

## Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Problemler ve Psikolojik Yardım Arama Gönüllükleri\*

### University Students' Problem Areas and Psychological Help-Seeking Willingness

Serdar ERKAN\*\*

Yaşar ÖZBAY\*\*\*

Saskatchewan Üniversitesi Gazi Üniversitesi

Zeynep CİHANGİR-ÇANKAYA\*\*\*\* Şerife TERZİ\*\*\*\*\*

Ege Üniversitesi

Gazi Üniversitesi

#### Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler, problem düzeyleri, yardım kaynakları ve profesyonel yardım aramaya ilişkin gönüllülükleri arasındaki ilişkileri incelemektir. Bu amaçla on farklı üniversitede, 2006-2007 öğretim yılında öğrenim gören, 2974'si kız, 2841'i erkek, 14 cinsiyetini belirtmemiş olmak üzere toplam 5829 öğrenciye ulaşılmıştır. Veri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Problem Alanları Ölçeği ve Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde t-testi, tek yönlü varyans analizi ve Bonferroni Testi kullanılmıştır. Bulgular, öğrencilerin problem alanlarının ve yardım aramaya gönüllülüklerinin cinsiyet açısından farklılaştığını, üst sosyoekonomik düzeye mensup öğrencilerin daha fazla probleme sahip olduklarını; öğrencilerin daha çok duygusal, akademik ve ekonomik problemler yaşadıklarını ve daha çok ailelerinden ve arkadaşlarından yardım aldıklarını, yardım aramaya gönüllülüklerinin orta düzeyde olduğunu göstermiştir.

*Anahtar Sözcükler:* Problem alanları, yardım arama gönüllülüğü, üniversite öğrencileri

#### Abstract

This study aimed to explore the relationships between Turkish university students' problem areas, problem levels and their preferences and willingness for help. The sample of the study included 5829 undergraduate students (2974 females, 2841 males, 14 unknown). In order to collect the data, Problem Concern Scale, Psychological Help Seeking Willingness Scale and Information Sheet were used. To examine the differences in students' scores, t-test, one way analyses variance, and Bonferroni Multiple Comparison Test were administered. The results of analyses showed that there were significant differences between female and male students in problem areas and psychological help seeking willingness. Students from higher socio-economic status have more problems than others. Turkish university students experienced mostly emotional, academic and economic problems. Also, students were more willing to seek help from their family and friends. In general, students' willingness to seek help from professionals was at moderate level.

*Keywords:* Problem areas, help seeking willingness, university students

\* Bu çalışma, 2009 yılında tamamlanan, TÜBİTAK destekli "Üniversite Gençliğinin Problem Alanları ve Yardım Arama Davranışları" konulu çalışmanın bir parçasıdır.

\*\* Prof. Dr.Serdar ERKAN, Saskatchewan Üniversitesi, erkserdar@hotmail.com

\*\*\* Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY, Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, yozbay@hotmail.com

\*\*\*\*Yard. Doç. Dr. Zeynep CİHANGİR-ÇANKAYA, Ege Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, zeynep.cihangir.cankaya@ege.edu.tr

\*\*\*\*\*Yard.Doç.Dr. Şerife TERZİ, Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, terziserife@yahoo.com

## Summary

### *Purpose*

Research on college students' problems and needs has indicated that students are likely to encounter psychological problems during their college years for which they are in need of professional help (Heppner, Kivlighan, Good, Roehlke, Hills, & Ashby, 1994; Soliman, 1993). Some studies indicated that the youth prefer to turn for advice and help first to friends and than to their mothers, while others indicated that the first support system was the family (Ashley & Foshee, 2005; Hunter, Boyle, & Warden, 2004). To date, little work has been reported on the relationship between knowledge of problem areas and willingness to seek help (Özbay, 1996). The purpose of this study was four-fold. First, to examine help-seeking willingness and problem areas of university students in relation to some demographic variables (SES and sex). Second, to investigate problem areas and problem levels of university students. Third, to examine students' informal sources for help. And last, to examine levels of professional help-seeking willingness according to problem areas in university sample. In summary, the present study attempted to explore the relationship of problem areas, problem levels and their preferences and willingness for help among Turkish university students'.

### *Methods*

Our sample included 5829 undergraduate students comprised of 2947 females, 2841 males, and 14 who did not indicate gender. Their ages ranged from 17 to 24. Research data were collected from Atatürk, Marmara, Boğaziçi, Çukurova, Erciyes, Karadeniz Teknik, Gaziantep, Ankara, Ondokuz Mayıs and İnönü Universities in 2006-2007 spring semester. In order to collect data Problem Concern Scale, Psychological Help Seeking Willingness Scale and Demographics Form were used. To examine the differences in students' problem areas and psychological help-seeking willingness scores, t-test and analyses of one way variance were performed. For post hoc comparisons Bonferroni Multiple Comparison Test was used.

### *Discussion*

This study investigated Turkish university students' problem areas, problem levels and their preferences and willingness for professional and unprofessional help. The following results emerge from the present study.

First, problem areas of male Turkish university students were significantly higher than those of females. In view of our mixed-gender sample and prior studies indicating gender effects on problem self-reports (Kenny & Donaldson, 1991; Wohlgemuth & Betz, 1991).

Second, psychological help seeking willingness of female Turkish university students -were significantly higher than those of males. Similarly, significant gender differences were observed on index of willingness to seek counseling, with women reporting a more favorable general orientation to help seeking than did men. In general, females were found to exhibit more helpseeking behavior than males from all available sources (Kessler, Brown ve Boman 1981; McKay, Rutherford, Cacciola ve Kabaskalian-McKay 1996; Özbay, 1997; Padesky ve Hammen 1981; Thom 1986).

Third, students who have higher socio-economic level have more problems than low and middle socio-economic level. Family SES might impact upon adolescents' willingness to seek help and problem areas a review of the literature shows little research on this topic and inconsistent findings.

Fourth, Turkish university students have mostly emotional, academic and economic issues. Of studies examining the impact of the type of the problems students have, depression has received the most attention because it is considered a major psychological problem among college students for which they are expected to seek professional help (Halgin, Weaver, Edell, & Spencer 1987).

Fifth, in general, students were more willing to seek help from their family and friends. Students appear more willing to seek help from family members and friends if they were to experience a any problem.

Sixth, in general, students' reported willingness to seek help from professionals was middle level. However, students who had sought help for use of drugs and personality issues were reported to be the most frequently used professionals. And If they had economics and friendship problems, students would not be very willing to seek help from professionals. These finding is consistent with the findings of Sheffield, Fiorenza and Sofronoff (2004).

#### *Conclusion*

1. Problem areas of male Turkish university students were significantly higher than those of females.
2. Psychological help seeking willingness of female Turkish university students -were significantly higher than those of males.
3. Students who have higher socio-economic level have more problems than low and middle socio-economic level.
4. Turkish university students have mostly emotional, academic and economic issues.
5. Turkish university students may perceive family and friends as more helpful than formal sources.
6. In general, students' reported willingness to seek help from professionals was middle level.

#### Giriş

Üniversite öğrencilerinin problem alanları ve ihtiyaçları konusunda yapılan çalışmalar, öğrencilerin üniversite yıllarında çeşitli psikolojik problemlerle karşı karşıya geldiğini ve yardıma ihtiyaç duyduklarını göstermiştir (Heppner, Kivlighan, Good, Roehlike, Hills ve Ashby, 1994; Soliman, 1993). Bu çerçevede yurtdışında ve Türkiye'de üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemleri belirlemeye dönük pek çok çalışma yapılmıştır. Yurt dışında yapılan araştırmaların birisinde araştırmacılar üniversite öğrencilerinin % 13'ünün zaman yönetimi, % 12.9'unun sigara/madde kullanım problemleri, % 12.7'sinin aile problemleri, % 11.50'sinin kariyer gelişimine yönelik problemler, % 11.20'sinin ilişki problemleri, % 8.30'nun ekonomik problemler, % 7.40'nun cinsel taciz, % 5.80'nin akademik problemler, % 5.60'nun kişilik problemleri, % 0.90'nun kaygı/depresyon, % 0.30'nun farklı mizaç ve son olarak % 0.20'sinin kendini değerlendirme ile danışma servisine başvurdukları sonucuna ulaşmışlardır (Aluede, Imhonde ve Eguavoen, 2006). Başka bir çalışmada öğrencilerin; % 56'sının akademik problemler, % 45,7'sinin duygusal problemler, % 42,9'unun mesleki problemler, % 36,8'nin ekonomik problemler, % 32,8'inin öğretmenle ilgili problemler, % 28'sinin sağlık problemleri, % 26,2'sinin öğrenme problemleri, % 9,9'unun ayrımcılık, % 4,3'ünün cinsel taciz yaşadıkları görülmüştür (Schweitzer, 1996). Benton, Robertson, Tseng, Newton ve Benton'un (2003) araştırmasında psikolojik danışma merkezine gelen danışanların incelenen problem alanları gelişimsel problemler, durumsal problemler, depresyon, akademik beceriler, tıbbi tedavi süreci, ilişkiler, stres ve kaygı, ailevi sorunlar, fiziksel problemler, kişilik bozuklukları, intihar düşünceleri, cinsel taciz, sigara/madde kullanımı, yeme bozuklukları, yasal problemler, kronik ruhsal sorunlar biçiminde sınıflanmıştır.

Türkiye'de yapılan bir çalışmada psikolojik danışma servisine başvuran öğrencilerde; çok sıkılma, iç daralması, karamsarlık, hiçbir şey yapmak istememe, hiçbir şeyden zevk almama, mutsuzluk, çökkünlük ve isteksizlik gibi sorunlar olduğu görülmüştür (Yeşilyaprak, 1986). Karagüven (2000) tarafından yapılan araştırmada ise öğrenci sorunları; ekonomik sorunlar,

ulaşım sorunları, gelecek endişesi, akranlarıyla iletişim sorunu ve diğer sorunlar olmak üzere beş ana başlıkta toplanmıştır. Türk Üniversite Gençliği Araştırmasının sonuçlarına göre ise, üniversite öğrencilerinin %14.7'si kendi geleceğinden umutsuzdur, %5.2'si annesiyle, % 10'u babasıyla, %7.6'sı kardeşiyle, %10'u öğretim elemanlarıyla, %10'u karşı cinsiyetten arkadaşlarıyla, % 8.2'si ise kendi cinsiyetinden arkadaşlarıyla olan ilişkilerinde sorunlar yaşamaktadır (Yazıcı, 2003). Türküm, Kızıltaş ve Sarıyer (2004) yaptıkları çalışmada, gençlerin ekonomik sınırlılıklar, aile özlemi, gelecek kaygısı, ders çalışmama, yanlış yeme alışkanlıkları gibi güçlükler yaşadıkları görülmüştür. Yine üniversite öğrencileri üzerinde yapılan başka bir çalışmada (Bilgin, 2000) öğrencilerin en önemli sorunlarının sırasıyla "ailevi sorunlar (%65), ekonomik sorunlar (% 49.4), düşüncelerini anlatamama (% 46.6), mesleki gelecek endişesi (% 40), istemediği bir eğitimi görmek (% 32.5), akademik başarısızlık (% 25.8), arkadaş sorunları (% 24.9) olduğu belirlenmiştir.

Yapılan çalışmalarda da görüldüğü gibi üniversite öğrencileri akademik sorunlarla beraber arkadaş ve aile ilişkilerine dair ve kişisel olarak nitelendirilebilecek çeşitli sorunlar yaşamaktadırlar. Üniversite öğrencilerinin çeşitli alanlarda yaşadıkları bu problemler onların yardım arayışı içine girmelerine neden olmaktadır. Üniversite öğrencileri bu yaşadıkları sorunları çözme sürecinde bazen kendi kendilerine yeterli olabilirlerken, bazen de ebeveyn, arkadaş, öğretmen ya da uzman yardımına ihtiyaç duyabilmektedirler. Yaşanılan problemlerin yarattığı psikolojik sıkıntılarla baş etmek için informel (aile, arkadaşlar vb.) ve formel (psikolojik danışmanlar, psikologlar vb.) yardım kaynakları kullanılabilir (Nadler, 1990; Offer ve Schonert-Reichl, 1992, Rickwood, 1995). Araştırmalarda gençlerin yardım almak için formel kaynakları nadiren kullandıkları (Whitaker ve diğerleri, 1990) ve aile ve arkadaşlar gibi informel yardım kaynaklarını tercih ettikleri görülmüştür (Boldero ve Fallon, 1995; Rickwood, 1995; Rule ve Gandy, 1994; Setiawan, 2006). Bazı çalışmalarda gençlerin yardım ve destek için öncelikle arkadaşlarını ve annelerini tercih ettikleri görülürken, bazı çalışmalarda öncelikli destek kaynağının aileler olduğu bulunmuştur (Ashley ve Foshee, 2005; Hunter, Boyle ve Warden, 2004). Philips ve Murrell'in (1994) belirttiği gibi bireyin psikolojik sağlığının kötü olması, yaşamda stres veren ve istenmeyen olayların yüksek düzeyde olması, fiziksel sağlık problemlerini yoğun olarak yaşamak ve ihtiyaç duyulduğunda gerekli sosyal desteği alamamak gibi sebepler profesyonel yardım arama ihtiyacının doğmasına sebep olmaktadır.

Bugüne kadar problem alanları ile formel ve informel kaynaklardan yardım arama gönüllülüğü arasındaki ilişkiyi ortaya koyan az sayıda araştırma yapılmıştır. Carlton and Deane (2000) tarafından yapılan çalışmada, bireylerin kişisel-duygusal problemler ve intihar düşünceleri için yardım aramaya daha fazla gönüllü oldukları görülmüştür. Uffelman ve Hardin (2002) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, öğrencilerin yardım aramada acil olarak nitelendirdikleri problemleri sırasıyla cinsel/fiziksel istismar, intiharla ilgili düşünceler, akademik problemler, madde bağımlılığı, cinsel taciz, özgüven, depresyon, yeme bozuklukları, cinsel uyum ile ilgili problemler olarak belirlemiştir. Öğrencilerin yardım aramada en az acil olarak gördükleri problemlerin ise, ilişkiler ve aileleri ile ilgili konular olduğu bulunmuştur. Ayrıca problemlerini acil gören öğrencilerin daha çok psikolojik yardım aradıkları görülmüştür. Yardım arama davranışının problem alanlarına göre farklılık gösterip göstermediğini araştıran Özbay (1996), kişilerin kişisel problemlere yönelik yardım için daha çok informel yollara; mesleki ve aile ile ilgili problemler için dış yardıma başvurduğunu, ayrıca sosyal açıdan kabul edilebilir problemlere yönelik yardım arama davranışını sergiledikleri sonucuna ulaşmıştır. Gates, Pitney, LaFromboise ve Rowe (1996) tarafından yapılan başka bir çalışmada öğrencilerin genellikle arkadaşlarından, ebeveynlerinden yardım aldıkları ve akademik veya mesleki problemler gibi kişisel problemleri için profesyonel yardım kaynaklarını kullandıkları bulunmuştur. Ayrıca intihar düşüncesi gibi büyük sıkıntılar yaşayan gençlerin sağlık merkezlerine başvurdukları görülmüştür. Benzer bir biçimde, Setiawan (2006) tarafından yapılan çalışmada, öğrencilerin daha çok akademik problemleri için yardım aradıkları bulunmuştur.

Özetle Türkiye'de profesyonel yardım arama gönüllülüğü konusunda yapılan birkaç çalışma bulunmaktadır (Cihangir-Çankaya, Altun ve Sürücü, 2007; Erkan, Özbay, Cihangir-

Çankaya, Terzi, 2008;Özbay, 1996; Topkaya, 2011). Psikolojik yardım arama kapsamında yapılan çalışmalarda daha çok bireylerin yardım arama tutumları inceleme konusu olmuştur (Kalkan ve Odacı, 2005; Özbay, 1997; Türküm, 2001; Türküm, 2005). Bu çerçevede bu çalışmanın dört amacı bulunmaktadır; (1) üniversite öğrencilerinin problem alanlarını ve profesyonel yardım arama gönüllülüklerini bazı demografik değişkenler (cinsiyet ve sosyoekonomik düzey) açısından incelemek, (2) üniversite öğrencilerinin hangi alanlarda problem yaşadıklarını ve problem düzeylerini belirlemek, (3) üniversite öğrencilerinin problem yaşadıklarında başvurdukları informal yardım kaynaklarını belirlemek, (4) üniversite öğrencilerinin profesyonel yardım arama gönüllülüklerini problem alanlarına göre incelemektir.

## Yöntem

### *Katılımcılar*

Araştırma grubu oluşturulurken, Türkiye genelinde her bir coğrafi bölgeden en az bir üniversitenin çalışma grubunda yer almasına ve coğrafi bölgelerdeki üniversite sayılarına dikkat edilmiştir. Bu çerçevede Karadeniz Teknik Üniversitesi (%18), İnönü Üniversitesi (%9), Gazi Üniversitesi (% 17), Atatürk Üniversitesi (% 12), Antep Üniversitesi (% 4), Ankara Üniversitesi (% 5), Erciyes Üniversitesi (% 8), Boğaziçi Üniversitesi (% 2), Marmara Üniversitesi (% 10), Çukurova Üniversitesi (% 11), Ondokuz Mayıs Üniversitesi (% 3) olmak üzere toplam 11 devlet üniversitesine, uygulama öncesinde gerekli izinler alınarak ulaşılmıştır. Örnekleme belirtilen üniversitelerden 2974'ü kız, 2841'i erkek, 14'ü cinsiyetini belirtmemiş olmak üzere toplam 5829 öğrenci yer almıştır. Öğrencilerin yaşları 17 ile 24 yaş arasında değişmektedir.

### *Veri Toplama Araçları*

Araştırmada veri toplamak amacıyla, Kişisel Bilgi Formu, Problem Alanları Ölçeği, Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

*Kişisel Bilgi Formu:* Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet ve sosyoekonomik düzeyi (SED) ile ilgili bilgileri bu araştırmada kullanılmak üzere, araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu aracılığıyla toplanmıştır.

*Problem Alanları Ölçeği (PAÖ):* Problem Alanları Ölçeği Cihangir-Çankaya, Saltuk, Sürücü (2007) tarafından geliştirilen, 10 maddelik 5'li Likert tipinde bir ölçektir. Ölçek maddelerinin faktör yüklerinin .33 ile .70 arasında değiştiği bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyonlarının .24 ile .58 arasında değiştiği görülmüştür. Problem Alanları Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı .76'dir. Ölçekteki her bir maddeden alınan puanlar tek tek değerlendirilerek bireylerin yaşadıkları problem alanları ortaya çıkarılabilmektedir. Ölçeğin araştırma örnekleminde toplam puan için iç tutarlılık katsayısı .84 bulunmuştur.

*Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği (PYAGÖ):* Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği Cihangir-Çankaya, Saltuk, Sürücü (2007) tarafından geliştirilen, 10 maddelik 5'li Likert tipinde bir ölçektir. Ölçek maddelerinin faktör yüklerinin .62 ile .85 arasında değiştiği görülmüştür. Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği'nin, Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-K (Türküm, 2004)'nin toplam puanı arasındaki korelasyonu .42, ölçeğin olumlu tutum boyutu ile .47, olumsuz tutum boyutu ile -.07 bulunmuştur. Ölçeğin madde-toplam korelasyonlarının .57 ile .79 arasında değiştiği görülmüştür. Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı .92'dir. Ölçeğin test-tekrar test yöntemi 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. Ölçeğin araştırma örnekleminde toplam puan için iç tutarlılık katsayısı .89 bulunmuştur.

### İşlem

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları araştırma projesi kapsamında çalışan yüksek lisans ve doktora öğrencileri tarafından çalışma grubunda yer alan üniversitelerde öğrenim gören öğrencilere ders saatlerinde gruplar halinde uygulanmıştır. Uygulama öncesinde öğrencilere araştırmanın amacına ve ölçek maddelerin nasıl yanıtlanacağına ilişkin açıklamalar yapılmıştır. Verilerin analizinde, SPSS 11.0 paket programı kullanılmış ve t-testi ve tek yönlü varyans analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Bulguların değerlendirilmesinde 0.05 anlamlılık düzeyi temel alınmıştır. Puan farklarının hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Bonferroni Testi yapılmıştır.

### Bulgular

Bulgular araştırmanın belirtilen dört amacı çevresinde, araştırmanın amaçları verilerek sunulmuştur.

Araştırmanın birinci amacı üniversite öğrencilerinin problem alanlarını ve profesyonel yardım arama gönüllülüklerini bazı demografik değişkenler (cinsiyet ve sosyoekonomik düzey) açısından incelemektir. Bu doğrultuda örnekleme yer alan erkek ve kız öğrencilerin sayıları (n), problem alanları ve Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamaları ( $\bar{X}$ ), standart sapmaları (Ss), t ve p değerleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.

*Örnekleme Yer Alan Erkek ve Kız Öğrencilerin Sayıları (n), Problem Alanları ve Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ( $\bar{X}$ ), Standart Sapmaları (Ss), t ve p Değerleri*

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Problemlilik Düzeyi	Kız	2962	2,1119	.5812	9.124	.000
	Erkek	2824	2,2600	.6530		
Gönüllülük Düzeyi	Kız	2938	3,0894	.9409	15.961	.000
	Erkek	2792	2,6821	.9907		

Problem Alanları Ölçeği'nden alınan puanlar cinsiyete göre karşılaştırıldığında, örneklemedeki kız öğrencilerin problem düzeyi puanlarının ortalamasının ( $\bar{X}$  =2,1119; Ss=.5812), erkek öğrencilerin puanlarının ortalamasından ( $\bar{X}$  =2,2600; Ss=.6530) daha düşük olduğu görülmektedir. Bu iki ortalama arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile analiz edilmiş ve t=9.124 değeri p<.005 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Elde edilen bu bulgu, erkek öğrencilerin kız öğrencilerinden daha fazla probleme sahip olduğunu göstermektedir. Psikolojik yardım aramaya gönüllülük puanları incelendiğinde, örneklem kapsamındaki kız öğrencilerin yardım aramaya gönüllülük puanlarının ortalamasının ( $\bar{X}$  =3,0894; Ss=.9409), erkek öğrencilerin puanlarının ortalamasından ( $\bar{X}$  =2,6821; Ss=.9907) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu iki ortalama arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı t-testi ile analiz edilmiş ve t=15.961 değeri p<.005 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Elde edilen bu bulgu, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre psikolojik yardım aramaya daha fazla gönüllü olduklarını göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinin problem alanlarının ve psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin algılanan sosyoekonomik düzeylerine göre ortalamaları, standart sapmaları, n değerleri ile ilgili betimsel istatistikler Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2.

*Üniversite Öğrencilerinin Problem ve Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeylerinin Algılanan Sosyoekonomik Düzeye Göre ANOVA Sonuçları*

	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Problem Düzeyi	Gruplararası	52.18	2	26.09	69.13	.001
	Gruplariçi	2172.13	5754	.37		
	Toplam	2224.32	5756			
Gönüllülük Düzeyi	Gruplararası	3.68	2	1.840	1.90	.150
	Gruplariçi	5520.20	5698	.96		
	Toplam	5523.88	5700			

Tablo 2’de görüldüğü gibi, algılanan sosyoekonomik düzeye göre üniversite öğrencilerinin problem alanları puanları arasındaki farka ilişkin F değeri anlamlı bulunurken ( $F(2-5754)=69.13$ ,  $p<.001$ ), psikolojik yardım aramaya gönüllülük puanları sosyoekonomik düzeye göre anlamlı düzeyde bir fark göstermemiştir ( $F(2-5698)=1.90$ ,  $p>.05$ ). Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyoekonomik düzeylerine göre problem alanları puanları farkının hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Bonferroni Testi yapılmış ve sonuçlar Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3.

*Üniversite Öğrencilerinin Problem Alanlarının Algılanan Sosyoekonomik Düzeye Göre Bonferroni Sonuçları*

	SED	SED	Ortalama Farkı	p
Problem Düzeyi	Düşük	Orta	-.07	.29
		Yüksek	-.40	.001
	Orta	Yüksek	-.33	.001

Tablo 3 incelendiğinde, Bonferroni testi sonucunda, düşük SED’de mensup öğrencilerin problem alanları puan ortalaması ( $\bar{X}$ ) 2.09 ile orta SED’de mensup öğrencilerin problem alanları puan ortalaması ( $\bar{X}$ ) 2.16 arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Düşük SED’de mensup öğrencilerin problem alanları puan ortalaması ( $\bar{X}$ ) 2.09 ile yüksek SED’de mensup öğrencilerin problem alanları puan ortalaması ( $\bar{X}$ ) 2.49 arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Orta SED’de mensup öğrencilerin problem alanları puan ortalaması ( $\bar{X}$ ) 2.16 ile yüksek SED’de mensup öğrencilerin problem alanları puan ortalaması ( $\bar{X}$ ) 2.49 arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bu farklılıkların değerleri (-.07; -.40; -.33)  $p<.001$  düzeyinde anlamlıdır. Elde edilen bu bulgu, yüksek SED’de mensup öğrencilerin orta ve düşük SED’de mensup öğrencilerden daha fazla probleme sahip olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın ikinci amacı olan üniversite öğrencilerinin hangi alanlarda problem yaşadıklarını ve problem düzeylerini belirlemek için ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Her bir problem alanına ait ortalamalar ve standart sapmalar Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4.

*Üniversite Öğrencilerinin Problem Alanlarına İlişkin Betimsel Verileri*

Problem Alanları	n	$\bar{X}$	Ss	s2
Duygusal problemler	5757	2.77	1.13	1.28
Akademik problemler	5767	2.65	1.12	1.25
Ekonomik problemler	5765	2.56	1.16	1.35
Romantik problemler	5637	2.51	1.27	1.61
Arkadaşlık problemleri	5772	2.35	0.92	0.84
Uyum problemleri	5764	2.20	1.07	1.16
Aile problemleri	5779	2.01	0.95	0.89
Kişilik problemleri	5741	2.00	1.11	1.24
Sigara/madde kullanım problemleri	5682	1.58	1.13	1.29
Cinsel problemler	5626	1.46	0.90	0.82

Tablo 4'te üniversite öğrencilerinin en çok duygusal problemler ( $\bar{X}=2.77$ ), ikinci olarak akademik problemler ( $\bar{X}=2.65$ ), üçüncü olarak ekonomik problemler ( $\bar{X}=2.56$ ) yaşadıkları görülmektedir. Daha az yaşadıkları problemler incelendiğinde, en az cinsel problemler ( $\bar{X}=1.46$ ) yaşadıkları, aile ( $\bar{X}=2.01$ ), kişilik ( $\bar{X}=2.00$ ) ve sigara/madde kullanma ( $\bar{X}=1.58$ ) problemlerini ise daha az yaşadıkları görülmektedir.

Araştırmanın üçüncü amacı olan üniversite öğrencilerinin problem yaşadıklarında başvurdukları informel yardım kaynaklarını belirlemek amacıyla frekans ve yüzdelerden yararlanılmıştır. Tablo 5'te öğrencilerin her bir problem alanına ilişkin yardım kaynakları verilmiştir.

Tablo 5.

*Üniversite Öğrencilerinin Uzman Dışında Kimden Yardım Aldıklarına İlişkin Frekans ve Yüzdeler*

Yardım Kaynakları	Aile		Arkadaş		Flört		Öğretim elemanı		Diğer	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Problem Alanları										
Akademik Problemler	1715	29.4	2556	43.8	714	12.2	2520	43.2	378	6.5
Aile Problemleri	2496	42.8	2466	42.3	1180	20.2	110	1.9	665	11.4
Arkadaşlık Problemleri	1896	32,5	2950	50,6	1245	21,4	100	1,7	676	11,6
Ekonomik Problemler	4147	71,4	1546	26,5	698	12,0	116	2,0	545	9,3
Uyum Problemleri	2022	34,7	2973	51,0	1058	18,2	328	5,6	901	15,5
Romantik Problemler	1040	17,8	3170	54,4	1586	27,2	103	1,8	616	10,6
Duygusal Problemler	2012	34,5	2867	49,2	1578	27,1	140	2,4	796	13,7
Sigara/Madde Kullanım Problemleri	2266	38,9	2005	34,4	852	14,6	275	4,7	1823	31,3
Kişilik Problemleri	2377	40,8	2068	35,5	888	15,2	270	4,6	1563	26,8
Cinsel Problemler	1109	19,0	1866	32,0	975	16,7	109	1,9	2246	38,5



Tablo 5 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin “Problem alanlarına göre uzman dışında kimden yardım alırsınız?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzdesi görülmektedir. Buna göre akademik problem yaşadıklarında öğrencilerin %43.8’inin arkadaşlarından, %43.2’sinin öğretim elemanlarından yardım aldığı; ailevi problem yaşadıklarında öğrencilerin %42.8’inin ailelerinden, %42.3’ünün arkadaşlarından yardım aldığı; arkadaşlık problemi yaşadıklarında öğrencilerin %50.6’sının arkadaşlarından, %32.5’inin ailelerinden yardım aldığı; ekonomik problemler yaşadıklarında öğrencilerin %71.4’ünün ailelerinden, %26.5’inin arkadaşlarından yardım aldığı; uyum problemleri yaşadıklarında öğrencilerin %51’inin arkadaşlarından, %34.7’sinin ailelerinden yardım aldığı; romantik problemler yaşadıklarında öğrencilerin %54.4’ünün arkadaşlarından, %27.2’sinin flörtünden; duygusal problem yaşadıklarında öğrencilerin %49.2’sinin arkadaşlarından, %34.5’inin ailelerinden yardım aldığı; sigara/madde kullanma ile ilgili problem yaşadıklarında öğrencilerin %38.9’unun ailelerinden, %34.4’ünün arkadaşlarından, %31.3’ünün ise “diğer” kaynaklardan yardım aldığı; kişilik problemleri yaşadıklarında öğrencilerin %40.8’inin ailelerinden, %35.5’inin arkadaşlarından, %26.8’inin ise “diğer” kaynaklardan yardım aldığı; cinsel problemler yaşadıklarında öğrencilerin %38.5’inin “diğer” kaynaklardan, %32’sinin ise arkadaşlarından yardım aldığı görülmektedir.

Araştırmanın son amacı ise üniversite öğrencilerinin profesyonel yardım arama gönüllülüklerini problem alanlarına göre incelemektir. Bu doğrultuda yüzdelere dayanarak yararlanılmıştır ve elde edilen bulgular Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6.

*Problem Alanlarına Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyleri*

Problem Alanları	Profesyonel Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyi (%)					N
	Hiç Gönüllü Olmam (1)	(2)	Orta Düzeyde Gönüllü Olurum (3)	(4)	Çok Gönüllü Olurum (5)	
Duygusal Problemler	16.8	12.6	28.6	17.1	22.4	143
Akademik Problemler	23.7	14.8	36.4	9.9	13.4	109
Ekonomik Problemler	32.6	19.2	27.9	9.1	8.9	134
Romantik Problemler	28.4	15.7	27.1	12.1	13.3	200
Arkadaşlık Problemleri	22.5	16.6	33.2	13.1	12.2	140
Uyum Problemleri	19.0	15.3	31.8	16.0	15.4	145
Aile Problemleri	19.0	15.3	33.2	14.2	16.2	119
Kişilik Problemleri	15.8	9.9	25.3	16.5	29.9	160
Sigara/Madde Kullanım Problemleri	20.6	6.5	15.2	12.4	41.8	198
Cinsel Problemler	27.8	12.0	25.1	12.3	19.2	209

Tablo 6’da duygusal problemler (%39.5), kişilik problemi (%46.4), sigara/madde kullanım problemleri (%54.2) yaşayan öğrencilerin profesyonel yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir. Buna karşın akademik problemler (%23.7), ekonomik problemler (%32.6), romantik ilişki problemleri (%28.4), arkadaşlık problemleri (%22.5), cinsel problemler (%27.8) yaşandığında öğrencilerin profesyonel yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin düşük olduğu görülmektedir. Uyum ve aile problemleri yaşandığında ise, öğrencilerin profesyonel yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin orta düzey ve daha düşük olduğu görülmektedir.

### Tartışma

Araştırmanın birinci amacı doğrultusunda ilk olarak üniversite öğrencilerinin problem alanları ve psikolojik yardım almaya gönüllülük düzeyleri, cinsiyete ve sosyoekonomik düzeye göre incelenmiştir. Araştırmada erkek öğrencilerin problemlerinin, kız öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. İlgili alanyazında bu bulguyla tutarlı sonuçlar elde edilen araştırmalar bulunmaktadır (Akaydın, 2002; Kenny ve Donaldson, 1991; Wohlgemuth ve Betz, 1991). Araştırmada, kız öğrencilerin bir uzmandan yardım almaya ilişkin gönüllülük düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İlgili alanyazında yardım arama davranışıyla ilgili cinsiyet farklılıklarının ele alındığı ve benzer bulguların elde edildiği çalışmalar bulunmaktadır (Özbay, 1997; Chang, 1998; Yazıcı, 2003). Cinsiyet ve yardım arama davranışları arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalarda, psikolojik yardım arama konusunda kadınların erkeklerden daha olumlu oldukları saptanmıştır (Kessler, Brown ve Boman 1981; McKay, Rutherford, Cacciola ve Kabaskalian-McKay 1996; Özbay, 1997; Padesky ve Hammen 1981; Thom 1986). Araştırmada elde edilen bu bulgular beraber değerlendirildiğinde, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla problem yaşamaları ancak daha az yardım arama gönüllülüğü göstermesi dikkat çekicidir. Erkek öğrencilerin yardım arama konusundaki gönülsüzlükleri onların yaşadıkları problemlerin daha fazla olmasına yol açıyor olabilir.

Araştırmada yüksek sosyoekonomik düzeye sahip öğrencilerin orta ve düşük sosyoekonomik düzeydeki öğrencilerden daha fazla probleme sahip oldukları görülmüştür. Bu durum üst sosyoekonomik düzeyden gelen öğrencilerin ve onların ailelerinin yüksek beklentilere sahip olmalarıyla açıklanabilir. Ayrıca dindarlık düzeyi ve sosyoekonomik düzey arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalarda dindarlık düzeyinin üst sosyoekonomik düzeyde azaldığı yönünde bulgular bulunmaktadır (Voltan-Acar, Yıldırım, Ergene, 1996). Dinin bireylerin iyi olma düzeyini etkilediğini gösteren çalışmalarda, dinsel yaşantıların ve dinsel öğretilerin günlük yaşamda karşılaşılan olayların kabul edilmesini sağlayarak, benzer değerlere sahip insanları bir araya getirerek öznel iyi olmayı olumlu etkilediği vurgulanmaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997; Diener, Suh ve Lucas, 1999). Din öğesinin iyi olma üzerindeki etkileri ve kanaatkârlık nedeniyle orta ve alt sosyoekonomik düzeyden gelen öğrenciler daha az probleme sahip olduklarını ifade etmiş olabilirler. Alanyazında da öğrencilerin problem alanları ile sosyoekonomik düzeyleri arasındaki ilişkileri ele alan çalışmalardan birisinde (Koç, Avşaroğlu ve Sezer, 2004), iki değişken arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Problem düzeyi ve sosyoekonomik düzey karşılaştırmalarının olduğu, üniversite öğrencileri üzerinde yapılacak yeni araştırmaların varlığı tutarlı olmayan bu bulguların yorumlanmasını kolaylaştıracaktır.

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin bir uzmandan yardım almaya ilişkin gönüllülüklerinin algılanan sosyoekonomik düzeye göre farklılaşmadığı ortaya çıkmıştır. Bu durum ülkemizde bir uzmandan yardım alma söz konusu olduğunda öğrencilerin davranışlarının sosyoekonomik düzeyden etkilenmediğini göstermektedir. Psikolojik rahatsızlıkların "hastalık" olarak algılanması her sosyoekonomik düzeyde söz konusu olabilir. İlgili alanyazında bu kapsamda birkaç çalışma bulunmaktadır. Örneğin alt sosyoekonomik düzeye mensup bireylerin problemlerini daha çok kendilerinin çöme eğiliminde oldukları (Yazıcı, 2003) ve yüksek sosyoekonomik düzeye mensup bireylerin ise profesyonel yardım aramaya karşı olumlu tutumlar sergiledikleri yönünde bulgular bulunmaktadır (Eskin, 2000). Bu konuda yapılacak yeni araştırmalar elde edilen bulguların yeniden değerlendirmesini sağlayabilecektir.

Araştırmanın ikinci amacı doğrultusunda üniversite öğrencilerinin öncelikli problem alanları ortaya konulmuştur. Problem yaşadıkları ilk üç alan sırasıyla duygusal problemler, akademik problemler ve ekonomik problemler; en az problem yaşadıkları alanlar ise, kişilik problemleri, sigara/madde kullanma ve cinsel problemler biçimindedir. Üniversite öğrencilerinin ergenlik dönemi ile genç yetişkinlik dönemi arasında bir geçiş sürecinde olduğu düşünülürse, öncelikle duygusal problemler yaşamaları kaçınılmazdır. Öğrenciler bir yandan kendi kimliklerini oluşturma, üniversite ortamına uyum sağlama gibi duygusal sorunlarla uğraşırken, bir yanda

da bir öğrenci olarak akademik alanlarda sorunlar yaşamaktadırlar. Elde edilen bu bulgular alanyazında da desteklenmektedir. Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemlere ilişkin olarak Padesky ve Hammen (1981) tarafından yapılan çalışmada, depresyonun gençlerin yaşadığı öncelikli problem olduğu bulunmuştur. Schweitzer (1996) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinin ilk dört problem alanı; akademik problemler, duygusal problemler, mesleki problemler ve ekonomik problemler olarak belirlenmiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan başka bir çalışmada (Bilgin, 2000), üniversite öğrencilerinin en önemli sorunlarının sırasıyla ailevi sorunlar, ekonomik sorunlar, düşüncelerini anlatamama, mesleki gelecek endişesi, istemediği bir eğitimi görmek, ders başarısızlığı, arkadaş sorunları olarak belirlenmiştir.

Araştırmada üçüncü olarak üniversite öğrencilerinin sorunlarla karşılaştıklarında kimden yardım almayı tercih ettikleri ve bir uzmandan yardım almaya ilişkin gönüllülüklerinin ne düzeyde olduğu incelenmiştir. Öğrencilerin herhangi bir problem yaşadıklarında daha çok aile ve arkadaşlarından yardım almaya gönüllü oldukları görülmüştür. Öğrencilerin bütün problem alanlarında arkadaşlarından sıklıkla yardım aldıkları, romantik ve cinsel problemlerin dışındaki problem alanlarında da ailelerinden yardım aradıkları sonucuna ulaşılmıştır. Akademik problemler yaşadıklarında arkadaşlarından ve öğretim elemanlarından yardım almaya; duygusal ve kişilik problemleri yaşadıklarında ise, ailelerinden ve arkadaşlarından yardım almaya daha gönüllü oldukları dikkat çekmektedir. Ayrıca, ekonomik problemler yaşadıklarında daha çok ailelerinden; duygusal, uyum, arkadaşlık, romantik ilişki problemleri yaşadıklarında daha çok arkadaşlarından yardım alma eğiliminde oldukları; cinsel problemler, sigara/madde kullanma ve kişilik problemlerinde diğer seçeneğini tercih etme olasılığının diğer problem alanlarına göre fazla olduğu görülmektedir. Formel olmayan yardım kaynaklarının incelendiği çalışmalarda benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Örneğin; Türküm, Kızıltaş ve Sarıyer (2004) tarafından yapılan bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin yaşadıkları güçlükleri öncelikle aileleri ve arkadaşlarıyla paylaştıkları görülmüştür. Benzer bir biçimde Sheffield, Fiorenza ve Sofronoff (2004) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin ruh sağlığıyla ilgili problemleri için formel kaynaklar yerine informal kaynaklardan yardım almaya daha fazla gönüllü oldukları görülmüştür. Öğrencilerin en az yaşadıklarını ifade ettikleri cinsel problemler, sigara/madde kullanma problemleri ve kişilik problemleri için diğer seçeneğinden yardım almayı tercih etmeleri dikkat çekicidir. Öğrencilere problem yaşadıklarında uzman dışında kimden yardım almayı tercih ettikleri sorusu aile, arkadaş, flört, öğretim elemanı ve diğer biçiminde sorulmuştur. Öğrencilerin diğerlerine göre başkalarına ifade etmesi güç olan sorunlar yaşadıklarında çevrelerindeki kişilerden değil, yazılı bilgi kaynaklarından yararlandıkları düşünülebilir.

Son olarak çalışmada öğrencilerin bir uzmandan yardım almaya orta derecede gönüllü oldukları bulunmuştur. Ayrıca öğrenciler sigara/madde kullanımıyla, kişilik problemleriyle ve duygusal problemlerle ilgili sorunlar yaşadıklarında bir uzmandan yardım almaya daha çok gönüllü olduklarını ifade etmişlerdir. Bu bulgular öğrencilerin yaşadıkları problemlere ilişkin bulgularla beraber değerlendirildiğinde, öğrencilerin en az yaşadıkları problemler arasında yer alan kişilik problemleri, sigara/madde kullanım problemleri yaşadıklarında bir uzmandan yardım almaya daha fazla gönüllü olmaları dikkat çekicidir. Bu durum özellikle kişilik problemlerinin ve sigara/madde kullanım problemlerinin profesyonel yardım almayı gerektirebilecek alanlar olmasıyla açıklanabilir. Bununla beraber çalışmada öğrencilerin özellikle ekonomik problemler yaşadıklarında bir uzmandan yardım aramaya gönüllü olmadıkları bulunmuştur. Bu durum psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin psikolojik yardım temelli yürütülmesiyle ilişkili olabilir. Araştırmada elde edilen bu bulguları destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Sheffield, Fiorenza ve Sofronoff (2004) tarafından yapılan çalışmada yoğun psikolojik sıkıntı yaşayan öğrencilerin formel ya da informal kaynaklardan yardım aramaya daha çok gönüllü oldukları bulunmuştur. Gates, Pitney, LaFromboise ve Rowe (1996) tarafından yapılan başka bir çalışmada öğrencilerin genellikle arkadaşlarından, ebeveynlerinden yardım aldıkları; akademik veya mesleki problemler gibi kişisel problemleri için profesyonel yardım kaynaklarını kullandıkları bulunmuştur.

### Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, geniş bir örneklem üzerinde gerçekleştirilen bu araştırma, üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemlerin ve yardım arama davranışlarının ortaya çıkarılmasına yönelik bir adımdır. Araştırma kapsamında elde edilen bulguların yeni yapılacak çalışmalara katkı getirmesi beklenmektedir. Özellikle yardım arama gönüllüğü konusunda ülkemizde yapılacak yeni çalışmalar, bu çalışmada elde edilen bulguların karşılaştırmalı olarak değerlendirilmesini sağlayacaktır. Öte yandan araştırmada öğrencilerin profesyonel yardım almaya orta derecede gönüllü oldukları görülmüştür. Ülkemizde üniversitelerde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin bir birime bağlı olarak sunulması, sunulan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin, bağlı olduğu birimin hizmetlerinden etkilenecek, farklı algılanmasına neden olmaktadır. Bu nedenle merkezlerin işlevlerinin, çalışma koşullarının öğrencilere etkili yollarla tanıtımı ile öğrencilerin gönüllülükleri olumlu yönde etkilenebilir. Ayrıca üniversitelerde sunulan psikolojik danışma ve akademik danışmanlık hizmetlerinin öğrencilerin öncelikli olarak duygusal ve ekonomik problemler yaşadıkları göz önüne alınarak düzenlenmesi yararlı olacaktır. Araştırmada elde edilen öğrencilerin herhangi bir problem yaşadıklarında aile ve arkadaşlarından yardım almaya gönüllü olmaları dikkat çekicidir. Bu noktada üniversite psikolojik danışma ve rehberlik merkezleri kapsamında akran danışmanlığı ve konsültasyon çalışmalarına ağırlık verilmesi yararlı olabilir.

### Kaynakça

- Akaydın, F. Ş. (2002). Üniversite Öğrencilerinin *Problem Alanları, Problemlilik Düzeyleri, Problem Çözme Becerileri ve Yardım Arama Davranışları Arasındaki İlişkilerinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Aluede, O., Imhonde, H. & Eguavoen, A. (2006). Academic, career and personal needs of nigerian university students. *Journal of Instructional Psychology*, 33 (1), 50-57.
- Ashley, O.S. & Foshee, V.A. (2005). Adolescent help-seeking for dating violence: prevalence, sociodemographic correlates, and sources of help. *Journal Of Adolescent Health*, 36 (1),25-31.
- Benton, S,A., Robertson, J.M, Tseng, W.C, Newton, F.B. & Benton, S.,L. (2003). Changes in counseling center client problems across 13 years. *Professional Psychology: Research & Practice*, 34, 66-72.
- Bilgin, M. (2000). Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ile Değerleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 18-25.
- Boldero,J. & Fallon,B. (1995). Adolescent help-seeking: what do they get help for and from whom? *Journal Of Adolescence*,18 (2), 193-209.
- Carlton, P. A. & Deane, F. P. (2000). Impact of attitudes and suicidal ideation on adolescents' intentions to seek professional psychological help. *Journal Of Adolescence*, 23, 35-45.
- Chang, E. C. (1998). Hope, problem-solving and coping in a college student population. *Journal Of Clinical Psychology*, 54 (4), 953-962.
- Cihangir-Çankaya, Z., Altun, E., & Sürücü, M. (2007). Problem Alanları ve Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği:Geçerlik ve Güvenirliği. *IX.Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Çeşme, İzmir*.
- Diener, E., Suh,E & Oishi, S (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal Of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Diener, E., Suh,E. & Lucas, E. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.

- Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir-Çankaya, Z. & Terzi, Ş. (2008). University students' problem areas and psychological help-seeking willingness. *International Congress Of Counseling, 25-27 Nisan 2008*. İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi.
- Eskin, M. (2000). Ergen Ruh Sağlığı Sorunları ve İntihar Davranışlarıyla İlişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 3 (4)*, 228-234.
- Gates, D. B., Pitney, B. H., Lafromboise, T. & Rowe, W. (1996). Help-seeking behavior of native american indian high school students. *Professional Psychology: Research And Practice, 27 (5)*, 495-499.
- Heppner, P. P., Kivlighan, D. M. Jr., Good, G. E., Roehlke, H. J., Hills, H. I. & Ashby, J. S. (1994). Presenting problems of university counseling center clients: a snapshot and multivariate classification scheme. *Journal Of Counseling Psychology, 41*, 315-324.
- Hunter, S. C., Boyle, J. M. & Warden, D. (2004). Help-seeking amongst child and adolescent victims of peer aggression and bullying. *British Journal Of Educational Psychology, 74*, 375-390.
- Kalkan, M. & Odacı, H. (2005). Cinsiyet ve Cinsiyet Rolünün Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlarla İlişkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3 (23)*, 57-64.
- Karagüven, M. H. (2000). Üniversite Öğrencilerinin Sorunlarını İncelemeye Yönelik Bir Araştırma, VI. Ulusal Pdr Kongresi, Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları. No.8, 94.
- Kenny, M.E. & Donaldson, G. A. (1991). Contributions of parental attachment and family structure to the social and psychological functioning of first-year college students. *Journal Of Counseling Psychology, 38 (4)*, 479-86.
- Kessler, R.C., Brown, R.L., & Boman, C.L. (1981). Sex differences in psychiatric help-seeking: evidence from four large-scale surveys. *Journal Of Helath And Social Behaviour, 22*, 49-64.
- Koç, M., Avşaroğlu & S., Sezer, A. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları ile Problem Alanları Arasındaki İlişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 11*, 483-489.
- Mckay, J.R, Rutherford, M.J., Cacciola, J.S. & Kabasakalian-Mckay, R. (1996). Gender differences in the relapse experiences of cocaine patients. *Journal Of Nervous And Mental Disease, 184*, 616-622.
- Nadler, A. (1990). Help seeking as a cultural phenomenon: differences between city and kibbutz dwellers. *Journal Of Personality And Social Psychology, 51 (5)*, 976-982.
- Offer, D. & Schonert-Reichl, K.A. (1992). Debating the myths of adolescence: findings from recent research. *Journal Of The Academy Of Child And Adolescence Psychiatry, 36*, 1003-1014.
- Özbay, G. (1997). Üniversite Öğrencilerinin Problem Alanlarını Belirlemeye Yönelik Bir Ölçek Geliştirme: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Özbay, Y. (1996). Üniversite öğrencilerinin problem alanları ile yardım arama tutumları arasındaki ilişki. IX. Ulusal Psikoloji Kongresi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Padesky, C.A & Hammen, C.L. (1981). Sex differences in depressive symptom expression and help- seeking among college students. *Sex Roles,7*, 309-320.
- Phillips, M.A. & Murrell, S. A. (1994). Impact of psychological and physical health, stressful events, and social support on subsequent mental health help seeking among older adults. *Journal Of Consulting And Clinical Psychology, 62 (2)*, 270-275.
- Rickwood, D. J. (1995). The effectiveness of seeking help for coping with personal problems in late adolescence. *Journal Of Youth And Adolescence, 24*, 685-703

- Rule, W. R., & Gandy, G. L. (1994). A thirteen-year comparison in patterns of attitudes toward counseling. *Adolescence*, 29, 575-589.
- Schweitzer, R. D. (1996). Problems and awareness of support services among students at an urban australian university. *Journal of American College Health*, 45 (2).
- 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, 403-419.
- 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.
- Soliman, A. M. (1993). Choice of helpers, types of problems and sex of helpers of college students. *International Journal For The Advancement Of Counselling*, 6, 67-79.
- Thom, B. (1986). Sex differences in help-seeking for alcohol problems: the barriers to help-seeking. *British Journal Of Addiction*, 81, 777-788.
- Topkaya, N. (2011). *Psikolojik Yardım Alma Niyetinin Sosyal Damgalanma, Tedavi Korkusu, Beklenen Yarar, Beklenen Risk ve Tutum Faktörleriyle Modellenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İzmir: Ege Üniversitesi.
- Türküm, A. S. (2001). Stresle Başa Çıkma Biçimi, İyimserlik, Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri ve Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkiler: Ege Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 1-16.
- Türküm, A. S. (2005). Who seeks help? examining the differences in attitude of Turkish university students toward seeking psychological help by gender, gender roles and help-seeking experiences. *The Journal Of Men's Studies*, 13, 389-401.
- Türküm, A.S., Kızıldaş, A. & Sarıyer, A. (2004). Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi Hedef Kitlesinin Psikolojik İhtiyaçlarına İlişkin Ön Çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 21(3), 15-27.
- Uffelman, R.A. & Hardin, S. I. (2002). Session limits at university counseling centers: effects on help-seeking attitudes. *Journal Of Counseling Psychology*, 49 (1), 127-132.
- Whitaker, A., Johnson, J., Shaffer, D., Rappaport, J., Kalikow, K., Walsh, B. T., Davies, M., Braiman, S., & Dolinsky, A. (1990). Uncommon troubles in young people. *Arch. Gen. Psychiat*, 47, 487-496.
- Wohlgemuth, E. & Betz, N. E. (1991). Gender as a moderator of the relationships of stress and social support to physical health in college students. *Journal Of Counseling Psychology*, 38 (3), 67-74.
- Yazıcı, E. (2003). *Türk Üniversite Gençliği Araştırması: Üniversite Gençliğinin Sosyokültürel Profili*. Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Yeşilyaprak, B. (1986). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sorunları. *Türk Psikoloji Dergisi*. 20, 80-85.