

## **YURTLARDA YAŞAYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DEPRESYON, UMUTSUZLUK DURUMU VE BAŞA ÇIKMA YÖNTEMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI\***

Yard. Doç. Dr. Yasemin KUTLU

Yard. Doç. Dr. Sevim BUZLU

Uz. Hem. Hülya BİLGİN

Prof. Dr. Çaylan PEKTEKİN

İ.Ü. Florence Nightingale Hemşirelik Yüksekokulu

### **GİRİŞ**

Günümüzde üniversite gençliğinin sorunlarını araştıran çalışmalar öğrencilerin ruhsal yönden risk grubu oluşturduklarını gösterir niteliktedir. Genellikle 17-22 yaşlar arasını kapsayan bu dönem, ergenliğin genel karmaşasına ek olarak; evden ve aileden ayrılık, barınma ve yeni bir çevreye ilişkin sorunlar, arkadaş ve grup seçimi, bir mesleğe aday olma ve iş bulmayla ilgili belirsizlikler gibi pek çok soruna sahiptir. Bu gibi nedenlerden dolayı risk grubu olarak kabul edilen üniversite öğrencileri ile ilgili olarak ülkemizde farklı depresyon ölçekleri ile yapılan çalışmalarda %25-60 arasında değişen depresif belirti puanları saptanmıştır. Literatürde de üniversite öğrencilerinde depresif belirtilerin psikiyatrik yakınmalar içinde ilk sıralarda yer aldığı belirtilmektedir (3,4).

Değişik ülkelerde yapılan çalışmalar ise bozukluğun yaşla orantılı olarak arttığını göstermiştir. Okul öncesi çocuklarda %0.8, ilkokul çağı çocuklarda %2, gençlerde %4.5 olarak saptanmıştır. Bir başka çalışmada da gençlerde depresyon prevalansı %4.8 bulunmuştur. Epidemiyolojik çalışmaların gözden geçirildiği yazılarda araştırmacılar gençlik çağı depresyonlarının erkeklerde %2.6, kızlarda %10.2 olarak bildirmiştir (6,9,10).

Çocukluk ve gençlik dönemlerinde başlayan depresyonun hastalığın şiddeti ve tedaviye cevabı açısından erişkinlere göre daha ciddi bir özellik taşıdığı

\* 33. Ulusal Psikiyatri Kongresinde "Poster Bildiri" olarak sunulmuştur. Antalya, 1-4 Ekim 1997.

düşünülürse, riskli grupların önceden saptanması ve gerekli yaklaşımların zamanında yapılması büyük önem taşır (10).

Bu araştırma, ruhsal yönden önemli bir risk grubu olarak düşünülen yurtlarda kalan üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyleri, umutsuzluk durumları ve başa çıkma yöntemlerinin saptanması amacı ile planlanmıştır.

## MATERYAL ve METOD

Araştırma tanımlayıcı ve kısmen analitik araştırma yöntemine göre planlanmış olup; evrenini, 1996-1997 Akademik Ders Yılı Mart-Mayıs aylarında İstanbul ilinde, üniversite eğitimi gören, Kredi ve Yurtlar Kurumu'na bağlı yurtlarda kalan kız ve erkek öğrenciler; örneklemini ise aynı dönemde Kredi ve Yurtlar Kurumu'na bağlı iki yurttaki kalan, araştırmaya katılmayı kabul eden olasılıksız örneklem yöntemi ile seçilmiş 150 kız, 150 erkek öğrenci oluşturmuştur.

Araştırmada,

- Öğrencilerin kişisel özelliklerini içeren 35 maddelik anket formu;
- *Hisli* (1988) tarafından geçerlik-güvenirlik çalışması yapılmış olan *Beck Depresyon Envanteri* (Beck, A.T.; Beck Depression Inventory, 1978,  $r=.86$ ) (Araştırmamızda;  $r=.86$ ) (7);
- *Seber* (1991) ve *Durak* (1993) tarafından geçerlik- güvenirlik çalışması yapılmış olan *Beck Umutsuzluk Ölçeği* (Beck, A.T.; Hopelessness Scale, 1974,  $r=.93$ ) (7) ;
- *Kutlu* (1995) ve *Sever* (1997) tarafından Türkçeye çevrilip, yoğun bakım ünitesinde hastası bulunan aileler ve hemşireler üzerinde ayrı ayrı olmak üzere aynı araştırmacılar tarafından geçerlik-güvenirlik çalışması yapılan *Başta Çıkma Yolları Ölçeği* (Folkman, S., Lazarus, R.S.; Ways of Coping Scales, (Revised), 1985) (Araştırmamızda;  $r=.85$ ) kullanılmıştır (5,8).

Ölçekler örneklem grubuna bir ön açıklama ile uygulanmış ve veriler bilgisayarda SPSS paket programı ile Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) ve Korelasyon teknikleri kullanılarak değerlendirilmiştir.

## BULGULAR ve TARTIŞMA

Olguların kişisel özelliklerine bakıldığında; %50.5'inin (n=145) erkek, %49.5'inin (142) kız, %97.6'sının (n=280) bekar, %55.4'nün (n=159) teknik

bilimlerde okuduğu, %30.3'nün (n=87) hazırlık ve 1. sınıf olduğu, %24.7'nin (n=71) bir yıldır İstanbul'da yaşadığı, %43.2'nin (n=124) üniversite eğitimine başlamadan önce kentte yaşadığı, %89.5'nin (n=257) ortaokul ve lise eğitiminin karma okullarda geçtiği, %83.9'nun (n=241) çekirdek aileye sahip olduğu, %86.4'nün (n=248) ebeveynlerinin hayatta olduğu, %56.4'nün (n=162) demokratik bir aile ortamında yaşadığı, %44.9'nun (n=129) ev ortamında ebeveynlerinin her ikisinin de sözünün geçtiği, %47.0'nun (n=135) ebeveynlerinin kararları birlikte aldığı, %90.6'nın (n=260) ailesinde psikolojik sorunu olan birey olmadığı, %72.8'nin (n=209) aynı cinsten bireylerle arkadaşlık kurmada güçlük çekmediği, %53.0'nun (n=152) karşı cinsle arkadaşlık kurmada güçlük çekmediği, %69.3'nün (n=199) karşı cinsle duygusal bir arkadaşlık kurduğu, %49.5'nin (n=142) duygularını ifade etmede bazen güçlük çektiği, %65.2'nin (n=187) bir uzman kişiye gitme gereksinimi duymadığı, %75.2'nin (n=216) herhangi bir sorunu olduğunda arkadaşından destek almayı istediği görülmektedir.

Öğrencilerin depresyon puan ortalaması  $\bar{X}=12.23$  olup; erkek öğrencilerin  $\bar{X}=11.77$ , kız öğrencilerin  $\bar{X}=12.71$  bulunmuştur. Öğrencilerdeki depresyon şiddetine bakıldığında %29.96 (86 kişi)'sının orta derecede, %4.8 (14 kişi)'inin ağır derecede depresif belirti gösterdikleri bulunmuştur. *Çuhadaroğlu ve arkadaşları* tarafından (1992) yapılan bir çalışmada, tüm araştırma grubunda Beck Depresyon Envanteri puan ortalaması 12.95 olarak bulunmuş ve kızların puan ortalamasının erkeklere göre yüksek olduğu belirtilmiştir. *Kırkpınar ve arkadaşları* tarafından (1997) ise, bir grup üniversite öğrencisinde depresif bozukluklar en yüksek yaygınlık oranına sahip ikinci bozukluk olarak bulunmuştur.

Umutsuzluk ölçeği puanları ise kız öğrencilerde  $\bar{X}=5.05$ , erkeklerde  $\bar{X}=5.28$  olarak bulunmuştur (Ölçekteki puanlar 0 ile 20 arasında değişmekte ve alınan puanlar yüksek olduğunda bireydeki umutsuzluğun da yüksek olduğu varsayılmaktadır).

Depresyon düzeyleri ile umutsuzluk arasındaki ilişkiye korelasyonla bakıldığında, pozitif bir ilişki olduğu ve depresyon düzeyi arttıkça umutsuzluğun da arttığı bulunmuştur ( $r=0.62$ ,  $p<0.001$ ).

Araştırmamızda ailelerin sağlıklı olup olmadığına bakılmamıştır. Öğrencilerin kendi ifadelerine göre zaman zaman ailesinde baskı ve şiddet olan öğrencilerin depresyon ve umutsuzluk puan ortalamaları ailesinde demokratik bir ilişki olanlara göre daha yüksek bulunmuştur (Tablo 1).

**Tablo 1** : Aile İçi İlişkiler İle Depresyon ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki

Gruplar	Beck					Umutsuzluk				
	n	ort.	SD	F	p	n	ort.	SD	F	p
Demokratik bir ilişki	162	10.38	7.32	8.38	<0.001	161	4.95	3.69	1.75	<0.05
Üzerimde otorite kurmak isterler	16	16.75	8.17			16	5.87	4.97		
Bana hiçbir şekilde karışamazlar	29	13.03	6.71			29	5.17	3.55		
Bana karşı tavırları değişkendir	32	13.21	7.86			32	5.43	4.21		
Anne-babamın bana karşı tavırları birbirinden farklıdır	32	15.25	8.27			32	5.40	4.61		
Zaman zaman baskı ve şiddete başvururlar	4	33.25	21.48			4	11.25	8.05		
Diğer	12	10.83	6.05			12	4.75	3.91		

*Tisher* (1981)'in intihara teşebbüs eden 108 adölesan üzerinde yaptığı çalışmada, bu grubun ailelerinin uzun süredir işlevlerini tam olarak yerine getiremediğini; *Mc Kenry* (1982)'nin intihara teşebbüs eden ve etmeyen 92 adölesan ve ailesine yönelik yaptığı çalışmada da intihara teşebbüs edenlerin ebeveyn ve çocuk ilişkilerinin kötü olduğunu bulması bizim bulgularımızla paralellik göstermektedir (1).

**Tablo 2**: Aynı Cinsten Kişilerle Arkadaşlık Kurma Durumu İle Depresyon ve Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişki

Gruplar	Beck					Umutsuzluk				
	n	ort.	SD	F	p	n	ort.	SD	F	p
Evet	13	18.07	15.26	15.24	<0.001	13	6.76	6.20	5.45	<0.05
Hayır	209	10.64	7.41			208	4.73	3.74		
Bazen	65	16.04	7.50			65	6.41	4.19		

**Tablo 3:** Karşı Cinsten Kişilerle Arkadaşlık Kurma Durumu İle Depresyon ve Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişki

Gruplar	Beck					Umutsuzluk				
	n	ort.	SD	F	p	n	ort.	SD	F	p
Evet	39	16.02	10.73	8.34	<0.01	39	7.12	4.49	6.23	<0.01
Hayır	152	10.53	7.70			152	4.62	3.75		
Bazen	95	13.27	7.51			94	5.32	4.09		

Tablo 2 ve 3' de aynı cinsten ve karşı cinsten kişilerle arkadaşlık kurmada güçlük çekenlerin depresyon ve umutsuzluk puanları, çekmeyenlere göre daha yüksek bulunmuştur.. Bu sonuç bize içe dönük ve umutsuz kişilerin kişilerarası ilişkiler kurmada güçlük yaşadıklarını düşündürmektedir.

**Tablo 4:** Öğrencilerin Ortalama Puana Göre Başa Çıkma Yöntemleri

Sıra No	Baş çıkma yöntemleri	ORT.	S.D
1	Kendi kendimi eleştirdim ya da kendi kendime öğüt verdim	2.20	0.89
2	Ne söyleyeceğimi ya da ne yapacağımı düşündüm	2.08	0.89
3	Durumun ortadan kalkmasını veya herhangi bir şekilde sona ermesini istedim	1.99	0.93
4	Sorunu daha iyi anlayabilmek için tahlil ettim	1.94	0.95
5	İçinde bulunduğum zamandan veya yerden daha iyisini hayal ettim	1.90	1.01

Öğrencilerin ortalama puana göre başa çıkma yöntemlerine bakıldığında, "kendi kendimi eleştirdim ya da kendime öğüt verdim" maddesi diğerlerine göre daha çok kullanılan bir yöntemdir ve başa çıkma yolları ölçeğinin "kendine yönelme" alt ölçeği içinde yer almaktadır. Depresif kişilerin daha çok sessiz, karamsar, kendini eleştiren/kınayan, yetersiz, umutsuz olduğu düşünüldüğünde böyle bir başa çıkma yöntemini kullanmaları beklenen bir sonucu akla getirmektedir.

Öğrencilerin %65.2'si (187) uzman bir kişiye gitme ihtiyacı duymazken, %21.6'sı (62) her zaman, %13.2'si (51) zaman zaman ihtiyaç duymaktadır. Bir uzmana ihtiyaç duyan öğrencilerin sayısının yüksek olması, öğrencilerin yaşadığı bu tür yerlerde uzman kişilerin görev alması gerektiğini düşündürmektedir.

## SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmamızda:

- Öğrencilerin %29.96'sının (86 kişi) depresyon puanı orta derecede olup, depresyon puan ortalaması arttıkça umutsuzluk durumunun da arttığı bulunmuştur.

- Öğrenciler en çok kullandıkları başa çıkma yönteminin "kendi kendimi eleştirdim ya da kendi kendime öğüt verdim" olduğunu ifade etmişlerdir.

Bu sonuçlar doğrultusunda;

- Araştırmanın genellenebilmesi için daha geniş bir örneklem grubunda yapılması,

- Bu ölçüğe göre depresif belirti gösteren öğrencilerin daha ileri tanısal tetkikler için uygun yerlere sevk edilmesi,

- Yurtlarda ve okullarda öğrencilerin ruhsal belirti taramalarının yapılp gerekli görülen öğrencilerin uygun yerlere sevk edilmesi,

- Yurtlarda ve okullarda öğrencilere danışmanlık hizmeti sunacak uzman kişilerin görev alması önerilmektedir.

## ÖZET

Günümüzde üniversite gençliğinin sorunlarını araştıran çalışmalar öğrencilerin ruhsal yönden risk grubu oluşturduklarını göstermektedir. Bu çalışma, ruhsal yönden önemli bir risk grubu olarak düşünülen yurtlarda kalan öğrencilerin depresyon düzeyleri, umutsuzluk durumları ve başa çıkma yöntemlerinin saptanması amacıyla betimleyici ve kısmen analitik olarak planlanmıştır.

1996-1997 Akademik Ders Yılı Mart- Mayıs aylarında İstanbul ilinde iki yurttan kalan olasılıksız örneklem yöntemi ile seçilmiş 150 kız ve 150 erkek öğrenci araştırma kapsamına alınmıştır.

Öğrencilerin depresyon puan ortalaması  $\bar{X}=12.23$  olup; %29.96 (86)'sının depresyon puanının orta, %4.8 (14)'ünün ağır derecede olduğu belirlenmiştir. Umutsuzluk ölçüğü puanları ise kızlarda  $\bar{X}=5.03$ , erkeklerde  $\bar{X}=5.28$  olup aralarında önemli bir fark bulunmamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Üniversite öğrencisi, Depresyon, Başa çıkma.

## SUMMARY

### *A Study of Depression and Hopelessness Levels and Coping Methods Used by College Students Living in Hostels:*

Recent research studies on university students show that these students are a psychologically at risk group. This study is planned descriptively to determine levels of depression and hopelessness, and their management in students who live in hostels. 150 female and 150 male students were included by non-probability sampling in the research, which took place in March-May 1996-1997 in Istanbul.

The depression point average of students was  $\bar{X}=12.23$  - 29.9% had an intermediate level and 4.8% severe level depression. Hopelessness scale points were  $\bar{X}=5.03$  in females,  $\bar{X}=5.28$  in males. No difference was found between them.

**Key Words:** University student, Depression, Coping Methods.

## KAYNAKLAR

1. Bulut, I.: Aile Değerlendirme Ölçeği El Kitabı. Özgüzelış Matbaası, Ankara, s.1-20, (1990).
2. Çuhadaroğlu, F., Sonuvar, B.: Adölesanlarda depresyon. *Nöro Psikiyatri Arşivi*, 29(3):145-150, (1992).
3. Kırkpınar, İ., Özer, H., Coşkun, İ., Anaç, Ş., Turan, M., Gençelli, Ş., Ersolak, C., Çayköylü, A., Ulaş, Y.: Erzurum'daki üniversite öğrencilerinde CIDI/DSM-III-R ruhsal bozukluklarının yaşam boyu ve 12 aylık yaygınlığı. *3 P Dergisi*, 5(4):253-263, (1997).
4. Kocabaşoğlu, N., Özmen, M.: Mediko-sosyal merkezine başvuran üniversite öğrencilerinde sosyo-demografik etkenlerle, depresyon ve obsesyon düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Yeni Symposium*, 3-4:7-12, (1994).
5. Kutlu, Y.: Durumsal Kriz Yaşayan Ailelerin Sorunla Başa Çıkma Yolları ve Hemşirelik Bakımının Etkinliğinin Araştırılması. İ.Ü Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi İstanbul, (1995).
6. Sadler, LS.: Depression in adolescents. In: Abraham IL, Kneisl CR (Eds). *The Nursing Clinics of North America*, 26(3):559-572, (1991).

7. Savaşır, I., Şahin, N.H.: Bilişsel- Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler. Özyurt Matbaacılık, Ankara, s. 23,61, (1997).
8. Sever,A.: Hemşirelerin İş Stresi ile Başa Çıkma Yolları ve Bunun Sonuçlarının Araştırılması. İ.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul, (1997).
9. Şenol, S., Karacan, E., Şener, Ş.: Çocuklarda ve ergenlerde depresyon ve tedavisi, *Depresyon Dergisi*, 1(3):75-84, (1996).
10. Turgay, A.: Çocukluk Döneminde Duygudurum Bozuklukları ve İntihar. Güleç C (Ed). Psikiyatri Cilt II. Hekimler Yayın Birliği, Ankara, s.1177, (1998).
11. Yörükoğlu, A.: Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar. 7. Baskı. Acar Matbaacılık Tesisleri, İstanbul, (1990).

## KİTAP

**Kitabın Adı : Sağlık Personeli Yetiştiren Eğitimciler İçin  
Özdeğerlendirme Rehberi**

**Yazarı** : Arie Roten, Fred R. Abbatt, 1988

**Çeviren** : Prof. Dr. Ayla Bayık

Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, Halk Sağlığı Anabilim Dalı

Eğitim programlarının etkinliği öğrencinin değerlendirilmesinin yanısıra eğitimcinin başarısının değerlendirilmesi ile mümkündür. Eğitimcinin değerlendirilmesinde öğrenci değerlendirmelerine başvurulabilirken, başka eğitimcilerin değerlendirilmelerinden de yararlanması gerekir. Ancak Eğitimcinin performansının değerlendirilmesinde en çok başvurulacak yöntem öğretmen özdeğerlendirmesi olacaktır. Ülkemizde sağlık personeli yetiştiren okullarda eğitimcilerin değerlendirilmesine ilişkin kalite kontrol çalışmaları sistemli yapılmamaktadır. Ayrıca eğitimcilerin performanslarına yönelik özdeğerlendirmelerini gerçekleştirirken yararlanabilecekleri kaynaklarda sınırlıdır. Bu amaca hizmet etmek amacıyla çevrilen bu kitapta, bazı kuramsal bilgilere ve kontrol listelerine yer verilmiştir.