



ORJİNAL MAKALE / ORIGINAL ARTICLE

Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi / BAUN Sağ Bil Derg
Balıkesir Health Sciences Journal / BAUN Health Sci J
ISSN: 2146-9601- e ISSN: 2147-2238
Available online at: <https://dergipark.org.tr/pub/balikesirsbd>



Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doymumu ve Depresyon: Kesitsel Bir Çalışma

Sacide SINCAR¹, Rabia SOHBET¹, Canan BIRIMOĞLU OKUYAN², Fatma KARASU³

¹Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği Ab.D

²Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü

³Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği Ab.D

Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Rabia SOHBET

e-mail: rasohbet@yahoo.com Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gaziantep, Türkiye

Geliş Tarihi / Received: 22.01.2020, **Kabul Tarihi / Accepted:** 07.06.2020

Copyright holder Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi

ÖZ

Amaç: Bu çalışma üniversite öğrencilerinde yaşam doymumu ve depresyon arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Kesitsel tipteki araştırmanın evrenini, Gaziantep Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler, İlahiyat, Mimarlık ve Eğitim Fakültelerinde öğrenim gören 5889 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın örnekleme, küme örnekleme yöntemiyle 1180 öğrenciye ulaşılmıştır. Araştırmanın verileri Mart-Nisan 2018 tarihlerinde toplanmış, veri toplama aracı olarak 'Kişisel Bilgi Formu' ve 'Beck Depresyon Ölçeği', 'Yaşam Doymumu Ölçeği' kullanılmıştır. Elde edilen verilerin SPSS 20.0 istatistik paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, bağımsız gruplarda t-testi, ANOVA ve korelasyon testleri kullanılmıştır. Araştırmanın yapılabilmesi için etik kurul, kurum izni ve öğrencilerim sözel onamları alınmıştır.

Bulgular: Öğrencilerin %20.5'inin ≥ 17 BDÖ puanı aldığı; YDÖ puan ortalaması 13.55 ± 3.77 , BDÖ puan ortalaması 11.99 ± 7.22 olarak saptanmıştır. Yaşam doymumu ile depresyon düzeyleri arasında yüksek korelasyon ve negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin aile gelir ve mezuniyet sonrası iş kaygısı durumlarına göre BDÖ ve YDÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak önemli bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.005$).

Sonuç: Öğrencilerin depresyon düzeylerinin yüksek, yaşam doymumlarının orta seviyenin üzerinde olduğu ve depresyon düzeyleri azaldıkça yaşam doymumları pozitif yönde arttığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, Yaşam Doymumu, Üniversite Öğrencileri.

Life Satisfaction and Depression in University Students: A Cross-Sectional Study

Aim: This study was conducted to determine the relationship between life satisfaction and depression in university students.

Methods: The population of this cross-sectional study consisted of 5889 students studying at the Faculties of Economics and Administrative Sciences, Theology, Architecture and Education of Gaziantep University. The sample of the study was reached to 1180 students by cluster sampling method. Data were collected between March and April 2018 and 'Personal Information Form' and 'Beck Depression Scale' and 'Satisfaction with Life Scale' were used as data collection tools. The data obtained were evaluated in SPSS 20.0 statistical package program. Frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test in independent groups, ANOVA and correlation tests were used for data analysis. Ethical committee, institutional permission and verbal consent of the students were obtained in order to conduct the research.

Results: It was found that 20.5% of the students had ≥ 17 BDI scores; the mean GDS score was 13.55 ± 3.77 , and the mean BDI score was 11.99 ± 7.22 . A high correlation and negative correlation were found between life satisfaction and depression levels. There was a statistically significant relationship between BDI and GIS mean scores of students according to their family income and post-graduation job anxiety ($p < 0.005$).

Conclusion: It was determined that the depression levels of the students were high, their life satisfaction was above the middle level and life satisfaction increased positively as depression levels decreased.

Keywords: Depression, Life Satisfaction, University Students.

GİRİŞ

Yaşam doymumu kişiden kişiye göre ve birçok faktöre göre değişiklik gösterebilir. Yaşam koşulları, sosyal çevre, kişinin maddi olanağı, pozitif bakış açısı ve hayatında ulaşabildiği hedeflerine göre kişinin yaşam doymumunda

olumlu olumsuz farklılıklar görülebilir. Yaşanan bu olumsuz faktörler, depresyon gibi psikiyatrik rahatsızlıklara zemin hazırlayabilir (Dağlı & Bayram, 2016). Depresyonun prevalansının gittikçe artacağı ve yıllar geçtikçe ikinci en büyük sakatlık nedeni olacağı

tahmin edilmektedir (Seo et al., 2018). Önemli yaşam kararları alma, yeni ortam ve arkadaşlıklar, aileden ayrı kalma, bir evin sorumluluğunu alma, evden uzakta yeni bir ortama uyum sağlama, finansal stres, akademik zorluklar ve gelecekleri için hazırlanma gibi çok önemli bir geçiş dönemi geçiren üniversite öğrencileri çeşitli sorunlarla karşılaşabilirler. Bazı öğrencilerin yaşam koşulları ve kişilik yapıları bu sorunların üstesinden sağlıklı bir ruh haliyle gelmelerine olanak verirken bazıları baş edememekte ve çeşitli ruhsal sağlık problemleri yaşamaya başlayabilmektedir (Seo et al., 2018). Bu sorunlar sonucunda öğrenci strese girebilmektedir ve strese tepki olarak farkında olmadan öğrenci bunalıma girip depresyona girebilir (Seo et al., 2018). Literatür de üniversite öğrencileri arasında depresif belirtilerin dünya çapında önemli olduğu ve depresyonun bu grup arasında artmakta olduğu vurgulanmıştır (Chen et al., 2013; Buchanan, 2012; Reayley & Jorm, 2010). Yapılan çalışmalar üniversite öğrencilerinin %30-%50'sinde psikolojik sorunlar görüldüğünü ortaya koymuştur (Shi et al., 2015; Royal College of Psychiatrists, 2011). Yine yapılan çalışmalara göre üniversite öğrencileri arasında depresyonun giderek arttığı ve akademik performansı olumsuz etkilediği hatta daha ileri safhalarda ve bilinmeyen başka sebeplerle yaşanan depresyonun gençleri intihara kadar sürüklediği belirtilmektedir (Seo et al., 2018; Buchanan, 2012; Reayley & Jorm, 2010). İntiharın depresyonun en önemli komplikasyonu olduğunu da söyleyebiliriz (Erturan et al., 2014). Bu olumsuz düşünceleri azaltabilecek ya da önleyebilecek en önemli faktör ise bireyin yaşamdan aldığı memnuniyeti ve mutluluğudur. Mutluluğun depresyon üzerinde koruyucu bir etkisi olduğu, yaşamdan memnuniyetsizliğin, uzun süreli depresyona neden olmasının yanı sıra depresif semptomlarla ilişkili olduğu bildirilmiştir (Koivumaa-Honkanen et al., 2004). Yaşam memnuniyeti her yaş grubunda olduğu gibi üniversite öğrencileri için önemli bir konudur. Yaşam memnuniyeti, yaşamın en temel araştırmalarından biridir ve kişinin yaşamından ne kadar memnun kaldığına dair bilişsel değerlendirmeyle ilgili bir süreçtir (Erturan et al., 2014).

Üniversite öğrencileri ruh sağlığı sorunlarına karşı savunmasız olduklarını araştırmalar göstermiştir. Öğrenciler arasında yüksek depresyon batı toplumlarında kamuoyunda artan bir endişe yaratmıştır, ancak doğu toplumlarında bu konu çoğunlukla keşfedilmemiştir (Kumar et al., 2016). Bu sebeple araştırılıp harekete geçmek adına bu konuda yapılacak her çalışma önemlidir. Bu araştırmanın da amacı risk grubunda olan ve geleceğin yetişkinleri olacak üniversite öğrencilerinin yaşama bakış açılarını değerlendirmek, yaşam doyumlarını somut olarak görebilmek, depresyon durumlarını incelemek ve elde edilen bulguların birbirleriyle ilişkilerini ortaya koymaktır. Literatürde benzer yayımlar yer almakla birlikte, bu araştırmayı farklı kılan örneklem sayısının oldukça yeterli olması ve farklı özelliklere sahip gruplardan oluşmasıdır.

Araştırma Soruları

- Öğrencilerin depresyon düzeyleri nasıldır?
- Öğrencilerin yaşam doyumu nasıldır?
- Öğrencilerin sosyo-demografik ve bazı özellikleri ile depresyon ve yaşam doyumu düzeyi arasında fark var mıdır?

-Öğrencilerin depresyon düzeyi ile yaşam doyumu arasında bir ilişki var mıdır?

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın tipi

Bu araştırma tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılmıştır.

Araştırmanın evren ve örnekleme

Araştırmanın evrenini, Mart-Nisan 2018 tarihlerinde Gaziantep Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (İİBF), İlahiyat Mimarlık ve Eğitim Fakültelerinde öğrenim gören 5889 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini Küme örnekleme yöntemiyle seçilen Mimarlık (n=87), Eğitim (n=369), İdari İktisadi Bilimler (n=487) ve İlahiyat (n=237) öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmaya 592 kız, 588 erkek 1180 öğrenciye ulaşılmıştır.

Araştırmaya dahil edilme kriterleri

- Gaziantep üniversitesi öğrencisi olmak,
- Araştırmaya katılmak için herhangi bir ruhsal hastalığının olmaması,
- Araştırmaya gönüllü katılmasıdır.

Veri toplama araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak 'Kişisel Bilgi Formu' ve 'Beck Depresyon Ölçeği', 'Yaşam Doyumu Ölçeği' kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda öğrencilere ait yaşı, cinsiyeti, okudukları fakülte, aile tipi, aile geliri, kardeş sayısı ve ailenin yaşadığı yer, anne ve babanın sağ olup olmadığı ve eğitimi, şiddete maruz kalma, kız/erkek arkadaşına sahip olma, ders başarıları, sigara alkol alışkanlıkları, internet ve kitap okuma alışkanlıkları soruları yer almıştır (Seo et al., 2018; Buchanan, 2012; Shi et al., 2015).

Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ): Beck ve arkadaşları tarafından 1978'de geliştirilmiş, Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Tegin (1980) ve Hisli (1988, 1989) tarafından yapılmıştır. Ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Alınan puan arttıkça depresyon derecesi artmakta ve kesme noktası 17 olarak belirlenmiş, 17 ve üzeri puan alanlar risk grubu oluşturabileceği kabul edilmiştir (Hisli, 1989). Bu araştırmada Cronbach alfa değeri 0.814 olarak bulunmuştur.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ): Diener, Emmons, Larsen ve Griffin 1985 yılında yaşam doyumunu incelemek için geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Dağlı ve Baysal (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçek dereceleri 5-25 puan arasındadır. Ölçekten alınan puan yükseldikçe yaşam doyumunun yükseldiğine işaret etmektedir (Dağlı&Baysal, 2016). Bu araştırmada Cronbach alfa değeri 0.707 olarak bulunmuştur.

Verilerin değerlendirilmesi

Araştırmada toplanan verilerin analizinde SPSS 20.0 (Statistical Package of Social Sciences for Windows) istatistik paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerin (frekans, yüzde, ortalama, standart sapma) yanı sıra normal dağılımın incelenmesi için Skewness ve Kurtosis (± 1) kullanılmıştır. İstatistiksel hesaplamaları için bağımsız gruplarda t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. İç tutarlılık için Cronbach's alfayla hesaplanmıştır. Verilerin anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Araştırmanın etik yönü

Araştırmamız etik kurallar çerçevesinde gerçekleştirilmiş olup araştırmamız başlamadan önce Gaziantep Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır (Etik Kurul No: 2018/13). Araştırmanın yapıldığı fakültelerden ve Gaziantep Üniversitesi Rektörlüğü'nden yazılı izin alınmıştır. Veriler toplanmadan önce öğrencilere araştırmanın amacı açıklanarak sözel onamları alınmıştır.

BULGULAR

Öğrencilerin yaş ortalaması 20.33±1.39'dur. Öğrencilerin %68.8'inin 20-23 yaş aralığında, %50.2'sinin kadın,

%41.3'ünün İİBF'de eğitimine devam ettiği, %40.7'sinin annesi ilkökul, %40.7'sinin babası lise mezunu, %97'sinin annesi ve %97.1'inin babası sağ, %50.4'ünün aile gelirinin giderine denk, %74.9'unun çekirdek aileye sahip, %48.6'sının ≥4 kardeşe sahip olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Öğrencilerin yaş, eğitim gördüğü fakülte, anne hayatta olma durumu, gelir durumu ve aile tipine göre Beck Depresyon Ölçeği puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak önemli bir ilişki tespit edilmiştir (p<0.005). Öğrencilerin anne ve baba eğitim, aile gelir durumlarına göre Yaşam Doyum Ölçek puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark belirlenmiştir (p<0.005) (Tablo 1).

Tablo 1. öğrencilerin sosyo-demografik özelliklere göre BDÖ ve YDÖ puan ortalamaları

	n (%)	BDÖ		YDÖ	
		$\bar{X}\pm SS$	Test Değeri	$\bar{X}\pm SS$	Test Değeri
Yaş					
18-19 yaş aralığı	333 (28.2)	11.81±7.93	**F=3.101 p=0.045	13.24±3.90	F=2.273 p=0.103
20-23 yaş aralığı	812 (68.8)	11.70±6.90		13.64±3.72	
24-29 yaş aralığı	35 (3.0)	11.08±7.14		14.42±3.64	
Cinsiyet					
Kadın	592 (50.2)	12.04±7.07	t=0.229	13.61±3.67	t=0.568
Erkek	588 (49.8)	11.95±7.38	p=0.819	13.49±3.88	p=0.570
Fakülte					
Eğitim Fakültesi	369 (31.2)	10.64±4.26	F=7.470 p=0.001	13.47±3.47	F=1.372 p=0.250
İİBF*	487 (41.3)	12.88±8.15		13.37±3.75	
İlahiyat Fakültesi	237 (20.1)	12.49±8.14		13.89±4.22	
Mimarlık Fakültesi	87 (7.4)	11.40±8.19		13.95±3.89	
Anne eğitim durumu					
Okuryazar değil	77 (6.5)	11.94±7.79	F=1.314 p=0.263	13.85±3.51	F=3.230 p=0.012
İlkokul	480 (40.7)	12.47±7.32		13.36±3.70	
Ortaokul	345 (29.2)	11.67±6.88		13.35±3.75	
Lise	230 (19.5)	11.85±7.56		13.81±3.92	
Üniversite	48 (4.1)	10.37±5.86		15.18±3.93	
Baba eğitim durumu					
Okuryazar değil	14 (1.1)	9.07±5.60	F=2.248 p=0.062	13.85±3.30	F=3.586 p=0.006
İlkokul	180 (15.3)	12.22±7.08		13.61±3.91	
Ortaokul	317 (26.9)	12.83±7.79		13.58±3.70	
Lise	480 (40.7)	11.69±6.97		13.17±3.70	
Üniversite	189 (16.0)	11.37±7.00		14.38±3.88	
Anne hayatta olma durumu					
Ölü	35 (3.0)	15.51±9.25	***t=2.929	12.45±3.63	t=0.010
Sağ	1145 (97.0)	11.89±7.13	p=0.003	13.58±3.77	p=0.920
Baba hayatta olma durumu					
Ölü	34 (2.9)	14.85±8.71	t=2.340	13.11±4.05	t=-0.684
Sağ	1146 (97.1)	11.91±7.16	p=0.154	13.56±3.77	p=0.667
Aile gelir durumu					
Gelir giderden az	153 (13.0)	13.79±8.82	F=12.313 p=0.001	12.77±4.03	F=6.268 p=0.002
Gelir gidere denk	595 (50.4)	12.43±7.23		13.44±3.72	
Gelir giderden fazla	432 (36.6)	10.76±6.35		13.97±3.70	
Aile tipi					
Çekirdek aile	884 (74.9)	11.71±7.10	F=6.317 p=0.002	13.60±3.72	F=1.959 p=0.141
Geniş aile	252 (21.4)	12.38±7.45		13.55±3.83	
Bölünmüş aile	44 (3.7)	15.52±7.57		12.45±4.36	
Kardeş sayısı					
≤ 1	102 (8.6)	10.49±6.33	F=2.469 p=0.085	14.25±3.91	F=1.981 p=0.138
2-3 arası	504 (42.7)	12.20±7.15		13.44±3.70	
≥ 4	574 (48.6)	12.09±7.42		13.52±3.80	
Toplam	1180 (100.0)				

*İİBF: İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, **ANOVA test, ***Bağımsız gruplarda t testi.
YDÖ= Yaşam Doyum Ölçeği, BDÖ= Beck Depresyon Ölçeği

Tablo 2. Öğrencilerin sosyo-demografik ve bazı özelliklerine göre BDÖ depresyon ve YDÖ puan ortalamaları

	n (%)	BDÖ		YDÖ	
		$\bar{X}\pm SS$	Test Değeri	$\bar{X}\pm SS$	Test Değeri
Ders başarı durumu					
Çok iyi	319 (27.0)	10.66±5.84	*F=6.464 p=0.001	13.75±3.67	F=0.827 p=0.479
İyi	372 (31.5)	12.03±7.19		13.57±3.84	
Orta düzey	402 (34.1)	12.66±7.62		13.48±3.72	
Kötü	87 (7.4)	13.70±9.17		13.06±4.10	
Geçmişte ya da şu anda şiddete maruz kalma					
Evet	246 (20.8)	12.92±7.47	**t=2.266 p=0.024	13.28±3.92	t=-1.278 p=0.202
Hayır	934 (79.2)	11.75±7.14		13.62±3.73	
Okulu bitirince iş bulma kaygısı					
Evet	667 (56.5)	13.13±7.87	t=6.227 p=0.001	13.28±3.75	t=-2.801 p=0.005
Hayır	513 (43.5)	10.52±5.98		13.90±3.78	
En son ne zaman kitap okunulan süre					
1 hafta	293 (24.8)	11.63±6.95	F=2.281 p=0.078	13.96±3.73	F=1.736 p=0.158
1 ay	359 (30.4)	11.47±6.75		13.39±3.76	
3-4 ay	353 (29.9)	12.31±7.54		13.35±3.93	
≥ 1 yıl	175 (14.8)	13.02±7.86		13.59±3.54	
Bu yaşa kadar tahminen kaç kitap okudu					
1-10	320 (27.1)	12.02±7.51	F=2.108 p=0.098	13.32±3.58	F=3.543 p=0.014
11-50	348 (29.5)	11.95±7.32		13.70±3.85	
51-100	318 (26.9)	11.38±6.42		13.21±3.73	
100'den fazla	194 (16.5)	13.04±7.73		14.22±3.92	
Gün içinde ortalama kaç saatini internet ortamında geçirdi					
1-3 saat	584 (49.5)	11.48±6.55	F=5.521 p=0.004	13.43±3.71	F=0.583 p=0.558
3-5 saat	395 (33.5)	12.02±7.61		13.69±3.75	
5 saatten fazla	201 (17.0)	13.44±8.10		13.60±3.98	
İnterneti daha çok hangi amaçla kullandı					
İletişim	353 (29.9)	11.27±6.78	F=1.731 p=0.141	13.92±3.80	F=2.269 p=0.060
Sosyalleşme	335 (28.4)	12.11±7.09		13.60±3.92	
Alışveriş	63 (5.4)	11.79±7.71		13.79±3.57	
Eğitim amaçlı araştırma	162 (13.7)	12.94±7.90		13.37±3.47	
Oyun/eglençe	267 (22.6)	12.28±7.38		13.04±3.72	
Sigara kullanma					
Evet	357 (30.3)	12.48±7.68	t=1.511 p=0.131	13.25±3.89	t=-1.778 p=0.076
Hayır	823 (69.7)	11.78±7.01		13.68±3.72	
Alkol kullanma					
Evet	121 (10.3)	12.67±7.89	t=1.090 p=0.276	13.76±3.77	t=0.633 p=0.527
Hayır	1059 (89.7)	11.92±7.15		13.53±3.77	
Kız/erkek arkadaş varlığı					
Evet	473 (40.1)	11.40±7.28	t=-2.310 p=0.021	13.88±3.83	t=2.472 p=0.014
Hayır	707 (59.9)	12.39±7.16		13.33±3.72	

*ANOVA test, **Bağımsız gruplarda t testi. YDÖ= Yaşam Doyum Ölçeği, BDÖ= Beck Depresyon Ölçeği

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin, %34.1'inin ders başarısının orta düzeyde olduğu, %20.8'inin geçmişte ya da şu anda şiddete maruz kaldığı, %56.5'inin mezuniyet sonrası iş kaygısı yaşadığı, %30.4'ünün en son bir ay önce kitap okuduğu, %29.5'inin bu yaşına kadar yaklaşık olarak

11-50 arasında kitap okuduğu, %49.5'inin günlük olarak 1-3 arasında internette zaman geçirdiği, %29.9'unun interneti iletişim amaçlı kullandığı, %30.3'ünün sigara ve %10.3'ünün alkol kullandığı, %59.9'unun kız/erkek arkadaşının (sevgili) olmadığı belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 3. Öğrencilerin BDÖ puan ortalamaları dağılımı

BDÖ	n	%
Normal (0-10)	564	47.8
Orta derecede duygu durum bozukluğu (11-16)	374	31.7
Klinik depresyon (17-20)	110	9.3
Orta düzeyde depresyon (21-30)	101	8.6
Ciddi düzeyde depresyon (31-40)	26	2.2
Ağır depresyon (41-63)	5	0.4
Puan		
≤ 17	938	79.5
≥ 17	242	20.5
Toplam	1180	100

* BDÖ= Beck Depresyon Ölçeği

Öğrencilerin %20.5'inin ≥ 17 (242 kişi) Beck Depresyon puanına ve %31.7'sinin orta derecede duyu durum bozukluğuna sahip olduğu saptanmıştır (Tablo 3). Öğrencilerin Yaşam Doyum Ölçek puan ortalaması 13.55 ± 3.77 , Beck Depresyon Ölçek puan ortalaması

11.99 ± 7.22 olarak saptanmıştır. Yaşam Doyum ile Depresyon düzeyleri arasında yüksek korelasyon ve negatif yönde bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4). Başka bir deyişle, depresyon düzeyleri azaldıkça yaşam doyumları pozitif yönde artmaktadır.

Tablo 4. Öğrencilerin yaşam doyum ve beck depresyon ölçek puan ortalamaları, minimum-maksimum değerleri ve yaşam doyum ve beck depresyon ölçek puanlarının korelasyon dağılımı

	n	$\bar{X} \pm SS$	Minimum-Maksimum
YDÖ	1180	13.55 ± 3.77	5-25
BDÖ	1180	11.99 ± 7.22	0-51
Korelasyon		BDÖ	
YDÖ		-0.601	
r		p=0.001	
p*		1180	
n			

YDÖ= Yaşam Doyum Ölçeği, BDÖ= Beck Depresyon Ölçeği * Pearson korelasyon testi

TARTIŞMA

Ülkenin geleceğine yön verecek üniversite gençliğinin pozitif bir bakış açısına sahip olması, yaşam niteliğinin araştırılması, yaşam doyum düzeylerinin artırılması ve ruhsal açıdan daha sağlıklı nesillerin devamlılığının sağlanması adına önemli bir konu olarak değerlendirilmektedir. Üniversite yaşamının zorlukları, gençlerin içinde bulunduğu gelişimsel dönem sorunlarına eklenmekte ve çeşitli uyum, psikiyatrik sorunları beraberinde getirebilmektedir. Bu psikiyatrik bozukluklar içerisinde gençler arasında sıklıkla depresif belirtiler dikkati çekmektedir (Beşer & İnci, 2010; Hür et al., 2014). BDÖ en düşük 0, en yüksek 63 olmak üzere bütün öğrenciler orta derecede duyu durum bozukluğu (11-16 puan) olduğu (Tablo 4) ve ≥ 17 puan alan öğrencilerin oranının yüksek olduğu (Tablo 3) saptanmıştır. Literatürde BDÖ ile yapılan çalışmalarda üniversite öğrencilerinin; BDÖ puan ortalaması 11.3 ± 8.6 ve ≥ 17 puan alanların %21.2 (Günay et al., 2011), 13.50 ± 8.04 ve ≥ 17 puan alanların %30.5 (Kıvrak et al., 2016), ≥ 17 puan alanların %13.4 (Seo et al., 2018), ≥ 14 puan alanların %11.7 (Chen et al., 2013), ≥ 14 puan alanların %19.9 (Pan et al., 2016), ≥ 17 puan alanların %23.1 (İskender et al., 2018) olduğunu saptanmıştır. Bu çalışmadaki sonuçlar kısmen de olsa literatür ile benzerdir. Farklı oranları elde edilmesine neden olan durumlar bireysel ve çevresel durumlar, öğrenim gördüğü bölümü isteyerek tercih etme ya da etmeme, üniversitenin olanaklar, eğitim görülen şehir ya da ülke, sosyal düzey, denetim kaybı, akran ilişkileri gibi birçok faktör sayılabilir.

Araştırmamızda, yaş ile BDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki saptanırken, cinsiyet ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir (Tablo 1). Yapılan çalışmalar araştırma bulgumuzu desteklemekte olup, cinsiyet ile depresyon arasında ilişki olmadığını göstermektedir (Günay et al., 2011; Kıvrak et al., 2016). Literatürde farklı sonuçlara ulaşılmasına karşın, bu çalışmada ki sonuç, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamında eşit deneyime sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmamızda, eğitim gördükleri fakülte ile BDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve en yüksek depresyon puan ortalamasına sahip fakültesinin İİBF olduğu saptanmıştır (Tablo 1). Günay ve

arkadaşlarının (2011) yaptığı çalışmada, fakülte ile depresyon arasında bir ilişki saptanmamıştır (Günay et al., 2011). Öğrencilerin gelir durumu ile BDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş ve aile gelirlerinin giderden az olan öğrencilerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 1). Yine yapılan çalışmalarda, gelir durumu kötü olan öğrencilerin depresyon puan ortalamasının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Günay et al., 2011; Yu et al., 2015). Kötü ekonomik koşullar öğrencilerin, kronik stres yaşamasına ve sonuç olarak depresyon dahil birçok psikolojik sorunlara karşı öğrenciyi savunmasız hale getireceğini düşündürmektedir.

Öğrencilerin, annesinin hayatta olma ve aile tipi durumu ile BDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki belirlenmiş olup, annesi hayatta olmayan ve bölünmüş aileye sahip öğrencilerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 1). Yu ve arkadaşlarının (2015) yaptıkları çalışmada, ebeveyn ilişkisi ve bozulmuş aile yapısı olan öğrencilerde depresyon düzeyinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Yu et al., 2015). Annesi hayatta olmayan ya da bölünmüş aileye sahip olan öğrenciler yardım ve destek alma konusunda yetersiz olabilir ve öğrenciler stresle karşı karşıya kaldıklarında kendilerini yalnız hissedebilirler. Bu yalnızlıkta öğrencinin depresyon yaşamasına neden olabilir.

Öğrencilerin ders başarı ve mezuniyet sonrası iş kaygı durumları ile BDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş, akademik başarısı kötü olan ve iş kaygısı yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2). Kuzay'ın (2019) yaptığı çalışmada, sağlıklı ilişkili öğrencilerin akademik başarısı kötü olanların depresyona daha yatkın olduğunu bulmuştur (Kuzay, 2019). Mezuniyet sonrası gelecekteki iş durumu ve istihdam konusunda endişe duyulması öğrencilerde depresyona neden olan durumlar arasındadır. Şiddete maruz kalma durumu ile BDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Şiddete maruz kalan öğrencilerin depresyon puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 2). Xu ve arkadaşlarının (2010), birey kötü bir olayla karşılaştığında depresyona daha yatkın olduğunu belirtmiştir (Xu et al., 2010). Günlük ≥ 5 saat internette zaman geçiren öğrencilerin depresyon puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır

(Tablo 2). İnternet bağımlılığı ile depresyon gibi ruhsal ve davranışsal bozukluklar arasında ilişki olduğu bildirilmektedir. Yapılan bir derleme çalışmasına göre, internet bağımlılığının depresyonu tetiklediği ve internet bağımlılığı ile depresyon arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir (Carli et al., 2013). Yapılan bir diğer araştırmaya göre, internet bağımlılığı olan öğrencilerin depresyon riski, internet bağımlılığı olmayanlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır (Grunay et al., 2018). Yine yapılan başka bir çalışmada internet kullanımı ile depresyon arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Orsal et al., 2013). Günümüzde özellikle genç nüfusta internet kullanımının arttığı göz önünde bulundurulursa internet bağımlılığı ve depresyon gibi bozukluklar bakımından üniversite öğrencileri önemli bir risk grubu olduğu düşünülebilir. İnternet aracılığıyla sağlanan sanal sosyal desteğin somut olarak günlük hayatta olmaması da bireylerde sosyal sorunlara neden olan bir diğer faktördür (Büyüksahin, Çevik & Yıldız, 2017). Bunun yanısıra internet bağımlılığı depresif belirtileri artırabileceği gibi depresif kişiliğe sahip kişilerinde sosyal ortamdanda daha da uzaklaşmasına neden olan bir kısır döngü meydana gelebilir. Araştırmamızda, öğrencilerin yaşam doyumlarının orta düzeyin üzerinde olduğu saptanmıştır. (Tablo 4). Literatürde, YDÖ'den en düşük 5, en yüksek 35 puan olmak üzere; 22,44 (Kabasakal & Baş, 2013), 22,34 (Uz-Baş,2011) ve 22,34 (Joshonloo & Afshari, 2009) olarak bulunmuştur. Bu çalışma sonuçları literatürde olan sonuçlardan daha düşük bulunmuştur. Ruhsal anlamda iyi oluş seviyesi yüksek olan bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarının ve aynı zamanda yaşam kalitelerinin daha iyi olduğunu ortaya konmuştur (Keldal, 2015). Öğrencilerin cinsiyet ile YDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tablo 1). Literatürde, cinsiyete göre yaşam doyum düzeyleri açısından fark olup olmadığını belirlenmiştir (Kabasakal & Baş, 2013; Arslan & Bektaş, 2019). Gelir durumu ile yaşam doyum arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Tablo 1). Ekonomik durum, kişinin temel ihtiyaçlarını karşılayabilmede, kendilerini gerçekleştirebilmek için etkinliklere katabilmeye kadar varan pek çok amaç için gereklilik durumundadır. Bu nedenle ekonomik düzey, yaşam doyumunu yükselten bir değişken olarak düşünülmektedir. Öğrencilerin anne ve baba eğitim durumlarına göre YDÖ puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ve üniversite mezunu anneye ve babaya sahip öğrencilerin YDÖ puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.005$) (Tablo 1). Literatürde, anne ve baba eğitiminden ziyade, anne ve baba tutumunu yaşam doyum arasındaki ilişkiye bakılmıştır (Dost,2010). Buna karşın eğitim seviyesi yüksek anne ve babalar, çocuklarını destekledikleri, güven duyacağı bir aile ortamı sağladıkları, kendini ifade etmelerine imkan tanıdıkları, çocuklarını destekledikleri ve güvendikleri düşüncesiyle bu grupta ki öğrencilerin yaşam doyum düzeyleri daha yüksek çıkmış olabilir. Mezuniyet sonrası iş kaygısı olmayan, okuduğu kitap sayısı diğerlerinden fazla olan ve kız/erkek arkadaş olan öğrencilerin YDÖ puanları daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0.005$) (Tablo 2). İş kaygısı taşımayan, kitap okuma, arkadaş desteği, ekonomik refah gibi konular yaşam doyumunu belirleyen değişkenlerden olsa da, bu

değişkenlere her bireyin yüklediği anlam farklı olabilmektedir.

Araştırmamızda yaşam doyum ile depresyon düzeyleri arasında yüksek korelasyon ve negatif yönde (-0.601) bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4). Başka bir deyişle, depresyon düzeyleri azaldıkça yaşam doyumları pozitif yönde artmaktadır. Gündoğar ve ark. (2007) -0.506 (Gündoğar et al, 2007), Babayiğit ve Okray (2019) -0.433 (Babayiğit & Okray, 2019) olarak depresyon ile yaşam doyum arasında korelasyon saptanmıştır. Yaşamı bir bütün olarak içerisinde barındıran yaşam doyumunu, bireyin psikolojik olarak nasıl bir durum içerisinde olduğunu gösteren önemli bir faktördür 2. Depresyon ile yaşam doyumunun negatif yönlü bir ilişki içerisinde olması, depresyondaki bireyin yaşamdan keyif almaması şeklinde açıklanabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmamızda, öğrencilerin %20.5'inin depresyon düzeylerinin yüksek ve yaşam doyumlarının orta seviyenin üzerinde olduğu belirlenmiştir. Depresyon ile yaşam doyum arasında yüksek korelasyon ve negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Depresyon ile yaş, eğitim gördüğü fakülte, anne hayatta olma durumu, gelir durumu, aile tipi, ders başarı, geçmişte ya da şüanda şiddete maruz kalma, mezuniyet sonrası iş kaygısı, günlük kaç saatini internette geçirme ve kız/erkek arkadaş (sevgili) varlığı arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur. Yaşam doyumunu ile anne ve baba eğitim, aile gelir durumu, mezuniyet sonrası iş kaygısı, bu yaşına kadar tahminen okuduğu kitap sayısı ve kız/erkek arkadaş (sevgili) varlığı arasında anlamlı bir ilişki belirlenmiştir. Depresyon ve Yaşam doyumunu açısından kuvvetli aile bağları ve diğer faktörlerin önemi göz önüne alınırsa bu konuda gençleri bilgilendirmeye yönelik eğitim programları ve özellikle doğru yönlendirme açısından danışmanlık yapılabilir. Ayrıca danışman öğretim elemanları bu konuda öğrenciyi sosyal faaliyet, stresle baş etmek teknikleri gibi konularda yönlendirme konusunda anahtar roledir.

Çıkar ilişkisi: Yazarlar çıkar ilişkisi olmadığını beyan eder.

KAYNAKLAR

- Arslan, I., & Bektaş, H. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Ölçülmesi. *IGUSABDER*, 8, 767-84.
- Aylaz, R., Kaya, B., Dere, N., Karaca, Z., Bal, Y. (2007). Depressive symptom frequency among health high school students and the associated factors. *Anadolu Psikiyatri Derg.* 8(1), 46-51.
- Babayiğit, A.,& Okray, Z. (2019). Relationship Between Depressive Symptoms and Life Satisfaction Among University Students. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*, 1(1), 5-13.
- Beşer, N.G., & İnci, F. (2020). Sağlık yüksekokulu 1. sınıf öğrencilerinde psikiyatrik semptomlar. *Yeni Symposium Journal*, 48, 277-81.
- Buchanan, J.L. (2012). Prevention of depression in the college student population: a review of the literature. *Arch Psychiatr Nurs*, 26(1), 21-42.
- Buyuksahin Çevik, G., & Yıldız, M.A. (2017). The roles of perceived social support, coping, and loneliness in predicting Internet addiction in adolescents. *Journal of Education and Practice*, 8(12), 64-73.

- Carli, V., Durkee, T., Wasserman, D., Hadlaczky, G., Despalins, R., Kramarz, E., Wasserman, C., Sarchiapone, M., Hoven, C.W., Brunner, R., & Kaess, M. (2013). The association between pathological Internet use and comorbid psychopathology: a systematic review. *Psychopathology*, *46*(1), 1-13.
- Chen, L., Wang, L., Qiu, X.H., Yang, X.X., Qiao, Z.X., Yang, Y.J., et al. (2013). Depression among Chinese university students: prevalence and socio-demographic correlates. *PLoS ONE*, *8*(3), e58379.
- Dağlı, A., & Baysal, N. (2016). Yaşam Doyumu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, *15*(59), 1250-1262.
- Dost, M.T. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, *35*(158), 75-89.
- Erturan, İ., Aktepe, E., Kocaman, O., Sönmez, Y., Başak, P.Y., Ceyhan, A.M., & Akkaya, V.B. (2014). Akneli ergenlerin yaşam kalitesi, yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin değerlendirilmesi. *Türkderm*, *48*(4), 172-6.
- Gunay, O., Akpınar, F., Poyrazoglu, S., & Aslaner, H. (2011). Prevalence of depression among Turkish University Students and related factors. *Turkish Journal of Public Health*, *9*(3), 133-43
- Gunay, O., Ozturk, A., Ergun-Arslantas, E., & Sevinc, N. (2018). Internet addiction and depression levels in Erciyes University students. *Dusumen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, *31*(1), 79-88.
- Gündoğar, D., Gül, S.S., Uskun, E., Demirci, S., & Keçeci, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, *10*(1), 14-27.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliği, güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, *7*(23), 3-13.
- Hür, S.D., Andsoy, İI, Şahin, A.O., Kayhan, M., Eren, S., Zünbül, N., Akgün, H., İnanmaz, N. (2014). Karabük üniversitesi sağlık yüksekokulu öğrencilerinde depresif belirtiler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, *5*(2), 72-76.
- İskender, H., Dokumacıoğlu, E., Kanbay, Y., & Kılıç, N. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sağlıklı Yaşam ve Depresyon Puan Düzeyleri ile İlgili Faktörlerin Belirlenmesi. *ACU Sağlık Bil Derg*, *9*(4), 414-23.
- Joshonloo, M., & Afshari, S. (2009). Big five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim University students. *Journal of Happiness Studies*, *12*(1), 105-13.
- Kabasakal, Z., & Baş, A.U. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, *2*(1), 27-35.
- Keldal, G., Warwick-Edinburgh (2015). Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, *3*(1), 103-15.
- Kıvrak, Y., Kocaçaya, M.H., Sevim, E., & Çöpoğlu, Ü.S. (2016). Students Depressive Symptom Prevalence and Risk Factors in Eastern Turkish University Students. *J Clin Anal Med*, *7*(4), 440-4.
- Koivumaa-Honkanen, H., Kaprio, J., Honkanen, R., Viinamäki, H., Koskenvuo, M. (2004). Life satisfaction and depression in a 15-year follow-up of healthy adults. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, *39*(12), 994-9.
- Kumar, H., Shaheen, A., Rasool, I., Shafi, M. (2016). Psychological Distress and Life Satisfaction among University Students. *J Psychol Clin Psychiatry*, *5*(3), 00283.
- Kuzay, D. (2019). Tıp Fakültesi, Sağlık Yüksekokulu ve Sağlık Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinde Depresyonun Aile-Arkadaş İlişisine ve Akademik Başarıya Etkisi. *ACU Sağlık Bil Derg*, *10*(4), 576-80.
- Orsal, O., Orsal, Ö., Unsal, A., & Ozalp, S.S. (2013). Evaluation of Internet addiction and depression among university students. *Procedia Soc Behav Sci*, *82*, 445-54.
- Pan, X.F., Wen, Y., Zhao, Y., Hu, J.M., Li, S.Q., Zhang, S.K., Li, X.Y., Chang, H., Xue, Q.P., Zhao, Z.M., Gu, Y., Li, C.C., Zhang, Y.Q., Sun, X.W., Yang, C.X., & Fu, C. (2016). Prevalence of depressive symptoms and its correlates among medical students in China: a national survey in 33 universities. *Psychol Health Med*, *21*(7), 882-9.
- Psychological distress in UK student population: Prevalence, timing and accessing support. Nightline Association, Youth Sight. <https://www.st-andrews.ac.uk/nightline/wp-content/uploads/Psychological-distress-prevalence-timings-accessing-support.pdf>
- Reavley, N., Jorm, A.F. (2010). Prevention and early intervention to improve mental health in higher education students: a review. *Early Interv Psychiatry*, *4*(2), 132-42.
- Royal College of Psychiatrists (2011) Mental health of students in higher education. London College of Psychiatrists, London. https://www.rcpsych.ac.uk/docs/default-source/improving-care/better-mh-policy/college-reports/college-report-cr166.pdf?sfvrsn=d5fa2c24_2
- Seo, E.H., Kim, S.G., Kim, S.H., Kim, J.H., Park, J.H., & Yoon, H.J. (2018). Life satisfaction and happiness associated with depressive symptoms among university students: a cross-sectional study in Korea. *Ann Gen Psychiatry*, *17*(52), 1-9.
- Shi, M., Wang, X., Bian, Y., Lie, W. (2015). The mediating role of resilience in the relationship between stress and life satisfaction among Chinese medical students: a cross-sectional study. *BMC Med Educ*, *15*(16), 1-7.
- Uz-Baş, A. (2011). Investigating levels and predictors of life satisfaction among prospective teachers. *Eurasian journal of educational research*, *44*, 71-88
- Xu, D., Sun, B., Wan, X., Ke, Y. (2010). Reformation of medical education in China. *The Lancet*, *375*, 1502-504.
- Yu, Y., Yang, X., Yang, Y., Chen, L., Qiu, X., Qiao, Z., Zhou, J., Pan, H., Ban, B., Zhu, X., He, J., Ding, Y., & Bai, B. (2015). The Role of Family Environment in Depressive Symptoms among University Students: A Large Sample Survey in China. *PLoS One*, *10*(12), e0143612.

