınmaya bağlı iklim krizinin sonuçları, yerel savaşlar, deprem gibi doğal ancak insan kaynaklı nedenlerle yıkıcılığı artmış afetler, ekonomik krizler ve bu ortamda yükselmekte olan merkezîyetçi anti demokratik yönetimlerin baskıları artık gençlerin ilk yardım becerileri edinmeleri ve dayanıklılıklarını artırmaları için çeşitli yolların denenmesini elzem kılmaktadır. Bu amaçla, öğrencilerin kendi sağlık durumunlarını yönetebilmesi için gerekli farkındalık çalışmalarının yapılması, acil sorunlarda üniversite öğrencilerinin aileleri, üniversite yöneticileri ve çalışanları tarafından desteklenmesi kadar, konuya geniş bilimsel toplulukların, yönetsel merci ve siyasi karar mekanizmalarının dikkatinin çekilmesi ve ruh sağlığını desteklemek üzere uzun vadeli planlar yapılması gerekmektedir.

Gençlerin çok büyük bölümünün geçici ya da kalıcı yurt dışında yaşam isteğinde olması ve özellikle ilk kez bu araştırmayla ortaya çıkmış kültür sorunlarında bulunan farklar, beliren gençlerin sorumlu yetişkinler gibi dikkatle dinlenmelerine, demokratik ortam taleplerine karşılık verilmesine, karar verme süreçlerinde yer almalarına (Crowley ve Moxon, 2017) ve dile getirdikleri sorunların çözümüne katılmalarına uygun ortamlar yaratılmasına olan gereğe işaret etmektedir. “Yetişkinler gereğini bilir ve yapar” anlayışı hızlı değişim çağında geçerliğini yitirmiştir.

Bu araştırma tek bir kurumda ve yalnızca öğrencilerin kendi ifadelerine dayalı olarak yürütüldüğünden sınırlı genellenebilirliğe sahiptir. Veri kaynakları genişletilmiş düzenli güncellenen taramalar yapılmalıdır. Benzer uygulamaların artmasıyla, ülkemizde eksik olan düzenli ruh sağlığı tarama uygulamaları geleneği oluşturulabilir. Bu yaygın kapsamdaki taramaların yanı sıra, araştırmacılar daha dar sorun alanlarına derinlemesine yaklaşan niteliksel çalışmalar yürütebilir ve taramaların gösterdiği bulgulara yeni bakış açıları sağlayabilir.

Araştırma Etiği

Araştırılmanın yürütülmesi için gerekli etik izin, 25 Nisan 2018 tarihinde (No: 2018/17) üniversitenin İnsan Öznelli Araştırmalar için Kurumsal İnceleme Kurulu'ndan (INAREK) alınmıştır.

Kaynakça

- ‘Başaramadım’ diyen üniversite öğrencisi intihar etti. (2021, 9 Mayıs). *Artı Gerçek*.
<https://artigercek.com/haberler/basaramadim-notu-birakan-universite-ogrencisi-intihar-etti>
- Aging Readiness and Competitiveness Initiative. (2018). *Aging readiness & competitiveness report*.
<https://arc.aarpinternational.org/File%20Library/Full%20Reports/ARC-Report--Turkey.pdf>

- Akman, V. (2014). *Factors influencing international student migration: A survey and evaluation of Turkey's case*. <https://journal-archievs36.webs.com/390-415mar14.pdf>
- Akpınar, E. (2019). *A new migration from Turkey: An exploration of driving forces*. (Yayın No. 582290). [Yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Aksoy, B., & Gürsoy, S. (2018). *Beyin göçü: Nedenleri, etkileri ve Türkiye* (s. 55-71). Gazi Kitabevi.
- Alan, S. (2022, 19 Mayıs). Gençler ülkeden gidiyor: Hayat pahalılığı beyin göçünü tetikliyor. *Gazete duvar*. <https://www.gazeteduvar.com.tr/gencler-ulkedengidiyor-hayat-pahaliligi-beyin-gocunu-tetikliyor-haber-1565361>
- Albayrak-Kaymak, D. (2020, 24 Kasım). *Boğaziçi Üniversitesi öğrencilerinin ilk çevrimiçi eğitim deneyimlerini değerlendirmeleri* [Davetli konuşma]. Öğretmenler Günü Töreni, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Albayrak-Kaymak, D., ve Yücel, D. (2004, 6-11 Eylül). *Boğaziçi Üniversitesi'nde psikolojik yardıma başvuruda bulunan öğrencilerin profili* [Konferans oturumu]. XIII. Ulusal Psikoloji Kongresi, İstanbul Bilgi Üniversitesi, Dolapdere Kampüsü, İstanbul, Türkiye.
- Alemdaroğlu, A. (2005). *Bir imkan olarak gençlik*. Academia.edu. https://www.academia.edu/1030352/Bir_imkan_olarak_genclik
- Altan-Olcay, Ö., ve Balta, Ö. (2020). *The American passport in Turkey: National citizenship in the age of transnationalism*. University of Pennsylvania Press.
- Altaylı, F. (2022, 19 Haziran). Savunma sanayiinde liyakat ve beyin göçü. *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/yazarlar/fatih-altayli-1001/3470929-savunma-sanayiinde-liyakat-ve-beyin-gocu>
- American College Health Association. (2019). *About ACHA-NCHA*. https://www.acha.org/NCHA/About_ACHA_NCHA/Overview/NCHA/About/About_NCHA.aspx?hkey=75eaa64f-e82c-4cfd-a19c-4e3f9bf126ee
- American College Health Association. (2021). *Publications and Reports: ACHA-NCHA III Reference Group Data Report, Spring 2021*. https://www.acha.org/documents/ncha/NCHA-III_SPRING-2021_REFERENCE_GROUP_DATA_REPORT.pdf
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.

- Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 235–254. <https://doi.org/10.1177/002204260503500202>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016.x>
- Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., ... & Nock, M. K. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization world mental health surveys. *Psychological Medicine*, 46(14), 2955–2970. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001665>
- Bauer, B. W., Capron, D. W., Ward-Ciesielski, E., Gustafsson, H. C., & Doyle, C. (2018). Extracurricular activities are associated with lower suicidality through decreased thwarted belongingness in young adults. *Archives of Suicide Research*, 22(4), 665–678. <https://doi.org/10.1080/13811118.2018.1427162>
- Billingsley, J. T., & Hurd, N. M. (2019). Discrimination, mental health and academic performance among underrepresented college students: the role of extracurricular activities at predominantly white institutions. *Social Psychology of Education*, 22(2), 421–446. <https://doi.org/10.1007/s11218-019-09484-8>
- Bitmez, M. N. (2019). İnsan hakları ve toplumsal cinsiyet eşitliği bağlamında Türkiye’de kadına yönelik Sosyal politikalar. *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi*, (4), 53-80.
- Bland, H. W., Melton, B. F., Bigham, L. E., & Welle, P. D. (2014). Quantifying the impact of physical activity on stress tolerance in college students. *College Student Journal*, 48 (4), 559-568.
- Boğaziçi Üniversitesi Görme Engelliler Teknoloji ve Eğitim Laboratuvarı (GETEM). (2020). *Hakkımızda*. <https://getem.boun.edu.tr/?q=node/17929>
- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2013). *Yıllık raporlar*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>
- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2014). *Yıllık raporlar*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>
- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2015). *Yıllık raporlar*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>
- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2016). *Yıllık raporlar*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>
- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2017). *Yıllık raporlar*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>
- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2018). *BÜREM çalışma raporu 2018*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>

- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2019). *BÜREM çalışma raporu 2019*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>
- Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi. (2020). *BÜREM çalışma raporu 2020*. <https://burem.boun.edu.tr/yillik-raporlar>
- Browning, M. H., Larson, L. R., Sharaievska, I., Rigolon, A., McAnirlin, O., Mullenbach, L., ... & Alvarez, H. O. (2021). Psychological impacts from COVID-19 among university students: Risk factors across seven states in the United States. *PLoS one*, 16(1), e0245327. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245327>
- Buckley, P., & Lee, P. (2021). The impact of extra-curricular activity on the student experience. *Active Learning in Higher Education*, 22(1), 37–48. <https://doi.org/10.1177%2F1469787418808988>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2015a). *Suicide: Facts at a glance 2015*. https://stacks.cdc.gov/view/cdc/34181/cdc_34181_DS1.pdf
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). *Leading causes of death reports, 1981–2020*. <https://wisqars.cdc.gov/fatal-leading>
- Cihan, A. (2019). *Expanding a counseling intake form and examining psychosocial problems of university students*. (Yayın No. 582071). [Yüksek Lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Çivitci, A. (2015). Perceived stress and life satisfaction in college students: Belonging and extracurricular participation as moderators. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 205, 271–281. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.077>
- Crowley, A., & Moxon, D. (2017, October). *New and innovative forms of youth participation in decision-making processes*. Council of Europe. <https://rm.coe.int/new-and-innovative-forms-of-youth-participation-in-decision-making-pro/1680759e6a> adresinden alındı.
- Cuijpers, P., Auerbach, R. P., Benjet, C., Bruffaerts, R., Ebert, D., Karyotaki, E., & Kessler, R. C. (2019). Introduction to the special issue: The WHO World Mental Health International College Student (WMH-ICS) initiative. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, e1762. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.077>
- Demirören Haber Ajansı (2016, Mayıs 21). Çorum'da 19 yaşındaki üniversite öğrencisi intihara kalkıştı. *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/gundem/haber/1242702-corumda-19-yasindaki-universite-ogrencisi-intihara-kalkisti>
- Demirören Haber Ajansı (2018, Mart 28). Alara neden ölmek istedi? Sır perdesi aralanıyor. *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/alaranin-intihar-girisiminde-sir-perdesi-1894230>
- Demirören Haber Ajansı (DHA). (2019a, 27 Mart). Üniversite öğrencisi siyanürle intihar etti, 5 katlı apartman boşaltıldı. *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/denizli->

[haberleri/67880137-universite-ogrencisi-siyanurle-intihar-etti-5-katli-apartman-bosaltildi](#)

- Demirören Haber Ajansı (DHA). (2019b, 29 Mart). İşte kameraya yansıyan son görüntüsü! Boğaziçili Arda'da intihar şüphesi! *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/iste-kameraya-yansiyan-son-goruntusu-bogazicili-arda-da-intihar-suphesi-2417836>
- Demirören Haber Ajansı. (2015, Aralık 10). Ayrılık acısına dayanamadı intihara kalkıştı! *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/gundem/haber/1165260-ayrilik-acisina-dayanamadi-intihara-kalkisti>
- Doğan, Y. (2016, 6 Aralık). 4.5 milyarlık sanal kumar pazarında kaybolan hayatlar. *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/gundem/haber/1332863-45-milyar-liralik-sanal-kumar-pazarinda-kaybolan-hayatlar>
- Drum, D. J., Brownson, C., Burton Denmark, A., & Smith, S. E. (2009). New data on the nature of suicidal crises in college students: Shifting the paradigm. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(3), 213. <https://doi.org/10.1037/a0014465>
- Durak Batıgün, A. (2005). *İntihar olasılığı: Yaşamı sürdürme nedenleri, umutsuzluk ve yalnızlık açısından bir inceleme*. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 29-39.
- Efe, G. (2018). Türkiye'den göç yüzde 42,5 arttı: Diplomalı göçmenler anlatıyor. *Euronews*. <https://tr.euronews.com/2018/09/21/turkiye-nin-beyin-gocu-sorunu-diplomali-gocmenler-anlatiyor>
- Ellison, G. C. (2011). Intimacy versus isolation (Erikson's young adult stage). Goldstein, S., Naglieri, J. A. (Ed.), *Encyclopedia of Child Behavior and Development* (833–835). Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-79061-9_1535
- Ergin, S. (2021, 21 Aralık). Yurtdışına doktor göçü meselesinde tablo çok kaygı verici. *Hürriyet*. <https://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/sedat-ergin/yurtdisina-doktor-gocu-meselesinde-tablo-cok-kaygi-verici-41965994>
- Erikson, H. E., & Erikson, J. M. (Eds.). (1998). *The life cycle completed*. W. W. Norton & Company.
- Erkman, F., Albayrak-Kaymak, D., Cihan, A., Çakıcı-Alpaslan, S., Karagöz, Y., Manav, J., Müderrisoğlu, S., ve Sart, H. (2014). *Boğaziçi Üniversitesi ruh sağlığı taraması* [Yayımlanmamış Ruh Sağlığı Görev Gücü Raporu]. Boğaziçi Üniversitesi.
- Fares, J., Saadeddin, Z., Al Tabosh, H., Aridi, H., El Mouhayyar, C., Koleilat, M. K., Chaaya, M., & El Asmar, K. (2016). Extracurricular activities associated with stress and burnout in preclinical medical students. *Journal of Epidemiology and Global Health*, 6(3), 177–185. <https://doi:10.1016/j.jegh.2015.10.003>
- Gall, C. (2019). Spurning Erdogan's vision, Turks leave in droves, draining money and talent. *The New York Times*.

<https://www.nytimes.com/2019/01/02/world/europe/turkey-emigration-erdogan.html>

- Görsel ve Veri Gazeteciliği Ekibi. (2020, Eylül 2). Akdeniz’de mülteci krizi: 2015’ten bu yana yüzlerce göçme öldü. *BBC News*. <https://www.bbc.com/turkce/haberler-turkiye-53988039>
- Güger, M. B. (2022, 10 Ocak). Yurtdışına göç eden Türkler anlatıyor: 'Özlüyorum ama pişman değilim' *Cumhuriyet*. <https://www.cumhuriyet.com.tr/turkiye/ozluyorum-ama-pisman-degilim-1898930>
- Guilmette, M., Mulvihill, K., Villemaire-Krajden, R., & Barker, E. T. (2019). Past and present participation in extracurricular activities is associated with adaptive self-regulation of goals, academic success, and emotional wellbeing among university students. *Learning and Individual Differences*, 73, 8–15. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.04.006>
- Gülerce, A. (1990). Psychological problems our students report to experience: A need assessment for psychological counseling services. *Boğaziçi University Journal of Education*, 14, 149-158.
- Güngör, N. D. (2003). *Brain drain from Turkey: An empirical investigation of the determinants of skilled migration and student non-return* (Yayın No. 147603). [Doktora tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi] Ulusal Tez Merkezi.
- Gürkan, B., & Dirik, G. (2009). Üniversite öğrencilerinde intihar düşünce ve davranışları ile ilişkili faktörler: Yaşamı sürdürme nedenleri ve baş etme yolları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(24), 58-69.
- Habitat (2023). *Gençliğin İyi Olma Hali Raporu Araştırma Raporu 5*. <https://habitatdernegi.org/wp-content/uploads/2023/04/Turkiyede-Genclerin-Iyi-Olma-Hali-Raporu-5-Ozet-Rapor.pdf>
- Henning, M. A., Krägeloh, C. U., Hawken, S. J., Zhao, Y., & Doherty, I. (2012). The quality of life of medical students studying in New Zealand: A comparison with nonmedical students and a general population reference group. *Teaching and Learning in Medicine*, 24(4), 334–340. <https://doi.org/10.1080/10401334.2012.715261>
- Hernandez, V., & Stylianou, N. (2016, 11 Mayıs). İsimli gömülenler. *BBC*. <https://www.bbc.co.uk/news/resources/1d41713b06-2f9d-4f15-887e-93b1e84555e6>
- Hess, E. A., Becker, M. A., Pituch, K. A., & Saathoff, A. K. (2011). Mood states as predictors of characteristics and precipitants of suicidality among college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 25(2), 145–155. <https://doi.org/10.1080/87568225.2011.556955>
- Husky, M. M., Kovess-Masfety, V., Gobin-Bourdet, C., & Swendsen, J. (2021). Prior depression predicts greater stress during Covid-19 mandatory lockdown among

- college students in France. *Comprehensive Psychiatry*, 107, 152234. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2021.152234>
- İhlas Haber Ajansı (2016, 18 Haziran). TÜİK intihar istatistikleri, 2015 verilerini açıkladı. *Haberler*. <https://www.haberler.com/tuik-intihar-istatistikleri-2015-verilerini-8539510-haberi/>
- International Communication Union. (2020). *Gender ITC statistics*. <https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Pages/stat/default.aspx>
- Karabulut, G. (2012, 25 Ocak). Bir saat arayla aynı son. *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/yasam/haber/709634-bir-saat-arayla-ayni-son>
- Karaduman, H. A., & Çoban, E. (2019). Brain drain in Turkey: An investigation on the leading motives of skilled migration. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(7), 322-339.
- Koru, N. (2021, 29 Eylül). Türkiye'nin durmayan kan kaybı: Beyin göçü. *Diplomasi Günlüğü*. <https://www.nacikoru.com/turkiyenin-durmayan-kan-kaybi-beyin-gocu/>
- Kuran, E. (2021). *Onlar göçtü buradan: Türkiye'nin yeni göç nesli*. Mundi.
- Lamis, D. A., Ballard, E. D., May, A. M., & Dvorak, R. D. (2016). Depressive symptoms and suicidal ideation in college students: The mediating and moderating roles of hopelessness, alcohol problems, and social support. *Journal of Clinical Psychology*, 72(9), 919–932 <https://doi.org/10.1002/jclp.22295>
- Lisznyai, S., Vida, K., Németh, M., & Benczúr, Z. (2014). Risk factors for depression in the emerging adulthood. *The European Journal of Counselling Psychology*, 3(1), 54–68. <https://doi.org/10.5964/ejcop.v3i1.22>
- MAK Danışmanlık. (2020). *Türkiye geneli gençlik araştırması*. <https://www.makdanismanlik.org/mak-danismanlik-genclik-arastirmasi/>
- Massachusetts Institute of Technology Mental Health Task Force. (2001). *MIT mental health task force report*. <http://web.mit.edu/chancellor/mhtf/>
- McCormack, A., & Griffiths, M. D. (2012). Motivating and inhibiting factors in online gambling behaviour: A grounded theory study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(1), 39–53. <https://doi.org/10.1007/s11469-010-9300-7>
- Messina, G., Quercioli, C., Troiano, G., Russo, C., Barbini, E., Nisticò, F., & Nante, N. (2016). Italian medical students' quality of life: Years 2005-2015. *Annali Di Igiene Medicina Preventiva e Di Comunita*, 28(4), 245–251. <https://doi.org/10.7416/ai.2016.2103>
- Miller, P. H. (2002). *Theories of developmental psychology* (5.baskı). Worth Publishers.
- Nania, T., Dellafiore, F., Caruso, R., & Barello, S. (2021). Risk and protective factors for psychological distress among Italian university students during the COVID-19

- pandemic: The beneficial role of health engagement. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(1), 102–103. <https://doi.org/10.1177/0020764020945729>
- National Research Council. (2002). *Community programs to promote youth development*. National Academies Press.
- Office for National Statistics. (2021). *Quarterly suicide death registrations in England: 2001 to 2019 registrations and Quarter 1 (Jan to Mar) to Quarter 4 (Oct to Dec) 2020 provisional data*. <https://bit.ly/46bE6iv>
- Özay, Y. (2022, 30 Nisan). Gençler Türkiye’de kalmak istemiyor. *Yeniçağ*. <https://www.yenicaggazetesi.com.tr/gencler-turkiyede-kalmak-istemiyor-536880h.htm>
- Özdemir, K. (2014, 11 Mart). Üniversite öğrencisi intihar etti. *Habertürk*. <https://www.haberturk.com/gundem/haber/928863-universite-ogrencisi-intihar-etti>
- Özkan, Y. (2019). Geçen yıl Türkiye’den 1020 kişi ‘beyin göçü’ için Hollanda’ya başvurdu. *BBC*. <https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-46774679>
- Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2017). *Flourishing in emerging adulthood: Positive development during the third decade of life*. Oxford University Press.
- Pazarcık, S. F. (2010). *Beyin göçü olgusu ve Amerika Birleşik Devletleri üniversitelerinde çalışan Türk sosyal bilimciler üzerine bir araştırma* (Yayın No. 298060). [Uzmanlık tezi, Çanakkale 18 Mart Üniversitesi, Çanakkale]. Ulusal Tez Merkezi.
- Şahin, I., Şahin-Fırat, N., Zoraloğlu, Y. R., ve Açıkgöz, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin sorunları. *Education Sciences*, 4(4), 1435-1449.
- Sargın, N. (2013). Üniversite öğrencilerinin internete yönelik tutumları ve problemleri internet kullanımları. *Turkish Journal of Education*, 2(2), 44–53. <https://doi.org/10.19128/turje.181059>
- Shiah, Y. J., Huang, Y., Chang, F., Chang, C. F., & Yeh, L. C. (2013). School-based extracurricular activities, personality, self-concept, and college career development skills in Chinese society. *Educational Psychology*, 33(2), 135–154. <https://doi.org/10.1080/01443410.2012.747240>
- Staiculescu, C., Lacatus, M. L., & Nastase, R. E. R. (2015). Students' career counseling-a need in contemporary universities: Career counseling services provided by career counseling center of Bucharest University of economic studies. *Review Of International Comparative Management*, 16(4), 506-513.
- Stanford University Student Mental Health and Well-Being Task Force. (2008, October). *Stanford mental health and well-being task force report*. <https://stacks.stanford.edu/file/druid:pb321zj7538/report.pdf>
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2020). *Key substance use and mental health indicators in the United States: Results from the 2019*

- National Survey on Drug Use and Health* (HHS Publication No. PEP20-07-01-001, NSDUH Series H-55). Rockville, MD: Center for Behavioral Health Statistics and Quality, Substance Abuse and Mental Health Services Administration. <https://www.samhsa.gov/data/> adresinden alındı.
- Sullivan, Annet, Simon, Luo, & Dahlberg. (2015, March 6). Suicide Trends Among Persons Aged 10–24 Years — United States, 1994–2012. *Morbidity and Mortality Weekly Report (MMWR)*, 64(8), 201–205.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6.baskı). Pearson.
- Toprak, S., Cetin, I., Guven, T., Can, G., ve Demircan, C. (2011). Self-harm, suicidal ideation and suicide attempts among college students. *Psychiatry Research*, 187(1-2), 140–144. <http://doi:10.1016/j.psychres.2010.09.009>
- TÜİK'ten 'göç istatistikleri' için erteleme duyurusu. (2021, 14 Temmuz). *Sözcü*. <https://www.sozcu.com.tr/2021/ekonomi/tuikten-goc-istatistikleri-icin-erteleme-duyurusu-6538520/>
- Türkiye beyin göçü dalgasıyla karşı karşıya! (2021, 13 Ekim). *Te11*. <https://te11.com.tr/turkiye-beyin-gocu-dalgasiyla-karsi-karsiya-486553/>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2020). *Uluslararası Göç İstatistikleri*, 2019. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Uluslararası-Goc-Istatistikleri-2019-33709> sitesinden alındı.
- Uğurlu, N., & Ona, N. (2009). Relationship between the stress-coping levels of university students and their probability of committing suicide. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(9), 1221–1230. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.9.1221>
- Uluslararası Göç Örgütü: Geçen yıl göçmen sayısı 281 milyona ulaştı. (2021, 2 Aralık). *Trt Haber*. <https://www.trthaber.com/haber/dunya/uluslararasi-goc-orgutu-gecen-yil-gocmen-sayisi-281-milyona-ulasti-632204.html>
- Üniversite öğrencisi intihar etti. (2020, 27 Haziran). *Ardahan Haber*. <https://www.ardahanhaber.com.tr/universite-ogrencisi-imtihar-etti/17397/>
- Van Orden, K. A., Witte, T. K., Cukrowicz, K. C., Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Joiner Jr, T. E. (2010). The interpersonal theory of suicide. *Psychological Review*, 117(2), 575–600. <https://doi.org/575.0.1037/a0018697>
- Walker, R. L., Joiner Jr, T. E., & Rudd, M. D. (2001). The course of post-crisis suicidal symptoms: How and for whom is suicide “cathartic”? *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 31(2), 144–152. <https://doi.org/10.1521/suli.31.2.144.21514>
- Wang, J., & Shiveley, J. (2009). The impact of extracurricular activity on student academic performance. *International Journal of Applied Guidance and Counseling*, 2(2), 7–14. <https://doi.org/10.26486/ijagc.v2i2.1869>

- World Health Organization. (2018). *Mental health: Strengthening our response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- World Wide Web Foundation. (2015). *Women's Rights Online: Translating Access into Empowerment*. <https://webfoundation.org/research/womens-rights-online-2015/>
- Yirmi bir yaşındaki üniversite öğrencisi intihar etti. (2021, 2 Nisan). *Pusul Gazetesi*. <http://www.pusulagazetesi.com.tr/21-yasindaki-universite-ogrencisi-intihar-etti-173476-haberler.html>
- Yılmaz-Atmanoğlu, B., Albayrak-Kaymak, D., Arman T. (2009, 21-23 Ekim). *Üniversite psikolojik danışmanlık merkezine başvurusu olan ve olmayan öğrencilerin sorun alanlarının karşılaştırılması* [Konferans oturumu]. X. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Çukurova Üniversitesi, Adana, Türkiye.
- Yorguner, N., Bulut, N. S., ve Akvardar, Y. (2021). COVID-19 Salgını sırasında üniversite öğrencilerinin karşılaştığı psikososyal zorlukların ve hastalığa yönelik bilgi, tutum ve davranışlarının incelenmesi. *Noro-Psikiyatri Arsivi*, 58(1), 3–10. <https://doi.org/10.29399/npa.27503>
- Yükseköğretim Kurumları, Mediko-Sosyal Sağlık, Kültür ve Spor İşleri Dairesi Uygulama Yönetmeliği. (1984). *Resmî Gazete* (Sayı: 18301). <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=10169&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5> adresinden alındı.

Examining Psychosocial Problems of University Students Through an Expanded Counseling Intake Form

Abstract

This research aimed to survey the psychosocial problems of university students as based on 741 participants. The data were collected by an intake form. Eight problem areas were identified through factor analyses. These problem areas were compared to examine the group differences by biological sex, academic level, indicators of mental health problems, interest in living abroad and participation in extracurricular activities. Among these areas, career/future concerns and problems with affect were the most common problems. Women reported more career/future, affect, culture, and health, while men reported more addiction problems. English Preparatory students reported less career/future problems and students who were involved in extracurricular activities reported less future/career, academic, and relational problems. Students who were interested in living abroad reported more problems of culture and addiction. Students who had histories of receiving psychological help, suicidal plans and attempts reported more problems in most areas. Discussion emphasized the importance of developmental and preventive services for student well-being.

Keywords: university students, psychosocial problems, survey, intake form