



RESEARCH ARTICLE / ARAŞTIRMA YAZISI

Investigation of the Relationship Between Depression, Anxiety, Stress and Future Anxiety by Canonical Correlation Analysis

Depresyon, Anksiyete, Stres ve Gelecek Kaygısı Arasındaki İlişkinin Kanonik Korelasyon Analizi ile İncelenmesi

Ahmet Türk¹, Meral Öztürk², Veda Bilican Gökkaya³

Abstract:

This study analyzes the relationship between depression, anxiety, stress; and negative emotions and expectations about the future, loss of motivation and hopelessness. Relational survey model was used in the research. 236 male and 302 female between the ages of 20-40 participated in the study. The mean age of the participants was 29.28±7.32. Personal information form, Depression-Anxiety-Stress Scale and Beck Hopelessness Scale were given to participants via online. The relationship between the data sets was examined by Canonical Correlation Analysis. Findings show that young adults have high levels of depression and anxiety; and moderate levels of stress and future anxiety. There is a moderately significant relationship between variable data sets. When depression, anxiety and stress level decrease, negative feelings and expectations about the future, loss of motivation and hopelessness, also decrease. Depression in the Set-1 variable data set, negative emotions and expectations about the future in the Set-2 variable data set are the most predictive variables both for their own set and the other data set. The ratio of Set-1 dataset to Set-2 data set is 46.2%; the ratio of Set-2 data set to Set-1 data set is 35.6%. Based on the findings, it is concluded that protective, preventive and rehabilitative mental health services are important to reduce the depression, anxiety, stress levels and future anxiety of young people. In addition to psychiatrists and psychologists, psychiatric social workers can also play a supporting role in mental health services.

Keywords: depression, anxiety, stress, future anxiety, young adulthood

¹MSc, Social Work Department, Social Sciences Institute, Sivas Cumhuriyet University, Sivas, Turkey, shu.ahmetturk@gmail.com, Orcid: 0000-0001-5782-3794.

²Assoc. Prof., Social Work Department, Sivas Cumhuriyet University, Sivas, Turkey, mrozturk@cumhuriyet.edu.tr, Orcid: 0000-0001-7570-5361

³Assoc. Prof., Social Work Department, Sivas Cumhuriyet University, Sivas, Turkey, bilican@cumhuriyet.edu.tr, Orcid: 0000-0001-5083-6445

Address of Correspondence/Yazışma Adresi: Ahmet Türk, Social Work Department, Sivas Cumhuriyet University, Sivas, Turkey, E-mail: shu.ahmetturk@gmail.com

Date of Received/Geliş Tarihi: 02.03.2022, **Date of Revision/Düzeltilme Tarihi:** 19.06.2022, **Date of Acceptance/Kabul Tarihi:** 18.07.2022, **Date of Online Publication/Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 13.09.2022

Citing/Referans Gösterimi: Türk, A., Öztürk, M., & Bilican-Gökkaya, V. (2022). Investigation of the Relationship Between Depression, Anxiety, Stress and Future Anxiety by Canonical Correlation Analysis, *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry & Psychology*, 4(3): 262-270

© 2022 The Author(s). Published by Cyprus Mental Health Institute / Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology (www.ktpdgersi.com). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 license which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes. <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Öz:

Bu çalışma genç yetişkinlerin depresyon, anksiyete, stres ile geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı ve umutsuzluk veri setleri arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya 20-40 yaş aralığında yer alan 236 erkek ve 302 kadın genç yetişkin katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 29,28±7,32'dir. Kişisel bilgi formu, Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği online olarak katılımcılara ulaştırılmıştır. Veri setleri arasındaki ilişki Kanonik Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Bulgular, genç yetişkinlerin depresyon ve anksiyete düzeylerinin yüksek, stres ile gelecek kaygılarının orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Değişken veri setleri arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Depresyon, anksiyete ve stres azaldığında geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı ve umutsuzluk da azalmaktadır. Set-1 değişken veri seti içerisinde depresyon, Set-2 değişken veri seti içerisinde geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler hem kendi setlerini hem de diğer veri setini en çok açıklama gücüne sahiptir. Set-1 veri setinin Set-2 veri setini açıklama oranı %46,2; Set-2 veri setinin, Set-1 veri setini açıklama oranı ise %35,6'dır. Araştırmada elde edilen bulgulardan yola çıkarak gençlerin depresyon, anksiyete, stres düzeyleri ile gelecek kaygılarını azaltmaya yönelik koruyucu, önleyici ve rehabilite edici ruh sağlığı hizmetlerinin önemli olduğu düşünülmektedir. Psikiyatristler ve psikologlar yanında psikiyatrik sosyal hizmet uzmanları da ruh sağlığı hizmetlerinde destekleyici rol üstlenebilir.

Anahtar Kelimeler: depresyon, anksiyete, stres, gelecek kaygısı, genç yetişkinlik

Giriş

Kaygı, bireyin rollerinin karmaşıklığının ve birbirinden oldukça farklı sorumluluklarının neden olduğu psikolojik bozukluklardan birisidir (Schmid ve diğ., 2011). Kaygı bozuklukları içerisinde en yaygın ve dikkat çekici olanı gelecek kaygısıdır (Erdur ve Bıçak, 2004; Schmid ve diğ., 2011; Zaleski, 1996). Gelecek kaygısı, "daha uzak bir gelecekte bir endişe, belirsizlik, korku ve olumsuz değişikliklerin kaygısı" (Oral-Kara ve diğ., 2020) veya geniş zamanı kapsayan kişiye özel belirsizliklerin ve olumsuz beklentilerin aşırı bir tehlike olarak algılanma hali olarak tanımlanmaktadır (Dağtekin ve diğ., 2020).

Gelecek kaygısını açıklayan pek çok model vardır. Bilişsel model, davranışçı model ve bu ikisinin görüşleri çerçevesinde geliştirilen bilişsel davranışçı model kaygıyı açıklayan modeller arasında en bilinen modeller olarak dikkat çekmektedir. Bilişsel modele göre; genel olarak kaygı, endişeli durum anında ortaya çıkan olumsuz otomatik düşünceler ve kişinin kendisi veya hayatıyla ilgili işlevsel olmayan bilişsel varsayımlar sonucunda meydana gelmektedir. Bireyler, endişe oluşturacak bazı durumlarda işlevsel olmayan genel inanışlar ve bilişsel değerlendirmeler geliştirebilir (Kabakçı, 2003). Bu durumda bireylerin olaylar karşısındaki duygusal tepkilerini şekillendiren olayın kendisi değil olayları algılama ve anlamlandırma biçimidir (Dinç ve Erden-Çınar, 2019). Bu görüşler temelinde bilişsel model, gelecek kaygısını bireylerin hatalı bilişsel değerlendirmeleri ve işlevsel olmayan varsayımları sonucunda meydana gelen bir durum olarak görmektedir. Gelecekteki kaygının öncülleri ve doğası bilişsel değerlendirmelerle ilişkilidir. Gelecekteki olası zararlı bir olayı düşünmek, bu endişe tepkisini üretmek için yeterlidir. Kişi hatalı bilişsel değerlendirmeler yaparak kendi eylemlerinden bağımsız olarak, gelecekte kötü bir şeylerin gerçekleşeceği beklentisini taşımaktadır. Özellikle kriz dönemlerinde (savaş, afet, salgın vb.) kişinin geleceğinde olumsuz değişiklikler olacağına yönelik hatalı bilişsel değerlendirmeler, gelecek kaygısını artırmaktadır (Zaleski, 1996).

Davranışçı modele göre, bireyler tehdit içeren durumları deneyimleyerek öğrenmekte ve bu duruma adaptasyon sağlayabilmek için olağan bir tepki olarak kaygılanmaktadır. Bu çerçevede gelecek kaygısı da bireyin çocukluktan itibaren yaşantıları sonucunda öğrendiği bir süreçtir (Yıldız, 2018).

Bilişsel davranışçı model ise bireylerin bilişsel değerlendirmeleri ve temel inançları ile mental rahatsızlıklar arasındaki ilişkiye odaklanarak, davranışın bu ilişkinin bir sonucu olarak ortaya çıktığını öne sürmektedir. Diğer bir deyişle bireylerin davranışlarının şekillenmesinde biliş, mental durum ve öğrenilmiş temel inançlar etkilidir. Bireylerin geleceğe yönelik olumsuz bakış açılarının temelinde de bu üç durumun etkisi söz konusudur (AlHarbi ve diğ., 2021).

Gelecek kaygısının stres, depresyon ve yaygın anksiyete gibi emosyonel ve mental bozukluklarla ilişki içinde olduğu bilinmektedir (Antony ve Stein, 2008; Miloyan ve diğ., 2016; MacLeod ve diğ., 1996; MacLeod ve diğ., 1997). Ancak, depresyon, anksiyete, stres ve gelecek kaygısı arasındaki ilişkiyle ilgili birbirinden zıt iki görüş dikkat çekmektedir. Birinci görüşe göre, insan zihinsel olarak zamanda yolculuk kapasitesine sahiptir. Bu kapasitesini kullanarak, geleceğe yönelik birtakım öngörülerde bulunabilir. Bu öngörüler tehditlere, fırsatlara ve olasılıklara hazırlıklı olmayı, geleceği planlamayı ve kontrol etmeyi sağlamaktadır. Ancak bu güçlü kapasite zihnin gelecekle ilgili olumsuz içeriklerle uğraşması riskini de beraberinde getirmektedir. Bu durum, gelecekte karşılaşacağı zorlu yaşam olaylarının üstesinden gelmede bireylerde yetersizlik duygusuna yol açabilmekte (Suddendorf ve Moore, 2011; Zaleski, 1996), depresyon, anksiyete ve stres ruhsal sorunlara yol açabilmektedir. Bu görüşü destekleyecek şekilde Bilişsel Model, depresyonun temelini oluşturan üç temel bilişsel unsura vurgu yapmaktadır. Bunlar, bireyin kendini kusurlu ve yetersiz gördüğü benliğe dair olumsuz bakış açısı; yaşanan deneyimler ve dış dünyaya dair olumsuz bakış açısı;

geleceğe dair geliştirilen olumsuz bakış açısıdır. Özellikle gelecekle ilgili olumsuz bakış açısı depresyonu tetiklemektedir (Beck, 1976). İkinci görüş ise stres, anksiyete ve depresyonun gelecek kaygısına neden olduğunu öne sürmektedir. Bu görüşe göre, kaygılı kişiler tecrübelerle öğrenerek depoladıkları hafızalarından yalnızca olumsuz olayları hatırlamakta, bunları genelleştirerek geleceğe yansıtılmaktadır. Depresif ve kaygılı kişiler, geleceğe yönelik daha melankolik bir tutum içerisinde olmakta, geleceği planlama ile ilgili motivasyon problemi yaşamakta ve çoğunlukla gelecekte olumsuz olaylarla karşılaşacaklarını düşünmektedir (Köknel, 2005; MacLeod ve diğ., 1997).

Bu iki farklı görüşten yola çıkarak bu çalışmada, negatif duygular (depresyon, anksiyete, stres) ve gelecek kaygısı (gelecek ile ilgili olumsuz duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı, umutsuzluk) veri setleri arasında ilişki incelenmekte, bu ilişkiye en çok etki eden değişkenlerin hangisi olduğu, negatif duyguların gelecek kaygısını, gelecek kaygısının negatif duyguları ne düzeyde açıkladığı sorusuna yanıt aranmaktadır. Bu çalışma kapsamında hedef kitle olarak genç yetişkinler belirlenmiştir. Genç yetişkinlik dönemi ergenlikle başlayan ve yetişkinlik (orta yaş) dönemine geçişle son bulan gelişimsel dönemdir. Genç yetişkinlik döneminin yaş aralığı ile ilgili çeşitli sınırlamalar yapılmıştır. Bu dönem Havighurst'e göre 18-35, Neugarten ve Moore'a göre 20-30, Erikson'a göre 20-40, Levinson'a göre 22-40 yaş dilimini kapsamaktadır (Zastrow ve Kirst-Ashman, 2015). Bu çalışma genç yetişkinliği daha geniş aralıkta ele aldığı için Erikson'un sınıflandırması temelinde yapılmıştır.

Pek çok gelişimin yaşandığı genç yetişkinlik döneminde ikilemler, stres ve hayal kırıklıkları sıklıkla yaşanmaktadır.

Birey, istek ve beklentilerinin gerçekleşmediğini gördüğünde yaşadığı hayal kırıklığı ve stres sonucunda madde bağımlılığı, yeme bozuklukları, depresyon ve kaygı problemleriyle yüzleşebilmektedir (Çelikler, 2017). Susulowska (1985) gelecek kaygısının 11-14 yaşlarında ortaya çıktığını yaş ilerledikçe gelecek kaygısının arttığını, en yüksek oranın genç yetişkinlik döneminde görüldüğünü ortaya koymuştur (akt.: Zaleski, 1996; Şanlı-Kula ve Saraç, 2016). Aynı şekilde depresyon, anksiyete ve stres bu yaş grubunda sıklıkla gözlemlenen psikolojik sorunlar olarak dikkat çekmektedir (Çam-Çelikel ve Erkorkmaz, 2008; Debowska ve diğ., 2020).

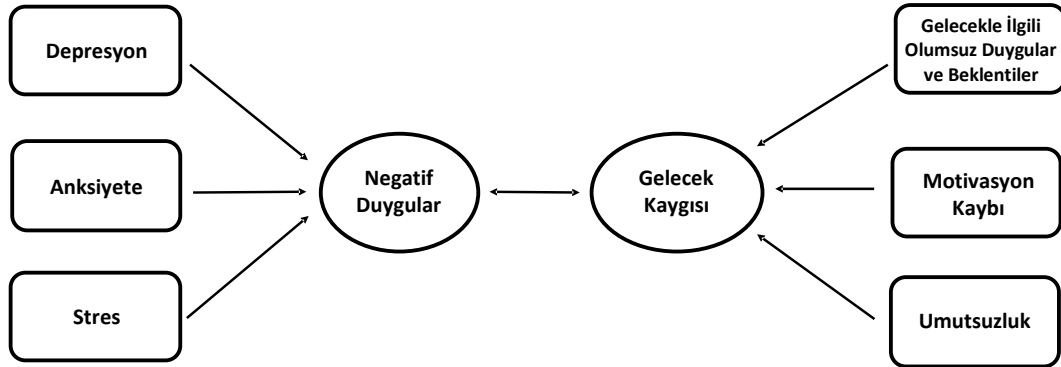
Literatürde gençlerin negatif duyguları ile gelecek kaygısı arasındaki ilişkiye odaklanan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir (Çaylar, 2010; Dağtekin ve diğ., 2020; Kulu ve diğ., 2021). Çalışmalar genellikle üniversite öğrencileri üzerine yapılmıştır. Bu çalışmanın genç yetişkinliği daha geniş aralıkta ele alıp, iki değişken veri setleri arasındaki ilişkiyi analiz ederek daha kapsamlı bulgular elde etmesi nedeniyle literatüre katkı sunacağı düşünülmektedir. Elde edilen bulguların, gençlerin ruhsal sağlığını korumaya yönelik politikalara yön vereceğine inanılmaktadır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Araştırmanın amacına uygun olarak bu çalışmada, ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin varlığını ortaya koymak amacıyla yapılan araştırma modelidir (Karasar, 2003). Kanonik korelasyon analizine ait model ise Şekil 1'de sunulmaktadır.

Şekil 1. Araştırma Modeli



Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evreni, 20-40 yaş aralığındaki genç yetişkinlerden oluşmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2021 yılı Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi verilerine göre 20-39 yaş aralığında 25.946.474 kişi bulunmaktadır. 40-44 yaş aralığında ise 6.547.162 kişinin bulunduğu görülmektedir (TÜİK, 2022). Ancak 40 yaşında kaç kişinin olduğuna yönelik bir bilgi elde edilememektedir. Bu nedenle evrenin sayısı kesin olarak belirlenmemektedir. Evrenin sayısının tam olarak bilinemediği durumda $n=(t^2 \times p \times q) \div d^2$ formülü

kullanılmaktadır (Aksakoğlu, 2001). Formüldeki değerler yerine konulduğunda $[n=(1,96)^2 \times (0,80) \times (0,20) \div (0,05)^2]$ $n=245,862$ hesaplanmaktadır. Bu sayı çalışmada kullanılacak en düşük örneklem sayısını göstermektedir. Örneklem evreni temsil etme gücünü artırmak amacıyla bu sayının 600 olmasında karar kılınmıştır. Ancak anket, internet üzerinden doldurulduğundan yalnızca 538 kişiye ulaşılabilmektedir. Bu sayı da örneklem temsil gücü için yeterlidir. Çalışmaya katılan 538 kişinin 236 (%43,9)'sı erkek, 302 (%56,1)'si kadındır. Katılımcıların yaş ortalaması ise $29,28 \pm 7,32$ 'dir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada sosyo-demografik özellikler hakkında bilgi elde etmek için kişisel bilgi formu, negatif duyguları ölçmek amacıyla Depresyon-Anksiyete-Stres (DASS-21) Ölçeği ile gelecek kaygısını ölçmek üzere Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır.

Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği (DASS-21):

Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilen ölçeği Yılmaz ve arkadaşları (2017) Türkçeye adapte etmiştir. Depresyon, anksiyete ve stres alt boyutlarından oluşan ölçekte her bir alt boyut 7 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri 0'dan 3'e kadar (0=hiçbir zaman ve 3=her zaman) puanlanmaktadır. Ölçek alt faktörlerinden 0 ile 21 arası puan alınabilmektedir. Puanların yükselmesi depresyon, anksiyete ve stres düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir (Lovibond ve Lovibond, 1995). Yılmaz ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan güvenilirlik analizinde Cronbach alfa katsayısı depresyon için $\alpha=0,81$, anksiyete için $\alpha=0,80$ ve stres için $\alpha=0,75$ bulunmuştur. Bu sonuçlar, ölçeğin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach alfa kat sayısı depresyon için $\alpha=0,90$, anksiyete için $\alpha=0,85$ ve stres için $\alpha=0,84$ olarak hesaplanmıştır.

Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ):

Bu çalışmada gelecek kaygısını ölçmek amacıyla Beck ve arkadaşlarının (1974) geliştirdiği Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. 20 maddeden oluşan ölçek, 3 alt faktör içermektedir. Bireylerin olumsuz gelecek beklentilerini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek 0-1 arası puanlanmaktadır. Maddelerin 11'inde "Evet", 9'unda "Hayır" cevabı 1 ile puanlanmaktadır. Ölçekten en düşük 0 en yüksek 20 puan alınmaktadır. Ölçekten alınan 0-3 puan normal, 4-8 puan hafif, 9-14 puan orta, 15-20 puan ileri düzeyde gelecek kaygısını ifade etmektedir (Beck ve Steer, 1993). Ölçeğin orijinal çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha=0,93$ bulunmuştur (Beck ve diğ., 1974). Ölçeği Durak ve Palabıykoğlu (1994) Türkçeye adapte etmiştir. Yaptıkları adaptasyon çalışmasında, Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı gelecek ile ilgili olumsuz duygular ve beklentiler faktörü için $\alpha=0,78$, motivasyon kaybı ve umutsuzluk faktörü için $\alpha=0,72$ bulunmuştur. Bu çalışmada ise Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı sırasıyla $\alpha=0,83$; $0,85$; $0,87$ olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırma gerçekleştirilmeden önce birinci yazar tarafından Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 24.02.2022 Tarihli E-60263016-050.06.04-136534 Sayı numaralı etik kurul izni alınmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Araştırmanın verileri, çevrimiçi anket tekniği ile toplanmıştır. Sosyal medya platformları (WhatsApp, Twitter, Telegram vb.) aracılığıyla hedef kitlede bulunan genç yetişkinlere ulaşılmış, "Google Formlar" kullanılarak oluşturulan çevrimiçi anket formu, 24-26 Şubat 2022 tarihleri arasında uygulanmıştır. Çevrimiçi anket tekniği, uygulama kolaylığı sunması, zamandan tasarruf sağlanması, katılımcılara daha rahat bir ortamda cevaplama imkanı sunması, e-gruplar aracılığıyla daha çok kişiye ulaşma kolaylığı sunması açısından avantaj sağlayan bir tekniktir (Altunışık, 2008).

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde, SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Hipotezlerin analizinden

önce normallik testi yapılmış, verilerin normal dağıldığı anlaşılınca parametrik testlerden faydalanılabileceği görülmüştür.

Çalışmada negatif duygular ve gelecek kaygısı iki temel değişken olarak ele alınmıştır. Negatif duygular depresyon, anksiyete ve stres alt boyutlarından; gelecek kaygısı ise geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı ve umutsuzluk alt ölçeklerinden oluşmaktadır. Bu çalışmada iki değişkenin alt boyutları arasındaki ilişki inceleneceğinden kanonik korelasyon analizinin kullanılması uygun görülmüştür. Kanonik korelasyon, iki veya daha fazla boyutlu iki değişken seti arasındaki ilişkinin incelendiği çok değişkenli istatistiksel bir metottur (Hair ve diğ., 1998; Temurtaş, 2016).

Kanonik korelasyon analizi, regresyon ve MANOVA gibi analizleri de içeren bir analiz tekniğidir. Kanonik korelasyonun kullanımı, setler arası korelasyona en fazla katkıda bulunan her iki setteki değişkenlerin saptanmasında katkı sunmaktadır. Çoklu belirleyiciler ve çoklu bağımlı değişkenler arasında eş zamanlı karşılaştırmalara izin vermektedir. Bu çalışmada üç değişken negatif duyguları üç değişken ise gelecek kaygısını oluşturmada, kanonik korelasyon analizi tüm bunları bir arada analize dahil etmekte, sadece bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonu değil aynı zamanda her bir değişken setindeki paylaşılan korelasyonları da vermektedir (Temurtaş, 2016).

Bulgular

Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler ve Değişkenler Arası İlişki

Çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlik değerleri gelecek kaygısı ve negatif duygular için 0,94 hesaplanmış olup, bu değerler ölçeklerin yüksek güvenilirlik düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Çalışmada gelecek kaygısı ortalama puanı 10,04 (ss. \pm 6,65); negatif duygular ortalama puanı ise 31,75 (ss. \pm 13,78)'dir. Bu değerler, katılımcıların orta düzeyde gelecek kaygısı, yüksek düzeyde negatif duygu durumuna sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeklerin alt boyutları ayrı ayrı değerlendirildiğinde depresyon puan ortalaması ($\bar{x}=11,26\pm 5,64$) ile anksiyete puan ortalamasının ($\bar{x}=8,99\pm 4,79$) ileri, stres puan ortalamasının ($\bar{x}=11,50\pm 4,66$) ise orta düzeyde olduğu görülmektedir. Katılımcıların geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler puan ortalaması ($\bar{x}=2,46\pm 1,85$), motivasyon kaybı puan ortalaması ($\bar{x}=4,02\pm 2,72$), umutsuzluk puan ortalaması ($\bar{x}=3,55\pm 2,55$) orta düzeydedir (bkz.: Tablo 1). Ölçeklerden alınan ortalama puanların cinsiyete göre dağılımı incelendiğinde erkeklerin hem gelecek kaygılarının ($\bar{x}^{\text{Erkek}}=11,46$; $\bar{x}^{\text{Kadın}}=8,93$) hem de negatif duygu durumlarının ($\bar{x}^{\text{Erkek}}=33,81$; $\bar{x}^{\text{Kadın}}=30,14$) kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmanın değişkenlerine ilişkin yapılan korelasyon analizinde, negatif duygular ile gelecek kaygısı ($r=,666$, $p<,01$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Değişkenler tek tek ele alındığında, depresyon ile geleceğe ilişkin olumsuz

duygular ve beklentiler arasında ($r=.702$, $p<.01$), motivasyon kaybı arasında ($r=.652$, $p<.01$) ve umutsuzluk arasında ($r=.666$, $p<.01$) pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Anksiyete ile geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler arasında ($r=.396$, $p<.01$), motivasyon kaybı arasında ($r=.489$, $p<.01$) ve umutsuzluk arasında ($r=.472$, $p<.01$) pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki söz

konusudur. Stres ile geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler arasında ($r=.523$, $p<.01$), motivasyon kaybı arasında ($r=.533$, $p<.01$) ve umutsuzluk arasında ($r=.594$, $p<.01$) pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki söz konusudur (bkz. Tablo 1).

Tablo 1: Değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler ve değişkenler arası ilişki (n=538)

Değişkenler	Min-Max	$\bar{x} \pm ss.$	α	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Depresyon	0-21	11,26 ± 5,64	0,90	1							
2. Anksiyete	0-19	8,99 ± 4,79	0,85	,704**	1						
3. Stres	0-21	11,50 ± 4,66	0,84	,759**	,788**	1					
4. GODB	0-5	2,46 ± 1,85	0,83	,702**	,396**	,523**	1				
5. MK	0-8	4,02 ± 2,72	0,85	,652**	,489**	,533**	,792**	1			
6. Umutsuzluk	0-7	3,55 ± 2,55	0,87	,666**	,472**	,594**	,836**	,786**	1		
7. ND Toplam	0-60	31,75 ± 13,78	0,94	,912**	,903**	,924**	,603**	,618**	,638**	1	
8. GK Toplam	0-20	10,04 ± 6,65	0,94	,719**	,492**	,592**	,924**	,932**	,939**	,666**	1

**p<0,01; GK=Gelecek Kaygısı; GODB=Geleceğe İlişkin Olumsuz Duygular ve Beklentiler; MK=Motivasyon Kaybı; ND=Negatif Duygular; α = Cronbach's Alpha

Kanonik Korelasyon Bulguları

Değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapılan kanonik korelasyon analizinde, Tablo 2'de görüldüğü üzere üç adet kanonik değişken ve üç adet kanonik korelasyon skoru elde edilmiş, kanonik skorların hepsinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu veri setleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Birinci korelasyon skorunun özdeğeri 1,170 olup, kanonik korelasyon değeri (R_c) 0,734 olarak

hesaplanmıştır. Sadece bu fonksiyon %53,8 yorumlanabilir kanonik korelasyon karesi (R_c^2) etki boyutunu vermiş, son iki fonksiyon Set-1 ve Set-2 değişkenleri arasındaki varyansın sırasıyla %9,9 ve %3,3'ünü açıklamıştır. Bu oranlar düşük düzeyde etki boyutunu gösterdiği için analize dahil edilmemiş, bütün yorumlar birinci fonksiyona göre yapılmıştır (Wilks' λ =0,401, $F_{(9,529)}= 65,552$, $p<0,001$).

Tablo 2: Kanonik değişkenlere ait korelasyon katsayıları, Wilks' λ ve anlamlılık testleri

Değişkenler	R_c	R_c^2	Özdeğer	Wilks' λ	F	df	p
1	,734	,538	1,170	,401	65,552	9	,00
2	,316	,099	,111	,870	19,145	4	,00
3	,182	,033	,034	,967	18,389	1	,00

Set-1 ve Set-2'ye ait standartlaştırılmış kanonik katsayılar tablosuna (Tablo 3) bakıldığında, Set-1'deki birinci kanonik değişkene en fazla katkı sağlayan değişkenin depresyon (-0,988) olduğu, depresyondaki bir birimlik azalışın Set-1'in birinci variatesinde 0,988'lik bir azalışa neden olduğu söylenebilir.

Set-2'deki birinci kanonik değişkene en fazla katkı sağlayan değişken ise geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentilerdir (-0,590). Buradan geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentilerdeki bir birimlik azalışın, Set-2'nin birinci variatesinde 0,590'lik bir azalışa neden olduğu söylenebilir.

Kanonik analizde, kanonik değişkenlerin kendi setlerinde açıkladıkları kanonik yükler de hesaplanmaktadır.

Kanonik yükler, set-1 ve set-2'deki her bir değişkene ait kanonik yüklerin karelerinin ortalamasını ifadesi etmektedir (Sayın ve diğ., 2012). Tabachnick ve Fidell'e (2007) göre, her bir kanonik değişkenle kümedeki değişkenlerin korelasyonu 0,30'un üzerinde olduğunda o değişken kümenin bir parçası kabul edilir. Buna göre, Set-1'deki birinci kümede depresyon (-0,987), Set-2'deki birinci kümede geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler (-0,975) kümelerin birer parçalarıdır. Her ikisinde de aynı yönlü güçlü bir etki söz konusu olduğundan depresyondaki azalışın geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentilerde, motivasyon kaybında ve umutsuzlukta bir azalışa yol açtığı söylenebilir.

Tablo 3. Değişkenlere ait standardize edilmiş kanonik yükler ve korelasyon katsayıları

Değişkenler	Kanonik Korelasyon Katsayıları	Kanonik Yükler
Depresyon	-,988	-,987
Set 1 Anksiyete	,257	-,625
Stres	-,237	-,784
GODB	-,590	-,975
Set 2 MK	-,193	-,878
Umutsuzluk	-,278	-,922

GODB=Geleceğe İlişkin Olumsuz Duygular ve Beklentiler; MK=Motivasyon Kaybı

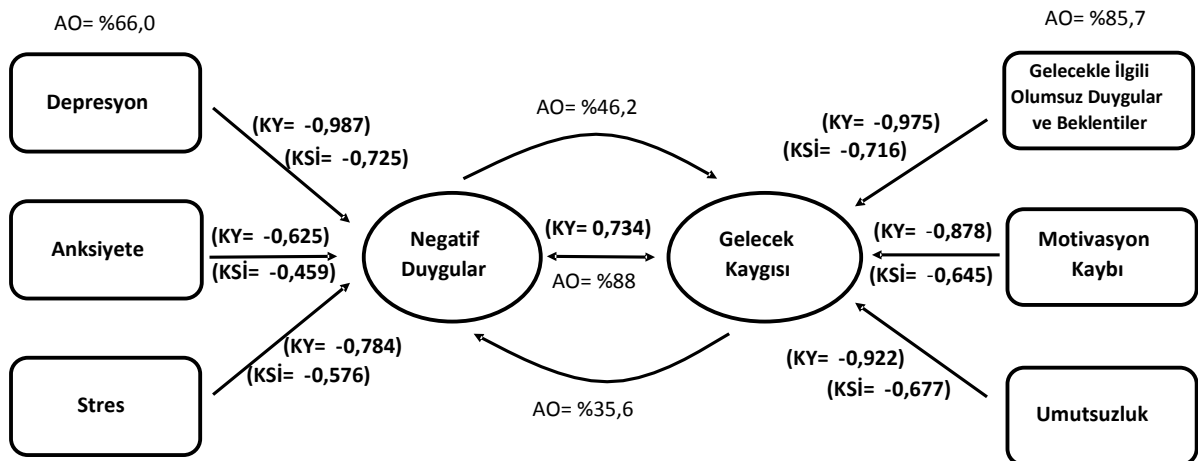
Set-1 ile Set-2 arasındaki ilişkinin incelenmesinde gereksizlik indeksleri hesaplanmıştır. Gereksizlik indeksleri, kanonik değişkenlerin çapraz setteki açıkladıkları kısımdır (Tabachnick ve Fidell, 2007). Kanonik değişkenlerin gereksizlik indeksleri Tablo 4'te gösterilmiştir. Tabloya göre, Set-1'in birinci variatesi kendi setinin %66'sını açıklarken, Set-2'nin %46,2'sini açıklamaktadır. Set-2'nin birinci variatesi kendi setinin

%85,7'sini açıklarken, Set-1'in %35,6'sını açıklamaktadır. Değişkenler arasındaki açıklanan varyans oranını bulmak amacıyla her üç fonksiyondaki öz değerler toplanmış, $(1,170+0,111+0,034=1,315)$ birinci fonksiyonun öz değeri, toplam fonksiyona bölünmüştür $(1,170÷1,315=0,88)$. Sonuçta negatif duygular ve gelecek kaygısı değişkenleri arasındaki açıklanan varyansın %88 olduğu saptanmıştır.

Tablo 4: Kanonik değişkenlerin gereksizlik indeksleri

Kanonik Değişkenler	Set 1'in Kendi İçindeki Değişkenlikleri Açıklama Oranı	Set 1'in Set 2 Tarafından Açıklanma Oranı	Set 2'nin Kendi İçindeki Değişkenlikleri Açıklama Oranı	Set 2'nin Set 1 Tarafından Açıklanma Oranı
1	,660	,356	,857	,462
2	,271	,027	,070	,007
3	,069	,002	,073	,002

Bulgular Şekil 2'deki modelde özetlenmiştir:

Şekil 2. Kanonik korelasyon analizi sonuçları

NOT: KY= Kanonik Yük; KSİ= Setlerin Karşı Set İçindeki Değişkenliği Açıklaması; AO=Açıklama Oranı

Tartışma

Bu çalışma depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ile gelecekle ilgili olumsuz duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı, umutsuzluk değişkenleri arasındaki ilişkiyi kanonik korelasyon analizi yoluyla incelemiştir. Negatif duygular ve gelecek kaygısı veri setleri arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu, birinci kanonik fonksiyonda değişken veri setlerinin %53,8'lik bir varyans paylaştıkları ortaya çıkmıştır. Üç kanonik fonksiyon, toplamda %67'lik varyans paylaşmaktadır. Bu durum, bu çalışma için kullanılan değişkenlerin doğru seçildiğini göstermesi bakımından önemlidir.

Araştırmada dikkat çeken bulgulardan ilki, gençlerin yüksek düzeyde depresyon ve anksiyete yaşarken orta düzeyde stres altında olduklarıdır. Araştırma bulguları literatürle örtüşmektedir (Kandel ve diğ., 1986; Lewis ve Simons, 2009; Priego-Parra ve diğ., 2020). Bu durumun birkaç nedeni olabilir. İlki, yukarıda da belirtildiği gibi genç yetişkinlik döneminin, hem hayata dair yeni sorumlulukların ve önemli kararların alındığı bir yaşam evresi olması hem de önceki başarılar ve başarısızlıkların gözden geçirildiği ya da mevcut eylemler ile gelecekteki sonuçlar arasındaki ilişkinin daha derin anlaşıldığı bilişsel işleyiş düzeyinin yüksek olduğu bir dönem olmasıdır. Bu dönemde insan yaşamında radikal değişimler (evlilik, iş yaşamı, çocuk vb.) söz konusu olup, bundan sonraki hayatın şekillendirildiği bir süreç olması açısından stres ve gerilimler yaşanabilmektedir (Çelikler, 2017). İkincisi, bu çalışmanın mental sorunların arttığı salgın sürecinde gerçekleştirilmesidir. ABD'de de yapılan bir çalışmada, 2020 yılının ikinci çeyreğinde bir önceki yılın aynı dönemine göre anksiyete semptomlarının yaygınlığının üç kat, depresif belirtilerin yaygınlığının dört kat arttığı saptanmıştır (Zeisler ve diğ., 2020). Avustralya'da yapılan bir başka araştırmada ise katılımcıların %78'i, salgın sürecinde mental sağlıklarının kötüleştiğini; depresyon (%62), anksiyete (%50) ve stres (%64) düzeylerinin yükseldiğini bildirmiştir (Newby ve diğ., 2020). Üçüncüsü çalışmaya katılan erkeklerin negatif duyguları yoğun bir şekilde hissetmeleri olabilir. Bu çalışmanın bulgularına göre erkeklerin DASS-21 ölçeğinden aldıkları toplam ortalama puanın kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Erkeklerin daha yüksek negatif duygulara sahip olmaları, salgın nedeniyle sosyal yaşamlarını sınırlandırmalarıyla ilişkili olabilir.

Araştırmada elde edilen ikinci önemli bulgu, katılımcıların orta düzeyde geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı ve umutsuzluk yaşadıklarının tespit edilmesidir. Araştırma bulguları literatürü desteklemektedir (Erdur ve Bıçak, 2004; Schmid ve diğ., 2011; Şanlı-Kula ve Saraç, 2016). Genç yetişkinlerin geleceğe dair kaygılarının yüksek olması ekonomik krizle, işsizlik kaygısıyla ve geleceğe yönelik belirsizlikle ilişkili olabilir. Bu çalışmaya katılanların neredeyse yarısını (%47,3) istihdama henüz katılmayan gençler oluşturmaktadır. Özellikle salgın sürecinde yaşanan ekonomik sorunlar, bu kesimin iş bulma kaygısını yükseltmiş olabilir. İşsizlik ülke gençliğinin sorunlarının başında gelmektedir. Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2019 işsizlik verilerine göre, 20-24 yaş arası işsizlik oranı %28,9; 25-29 yaş arası işsizlik oranı %17,4; 30-34 yaş arası işsizlik oranı %12,8; 35-39 yaş arası işsizlik oranı %10,6'dır (Aktaş, 2019). Bu oranlar salgın öncesi oranlardır. Salgın sürecinde başlayan ve gittikçe ağırlaşan ekonomik kriz halihazırda gençler için bir sorun olan

işsizlik kaygısını daha da derinleştirmiş olabilir. Bu da gençlerin geleceğe yönelik olumsuz beklenti ve duygu içerisinde olmasına sebebiyet vermiş olabilir. Bunun yanında salgının seyri konusunda halen bir belirsizliğin olması da geleceğe yönelik kaygıyı yükseltmiş olabilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, değişken veri setleri arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin saptanmasıdır. Depresyon, anksiyete ve stres azaldığında gelecek kaygısını oluşturan geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı ve umutsuzluk da azalmaktadır. Set-1 değişken veri setleri içinde depresyon hem kendi setini hem de Set-2 değişken setini en çok açıklama gücüne sahip olan değişken olarak dikkat çekmektedir. Bu durum, depresyondaki azalışın geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentilerde, motivasyon kaybında ve umutsuzlukta azalışa neden olduğunu göstermektedir. Depresyon, gelecek kaygısı veri setini aynı yönde etkilemektedir. Bulgu, depresyonun ruh sağlığı üzerinde ağır sonuçlar ürettiğini göstermektedir. Literatürde benzer sonuçlara rastlamak mümkündür (Köknel, 2005; MacLeod ve diğ., 1997). Ancak her ne kadar depresyonun gelecek kaygısını etkileyen en güçlü değişken olduğu tespit edilse de literatürde depresyonun ya stres ya da anksiyete ile birlikte görüldüğü; depresif bireylerin yarısından fazlasında eş zamanlı olarak anksiyetenin de geliştiği söylenmektedir (Türkçapar, 2004). Dolayısıyla depresyonun gelecek kaygısı üzerindeki etkisi yorumlanırken bu noktaya dikkat etmek gerekmektedir.

Set-2 değişken veri setleri içinde ise geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler hem kendi veri setini hem de negatif duygular veri setini en güçlü şekilde açıklayan değişken olarak görülmektedir. Geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentiler negatif duygular seti ile aynı yönde güçlü bir kanonik yüke sahiptir. Bulgudan yola çıkarak geleceğe ilişkin olumsuz duygular ve beklentilerdeki azalışın depresyon, anksiyete ve strese düşüşe neden olduğu söylenebilir. Bulgu bilişsel modelin kullandığı bilişsel üçlü yapı içerisinde yer alan gelecekle ilgili olumsuz değerlendirmelerin depresyonu tetiklediği iddiasını doğrulamaktadır (Beck, 1976). Gerçeklikten yoksun olarak yapılan gelecekle ilgili olumsuz öngörüler bireylerin yaşam kalitesini düşürmekte ve dolayısıyla depresyona neden olmaktadır. Bireyler, "eğer/o zaman" tarzı varsayımlarla gelecekte yaşanması olası bir olayın şimdiden kendisine ne hissettireceğini tahmin etmeye çalışmakta, bu düşünce içinde bulunduğu andaki düşünce yapısını da olumsuz etkileyerek kişiyi karamsarlığa sürüklemektedir (Roepke ve Seligman, 2016).

Araştırmada Set-1 ve Set-2 veri setlerinin paylaştıkları ortak varyansın %88 olduğu hesaplanmıştır. Negatif duygular setinin, gelecek kaygısı setini açıklama oranı (%46,2) yüksektir. Gelecek kaygısı setinin, negatif duygular setini açıklama oranı (%35,6) ise görece daha düşüktür. Bulgu negatif duyguların, gelecek kaygısını etkilediğini ortaya koyan Dağtekin ve arkadaşlarının (2020) yapmış olduğu araştırma bulgusunu desteklemektedir. Bu durum stres, anksiyete ve depresyonun gelecek kaygısına neden olduğunu öne süren ikinci görüşü daha çok desteklemektedir. Yukarıda değinildiği gibi bu durum, depresif ve kaygılı kişilerin geleceğe yönelik olumsuz olayları daha çok hatırlamaları ve geleceğe yönelik melankolik bir tutum takınmalarıyla ilişkili olabilir (Köknel, 2005; MacLeod ve diğ., 1997).

Araştırmada elde edilen bulgulardan yola çıkarak gençlerin depresyon, anksiyete, stres düzeyleri ile gelecek kaygılarını azaltmaya yönelik koruyucu tedbirlerin alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Özellikle gençlere yönelik önleyici ve rehabilite edici ruh sağlığı politikaları, gelecekte ortaya çıkacak başka sorunları da azaltacaktır (Dağtekin ve diğ., 2020). Bu noktada psikiyatristler ve psikologlar yanında sağlık alanında çalışan sosyal hizmet uzmanları destekleyici rol üstlenebilir. Koruyucu ruh sağlığı alanında çalışan sosyal hizmet uzmanları stresli ortamları düzenlemek, bireylerin baş etme becerilerini geliştirmek, sağlığı korumanın teşviki ve muhafazası, temel ihtiyaçlar için yeterli standartlara ulaştırmak ve bilinen risklere (intihar, bağımlılık vb.) karşı özel korumayı sağlamak, toplumsal risk taraması, toplumda sağlık sorunu yaratan çevresel, sosyal, kültürel, demografik ve ekonomik koşulları saptamak ve toplumda saptanan sorunların çözümlenmesine katkıda bulunacak kaynakları araştırmak gibi çok geniş çaplı sorumluluklara sahiptir (Abay ve Çölgeçen, 2018).

Bunun yanında Seligman ve arkadaşlarının (2013) öne sürdüğü gibi depresyonun tedavisinde bilişsel üçlü yapı içerisinde yer alan “kişinin geleceğini olumsuz değerlendirmesi” noktası tedavilerde yeterince vurgulanmamaktadır. Terapötik süreçlerde gelecekle ilgili öngörüler üzerinde çalışılması, bireyin başa çıkma

stratejileri ve sağlıklı düşünme yetisini elde etmesine daha çok olanak sağlayacaktır.

Beyannameler

Etik Onay ve Katılma İzni

Araştırma gerçekleştirilmeden önce birinci yazar tarafından Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 24.02.2022 Tarihli E-60263016-050.06.04-136534 Sayı numaralı etik kurul izni alınmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Yayın İzni

Uygulanamaz.

Veri ve Materyallerin Mevcudiyeti

Uygulanamaz.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Finansman

Uygulanamaz.

Yazar Katkıları

AT, makalenin konu seçimi, çalışmanın veri toplama, veri analizi, makaleyi yazma ve kritik revizyonunu yapma aşamalarını; MÖ verilerin analizi, makaleyi oluşturma ve kritik revizyonunu yapma aşamalarını; VBG ise konsept/tasarım ve kritik revizyon aşamalarını yürütmüştür. Aynı zamanda tüm yazarlar makalenin son halini okumuş ve onaylamıştır.

Kaynaklar

Abay, A.R. ve Çölgeçen, Y. (2018). Psikiyatrik sosyal hizmet-koruyucu, tedavi edici ve rehabilite edici ruh sağlığı alanında sosyal çalışmacıların rolü. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 9 (16), 2147-2185.

Aksakoğlu, G. (2001). Sağlıkta araştırma teknikleri ve analiz yöntemleri. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Yayınları.

Aktaş, A. (2019, Ekim 30). İşte tüm yaş gruplarına göre işsizlik tablomuz. Şubat 28, 2022 tarihinde <https://www.dunya.com/kose-yazisi/iste-tum-yas-gruplarina-gore-issizlik-tablomuz/456063> adresinden alındı

Altunışık, R. (2008). Anketlerde veri kalitesinin iyileştirilmesi için öntest (pilot test) yöntemleri. Pazarlama ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi, 1(2), 1-17.

Antony, M.M. ve Stein, M.B. (2008). Oxford handbook of anxiety and related disorders. Oxford University Press.

Beck, A. T. ve Steer, R. A. (1993). Beck hopelessness scale: Manual. The Psychological Corporation Harcourt Brace Jovanovich.

Beck, A.T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International Universities Press.

Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D. ve Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: the hopelessness scale. Journal of consulting and clinical psychology, 42(6), 861-865. doi:10.1037/h0037562

Czeisler, M. É., Lane, R. I., Wiley, J. F., Christensen, A., Njai, R., Weaver, M. D., . . . Rajaratnam, S. M. (2020). Mental Health, Substance Use, and Suicidal Ideation During the COVID-19 Pandemic — United States, June 24–30, 2020. Morbidity and Mortality Weekly Report, 69(32), 1049-1057. doi:10.15585/mmwr.mm6932a1

Çam-Çelikel, F. ve Erkorkmaz, U. (2008). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkili etmenler. Archives of Neuropsychiatry, 45(4), 122-129.

Çaylar, G. (2010). Üniversite öğrencilerinin gelecek beklentilerine etki eden faktörler, bu faktörlerin birbirleriyle ilişkileri ve bireylerin depresyon, anksiyete hislerine olan etkisi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Çelikler, A. N. (2017). Bir grup genç yetişkinde bilinçli farkındalık düzeyi ile başa çıkma tutumları ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dağtekin, G., Dalkılıç, M.B., Çakıcı, F., Çakır, A., Ekin, A. E., Öztüncü, D. ve Işıklı, B. (2020). Tıp fakültesi öğrencilerinde gelecek kaygısı, depresyon ve stres ilişkisinin değerlendirilmesi. Türk Tıp Öğrencileri Araştırma Dergisi, 2(3):135-142.

Debowska, A., Horeczy, B., Boduszek, D. ve Dolinski, D. (2020). A repeated cross-sectional survey assessing university students' stress, depression, anxiety, and suicidality in the early stages of the COVID-19 pandemic in Poland. Psychological Medicine, 1-4. doi:10.1017/S003329172000392X

Dinç, S. ve Erden-Çınar, S. (2019). Bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışma uygulamasının üniversite öğrencilerinin gelecek kaygıları ve yetkinlik inançları üzerine etkisi. E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi, 10 (3), 15-28.

Durak, A. ve Palabıyıkçıoğlu, R. (1994). Beck umutsuzluk ölçeği geçerlilik çalışması. Kriz Dergisi, 2 (2), 311-319. doi: 10.1501/Kriz_0000000071

Erdur, Ö. ve Bıçak, B. (2004, Temmuz 6-9). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sorunları. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya: İnönü Üniversitesi.

Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L. ve Black, W. C. (1998). Multivariate Data Analysis. New Jersey: Prentice Hall.

Kabakçı, E. (2003). Panik ve yaygın anksiyete bozukluklarında bilişsel-davranışçı terapiler. I. Savaşır, G. Soygüt ve E. Kabakçı (Ed.), Bilişsel-davranışçı terapiler (ss.91-112) içinde. Ankara: TPD Yayınları

- Kandel, D. B. ve Davies, M. (1986). Adult sequelae of adolescent depressive symptoms. *Archives of general psychiatry*, 43(3), 255-262.
- Karasar, N. (2003). Bilimsel araştırma yöntemi (12.Baskı). Ankara: Nobel Yayın.
- Köknel, Ö. (2005). Depresyon: ruhsal çöküntü. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kulu, M., Özsoy, F., Gürler, E. B. ve Özbeyli, D. (2021). COVID-19 salgınının dış hekimleri üzerinde yarattığı gelecek kaygısı ve stresin değerlendirilmesi. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 14 (1), 103-112. doi: 10.31362/patd.777556
- Lewis, C.C. ve Simons, A.D. (2009). Adolescent Depression. R.E. Ingram (Ed.), *The International Encyclopedia of Depression* (ss.4-8) içinde. Springer Publishing Company.
- Lovibond, P.F. ve Lovibond, S.H. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3),335-343. doi: 10.1016/0005-7967(94)00075-U
- MacLeod, A. K. ve Byrne, A. (1996). Anxiety, depression, and the anticipation of future positive and negative experiences. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 286-289. doi:10.1037/0021-843X.105.2.286
- MacLeod, A. K., Tata, P., Kentish, J. ve Jacobsen, H. (1997). Retrospective and prospective cognitions in anxiety and depression. *Cognition & Emotion*, 11, 467-479. doi:10.1080/026999397379881
- Miloyan, B., Pachana, N. A. ve Suddendorf, T. (2016). Future-Oriented Thought Patterns Associated With Anxiety and Depression in Later Life: The Intriguing Prospects of Prospecion. *The Gerontologist*, 0(0), 1-7. doi:10.1093/geront/gnv695
- Newby, J. M., O'Moore, K., Tang, S. ve Christensen, H. (2020). Acute mental health responses during the COVID-19 pandemic in Australia. *Plos One*, 15(7), 1-21. doi:10.1371/journal.pone.0236562
- Oral-Kara, N., Akın, G. ve Alp, S. (2020). Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı ile sınav kaygısı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. *SDÜ Sağlık Yönetimi Dergisi*, 2 (2), 150-169.
- Priego-Parra, B. R., Triana-Romero, A., Pinto-Galvez, S. M., Ramos, C. D., Salas-Nolasco, O., Reyes, M. M., . . . Remes-Troche, J. M. (2020). Anxiety, depression, attitudes, and internet addiction during the initial phase of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic: A cross-sectional study in México. *medRxiv*, 1-24. doi:10.1101/2020.05.10.20095844
- Roepke, A.M. ve Seligman, M.E. (2016). Depression and prospection. *British Journal of Clinical Psychology*, 55 (1), 23-48. doi: 10.1111/bjc.12087.
- Sayın, A., Koğar, H. ve Çakan, M. (2012). Aşamalı dersler arasındaki ilişkilerin kanonik korelasyon tekniğiyle incelenmesi: Sınıf öğretmenliği örneği. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, 3(1), 210-220.
- Schmid, K., Phelps, E. ve Lerner, R. (2011). Constructing positive futures: Modeling the relationship between adolescents' hopeful future expectations and intentional self regulation in predicting positive youth development. *Journal of Adolescence*, 6 (34), 1127-1135.
- Seligman, M.E., Railton, P., Baumeister, R.F. ve Sripada, C. (2013). Navigating into the future or driven by the past. *Perspectives on Psychological Science* 8, 119-141.
- Suddendorf, T. ve Moore, C. (2011). Introduction to the special issue: The development of episodic foresight. *Cognitive Development*, 26, 295-298. doi:10.1016/j.cogdev.2011.09.001
- Şanlı-Kula, K. ve Saraç, T. (2016). Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13 (33), 227-247.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th ed). Boston: Allynand Bacon.
- Temurtaş, A. (2016). Kanonik Korelasyon Analizi. *Güzeller, C.O. (Ed.), Herkes için Çok Değişkenli İstatistik*. (ss.101-112) içinde. Ankara: Maya Akademi.
- TÜİK. (2022, Şubat 4). Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları, 2021. Şubat 28, 2022 tarihinde <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Adrese-Dayali-Nufus-Kayit-Sistemi-SonucLari-2021-45500> adresinden alındı
- Türkçapar, H. (2004). Anksiyete Bozukluğu ve Depresyonun Tanısal İlişkileri. *Klinik Psikiyatri*, 4, 12-16.
- Yıldız, E.E. (2018). Üniversite öğrencilerinin geleceğe ilişkin umutlarının ve kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Yılmaz, Ö., Boz, H. ve Arslan, A. (2017). Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin (DASS 21) Türkçe kısa formunun geçerlilik-güvenilirlik çalışması. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-91.
- Zaleski, Z. (1996). Future anxiety: Concept, measurement, and preliminary research. *Personality and individual differences*, 21 (2), 165-174.
- Zastrow, C. ve Kirst-Ashman, K. K. (2015). İnsan Davranışı ve Sosyal Çevre II: Yetişkinlik ve Yaşlılık. (E. Türközü, B. Alparslan ve O. Uraz, Çev.). Nika Yayınevi.