

## Üniversite Öğrencilerinin Problem Yaşadıkları Alanlar, Yardım Kaynakları ve Psikolojik Yardım Alma Niyetleri\*

### University Students' Problem Areas, Sources of Help, and Intentions to Seek Psychological Help

Nursel Topkaya\*\*

Betül Meydan\*\*\*

**Özet:** Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, problem alanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı, problem alanlarına bağlı olarak hangi yardım kaynaklarını kullandıkları ve söz konusu yardım kaynaklarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı, bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin ne düzeyde olduğu ve son olarak, psikolojik yardım alma niyetlerinin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma tarama modelinde desenlenmiştir. Araştırmaya toplam 459 gönüllü üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma bulguları, öğrencilerin en çok duygusal sorunlar ve en az cinsel sorunları yaşadıklarını göstermiştir. Ki kare analizleri sonuçları, aileyle ilgili sorunlar, romantik sorunlar, duygusal sorunlar, sigara/madde kullanım sorunları ve kişilik sorunları problem alanlarında cinsiyete göre farklılık olduğunu ortaya koymuştur. Öğrencilerin yardım almak için başvurdukları profesyonel olmayan yardım kaynaklarının daha çok aileleri ve arkadaşları olduğu anlaşılmıştır. Öğrencilerin bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin düşük düzeyde olduğu ve kadın üniversite öğrencilerinin erkek üniversite öğrencilerine göre psikolojik yardım alma niyetlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma bulguları, literatür ışığında tartışılmış ve gelecek araştırmalara ilişkin öneriler geliştirilmiştir.

**Anahtar sözcükler:** üniversite öğrencileri, problem alanları, yardım kaynakları, psikolojik yardım alma niyeti, cinsiyet

**Abstract:** This study examined university students' problem areas, sources of help and intentions to seek psychological help and whether those vary with respect to gender. The design of the study was survey. Participants were 459 voluntary university students. The findings of the study demonstrated that emotional problems were most likely and sexual problems were least likely experienced by the students. The results of chi-square analysis showed that there were a difference between female and male students in terms of family, romantic, emotional, cigarette/substance use and personality problem areas. Family and friends were found to be the most likely used sources of help for the students. It was found that the help-seeking intention of the students from a mental health professional was low and female students' help seeking intention was greater than the male students. The findings obtained from the study were discussed in the light of the literature and some suggestions were proposed regarding future studies.

**Keywords:** university students, problem areas, help sources, help-seeking intention, gender

## GİRİŞ

Üniversite dönemi üniversite öğrencileri için bir yandan gelişimsel olarak kimlik ve bağımsızlık kazanma çabalarına devam edilen; diğer yandan ise üniversite yaşamının beraberinde getirdiği sorunlarla mücadele edilmeye çalışılan kritik bir dönemdir (Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi, 2005). Yurt dışında üniversite öğrencilerinin bu dönemde yaşadıkları sorunları inceleyen araştırmalarda, öğrencilerin çoğunlukla *kişisel alanda*; gelişim sorunları, kişilik sorunları, sigara ve

\* Bu makale, XI. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sunulan sözlü bildirinin geliştirilmiş hâlidir (Ege Üniversitesi, 3-5 Ekim 2011, İzmir-Türkiye).

\*\* Dr. Nursel Topkaya, Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, nurselt@yahoo.com

\*\*\* Arş. Gör. Betül Meydan, Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, betul.meydan@ege.edu.tr

madde kullanım sorunları, psikolojik ve fiziksel sağlık sorunları, ekonomik sorunlar, *sosyal alanda*; aile sorunları ve ilişki sorunları; *mesleki ve akademik alanda* ise öğrenme sorunları, meslek seçimi sorunları, kariyer gelişimi sorunları ve gelecek kaygısı sorunları yaşadıkları açığa çıkmaktadır (Horenstein, 1976; Kitzrow, 2003; Schweitzer, 1996). Türkiye’de üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sorunları inceleyen araştırmalarda, üniversite öğrencilerinin uyum sorunları, akademik sorunlar, karşı cinsle ilişki sorunları, iletişim sorunları, iş bulma ve gelecek kaygısı sorunları, ekonomik sorunlar, aile sorunları ve stres, kararsızlık, kaygı, depresyon gibi psikolojik sağlıkla ilgili sorunları yaşadıkları görülmektedir (Demir ve Koydemir, 2005; Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012; Güneri-Yerin, Aydın ve Skovholt, 2003; Özgüven, 1992). Görüldüğü gibi, yapılan araştırmalar üniversite öğrencilerinin bu dönemde psikolojik yardım almalarını gerektiren birçok kişisel-sosyal, eğitsel ve mesleki sorunla karşı karşıya kaldıklarını ortaya koymaktadır.

Literatür incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin söz konusu sorunlarla mücadele etmek için yöneldikleri psikolojik yardım kaynaklarının farklılaştığı görülmektedir. Örneğin, Rickwood, Deane ve Wilson (2007) tarafından yapılan araştırmada, gençlerin profesyonel yardım kaynaklarından yardım alma konusunda isteksiz oldukları; ancak, profesyonel yardım kaynakları konusunda bilgi edinmeleri, duygularını bir profesyonele anlatabilme konusunda kendilerini yeterli hissetmeleri ve uzmana güvenmeleri durumunda profesyonel yardıma açık hale geldikleri bulunmuştur. Stres ve başa çıkma konusunda yürütülen araştırmalar incelendiğinde ise gençlerin sıkıntı veren durumlarla mücadele ederken bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım almak yerine öncelikle profesyonel olmayan yardım kaynaklarına yöneldikleri açığa çıkmaktadır (Boldero ve Fallon, 1995; Koydemir, Erel, Yumurtacı ve Şahin, 2010; Rickwood ve Brathwaite, 1994; Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi, 2005; Schonrt-Reichl ve Muller, 1996). Bu doğrultuda, Boldero ve Fallon (1995) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları, gençlerin daha çok aile ve arkadaşlar gibi profesyonel olmayan yardım kaynaklarından yardım aldıklarını göstermiştir. Benzer şekilde, Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi (2012) üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin gönüllülüklerini ve başvurdukları profesyonel olmayan yardım kaynaklarını inceledikleri araştırmada, öğrencilerin bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım aramaya ilişkin gönüllülüklerinin orta düzeyde olduğunu ayrıca, çeşitli problemler yaşadıklarında ailelerinden ve arkadaşlarından yardım aldıklarını bulmuştur. Koydemir, Erel, Yumurtacı ve Şahin (2010) yaptıkları nitel araştırmada, üniversite öğrencilerinin sorun çok önemli gözükmedikçe bir profesyonelden yardım almayacaklarını ve arkadaşların, psikolojik yardım almak konusunda başvuru temel kaynak olduğunu belirlemiştir. Özbay (1996) tarafından üniversite öğrencileri arasında gerçekleştirilen bir araştırmada ise en çoktan en aza doğru sırasıyla aile ile ilgili sorunlar, akademik ve mesleki sorunlar, depresyon, nevroitik eğilimler ve kişilerarası ilişkilerde sorun yaşayan öğrencilerin daha çok psikolojik yardım alma eğilimine sahip oldukları bulunmuştur.

Yapılan araştırmalar, öğrencilerin problem alanlarının, kullanılan profesyonel olmayan yardım kaynaklarının ve psikolojik yardım alma niyetinin cinsiyet açısından da farklılaştığını ortaya koymaktadır (Kacur ve Atak, 2011; Rickwood, Deane ve Wilson, 2007; Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi, 2005). Kacur ve Atak (2011) tarafından gerçekleştirilen bir diğer araştırmada kadın öğrencilerin öğretim üyeleri/elemanlarıyla ilgili sorunları, yaşam sorunlarını, ekonomik sorunları, sağlık sorunlarını, meslek edinme sorunlarını, kötü alışkanlıklarla ilgili sorunları, çevreyle iletişim sorunlarını, aile ve toplumla ilgili sorunları, kendini ifade etme sorunlarını ve psikolojik destekle ilgili sorunları erkeklere oranla daha fazla yaşadığı bulunmuştur. Diğer taraftan araştırma bulguları, kadınların erkeklerden daha fazla oranda hem profesyonel hem de profesyonel olmayan kaynaklardan psikolojik yardım almaya istekli olduklarını ortaya koymaktadır (Schonert-Reichl ve Muller, 1996; Sherer, 2007). Ayrıca, kadınların ailelerinden ve arkadaşlarından yardım almak konusunda erkeklere

göre daha istekli oldukları yapılan araştırmalarda ortaya çıkmaktadır (Raviv, Sills, Raviv ve Wilansky, 2000; Sherer, 2007). Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi (2005) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları, gençlerin yaşadıkları sorunlarla mücadele ederken kullandıkları psikolojik yardım kaynaklarının cinsiyete göre farklılaşmadığını; kız ve erkek öğrencilerin profesyonel olmayan yardım kaynaklarına yöneldiklerini göstermiştir. Bununla birlikte, kızların daha çok ailelerinden yardım almayı tercih ettikleri; fakat sosyal yaşantıları geliştikçe ve aileden bağımsızlaştıkça arkadaşlarından yardım almayı tercih etmeye başladıkları bulunmuştur. Aynı araştırmada gençlerin psikolojik yardım alma niyetlerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Buna göre, gençlerin psikolojik yardım alma niyetlerinin cinsiyete göre farklılaştığı; kızların psikolojik yardım alma niyetinin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, bir dizi biyolojik, kişilerarası, bilişsel ve çevresel değişimlerin yanı sıra stres verici yaşam olaylarının sayısının artması nedeniyle ergenlik veya genç yetişkinlik dönemi ruhsal hastalıkların başlangıcı için hassas bir dönemdir (Schonert-Reichl ve Muller, 1996). Schonert-Reichl ve Muller bu dönemde, psikolojik yardım almayı gelişimsel sorunlarla başarılı bir şekilde başa çıkmak için gerekli bir durum olarak değerlendirmektedir. Bununla birlikte araştırmalar, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almak konusunda isteksiz olduklarını göstermektedir (Deane ve Todd, 1996; Demir ve Koydemir, 2005; Koydemir, Erel, Yumurtacı ve Şahin, 2010; Rickwood, Deane ve Wilson, 2007; Setiawan, 2006). Diğer taraftan epidemiyolojik araştırmalar üniversite öğrencileri arasında ruhsal hastalıkların yaygınlığı ve şiddetindeki artışa dikkat çekmektedir (Kessler vd., 2001; Kessler vd., 2005b). Bu nedenle, üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemleri erken dönemde belirleme, önleme ve müdahale etme ruhsal hastalıkların engellenmesinde umut verici bir yol olarak düşünülmektedir (Zivin, Eisenberg, Gollust ve Golberstein, 2009). Dolayısıyla, öğrencilerin hangi tür sorunları daha çok yaşadığını, yaşadıkları sorunlara bağlı olarak hangi yardım kaynaklarını kullandıklarını ve psikolojik yardım alma niyetlerini belirlemek önem arz etmektedir. Böylece, gençlerin şu an ki ve daha sonraki yaşamlarına uyumlarını artırmak amacıyla yapılacak çalışmalara katkı sunulabilir. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinden yararlanma oranlarının artırılmasına yönelik atılacak adımlara yön verilebilir. Bu doğrultuda bu araştırmanın amacı, (a) üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanları, (b) problem alanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını, (c) problem alanlarına ilişkin hangi yardım kaynaklarını kullandıklarını, (d) kullandıkları yardım kaynaklarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını, (e) bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin ne düzeyde olduğunu ve son olarak, (f) psikolojik yardım alma niyetlerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir.

## **YÖNTEM**

### **2.1. Araştırmanın Modeli**

Araştırma tarama modelinde desenlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin problem alanları, problem alanlarına ilişkin cinsiyet farklılıkları, problem alanlarına bağlı olarak hangi yardım kaynaklarını kullandıkları ve söz konusu yardım kaynaklarına ilişkin cinsiyet farklılıkları ve son olarak, psikolojik yardım alma niyetlerinin ne düzeyde olduğu ve psikolojik yardım alma niyetlerine ilişkin cinsiyet farklılıkları var olan durumu ile betimlenmeye çalışılmıştır.

### **2.2. Katılımcılar**

Bu araştırmanın katılımcılarını, Ege Üniversitesinin çeşitli fakültelerinde öğrenim gören 459 gönüllü üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Öğrencilerin, 254'ü (% 55.3) kadın, 204'ü (% 44.4)

erkektir (1 kişi [% .2] cinsiyet belirtmemiştir). Öğrencilerin, % 12.4'ü İletişim, % 21.1'i Edebiyat, % 35.7'si Eğitim ve % 17.2'si İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde; % 13.5'i ise Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim görmektedir. Öğrencilerin 190'ı (% 41.4) birinci, 100'ü ikinci (% 21.8), 121'i (% 26.4) üçüncü ve 19'u (% 4.1) dördüncü sınıf öğrencisidir (29'u % 6.3'ü sınıf düzeyi belirtmemiştir). Katılımcıların yaş ortalaması 20.67'dir ( $S = 1.83$ ).

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim görülen programla ilgili bilgileri bu araştırmada kullanılmak üzere, araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır. Öğrencilerin problem yaşadıkları alanları belirlemek amacıyla Problem Alanları Ölçeği (Cihangir-Çankaya, Saltuk ve Sürücü, 2007) kullanılmıştır. Öğrencilerin psikolojik yardım alma niyetleri ise psikolojik yardım aramaya gönüllülük ölçeğiyle (Cihangir-Çankaya, Saltuk ve Sürücü, 2007) değerlendirilmiştir. Aşağıda söz konusu ölçeklere ilişkin ayrıntılı bilgiye yer verilmiştir.

*Problem Alanları Ölçeği.* Problem Alanları Ölçeği (PAÖ) Cihangir-Çankaya, Saltuk ve Sürücü (2007) tarafından geliştirilmiştir. PAÖ, 10 madde ve 5'li Likert tipindedir. PAÖ'nün maddelerinin faktör yüklerinin .33 ile .70 arasında, madde toplam korelasyonlarının .24 ile .58 arasında değiştiği görülmüştür. PAÖ'nün iç tutarlılık katsayısı .76'dır. Ölçekteki her bir maddeden alınan puanlar tek tek değerlendirilerek bireylerin yaşadıkları problem alanları ortaya çıkarılabilmektedir.

*Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği.* Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği (PYAGÖ) Cihangir-Çankaya, Saltuk ve Sürücü (2007) tarafından geliştirilmiştir. PYAGÖ, 10 madde ve 5'li Likert tipindedir. PYAGÖ'nün maddelerinin faktör yükleri .62 ile .85 arasında değişmektedir. Psikolojik yardım aramaya gönüllülük ölçeği'nin, psikolojik yardıma ilişkin tutum ölçeği-K (Türküm, 2004)'nin toplam puanı arasındaki korelasyonu .42, ölçeğin olumlu tutum boyutu ile .47, olumsuz tutum boyutu ile -.07 bulunmuştur. PYAGÖ'nün madde-toplam korelasyonlarının .57 ile .79 arasında değiştiği görülmüştür. Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı .92'dir. Ölçeğin test-tekrar test tekniği ile elde edilen kararlılık katsayısı ise .65'tir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 50'dir ve alınan yüksek puan yardım aramaya gönüllülük düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. PYAGÖ'nün bu araştırma örneğinde toplam puan için iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

### 2.4. İşlem ve Verilerin Analizi

Araştırmanın amacı öğrencilere açıklandıktan sonra gönüllü olan öğrencilere söz konusu veri toplama araçları uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen verileri analiz etmek için aritmetik ortalama, standart sapma, yüzde, frekans, ki kare analizi ve bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır.

## BULGULAR

### 3.1 Üniversite Öğrencilerinin Problem Yaşadıkları Alanlar

Üniversite öğrencilerinin, akademik sorunlar, aileyle ilgili sorunlar, arkadaşlarla ilgili sorunlar, ekonomik sorunlar, uyum sorunları, romantik sorunlar, duygusal sorunlar, sigara/madde kullanım sorunları, kişilik sorunları ve cinsel sorunlar alanlarında problem yaşama sıklığına ilişkin frekans ve yüzde değerleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1: Üniversite Öğrencilerinin Problem Yaşadıkları Alanlar

Problem alanları	Hiçbir zaman		Nadiren		Bazen		Sık sık		Her zaman	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Duygusal sorunlar	85	21.1	87	21.6	125	31.0	74	18.4	32	7.9
Romantik sorunlar	116	29.4	107	27.1	97	24.6	40	10.1	35	8.9
Ekonomik sorunlar	110	27.1	107	26.4	120	29.6	47	11.6	22	5.4
Akademik sorunlar	109	26.6	122	29.8	117	28.5	40	9.8	22	4.8
Kişilik sorunları	170	42.7	109	27.4	73	18.3	27	6.8	19	4.8
Uyum sorunları	165	41.5	111	27.9	77	19.3	26	6.5	19	4.8
Aileyle ilgili sorunlar	128	31.6	156	38.5	77	19.0	27	6.7	17	4.2
Sigara/madde kullanım sorunları	319	80.2	30	7.5	17	4.3	17	4.3	15	3.8
Arkadaşlarla ilgili sorunlar	87	21.6	161	40.0	115	28.5	27	6.7	13	3.2
Cinsel sorunlar	304	76.8	61	15.4	15	3.8	10	2.5	6	1.5

Tablo 1’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin yaşadığı problemler sık sık ya da her zaman düzeyinde en çok duygusal sorunlardır (% 26.3). Bu sorunu sırasıyla romantik sorunlar (% 19), ekonomik sorunlar (% 17), akademik sorunlar (% 14.6), kişilik sorunları (% 11.6), uyum sorunları (% 11.3), aileyle ilgili sorunlar (% 10.9) ve arkadaşlarla ilgili sorunlar (% 9.9) izlemiştir. Diğer taraftan, öğrencilerin nadiren ya da hiçbir zaman düzeyinde birinci sırada cinsel sorunları (% 92.2) yaşadığı görülmektedir. Sigara/madde kullanım sorunları nadiren ve hiçbir zaman düzeyinde en az sorun yaşanan ikinci problem alanıdır (% 10.1).

### 3.2. Cinsiyete göre Problem Alanlarının Karşılaştırılması

Kadın ve erkek üniversite öğrencileri arasında problem alanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla ki-kare analizleri yapılmıştır. Buna göre akademik sorunlar [Pearson  $\chi^2(2, N = 410) = 5.95, p = .051, \text{Cramer's } V = .12$ ], arkadaşlarla ilgili sorunlar [Pearson  $\chi^2(2, N = 403) = 2.01, p = .365, \text{Cramer's } V = .071$ ], ekonomik sorunlar [Pearson  $\chi^2(2, N = 406) = .502, p = .778, \text{Cramer's } V = .04$ ], uyumla ilgili sorunlar [Pearson  $\chi^2(2, N = 398) = .835, p = .659, \text{Cramer's } V = .04$ ] ve cinsellikle ilgili sorunlar [Pearson  $\chi^2(2, N = 396) = 3.41, p = .182, \text{Cramer's } V = .09$ ] problem alanlarında kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Bunun yanında ki-kare analizleri sonuçları, aileyle ilgili sorunlar, romantik sorunlar, duygusal sorunlar, sigara/madde kullanım sorunları ve kişilik sorunları problem alanlarında cinsiyete göre farklılık olduğunu ortaya koymuş ve analiz sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2: Cinsiyete göre Problem Alanlarının Karşılaştırılması

Problem alanları	Cinsiyet	Hiçbir zaman		Nadiren		Bazen		Sık sık		Her zaman	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Aileyle ilgili sorunlar	Kadın	53	22.5	97	41.1	55	23.3	19	8.1	12	5.1
	Erkek	75	44.4	59	34.9	22	13.0	8	4.7	5	3.0
		$\chi^2 = 24.12$ Cramer's V = .24				Sd = 4				$p < 0.05$	
Romantik sorunlar	Kadın	51	22.4	65	28.5	68	29.8	23	10.1	21	9.2
	Erkek	65	38.9	42	25.1	29	17.4	17	10.2	14	8.4
		$\chi^2 = 15.56$ Cramer's V = .20				Sd = 4				$p < 0.05$	
Duygusal	Kadın	29	12.4	39	16.7	89	38.0	57	24.4	20	8.5
	Erkek	56	33.1	48	28.4	36	21.3	17	10.1	12	7.1
		$\chi^2 = 46.32$ Cramer's V = .34				Sd = 4				$p < 0.05$	
Sigara/madde kullanım sorunları	Kadın	198	86.8	14	6.1	7	3.1	6	2.6	3	1.3
	Erkek	121	71.2	16	9.4	10	5.9	11	6.5	12	7.1
		$\chi^2 = 18.05$ Cramer's V = .21				Sd = 4				$p < 0.05$	
Kişilik sorunları	Kadın	81	35.2	75	32.6	52	22.6	12	5.2	10	4.3
	Erkek	89	53.0	34	20.2	21	12.5	15	8.9	9	5.4
		$\chi^2 = 20.18$ Cramer's V = .23				Sd = 4				$p < 0.05$	

Tablo 2'de sunulduğu gibi aileyle ilgili sorunlar alanında erkek öğrencilerin (% 44.4) kadın öğrencilere (% 22.5) göre hiçbir zaman düzeyini daha çok oranda belirttiği görülmektedir. Bazen seçeneğini hem romantik sorunlar alanında (% 29.8) hem de duygusal sorunlar alanında (% 38.0) kadın öğrenciler; hiçbir zaman seçeneğini ise hem romantik sorunlar alanında (% 38.9) hem de duygusal sorunlar alanında (% 33.1) erkek öğrenciler daha çok tercih etmiştir. Öte yandan, sigara/madde kullanım sorunlarında hiçbir zaman düzeyini kadın öğrenciler (% 86.8) erkek öğrencilere göre (% 71.2), kişilik sorunları alanında ise erkek öğrencilerin (% 53.0) kadın öğrencilere (35.2) göre hiçbir zaman seçeneğini daha çok oranda tercih ettiği görülmektedir.

### 3.3. Üniversite Öğrencilerinin Yardım Almak için Başvurdukları Profesyonel Olmayan Yardım Kaynakları

Üniversite öğrencilerinin yardım almak için başvurdukları profesyonel olmayan yardım kaynaklarını incelemek amacıyla frekans ve yüzde değerleri kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3: Yardım Almak için Başvurulan Profesyonel Olmayan Yardım Kaynakları

Problem Alanları	Aile		Arkadaş		Flört		Öğretim Elemanı		Diğer	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Akademik sorunlar	93	27.3	98	28.7	42	12.3	86	25.2	22	6.5
Aileyle ilgili sorunlar	109	33.4	119	36.5	57	17.5	24	7.4	17	5.2
Arkadaşlarla ilgili sorunlar	82	25.5	135	41.9	65	20.2	24	7.5	16	5.0
Ekonomik sorunlar	213	66.6	44	13.8	27	8.4	17	5.3	19	5.9
Uyum sorunları	115	36.2	109	34.3	44	13.8	31	9.7	19	6.0
Romantik sorunlar	48	15.3	134	42.8	97	31.0	19	6.1	15	4.8
Duygusal sorunlar	112	34.7	105	32.5	67	20.7	19	5.9	20	6.2
Sigara/madde kullanım sorunları	117	39.5	100	33.8	42	14.2	16	5.4	21	7.1
Kişilik sorunları	139	44.3	90	28.7	42	13.4	21	6.7	22	7.0
Cinsel sorunlar	88	19.2	107	23.3	63	21.3	19	6.4	19	6.4

Tablo 3'te görüldüğü gibi üniversite öğrencileri yardım almak için akademik sorunlar (% 28.7), aileyle ilgili sorunlar (% 36.5), arkadaşlarla ilgili sorunlar (% 41.9), romantik sorunlar (% 42.8) ve cinsel sorunlar (% 23.3) alanlarında daha çok arkadaşlarına yönelmişlerdir. Diğer taraftan, ekonomik sorunlar (% 66.6), uyum sorunları (% 36.2), duygusal sorunlar (% 34.7), sigara/madde kullanım sorunları (% 39.5) ve kişilik sorunları (% 44.3) alanlarında ise daha çok ailelerine başvurmuşlardır. Ayrıca üniversite öğrencileri tarafından aile, arkadaş, öğretim elemanı, flört ve diğer seçeneğinin yer aldığı yardım kaynakları arasında öğretim elemanları, hiçbir problem alanında birinci sırada başvuru alan yardım kaynağı olarak gösterilmemiştir.

### 3.4. Cinsiyete göre Yardım Almak için Başvurulan Profesyonel Olmayan Yardım Kaynaklarının Karşılaştırılması

Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almak için başvurdukları profesyonel olmayan yardım kaynaklarının cinsiyete göre değişip değişmediğini incelemek amacıyla ki-kare analizi yapılmıştır. Buna göre aileyle ilgili sorunlar [Pearson  $\chi^2$  (4,  $N = 326$ ) = 2.81,  $p = .590$ , Cramer's  $V = .09$ ], ekonomik sorunlar [Pearson  $\chi^2$  (4,  $N = 320$ ) = 8.51,  $p = .074$ , Cramer's  $V = .16$ ], romantik sorunlar [Pearson  $\chi^2$  (4,  $N = 313$ ) = 3.86,  $p = .424$ , Cramer's  $V = .11$ ], duygusal sorunlar [Pearson  $\chi^2$  (4,  $N = 323$ ) = 6.28,  $p = .179$ , Cramer's  $V = .14$ ] ve kişilikle ilgili sorunlar [Pearson  $\chi^2$  (4,  $N = 314$ ) = 2.40,  $p = .661$ , Cramer's  $V = .08$ ] problem alanlarına yönelik başvuru alan profesyonel olmayan yardım kaynaklarının kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmüştür. Bunun yanında ki-kare analizleri, yardım almak için başvuru alan profesyonel olmayan yardım kaynaklarının akademik sorunlar, arkadaşlarla ilgili sorunlar, uyum sorunları, sigara/madde kullanım sorunları ve cinsellikle ilgili sorunlar problem alanlarında cinsiyete göre farklılaştığını ortaya koymuş ve analiz sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4: Cinsiyete göre Psikolojik Yardım Almak için Başvurulan Profesyonel Olmayan Yardım Kaynaklarının Karşılaştırılması

Problem alanları	Cinsiyet	Aile		Arkadaş		Flört		Öğretim Elemanı		Diğer	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Akademik sorunlar	Kadın	65	31.2	49	23.6	23	11.1	59	28.4	12	5.8
	Erkek	28	21.1	49	36.8	19	14.3	27	20.3	10	7.5
		$\chi^2 = 11.23$ Cramer's $V = .18$				Sd = 4		$p < 0.05$			
Arkadaşlarla ilgili sorunlar	Kadın	60	30.9	74	38.1	42	21.6	12	6.2	6	3.1
	Erkek	22	17.2	61	47.7	23	18.0	12	9.4	10	7.8
		$\chi^2 = 12.40$ Cramer's $V = .20$				Sd = 4		$p < 0.05$			
Uyum sorunları	Kadın	82	42.5	58	30.1	26	13.5	18	9.3	9	4.7
	Erkek	33	26.4	51	40.8	18	14.4	13	10.4	10	8.0
		$\chi^2 = 9.53$ Cramer's $V = .17$				Sd = 4		$p < 0.05$			
Sigara/madde kullanım sorunları	Kadın	80	46.5	48	27.9	24	14.0	10	5.8	10	5.8
	Erkek	37	29.8	52	41.9	18	14.5	6	4.8	11	8.9
		$\chi^2 = 10.35$ Cramer's $V = .19$				Sd = 4		$p < 0.05$			
Cinsellikle ilgili sorunlar	Kadın	62	35.2	53	30.1	42	23.9	11	6.2	8	4.5
	Erkek	26	21.7	54	45.0	21	17.5	8	6.7	11	9.2
		$\chi^2 = 12.53$ Cramer's $V = .21$				Sd = 4		$p < 0.05$			

Tablo 4'te sunulduğu gibi akademik sorunlar (% 31.2), uyum sorunları (%42.5), sigara/madde kullanım sorunları (% 46.5) ve cinsellikle ilgili sorunlar (% 35.2) alanlarında kadın öğrenciler daha çok ailelerinden yardım alırken erkek öğrenciler arkadaşlarından yardım almaktadırlar (sırasıyla; % 36.8, % 40.8, % 41.9, % 45.0). Arkadaşlarla ilgili sorunlar alanında hem kadın öğrencilerin (% 38.1) hem de erkek öğrencilerin (% 47.7) yardım almak için arkadaşlarına başvurdukları görülmektedir.

### 3.5. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Niyeti Düzeyi

Üniversite öğrencilerinin bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetinin ve problem alanlarına bağlı olarak bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin ne düzeyde olduğunu belirlemek amacıyla aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri incelenmiştir. Öğrencilerin bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetini incelemek amacıyla hesaplanan aritmetik ortalama 2.39 ( $S = .51$ ) olarak bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin çeşitli problem alanlarına ilişkin bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin ne düzeyde olduğuna ilişkin analiz sonuçları, Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5: Üniversite Öğrencilerinin Problem Alanlarına İlişkin Psikolojik Yardım Alma Niyetleri

<i>Problem alanları</i>	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S</i>
Duygusal sorunlar	394	2.87	1.43
Kişilik sorunları	386	2.73	1.51
Aileyle ilgili sorunlar	391	2.51	1.41
Akademik sorunlar	405	2.49	1.27
Arkadaşlarla ilgili sorunlar	393	2.47	1.33
Uyum sorunları	387	2.40	1.36
Sigara/madde kullanım sorunları	383	2.39	1.64
Romantik sorunlar	386	2.38	1.41
Cinsel sorunlar	388	2.15	1.42
Ekonomik sorunlar	395	2.05	1.24

Tablo 5'te görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin, bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetinin en yüksek olduğu alan duygusal sorunlar ve en düşük olduğu alan ekonomik sorunlar alanıdır.

### 3.6. Cinsiyete göre Psikolojik Yardım Alma Niyetinin Karşılaştırılması

Bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetinin kadın ve erkek üniversite öğrencileri arasında farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak amacıyla bağımsız gruplar için t testi yapılmıştır. Kadın ve erkek üniversite öğrencileri arasında psikolojik yardım alma niyetinin farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak amacıyla yapılan bağımsız gruplar için t testi sonuçları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir  $t_{(303)} = 3.01$ ,  $p < .01$ ,  $\eta^2 = .03$ . Etkinin derecesi küçük düzeydedir. Analiz sonuçları, Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6: Kadın ve Erkekler Arasında Psikolojik Yardım Alma Niyetine İlişkin Farklılıkların Karşılaştırılması

	Cinsiyet		<i>t</i>	<i>sd</i>
	Kadın	Erkek		
Psikolojik Yardım Alma Niyeti	26.02 (9.79)	22.77 (10.29)	3.01*	353

*Not\** =  $p < .01$ . Standart sapmalar, ortalamaların altındaki parantezlerin içinde yer almaktadır.

Tablo 6'da sunulduğu gibi kadın öğrencilerin ( $\bar{X} = 26.02$ ,  $S = 9.79$ ) bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyeti erkek öğrencilere ( $\bar{X} = 22.77$ ,  $S = 10.29$ ) göre daha yüksektir.



## **TARTIŞMA ve SONUÇ**

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, problem alanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı, problem alanlarına bağlı olarak hangi yardım kaynaklarını kullandıkları ve söz konusu yardım kaynaklarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı, bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin ne düzeyde olduğu ve son olarak, psikolojik yardım alma niyetlerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Bu araştırmanın birinci amacına yönelik olarak elde edilen bulgular, sık sık ve her zaman düzeyinde üniversite öğrencilerinin daha çok duygusal sorunları yaşadığını ortaya koymuştur. Diğer taraftan, hiçbir zaman düzeyinde öğrencilerin en az cinsel sorunları yaşadığı görülmüştür. Bu bulgu üniversite öğrencileriyle yürütülen önceki araştırmanın bulgularını desteklemektedir (Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012). Ayrıca araştırma bulguları, öğrencilerin duygusal sorunlar dışında sık sık ve her zaman düzeyinde en çoktan en aza doğru sırasıyla; romantik sorunları, ekonomik sorunları, akademik sorunları, kişilik sorunlarını, uyum sorunlarını, aileyle ilgili sorunları ve arkadaşlarla ilgili sorunları yaşadığını göstermiştir. Bunların dışında, öğrencilerin nadiren ve hiçbir zaman düzeyinde ikinci sırada sigara/madde kullanım sorunlarını yaşadığı bulunmuştur. Öğrencilerin yaşadıkları sorunlara ilişkin bu sıralamada bu konuda daha önce yürütülen araştırmaların bulgularıyla genel olarak tutarlılık göstermektedir (Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012; Horenstein, 1976; Schweitzer, 1996). Bu araştırmanın katılımcılarını oluşturan öğrencilerin yaklaşık üçte ikisi birinci ve ikinci sınıf öğrencisidir. Dolayısıyla, yaşanan problem alanlarının sıralamasının bu şekilde olması öğrencilerin içinde buldukları gelişimsel dönemden kaynaklanmış olabilir. Araştırmadan elde edilen bu bulgular ruh sağlığı uzmanlarının öğrencilere, özellikle duygusal sorunlar konusunda yardımcı olmaya önem vermesinin gerekliliğine dikkat çekmektedir.

Araştırmanın ikinci amacına yönelik olarak elde edilen bulgular, kadın ve erkek öğrenciler arasında aileyle ilgili sorunlar, romantik sorunlar, duygusal sorunlar, sigara/madde kullanım sorunları ve kişilik sorunları problem alanlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğunu göstermiştir. Diğer taraftan, akademik sorunlar, arkadaşlarla ilgili sorunlar, ekonomik sorunlar, uyumla ilgili sorunlar ve cinsellikle ilgili sorunlar problem alanlarında kadın ve erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Aileyle ilgili sorunlar alanında hiçbir zaman ve nadiren düzeylerinin yüzdeleri birlikte değerlendirildiğinde bu sorunu, erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha az oranda yaşadığı görülmektedir. Bazen seçeneğini hem romantik sorunlar alanında hem de duygusal sorunlar alanında kadın öğrenciler; hiçbir zaman seçeneğini ise hem romantik sorunlar alanında hem de duygusal sorunlar alanında erkek öğrenciler daha çok tercih etmiştir. Öte yandan, sigara/madde kullanım sorunlarında hiçbir zaman düzeyini kadın öğrenciler erkek öğrencilere göre daha çok oranda tercih ettiği görülmektedir. Kişilik sorunları alanında ise hiçbir zaman ve nadiren düzeylerinin yüzdeleri birlikte ele alındığında, bu sorunu erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha az oranda yaşadığı görülmektedir. Diğer bir ifadeyle, aileyle ilgili sorunları, romantik sorunları, duygusal sorunları ve kişilik sorunlarını kadın öğrenciler erkek öğrencilere göre daha çok, sigara/madde kullanım sorunlarını ise erkek öğrenciler kadın öğrencilere göre daha çok yaşamaktadır. Araştırmanın bu bulgusu daha önceki araştırmaların bulgularını desteklemektedir. Örneğin, Schweitzer (1996) cinsel rahatsızlık, duygusal sıkıntılar ve sağlıkla ilgili sorunları kadınların daha çok yaşadığını bulmuştur. Kacur ve Atak (2011) tarafından yürütülen bir diğer araştırmada da yaşam sorunları, ekonomik sorunlar, sağlık sorunları, kötü alışkanlıklarla ilgili sorunlar, çevreyle iletişim sorunları, aile ve toplumla ilgili sorunlar, kendini ifade etme sorunları ve psikolojik destekle ilgili sorunlar alanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğu; kadın üniversite öğrencilerinin erkek öğrencilere göre söz konusu sorunları daha fazla oranla yaşadığı bulunmuştur. Aynı araştırmada, bu araştırmanın bulgularında olduğu gibi ders çalışma ve sınavla ilgili sorunları ve eğitim sorunlarını

yaşama düzeyine ilişkin kadın ve erkek öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlenmiştir. Bu bulgulara göre ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlar, psikolojik yardıma ihtiyaç duyan öğrencilere ulaşmaya çalışırken cinsiyet farklılıklarını göz önünde bulundurmalıdırlar.

Araştırmanın üçüncü amacına yönelik olarak elde edilen bulgular, üniversite öğrencilerinin, sorunlarıyla başa çıkmak için bir ruh sağlığı uzmanı dışında ilk olarak ailelerine ve arkadaşlarına yöneldiklerini göstermektedir. Araştırmanın bu bulgusu, bu konudaki önceki araştırma bulgularını desteklemektedir. Örneğin, Sheffield, Fiorenza ve Sofronoff (2004) yürüttükleri çalışmada, ruhsal bir sıkıntı veya kişisel, duygusal veya davranışsal sorun yaşayan 15-17 yaş arasındaki gençlerin ebeveyn veya aile üyeleri ile arkadaşları diğer profesyonel olmayan kaynaklara göre daha fazla tercih ettiğini bulmuştur. Araştırmanın bu bulgusu, söz konusu kaynakların, öğrencileri profesyonel hizmetlerden yararlanmaya teşvik etmede önemli bir role sahip olabileceklerini göstermektedir. Öğrencilerin ailelerini ilk sırada başvurulan yardım kaynağı olarak rapor etmiş olmalarından hareketle, profesyonel psikolojik yardım almanın önemi ve gerekliliği konusunda ailelere yönelik bilgi verici çeşitli eğitim programlarının ve psikoeğitim gruplarının geliştirilip yürütülmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Benzer biçimde, arkadaşların da öncelikli yardım kaynağı olarak görülmesi nedeniyle, üniversitelerde, akran danışmanlığı gibi çeşitli yardım programlarından yararlanılabilir. Ayrıca araştırmanın üçüncü amacına yönelik olarak elde edilen bulgulara göre, problem alanlarına bağlı olarak öğrencilerin başvurdukları profesyonel olmayan yardım kaynaklarının değiştiği de görülmektedir. Sears'ın yaptığı bir çalışmada (2004) aynı bu araştırmanın bulgularında olduğu gibi aileyle ilgili sorunlar, arkadaşlarla ilgili sorunlar alanlarında öğrencilerin daha çok arkadaşlarına yöneldikleri açığa çıkmıştır. Diğer taraftan aynı çalışmada okulla ilgili sorunlar alanında öğrencilerin ailelerinden, sigara/madde kullanım sorunları alanında arkadaşlarından yardım aldığı bulunmuştur. Bu çalışmada Sears'ın araştırmasının tersine okulla ilgili sorunlar alanında öğrencilerin arkadaşlarından ve sigara/madde kullanım sorunları alanında ailelerinden yardım aldığı belirlenmiştir. Bu bulguların yanı sıra, öğrenciler hiçbir problem alanında, öğretim elemanlarını birinci sırada başvurulabilecek yardım kaynağı olarak belirtmemiştir. Bu konuda yürütülen çalışmalarda farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Demir ve Koydemir (2005) akademik sorunlar alanında öğrencilerin yardım almak için akademik danışmanlarına yöneldiklerini bulmuştur. Diğer taraftan Raviv, Sills, Raviv ve Wilansky (2000) arkadaşların, öğretmenlere yardım almak için en az oranda yönlendirildiğini belirlemiştir. Bu doğrultuda öğretim elemanlarının, öğrencileri psikolojik sorunlarının çözümünde uygun birimlere sevk etme konusunda rol almalarının aslında gerekli ve önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın dördüncü amacına yönelik olarak elde edilen bulgular, problem alanlarına bağlı olarak kullanılan yardım kaynaklarının akademik sorunlar, arkadaşlarla ilgili sorunlar, uyum sorunları, sigara/madde kullanım sorunları ve cinsellikle ilgili sorunlar problem alanlarında cinsiyete göre farklılaştığını ortaya koymuştur. Akademik sorunlar, uyum sorunları, sigara/madde kullanım sorunları ve cinsellikle ilgili sorunlar alanlarında kadın öğrenciler daha çok ailelerinden yardım alırken erkek öğrenciler arkadaşlarından yardım almaktadırlar. Bu bulgu Schonert-Reichl ve Muller, (1996) tarafından yapılan çalışmanın bulgularını desteklemektedir. Onların çalışmada da cinsiyete göre psikolojik yardım almak için kullanılan yardım kaynaklarında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüş ve aynı bu çalışmada olduğu gibi kadınların erkeklere göre daha fazla oranda ailelerine yöneldikleri belirlenmiştir. Ayrıca bu araştırmanın bulguları arkadaşlarla ilgili sorunlar alanında hem kadın öğrencilerin hem de erkek öğrencilerin yardım almak için yine arkadaşlarına başvurduklarını ortaya koymuştur. Araştırmanın bu bulgusunun, yardım alınan konuya bağlı olarak kadın ve erkeklerin başvurdukları kişilerin de değiştiğini göstermesi açısından dikkat çekici olduğu düşünülmektedir. Bu bulgu, kadın ve erkek öğrencilerin farklı konularda psikolojik yardım almak için farklı kaynakları yeterli veya güvenilir bulduğu biçiminde yorumlanabilir.

Bu araştırmadan elde edilen en çarpıcı bulgunun araştırmanın beşinci amacına yönelik olarak elde edilen bulgu olduğu düşünülmektedir. Bu bulguya göre, üniversite öğrencilerinin bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin düşük düzeyde olduğu görülmüştür. Bu bulgu, bu konuda yürütülen daha önceki araştırma bulgularıyla örtüşmektedir (Raviv, Sills, Raviv ve Wilansky, 2000; Setiawan, 2006; Tishby vd., 2001). Psikolojik yardım almanın önündeki çeşitli engeller (ö., psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanma korkusu, hizmetin nerden alınabileceğine ilişkin bilgi eksikliği vb.) bu bulgunun olası nedenlerinden biri olabilir. Araştırmanın bu bulgusundan hareketle, üniversite öğrencilerinin bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerini etkileyen veya onları bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım almaktan alıkoyan engellerin belirlenmesi ve önlenmesine yönelik müdahalelerin yapılması gerekli görülmektedir. Bunun yanında, araştırma bulguları öğrencilerin en çok duygusal sorunlar alanında psikolojik yardım alma niyetinin yüksek olduğunu ve ekonomik sorunlar alanında psikolojik yardım alma niyetlerinin en düşük olduğunu ortaya koymuştur. Bu araştırmanın bulguları Setiawan'ın (2006) yaptığı araştırmanın bulgularıyla aynı doğrultuda yer almamaktadır. Setiawan'ın araştırmasında öğrencilerin en çok akademik sorunlar alanında psikolojik yardım alma niyetinin yüksek olduğu ve cinsel sorunlar alanında psikolojik yardım alma niyetlerinin en düşük olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin en çok sorun yaşadığı problem alanına ilişkin bu araştırmadan elde edilen bulgular onların en çok duygusal sorunlar yaşadıklarına işaret etmektedir. Öğrencilerin en çok sorun yaşadığı problem alanının ve bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetinin en yüksek olduğu problem alanının aynı olması dikkat çekicidir.

Araştırmanın son amacına yönelik olarak elde edilen bulgular, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetlerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgu bu konuda yürütülen daha önceki araştırma bulgularını desteklemektedir (Deane ve Todd, 1996; Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012; Raviv, Raviv, Vago-Gefen ve Fink, 2009, Sherer, 2007; Tishby vd., 2001). Özetle, psikolojik yardım alma niyetinin kadınlar ve erkekler arasında karşılaştırıldığı araştırmalarda, kadınların psikolojik yardım almaya ilişkin daha istekli olduğu açığa çıkmaktadır. Bu bulguya göre erkek öğrencilerin ruh sağlığı hizmetlerinden daha fazla yararlanmaları için onları söz konusu hizmetlerden yararlanmaktan alıkoyan faktörlerin araştırılmasına ve bu faktörlerin ortadan kaldırılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmanın sınırlılıklarından biri, araştırmanın sadece tek bir üniversitede öğrenim gören öğrencilerle gerçekleştirilmiş olmasıdır. Ayrıca, bu araştırmada uygun örnekleme yönteminin kullanılmış olması da bir sınırlılık olarak değerlendirilmektedir. Bundan sonra gerçekleştirilecek araştırmalarda, hem farklı üniversitelerde öğrenim gören üniversite öğrencilerine ulaşılmasının hem de farklı örnekleme yöntemlerinin kullanılmasının daha yararlı olacağı düşünülmektedir. Bu araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise üniversite öğrencilerine, problem alanları ölçeğinde yer alan on problem alanının sunulmuş olması ve söz konusu alanlarda ne düzeyde sorun yaşadıklarını belirtmelerinin istenmiş olmasıdır. Üniversite öğrencilerine, problem alanları ölçeğinde yer alan sorunlar dışında herhangi bir tür sorun yaşayıp yaşamadıkları sorulmamıştır. Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin, problem alanları, profesyonel olmayan yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetinin yalnızca cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmış olması bir başka sınırlılık olarak görülmektedir. Bundan sonra gerçekleştirilecek araştırmalarda, problem alanları, profesyonel olmayan yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyeti üzerinde farklı değişkenlerin rolünün araştırılması önemli görülmektedir.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin hangi tür sorunları daha çok yaşadığını, yaşadıkları sorunlara bağlı olarak hangi yardım kaynaklarını kullandıklarını ve psikolojik yardım alma niyetlerinin ne düzeyde olduğunu belirlemek için gerçekleştirilen bu araştırmanın bu konuyla ilgilenen uygulayıcılara ve araştırmacılara ışık tutacağı düşünülmektedir. Bu araştırmanın bulguları bir bütün

olarak değerlendirildiğinde, üniversitelerde sunulan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri konusunda kampüs içinde yürütülecek bilgilendirme çalışmaları hem daha çok öğrencinin bu hizmetlerden yararlanmasına hem de öğrencilerin bu hizmetlerden daha fazla oranda yararlanmasına yol açabilir. Ayrıca ruh sağlığı alanında çalışan uzmanların, kadın ve erkek danışanlara ulaşmaya çalışırken farklı yolları kullanmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Boldero, J., & Fallon, B. (1995). (Özet) Adolescent help-seeking: What do they get help for and from whom? *Journal of Adolescence*, 18, 193-209.
- Çankaya, Z. C., Altun, E., & Sürücü, M. (2007). *Problem alanları ve psikolojik yardım aramaya gönüllülük ölçeği: Geçerlik ve güvenilirliği*. IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde bildiri olarak sunuldu, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Deane, F. P., & Todd, D. M. (1996). Attitudes and intentions to seek professional psychological help for personal problems or suicidal thinking. *Journal of College Student Psychotherapy*, 10, 45-59.
- Demir, A., & Koydemir, S. (2005). *Odtü öğrencilerinde yardım arama davranışı*. VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde bildiri olarak sunuldu, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir-Çankaya, Z., & Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllülükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 94-107.
- Güneri-Yerin, O., Aydın, G. & Skovholt, T. (2003). Counseling needs of students and evaluation of counseling services at a large urban university in Turkey. *International Journal for Advancement of Counseling*, 25(1), 53-63.
- Horenstein, D. (1976). Presenting problems of students at a university psychological clinic. *Journal of Clinical Psychology*, 32(2), 379-384.
- Kacur, M., & Atak, M. (2011). Üniversite öğrencilerinin sorun alanları ve sorunlarla başetme yolları: Erciyes üniversitesi örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 31(2), 273-297.
- Kessler, R. C., Berglund P. A., Bruce, M. L., Koch, R., Laska, E. M, Leaf, P. J.,... Wang, P. S. (2001). The Prevalence and correlates of untreated serious mental illness. *Health Services Research*, 36, 987-1007.
- Kessler, R. C., Berglund P. A., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005b). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62, 593-602.
- Kitzrow, M. A. (2003). The mental health needs of today's college students: Challenges and recommendations. *NASPA Journal*, 41(1), 167-181.
- Koydemir, S., Erel, Ö., Yumurtacı, D., & Şahin, G. N. (2010). Psychological help-seeking attitudes and barriers to help-seeking in young people in Turkey. *International Journal for Advancement of Counseling*, 32, 274-289.
- Özbay, Y. (1996). *Üniversite öğrencilerinin problem alanları ile yardım arama tutumları arasındaki ilişki*. IX. Ulusal Psikoloji Kongresi'nde bildiri olarak sunuldu, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Özgüven, İ. E. (1992). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve baş etme yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 5-13.
- Raviv, A., Raviv, A. Vago-Gefen, I., & Fink, A. S. (2009). The personal service gap: Factors affecting adolescents' willingness to seek help. *Journal of Adolescence*, 32, 483-499.
- Raviv, A., Sills, R., Raviv, A., & Wilansky, P. (2000). Adolescents' help-seeking behaviour: the difference between self-and other-referral. *Journal of Adolescence*, 23, 721-740.
- Rickwood, D. J., & Brathwaite, V. A. (1994). Social-psychological factors affecting help-seeking for emotional problems. *Social Science & Medicine*, 39(4), 563-72.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi J. (2005). Young people's help seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for Advancement of Mental Health*. 12.01.2013 tarihinde <http://www.auseinet.com/journal/vol4iss3suppl/rickwood>. adresinden alınmıştır.

- Rickwood, D. J., Deane, F. P., & Wilson, C. J. (2007). When and how do young people seek professional help for mental health problems? *The Medical Journal of Australia*, 187(7), 35-39.
- Schonert-Reichl, K. A., & Muller, J. R. (1996). Correlates of help-seeking in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(6), 705-731.
- Schweitzer, R. D. (1996). Problems and awareness of support services among students at an urban Australian university. *Journal of American College Health*, 45(2), 73-77.
- Setiawan, J. L. (2006). Willingness to seek counselling, and factors that facilitate and inhibit the seeking of counselling in Indonesian undergraduate students. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(3), 403-419.
- Sears, H. A. (2004). Adolescents in rural communities seeking help: who reports problems and who sees professionals? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(2) 396-404.
- Sheffield, J. K., Fiorenza, E., & Sofronoff, K. (2004). Adolescents' willingness to seek psychological help: promoting and preventing factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(6), 495-507.
- Sherer, M. (2007). Advice and help-seeking intentions among youth in Israel: Ethnic and gender differences. *Journal of Sociology & Social Welfare*, XXXIV(3), 53-76.
- Tishby, O., Turel, M., Gumpel, O., Pinus, U., Lavy, S. B., Winokour, M., & Sznajderman, S. (2001). Help-seeking attitudes among Israeli adolescents. *Adolescence*. 36(142), 249- 264.
- Zivin, K., Eisenberg, D., Gollust, S. E., & Golberstein, E. (2009). Persistence of mental health problems and needs in college student population. *Journal of Affective Disorders*, 117, 180-185.