

# Psikolojik Yardım Talebinde Bulunan Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Belirtilerin Yordayıcıları Olarak Bağlanma ve Algılanan Sosyal Destek

Ezgi Ekin ŞAHİN<sup>1</sup>

**Öz:** Üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini açıklayan değişkenlerin belirlenmesi hem bu öğrencilere sunulacak hizmetlerin yapılandırılması hem de dolaylı olarak toplum ruh sağlığı açısından önem taşımaktadır. Öğrencilerin psikolojik belirtilerini yordayan önemli değişkenler arasında kişilerarası ilişkilerinin temelini oluşturan bağlanma ve algılanan sosyal desteğin olduğu değerlendirilmektedir. Bu araştırmanın amacı kaygılı ve kaçınan bağlanma ile algılanan sosyal desteğin üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini yordama düzeylerinin belirlenmesidir. Araştırmanın katılımcıları psikolojik yardım almak için başvuruda bulunan 419 (334 kadın, 85 erkek) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın verileri Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri ile toplanmıştır. Verilerin analizinde hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır. Araştırmanın bulguları, kaygılı bağlanmanın üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerindeki varyansın %24'ünü açıkladığını; aileden ve arkadaşan algılanan sosyal destek boyutları ile birlikte modelin toplam varyansın %30'unu açıkladığını göstermektedir. Bulgular, öğrencilerin kaygılı bağlanma örüntülerini düzenlemeye ve algılanan sosyal destek düzeylerini artırmaya yönelik müdahalelerin önemini ortaya koymaktadır.

**Anahtar Sözcükler:** Psikolojik Belirtiler, Bağlanma, Algılanan Sosyal Destek, Üniversite Öğrencileri

## Attachment and Perceived Social Support as Predictors of Psychological Symptoms among University Students Seeking Psychological Help

**Abstract:** Determining the variables that explain the psychological symptoms of university students is essential, both in terms of structuring the services to be offered to these students and indirectly in terms of community mental health. It is considered that attachment and perceived social support, which form the basis of interpersonal relationships, are among the crucial variables that predict students' psychological symptoms. This study aims to determine the levels of anxious and avoidant attachment dimensions and perceived social support predicting the psychological symptoms of university students. The participants of the study consisted of 419 (334 female, 85 male) university students who applied for psychological help. The study's data were collected with the Experiences in Close Relationships Inventory-II, the Perceived Social Support Scale, and the Brief Symptom Inventory. Hierarchical regression analysis was used in the analysis of the data. The study's findings reveal that anxious attachment explains 24% of the variance in the psychological symptoms of university students. It shows that the model, together with the perceived social support dimensions from family and friends, explains 30% of the total variance. The findings reveal the importance of interventions that regulate students' anxious attachment patterns and increase their perceived social support levels.

**Keywords:** Psychological Symptoms, Attachment, Perceived Social Support, University Students

Yaşam boyu gelişim kapsamında değerlendirildiğinde üniversite dönemi, beliren yetişkinlik dönemini kapsamaktadır. Bu süreç, öğrenciler için hem heyecan verici yeni bir deneyimi hem de aileden ayrı yaşama uyum, ekonomi yönetimi, yeni sosyal ve duygusal ilişkiler kurma, akademik uyum gibi becerilerin geliştirilmesini kapsamaktadır. Kazanılması beklenen tüm bu becerilere uyum süreci, duygusal olarak dengede olmayı gerekli kılmaktadır. Diğer taraftan, yaşam boyu süren ruhsal bozuklukların çoğunun ilk olarak üniversite dönemini kapsayan 18 ila 24 yaşlarında başladığı (Kessler ve diğerleri, 2005) ve üniversite örneklemindeki belirti düzeylerinin oranının genel örneklemden daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Stallman, 2010). Bununla birlikte alan yazın, üniversite öğrencilerinde ruh sağlığıyla ilgili problemlerin görülme sıklığı ve düzeyinin arttığına işaret etmektedir (Gallagher, 2014; Hunt & Eisenberg, 2010; Storrie ve diğerleri, 2010). Amerika Birleşik Devletlerindeki (ABD) 14.000’den fazla öğrenciyle gerçekleştirilen bir araştırmada, öğrencilerin yaklaşık üçte birinin bir önceki yıl içerisinde depresyon, kaygı, intihar düşüncesi ve benzeri ruh sağlığı sorunu yaşadığı, fakat bu grubun %36’sının bu süreçte herhangi bir tedaviye erişmediği belirlenmiştir (Eisenberg ve diğerleri, 2011). Başka bir araştırmada, üniversite yaşında olan (19-25 yaş) bireylerin yaklaşık yarısının önceki yıl bir psikiyatrik tanı aldıkları ve bu oranın üniversiteye devam etme değişkenine göre farklılaşmadığı ifade edilmektedir (Blanco ve diğerleri, 2008). ABD’de gerçekleştirilen başka bir araştırmada, öğrencilerin yaklaşık üçte birinde son bir haftadır yüksek düzeyde depresif belirtiler gözlemlendiği ortaya konulmuştur (Kim ve diğerleri, 2015). Araştırmada bu grubun düşük depresif belirtiler gösteren gruba kıyasla daha yüksek oranda psikolojik yardım alma yaşantılarının olduğu belirlenmiştir. Araştırma bulguları incelendiğinde, üniversite öğrencilerinde psikolojik belirtilerin yüksek oranda görüldüğü ve psikolojik yardıma başvuran öğrencilerde ruh sağlığı sorunlarının daha fazla görüldüğü anlaşılmaktadır.

Psikolojik belirtileri açıklayan değişkenlerin olabildiğince ortaya konulması, öğrencilerin üniversite sürecini sağlıklı şekilde sürdürüp tamamlamalarında planlanacak psikolojik yardım hizmetleri bakımından önem arz etmektedir. Bununla birlikte, ruh sağlığı bakımından sağlıklı bir üniversite döneminin geçirilmesi, dolaylı olarak toplum ruh sağlığına katkı sağlayabilecektir. Bu bağlamda, bireylerin yaşam boyu ilişkileri ve duygu durumları üzerinde etkisi bulunan bağlanma örüntülerinin ve bireylerin ilişkide olduğu diğerlerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerinin üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileriyle olan ilişkisinin incelenmesinin önemli olduğu değerlendirilmektedir.

Dünyaya diğerlerinin bakımına uzun bir süreyle muhtaç halde gelen bireylerin, ihtiyaçlarını karşılayan diğer bireylerle kurduğu ilk deneyimlerine bağlı olarak bağlanma boyutları şekillenmektedir (Ainsworth, 1969; Bowlby, 2014a). Bireyin bağlanma figürlerine ve bu figürlerin kendisine ve ihtiyaçlarına nasıl yanıtlar vereceğine yönelik tasarımı “içsel çalışan modeller” şeklinde tanımlanmaktadır (Bowlby, 2014b). Buna göre, bireyin ihtiyaçlarının düzenli ve tutarlı şekilde karşılanması durumunda güvenli, karşılanamaması durumunda ise güvensiz bağlanma gerçekleşmektedir. Bu modellerin bireyin davranışına yön verdiği, neyin nasıl yapılması gerektiğini gösterdiği belirtilmektedir (Collins & Read, 1990). Bu kapsamda bağlanmanın, üniversite öğrencilerinin günlük yaşam pratiklerinde önemli bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinde bağlanma ile ilgili araştırmalar, güvenli bağlanmanın üniversite öğrencilerinin mesleki veya duygusal ilişkiler gibi fırsatları değerlendirme süreçlerinde işlevsel bir rolünün olduğunu göstermektedir (Mattanah ve diğerleri, 2011). Benzer şekilde, ebeveyn çocuk ilişkisinin kalitesinin öğrencilerin üniversitedeki ilk yıllarındaki uyumun ve üçüncü sınıftaki akademik başarılarının belirleyicisi olduğu görülmektedir (Kolkhorst ve diğerleri, 2010). Aynı zamanda güvenli bağlanan üniversite öğrencilerinin sosyal uyumları diğer bağlanma biçimlerine sahip öğrencilerden daha yüksektir (Kenny & Barton, 2003). Araştırma bulguları, güvenli bağlanmanın öğrencilerin üniversite sürecindeki kolaylaştırıcı rolünü ortaya koymaktadır.

Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmalarda, kaygılı veya kaçınan bağlanmanın psikolojik belirtiler (Ergin & Dağ, 2013; Vogel & Wei, 2005), depresyon (Gülüm & Dağ, 2014; Simon ve diğerleri, 2019; Yüksel, 2014), kaygı (Yüksel, 2014), yalnızlık (So & Fiori, 2022), travma sonrası stres belirtileri (Çinkılınç, 2018) ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bağlanma ve psikolojik belirtiler arasındaki araştırmaları incelendikleri meta-analiz çalışmalarında Mikulincer ve Shaver (2007), güvenli bağlanma ile kaygı ve depresyon arasında olumsuz yöndeki ilişkiyi ortaya koymuşlardır. Ülkemizde gerçekleştirilen bir araştırmada da güvenli

bağlanma ile psikolojik belirtiler arasında anlamlı ilişkiler bulunmazken, güvensiz bağlanma boyutları ile psikolojik belirtiler arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir (Gündüz, 2013). Güvensiz bağlanma boyutları detaylı şekilde incelendiğinde ise, kaygılı bağlanma örüntülerine sahip olan üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeylerinin kaçınan bağlananlardan daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Albayrak, 2015; Bonab & Koohsar, 2011). Aynı zamanda kaygılı bağlanma anksiyete ve depresif bozukluklar ile, kaçınan bağlanma ise davranış bozuklukları ve dışa vurumla ilişkili diğer patolojik belirtilerle ilişkilidir (Kesebir ve diğerleri, 2011). Araştırmaların bulguları, üniversite öğrencilerinde güvensiz bağlanmanın psikolojik belirtilerin önemli bir yordayıcısı olabileceğini ortaya koymaktadır.

Sosyal ilişkiler bireyin yaşamı boyunca önem arz etmekte ve fiziksel ve ruh sağlığı üzerinde kısa ve uzun süreli etkileri bulunmaktadır (Umberson & Karas Montez, 2010). İlgili alan yazında sosyal destek sistemlerinin ruh sağlığı sorunları üzerinde önemli bir role sahip olduğu (Eker ve diğerleri, 2001) ve stresli dönemlerde birey için bir tampon rolü gördüğü (Zimet ve diğerleri, 1988) belirtilmektedir. Tarihsel süreç içerisinde, sosyal desteğin tanımlanmasında bireyin etkileşimleri, etkileşimlerin kimlerle gerçekleştiği, etkileşimlerde deneyimlenen tatmin, sosyal desteğin bağlamı gibi pek çok değişken üzerinde durulmuş; ardından, bireyin sosyal desteğe ilişkin öznel algıları dikkate alınmaya başlanmıştır (Zimet ve diğerleri, 1988). Bu yaklaşım bağlamında algılanan sosyal destek kavramı bireyin ailesinden, arkadaşlarından ve hayatındaki özel bir insanla olan ilişkisinden elde edebildiği sosyal desteğin yeterliğine ilişkin öznel algısını ifade etmektedir (Zimet ve diğerleri, 1990).

Üniversite dönemi pek çok öğrenci için aileden farklı bir şehirde yaşanan, dolayısıyla yalnızlıkla baş etmenin gündeme geldiği bir sürece dönüşmektedir. Öğrencilerin hem beliren yetişkinlik döneminin gelişimsel görevi olarak görülen yakınlık kurma becerilerini geliştirmeleri (Erikson, 1968) hem de aileden uzak yaşama uyum sağlamaları bağlamında algılanan sosyal destek düzeyleri önemli bir koruyucu değişken olarak değerlendirilebilir. Nitekim, üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile yalnızlık arasında olumsuz (Duru, 2008; Yılmaz ve diğerleri, 2008), sosyal bağlılık (Duru, 2008) arasında ise olumlu yönde ilişkiler dikkat çekmektedir. Bulgular, algılanan sosyal desteğin öğrencilerin gelişimsel görevlerini yerine getirmelerinde kolaylaştırıcı bir role sahip olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, algılanan sosyal destek ile ülkemizdeki üniversite öğrencilerinin olumlu duygu durumlarına işaret eden yaşam doyumu (Makas & Çelik, 2022; Tepeli Temiz & Ulusoy Gökçek, 2020; Topkaya & Büyükgöze Kavas, 2015), öznel iyi oluş (Nur Şahin, 2011), psikolojik dayanıklılık (Terzi, 2008) ve öz şefkat (Bayar & Tuzgöl Dost, 2018) arasında olumlu yönde ilişkiler gözlenmektedir.

Psikolojik belirtiler açısından incelendiğinde, aile desteğinin somatizasyon, depresyon, anksiyete ve öfke/saldırganlık düzeyi ve arkadaş desteğinin depresyon düzeyi ile olumsuz yönde anlamlı ilişkilere sahip olduğu belirlenmiştir (Doğan, 2008). Benzer şekilde, aile, arkadaş ve özel bir insandan algılanan sosyal destek ile depresyon ve kaygı düzeyleri arasında olumsuz yönde ilişkiler ortaya konulmuştur (Büyükçolpan, 2019; Vungkhanching ve diğerleri, 2017). Öte yandan, algılanan sosyal destek toplam puan düzeyi ile psikolojik belirtiler arasındaki olumsuz ilişkiler de dikkat çekmektedir (Çebi & Demir, 2020; Wadman ve diğerleri, 2019; Zhang ve diğerleri, 2018). Araştırma bulguları, farklı kaynaklardan elde edilen sosyal desteğin üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeylerindeki azalmaya katkı sunduğunu göstermektedir.

Yukarıdaki açıklamalardan hareketle bu araştırmanın amacı, psikolojik yardıma ihtiyaç duyan üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeylerini kişilerarası ilişkileri açısından değerlendirmektir. Bu kapsamda, öğrencilerin kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüleri ile aileden, arkadaşan ve özel birinden algıladıkları sosyal destek düzeylerinin psikolojik belirtileri üzerindeki yordayıcılığı incelenecektir. Araştırma kapsamında, aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

H1: Üniversite öğrencilerinin kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüleri ile psikolojik belirti düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

H2: Üniversite öğrencilerinin aileden, arkadaşan ve özel birinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile psikolojik belirti düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

H3: Üniversite öğrencilerinin kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüleri ile aileden, arkadaşan ve özel birinden algıladıkları sosyal destek düzeyleri psikolojik belirtilerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

## Yöntem

### Katılımcılar

Araştırmanın katılımcıları, Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezine psikolojik yardım almak için başvuruda bulunan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu araştırmaya katılan 419 öğrencinin 334'ü (%79,7) kadın, 85'i (%20,3) erkektir. Katılımcıların yaşları 19 ile 36 arasında değişmekte olup, yaş ortalaması 22.79'dur (SS=2.85). Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyi dikkate alındığında ise 12'si (%2,9) hazırlık, 78'i (%18,6) birinci, 68'i (%16,2) ikinci, 96'sı (%22,9) üçüncü, 115'i (%27,4) dördüncü, 15'i (%3,6) beşinci sınıf ve üstü şeklindedir. 15 (%3,6) öğrenci ise sınıf düzeylerini belirtmemiştir. Katılımcıların 384'ü (%91,7) lisans, 20'si (%4,7) ise lisansüstü eğitimlerine devam etmektedir.

Katılımcı sayısının uygunluğunun hesaplanmasında G\*Power (Faul ve diğerleri, 2007) programından faydalanılmıştır. Program ile çoklu regresyon analizi için yapılan işlemde; 0.30 etki büyüklüğü, %5 hata payı, %95 güven aralığı, 5 yordayıcı değişken için hesaplanan minimum örneklem büyüklüğü 72'dir. Hesaplanan rakamın üstünde bir katılımcı grubuna ulaşılmış olması, ilgili analizler için yeterli sayıda katılımcıya ulaşıldığını göstermektedir.

### Veri Toplama Araçları

#### *Kişisel Bilgi Formu*

Araştırmacılar tarafından hazırlanan formda katılımcıların cinsiyet, yaş, üniversite, bölüm, sınıf düzeyine ilişkin sorular yer almaktadır.

#### *Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II)*

Envanter, yetişkin bağlanma boyutlarının ölçümü için geliştirilmiştir (Fraley ve diğerleri, 2000). Ölçekteki her bir maddede katılımcıların romantik ilişkilerine ilişkin duygu ve düşüncelerini ne oranda yansıttığını puanlamaları beklenmektedir. 18'i kaygı, 18'i kaçınma boyutu olmak üzere 36 madde yer almaktadır. Ölçek puanları, kaygı ve kaçınma boyutları için ayrı ayrı hesaplanmaktadır. Her bir boyuttaki artan puanlar, kaygı ve kaçınmada artışa işaret etmektedir. Envanterin üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen uyarlama çalışmasında, orijinal ölçekteki iki faktörlü yapının doğrulandığı belirlenmiştir (Selçuk ve diğerleri, 2005). YİYE-II'nin uyarlama çalışmasında iç tutarlık katsayıları kaygı ve kaçınma boyutları için sırasıyla .86 ve .90; test tekrar test değerleri ise .82, ve .81 olarak belirlenmiştir.

#### *Algılanan Sosyal Destek Ölçeği*

Orijinal ölçek, üç farklı kaynaktan alınan sosyal desteğin yeterliğini öznel olarak değerlendirilmesi amacıyla geliştirilmiştir (Zimet ve diğerleri, 1988). Ölçek aile, arkadaş ve özel biri boyutlarının her birinin ölçümü için dört madde olmak üzere toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Her bir boyut için artan puanlar ilgili kaynaktan algılanan sosyal destekteki artışa işaret etmektedir. Türkçe uyarlama çalışması Eker ve diğerleri (2001) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmanın sonunda, orijinal ölçekteki üç boyut doğrulanarak ölçeğin geçerli ve güvenilir bir araç olduğu belirlenmiştir. Uyarlama çalışması kapsamında ölçeğin toplam varyansın %75'ini açıkladığı; toplam puan için iç tutarlık katsayılarının psikiyatri, cerrahi ve normal örneklem grubunda sırasıyla .86, .91 ve .83 şeklinde hesaplandığı belirtilmektedir.

#### *Kısa Semptom Envanteri*

Envanter, psikolojik sağlığın ölçümü amacıyla geliştirilmiştir. Belirti Tarama Listesi'nin 90 maddelik formundan (SCL-90-R; Derogatis, 1992) ayırt ediciliği en yüksek 53 maddesinin seçilmesi yoluyla kısa versiyonu oluşturulmuştur. Envanterin alt boyutları obsesif kompulsif, somatizasyon, depresyon, kişiler arası

alınan puanlardaki artış semptom düzeyindeki artışa işaret etmektedir. Envanterin Türkçe uyarlama çalışması sonucunda depresyon, anksiyete, somatizasyon, olumsuz benlik ve öfke/saldırganlık adı verilen beş faktör elde edilmiştir (Şahin ve diğerleri, 2002).

### Verilerin Toplanması

Araştırma, Anadolu Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulundan 26.04.2022 tarihli ve 303001 numaralı belge ile onaylanmıştır. Araştırma kapsamında, bireyle psikolojik danışma talebiyle üniversitenin psikolojik danışma ve rehberlik merkezine başvuruda bulunan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilerden merkeze başvuruda yararlanılan tabletler aracılığıyla veri toplanmıştır. Diledikleri zaman çalışmadan ayrılma haklarının olduğu ve kişisel bilgilerinin korunacağına ilişkin bilgiler öğrencilerle yazılı olarak paylaşılmış ve öğrencilerden öncelikle onam alınmıştır. Öğrencilerin kişisel bilgi formu ve ölçekleri yanıtlamaları ortalama 15 dakika sürmüştür.

### Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında, ortalama, standart sapma, basıklık ve çarpıklık katsayısı, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ve hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır. Verilerin analize uygunluğunu test etmek için normal dağılım, çoklu bağlantılık ve otokorelasyon sayıltıları test edilmiştir. Dağılımın normalliği için hesaplanan çarpıklık değerlerinin  $-0.79$  ile  $0.10$  arasında; basıklık değerlerinin ise  $-1.60$  ile  $1.08$  arasında değiştikleri belirlenmiştir. Bu değerler, dağılımın normalliğine işaret etmektedir (Kline, 2011). Çok değişkenli uç değerlerin belirlenmesi amacıyla  $p < .001$  düzeyinde her bir katılımcı için Mahalanobis uzaklık değerleri hesaplanmış ve kritik ki-kare değeri ile karşılaştırılmıştır. Bu işlem sonucunda, dört katılımcıya ait veriler analizden çıkarılmış ve analizler 419 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Çoklu bağlantılık sayıltısı kapsamında bağımsız değişkenlere ilişkin VIF değerlerinin  $1.07$  ile  $1.22$  arasında; tolerans değerlerinin ise  $.82$  ile  $.94$  arasında değiştiği belirlenmiştir. Bu değerler, bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı problemi olmadığına işaret etmektedir (Çokluk ve diğerleri, 2012). Aynı zamanda, değişkenler arası ilişkilerin  $.49$  ve altında olduğu belirlenmiştir. Bu değer de değişkenler arası çoklu bağlantı problemi olmadığı bulgusunu desteklemektedir (Tabachnick & Fidell, 2013). Analizler kapsamında, Durbin Watson değeri  $1.96$  olarak hesaplanmış ve değişkenler arası otokorelasyon olmadığı belirlenmiştir (Kalaycı, 2010). Verilerin analizinde SPSS 21.00 paket programından yararlanılmıştır.

### Bulgular

Psikolojik yardım talebinde bulunan öğrencilere ilişkin kaygılı ve kaçınan bağlanma, aileden, arkadaşan ve özel birinden algılanan sosyal destek ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile hesaplanmıştır. Değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları ile değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma ve iç tutarlık değerleri Tablo 1’de sunulmaktadır.

**Tablo 1.** Değişkenler Arası Korelasyonlar ve Betimsel İstatistikler

Değişkenler	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Kaygılı bağlanma	-					
2. Kaçınan bağlanma	-.01	-				
3. Aile	-.22**	.08	-			
4. Arkadaş	-.20**	.14**	.29**	-		
5. Özel biri	-.32**	.23**	.18**	.25**	-	
6. Psikolojik belirtiler	.49**	-.05	-.31**	-.25**	-.14**	-
Ortalama	57.07	58.18	13.39	16.93	11.18	102.11
Standart sapma	18.37	11.29	7.27	6.35	9.40	37.58
Çarpıklık	-.18	-.55	-.23	-.79	.10	.05
Basıklık	-.55	1.08	-1.09	-.22	-1.60	-.49
İç tutarlık ( $\alpha$ )	.84	.51	.90	.91	.96	.94

\*\* $p < .01$

Değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde, en yüksek anlamlı ilişkinin kaygılı bağlanma ve psikolojik belirtiler arasında olduğu ( $r = .49$ ,  $p < .01$ ) belirlenmiştir. Bununla birlikte, kaçınan

bağlanma ile aileden algılanan sosyal destek ( $r=.08$ ,  $p>.01$ ) ve kaçınan bağlanma ile psikolojik belirtiler ( $r=-.05$ ,  $p>.01$ ) arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı gözlenmektedir. Değişkenlere ilişkin hesaplanan iç tutarlık katsayıları gözden geçirildiğinde ise, kaçınan bağlanma dışındaki tüm değişkenlerin yüksek düzeyde iç tutarlığa sahip oldukları görülmektedir.

Araştırma kapsamında, psikolojik yardım talebinde bulunan üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtiler düzeylerinin kaygılı ve kaçınan bağlanma ile aile, arkadaş ve özel birinden algılanan sosyal destek düzeylerinin psikolojik belirtilerini yordama gücü hiyerarşik regresyon analizi ile test edilmiştir. Bu kapsamda, araştırmanın yordanan değişkeni olan psikolojik belirtiler ile yordayıcı değişkenlerinden biri olan kaçınan bağlanma arasında anlamlı bir ilişki elde edilememiş olsa da değişkenlerin birbirleri ile olan etkileşimlerini göz ardı etmemek için kaçınan bağlanma değişkeni regresyon analizine dahil edilmiştir. Bununla birlikte, bağlanmanın ilişki kurmanın temelini oluşturduğu değerlendirildiğinden, hiyerarşik regresyon analizine ilk adımda bağlanma, ikinci adımda ise bağlanma ile birlikte algılanan sosyal destek boyutları eklenmiştir. Hiyerarşik regresyon analizine ilişkin bulgular Tablo 2’de sunulmaktadır.

**Tablo 2.** *Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişkenler	B	SH	$\beta$	t	p	Kısmi-r	F	p	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$
Sabit	53.80	9.82		5.48	.00					
Kaygılı	1.00	.09	.49	11.47	.00	.49	66.40	.00	.24	.24**
Kaçınan	-.15	.14	-.05	-1.07	.29	-.05				
Sabit	77.55	10.64		7.29	.00					
Kaygılı	.92	.09	.45	10.14	.00	.45				
Kaçınan	-.11	.14	-.03	-.76	.45	-.04				
Aile	-.96	.23	-.15	-4.23	.00	-.20	35.23	.00	.30	.06**
Arkadaş	-.74	.26	-.12	-2.80	.01	-.14				
Özel biri	.32	.18	.08	1.74	.08	.09				

\*\* $p<.01$

Tablo 2’de sunulan hiyerarşik regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, birinci adımda analize dahil edilen kaygılı ve kaçınan bağlanma değişkenlerinden yalnızca kaygılı bağlanmanın modele anlamlı bir katkısının olduğu görülmektedir ( $\beta=.49$ ,  $p<.01$ ). Model bu haliyle toplam varyansın %24’ünü açıklıyor görülmektedir ( $R^2=.24$ ,  $p<.01$ ). Modele ikinci adımda dahil edilen algılanan sosyal desteğin boyutları incelendiğinde, aileden algılanan sosyal destek ( $\beta=-.15$ ,  $p<.01$ ) ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin ( $\beta=-.12$ ,  $p<.01$ ) modele anlamlı katkısının olduğu gözlenmektedir. Bu değişkenlerle birlikte modelin toplam varyansın %30’unu açıkladığı ve eklenen değişkenlerin modele katkısının anlamlı olduğu görülmektedir ( $\Delta R^2=.06$ ,  $p<.01$ ). Elde edilen bulgular değerlendirildiğinde, öğrencilerin kaygılı bağlanma düzeylerinin psikolojik belirtilerinin olumlu yönde bir yordayıcısı olduğu anlaşılmaktadır. Diğer taraftan, öğrencilerin aile ve arkadaştan algıladıkları sosyal destek düzeylerinin psikolojik belirtilerini olumsuz yönde yordadığı, bir diğer ifade ile bu değişkenlerin öğrencilerin duygu durumları açısından koruyucu bir işlev gördükleri anlaşılmaktadır.

### Sonuç ve Tartışma

Araştırmada, kaygılı bağlanma ile aileden ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin psikolojik yardım talebinde bulunan üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin anlamlı yordayıcıları oldukları belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinde kaygılı ve kaçınan bağlanma ile psikolojik belirtiler arasındaki olumlu yöndeki anlamlı ilişki geçmiş araştırmalarda da ortaya konulmuştur (Cheng ve diğerleri, 2015; Ergin & Dağ, 2013; Wadman ve diğerleri, 2019). Bu araştırmada, psikolojik yardım talebinde bulunan öğrencilerde kaygılı bağlanma ile psikolojik belirtiler arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğu ve kaygılı bağlanmanın psikolojik belirtilerin anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Benzer bir bulgu, İranlı üniversite öğrencilerinde de ortaya konulmuştur (Bonab & Koohsar, 2011). Kaygılı bağlanan bireylerin sürekli fark edilme isteğine sahip olduğu ve bağlanma figüründen ayrılmakta güçlük çektiği; kaçınmalı bağlanan bireylerin ise kendi kendine yetmeye aşırı odaklandıkları bilinmektedir (Selçuk ve diğerleri, 2005). Bu durum, kaygılı bağlananlarda psikolojik belirtilerin daha fazla görünmesini açıklar görülmektedir.

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, kaçınan bağlanma ve psikolojik belirtiler arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı dikkat çekmektedir. Araştırma verilerinin psikolojik yardım talebinde bulunan üniversite öğrencilerinden toplandığı dikkate alındığında, bu grubun daha çok kaygılı bağlanan bireylerden oluştuğu söylenebilir. Nitekim, üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmalarda kaçınan bağlananların tersine kaygılı bağlananların psikolojik yardım arama niyetine veya davranışına daha çok sahip oldukları ortaya konulmuştur (Cheng ve diğerleri, 2015; Vogel & Wei, 2005; Wadman ve diğerleri, 2019). Diğer taraftan, kaygılı bağlananlarda kaygı ve depresyonla; kaçınan bağlananlarda ise davranış bozuklukları ve dışavurum problemleri ile daha fazla karşılaşıldığı bilinmektedir (Kesebir ve diğerleri, 2011). Araştırmada psikolojik belirtilerin ölçümü için kullanılan envanterin kapsamı dikkate alındığında, kaçınan bağlananlarda daha sık rastlanan patolojik belirtilerin ölçümünde yetersiz kaldığı değerlendirilebilir. Bu durum, kaçınan bağlanma ve psikolojik belirtiler arasındaki mevcut bulguyu açıklar görünmektedir.

Araştırmada, aileden ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin öğrencilerin psikolojik belirtilerini anlamlı şekilde yordadığı anlaşılmıştır. Buna göre, aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek arttıkça, öğrencilerin psikolojik belirtilerinin azaldığı anlaşılmaktadır. İlgili alan yazında sosyal destek ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi ele alan araştırma bulguları incelendiğinde, bu araştırmada elde edilen bulgularla benzerlik taşıdığı görülmektedir. Örneğin Doğan (2008), aileden ve arkadaştan elde edilen sosyal desteğin farklı psikolojik belirtiler alanları ile olumsuz ilişkilere sahip olduğunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde Vungkhanching ve diğerleri (2017), arkadaş sosyal desteğinin depresyon ve aile sosyal desteğinin stres için olumsuz anlamlı yordayıcılar olduğunu ortaya koymuştur. Bulgular, yakın ilişkilerin üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri açısından koruyucu işlevini ortaya koymaktadır.

Araştırma örnekleminin çoğunu kadın üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Bu nedenle, cinsiyet değişkenini dikkate alan araştırma bulgularının incelenmesi önemli görünmektedir. Bu bağlamda, Çin'deki üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin psikolojik sağlık ve algılanan sosyal destek tarafından yordanma durumunun incelendiği bir araştırmada, erkek üniversite öğrencileri için her iki değişkenin, kadın öğrenciler için ise yalnızca algılanan sosyal desteğin olumsuz yönde yordayıcılar olduğu belirlenmiştir (Zhang ve diğerleri, 2018). Toplulukçu kültür bakımından ülkemize benzer bir kültürden elde edilmiş olan bu bulgu kadın öğrencilerin sosyal destek kaynaklarından daha fazla yararlandıklarını göstermektedir. Benzer şekilde, karşıt cinsiyetteki ikizlerle gerçekleştirilen boylamsal bir araştırmada da sosyal desteğin erkeklerle kıyaslandığında kadınlarda majör depresyon açısından daha koruyucu bir işlev gördüğü anlaşılmıştır (Kendler ve diğerleri, 2005). Kadınların kendilerini daha fazla açmaları, daha fazla yardım talep etmeleri veya daha empatik olmaları gibi cinsiyet rolleri dikkate alındığında, algılanan sosyal destekten daha fazla yararlanıyor olmaları da anlaşılır görünmektedir. Bulgular, mevcut araştırmada ortaya konulan aileden ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin anlamlı yordayıcılar olması ile paralellik göstermektedir.

Pozitif psikoloji yaklaşımı açısından değerlendirildiğinde, algılanan sosyal desteğin öğrencilerin yaşam doyumlarına katkı sunduğu görülmektedir (Makas & Çelik, 2022; Tepeli Temiz & Ulusoy Gökçek, 2020; Topkaya & Büyükgöze Kavas, 2015). Benzer şekilde, öz-şefkat için kaygılı bağlanma ile aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek boyutları anlamlı yordayıcılar iken; kaçınan bağlanma ile algılanan sosyal desteğin özel bir insan boyutunun ise anlamlı yordayıcılar olmadıkları ortaya konulmuştur (Bayar & Tuzgöl Dost, 2018). Araştırmadan elde edilen bulgularla paralellik gösteren bu bulgu, aile ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin üniversite öğrencilerinin iyi oluşlarına katkısını açıklar görünmektedir.

Araştırmada aile ve arkadaş sosyal desteğinin olumsuz yönde anlamlı yordayıcılar olmasıyla birlikte, özel birinden algılanan sosyal desteğin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmektedir. İlgili alan yazında, araştırmada kullanılan ölçme aracının özel bir insan boyutunun ayırt ediciliğinin zayıf olmasıyla ilgili tartışmaların olduğu görülmektedir. Araştırmacılar kültürümüzde özel bir insan kavramının sevgili, partner olarak algılandığını ve bu nedenle uygulamada "ailenin ve arkadaşların dışında olan kişi (örneğin, flört, nişanlı, akraba, komşu, doktor)" ifadesinin tercih edildiğini belirtmektedirler (Eker ve diğerleri, 2001). Başka bir ifade ile özel bir insan kavramının daha farklı bireyleri içerecek şekilde genişletildiği anlaşılmaktadır. Nitekim bu durum ölçme aracının maddelerine de aynı şekilde aktarılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan psikolojik belirtilerin aile ve arkadaş sosyal desteği tarafından anlamlı şekilde yordanması bulgusu,

yardım talebinde bulunan üniversite öğrencilerinin daha çok yakın ilişkide oldukları bireylerden sosyal destek algıladıklarını göstermektedir. Bu durum, katılımcıların toplulukçu kültürde yaşamaları ve bu nedenle yakın ilişkilere yükledikleri önemle açıklanabilir görünmektedir.

### Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu araştırma, bireyle psikolojik danışma yardımı almak için başvuruda bulunan öğrencilerden elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. Araştırma, yardım talebinde bulunmayan ve bulunan öğrencilerle tekrarlanabilir ve araştırmanın hipotezleri iki grupta karşılaştırılabilir. Bununla birlikte, araştırma Anadolu Üniversitesinde öğrenim gören ve çoğunluğu kadın olan öğrencilerle gerçekleştirilmiştir. Araştırma, farklı sosyo kültürel özelliklere sahip öğrencilerin öğrenim gördükleri üniversitelerde ve yakın cinsiyet oranına sahip gruplarda cinsiyetler arasında karşılaştırma yapacak şekilde tekrarlanabilir. Bu çalışmada öğrencilerin psikolojik belirtilerini yordayan değişkenler olarak güvensiz bağlanma boyutları ve algılanan sosyal destek değişkenleri hiyerarşik regresyon analizi ile ele alınmıştır. Araştırmacılar, bu yordayıcı değişkenler ile psikolojik belirti düzeyleri arasındaki ilişkilerde aracılık rolü bulunabilecek değişkenleri yapısal eşitlik modelleri ile test edebilirler. Bununla birlikte, daha fazla katılımcıya ulaşarak olumsuz bağlanma boyutları bağlamında gerçekleştirilecek kümeleme analizi yoluyla, kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerine sahip üniversite öğrencileri için sosyal destek kaynakları ayrı ayrı incelenebilir. Ayrıca, psikolojik belirtiler değişkeni bu çalışmada boyutlar bazında ele alınmamış, bunun yerine toplam puan olarak dikkate alınmıştır. Araştırmanın yordayıcı değişkenlerinin psikolojik belirtilerle olan ilişkilerinin daha detaylı incelenmesi amacıyla analizler boyutlar bazında tekrarlanabilir. Son olarak, çalışmada psikolojik belirtilerin ölçümünde yararlanılan envanterle birlikte, dışı vuruşla ilişkili belirtileri daha iyi yansıtacak envanterlerin de kullanılmasıyla araştırma tekrarlanabilir. Böylece kaçınan bağlanma ile psikopatoloji ilişkisi detaylı şekilde incelenebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgular bağlamında, üniversitelerin psikolojik danışma ve rehberlik merkezine başvuru yapan öğrencilerin bağlanma örüntüleri, başvuru esnasında ölçme araçları ile belirlenebilir ve buna uygun müdahaleler planlanabilir. Özellikle kaygılı bağlanan öğrencilerin kişilerarası ilişkilerle ilgili geçmiş yaşantıları ve gerçekçi olmayan düşünceleri üzerinde çalışılabilir. Böylece öğrencilerin daha sağlıklı ilişkiler kurarak sosyal destek düzeyleri artırılabilir. Benzer şekilde, güvensiz bağlanan üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki becerilerini geliştirmeye yönelik olarak çalıştaylar veya grupla psikolojik danışma programları geliştirilebilir. Bununla birlikte, öğrencilerin sosyal etkileşimlerini artırmaya yönelik olarak öğrencilerin ilgisini çekebilecek güncel bir konuda söyleşiler düzenlemek veya açık gruplar yürütmek gibi grup temelli müdahaleler artırılabilir.

### Yazarın Beyanı

**Araştırmacıların katkı oranı beyanı:** Araştırmanın tüm süreçleri araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir.

**Etik Kurul Kararı:** Anadolu Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulundan 26.04.2022 tarihli ve 303001 numaralı belge ile onaylanmıştır.

**Çatışma beyanı:** Herhangi bir çatışma beyanı yoktur.

**Destek ve teşekkür:** Araştırmaya katılmaya gönüllü olan Anadolu Üniversitesi öğrencilerine teşekkürlerimi sunarım.

### Kaynaklar

- Ainsworth, M. D. S. (1969). Object relations, dependency, and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 40, 969-1025. <https://doi.org/10.2307/1127008>
- Albayrak, B. (2015). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma biçimleri, bilinçli farkındalık düzeyleri ve psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiler* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Bayar, Ö., & Tuzgöl Dost, M. (2018). Üniversite öğrencilerinde öz-şefkatin yordayıcıları olarak bağlanma tarzı ve algılanan sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(3), 689-704.



<https://doi.org/10.16986/HUJE.2017029306>

- Blanco, C., Okuda, M., Wright, C., Hasin, D. S., Grant, B. F., Liu, S. M., & Olfson, M. (2008). Mental health of college students and their non-college-attending peers: results from the national epidemiologic study on alcohol and related conditions. *Archives of General Psychiatry*, 65(12), 1429-1437. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.65.12.1429>
- Bonab, B. G., & Koohsar, A. A. H. (2011). Relation between quality of attachment and psychological symptoms in college students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 197-201. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.039>
- Bowlby, J. (2014a). *Sevgi bağlarının kurulması ve bozulması* (Çev: M. Kamer). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bowlby, J. (2014b). *Ayrılma* (Çev: M. Günay). Pinhan Yayıncılık.
- Büyükçolpan, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde nomofobi, bağlanma biçimleri, depresyon ve algılanan sosyal destek* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Cheng, H. L., McDermott, R. C., & Lopez, F. G. (2015). Mental health, self-stigma, and help-seeking intentions among emerging adults: An attachment perspective. *The Counseling Psychologist*, 43(3), 463-487. <https://doi.org/10.1177/0011000014568203>
- Collins, N.L., & Read, S.J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644– 663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Çebi, E., & Demir, A. (2020). Help-seeking attitudes of university students in Turkey. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 42(1), 37-47. <https://doi.org/10.1007/s10447-019-09385-7>
- Çinkılınç, K. (2018). *The role of world assumptions and coping strategy in understanding the relationship between attachment, trauma, depressive and post traumatic stress symptoms* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Bahçeşehir Üniversitesi.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Pegem Akademi.
- Derogatis, L. R. (1992). *The brief symptom inventory (BSI): Administration, scoring and procedures manual=II* (2nd Ed.). National Computer Systems.
- Doğan, T. (2008). Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 30-44.
- Duru, E. (2008). Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 15-24.
- Eisenberg, D., Hunt, J., Speer, N., & Zivin, K. (2011). Mental health service utilization among college students in the United States. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 199, 301–308. <http://dx.doi.org/10.1097/NMD.0b013e3182175123>
- Eker, D., Arkar, H., & Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17-25.
- Ergin, B. E. & Dağ, İ. (2013). Kişilerarası problem çözme davranışları, yetişkinlerdeki bağlanma yönelimleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 14(1), 36-45. <https://doi.org/10.5455/apd.35958>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis* (No. 7). WW Norton & Company.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39, 175-191.

<https://doi.org/10.3758/bf03193146>

- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350>
- Gallagher, R. P. (2014). *National survey of counseling center*. International Association of Counseling Services.
- Gülüm, İ. V., & Dağ, İ. (2014). Yetişkin bağlanma örüntüleri ile psikopatoloji belirtileri arasındaki ilişkide bilişsel özelliklerin aracı rolü: Kontrol odağı ve tekrarlayıcı düşünme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25(4), 244–252.
- Gündüz, B. (2013). Bağlanma stilleri, akılcı olmayan inançlar ve psikolojik belirtilerin bilişsel esnekliği yordamadaki katkıları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2071–2085. <http://dx.doi.org/10.12738/estp.2013.4.1702>
- Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 3–10. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008>
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (5. Baskı). Asil Yayın Dağıtım.
- Kendler, K. S., Myers, J., & Prescott, C. A. (2005). Sex differences in the relationship between social support and risk for major depression: A longitudinal study of opposite-sex twin pairs. *American Journal of Psychiatry*, 162, 250–256. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.2.250>
- Kenny, M. E., & Barton, C. E. (2003). Attachment theory and research: Contributions for understanding late adolescent and young adult development. In J. D. C. Andreoletti (Ed.) *Handbook of adult development* (pp.371–389). Kluwer.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321–342.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593–602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Kim, J. E., Saw, A., & Zane, N. (2015). The influence of psychological symptoms on mental health literacy of college students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 85(6), 620. <http://dx.doi.org/10.1037/ort0000074>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (5th ed.). The Guilford Press.
- Kolkhorst, B., Yazedjian, A., & Toews, M. (2010). A longitudinal examination of parental attachment, college adjustment, and academic achievement. *Journal of the First-Year Experience & Students in Transition*, 22(1), 9–25.
- Makas, S., & Çelik, E. (2022). The examination of life satisfaction in terms of emotional expression, resilience and perceived social support. *Yaşadıkça Eğitim*, 36(2), 252–263. <https://doi.org/10.33308/26674874.2022362359>
- Mattanah, J. F., Lopez, F. G., & Govern, J. M. (2011). The contributions of parental attachment bonds to college student development and adjustment: A meta-analytic review. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 565–596. <https://doi.org/10.1037/a0024635>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press
- Nur Şahin, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N., & Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk örneklemine psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 1–11.

- Simon, H. L. M., DiPlacido, J. & Conway, J. M. (2019). Attachment styles in college students and depression: The mediating role of self differentiation. *Mental Health & Prevention*, 13, 135-142. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2019.01.011>
- So, C., & Fiori, K. (2022). Attachment anxiety and loneliness during the first-year of college: Self-esteem and social support as mediators. *Personality and Individual Differences*, 187, 111405. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111405>
- Stallman, H. M. (2010). Psychological distress in university students: A comparison with general population data. *Australian Psychologist*, 45(4), 249-257. <https://doi.org/10.1080/00050067.2010.482109>
- Storrie, K., Ahern, K., & Tuckett, A. (2010). A systematic review: Students with mental health problems—a growing problem. *International Journal of Nursing Practice*, 16(1), 1-6. <https://doi.org/10.1111/j.1440-172X.2009.01813.x>
- Şahin, H. N., Batgün, D. A., & Uğurtaş, S. (2002). Kısa Semptom Envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 125-135.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th Ed.). Pearson.
- Tepeli Temiz, Z., & Ulusoy Gökçek, V. (2020). Yurtta kalan üniversite öğrencilerinin anksiyete, sosyal destek ve yaşam doyum düzeyleri ile baş etme stillerinin incelenmesi. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, (15), 431-458. <https://doi.org/10.16947/fsmia.758108>
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1-11.
- Topkaya, N., & Büyükgöze Kavas, A. (2015). Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve niyet arasındaki ilişkiler: Bir model çalışması. *Turkish Studies (Elektronik)*, 10(2), 979-993.
- Umberson, D., & Karas Montez, J. (2010). Social relationships and health: A flashpoint for health policy. *Journal of Health and Social Behavior*, 51(1), 54-66. <https://doi.org/10.1177/0022146510383501>
- Vogel, D. L., & Wei, M. (2005). Adult attachment and help-seeking intent: The mediating roles of psychological distress and perceived social support. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 347. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.347>
- Vungkhanching, M., Tonsing, J. C., & Tonsing, K. N. (2017). Psychological distress, coping and perceived social support in social work students. *British Journal of Social Work*, 47(7), 1999-2013. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcw145>
- Wadman, R., Webster, L., Mawn, L., & Stain, H. J. (2019). Adult attachment, psychological distress and help-seeking in university students: Findings from a cross-sectional online survey in England. *Mental Health & Prevention*, 13, 7-13. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2018.11.003>
- Yılmaz, E., Yılmaz, E., & Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2), 71-79.
- Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünleyici model arayışı* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Zhang, M., Zhang, J., Zhang, F., Zhang, L., & Feng, D. (2018). Prevalence of psychological distress and the effects of resilience and perceived social support among Chinese college students: Does gender make a difference? *Psychiatry Research*, 267, 409-413. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.038>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)

Zimet, G. D., Powell, S. S., Farley, G. K., Werkman, S., & Berkoff, K. A. (1990). Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 55(3-4), 610-617.  
<https://doi.org/10.1080/00223891.1990.9674095>

## EXTENDED ABSTRACT

### Introduction

Most life-long mental disorders start between the ages of 18 and 24, including the university period (Kessler et al., 2005), and the rate of symptom levels in the university sample is higher than in the general sample (Stallman, 2010). However, the literature indicates that the incidence and level of mental health problems increase in university students (Gallagher, 2014; Hunt & Eisenberg, 2010; Storrie et al., 2010). It is essential to reveal the variables that explain the psychological symptoms as much as possible regarding the psychological support services planned for the students to continue and complete the university process healthily. In this context, it seems necessary to examine the relationship between attachment patterns, which impact individuals' lifelong relationships and emotional states, and the level of social support that individuals perceive from others with whom they are in a relationship, with the psychological symptoms of university students.

Research findings on attachment reveal the facilitating role of secure attachment in students' university lives (Kolkhorst et al., 2010; Mattanah et al., 2011; Mikulincer & Shaver, 2007). The anxious and avoidant attachment patterns are associated with psychological symptoms (Ergin & Dağ, 2013; Vogel & Wei, 2005), depression (Gülüm & Dağ, 2014; Simon et al., 2019; Yüksel, 2014), anxiety (Yüksel, 2014), loneliness (So & Fiori, 2022), and post-traumatic stress symptoms (Çinkılıç, 2018). In the related literature, social support systems play an essential role in mental health problems (Eker et al., 2001), and act as buffers for the individual in stressful times (Zimet et al., 1988). Research findings show that social support obtained from different sources contributes to a decrease in the psychological symptom levels of university students (Büyükçolpan, 2019; Çebi & Demir, 2020; Doğan, 2008; Vungkhanching et al., 2017; Wadman et al., 2019; Zhang et al., 2018).

This study aims to evaluate the psychological symptom levels of university students who may need psychological help regarding their interpersonal relationships. In this context, the predictor of students' anxious and avoidant attachment patterns, and the social support they perceive from family, friends, and a special person regarding their psychological symptoms, will be examined. Within the scope of the research, the following hypotheses have been tested:

- H1: There is a significant relationship between university students' anxious and avoidant attachment patterns and their psychological symptom levels.
- H2: There is a significant relationship between the levels of social support perceived by university students from family, friends, and someone special, and their psychological symptoms.
- H3: The anxious and avoidant attachment patterns of university students, and the level of social support they perceive from family, friends, and a special person, significantly predict their psychological symptoms.

### Method

Ethics committee permission and the consent of the participants were obtained for the study. 419 (334 F, 85 M;  $\bar{X}$ = 22.79) students who applied for psychological help participated in the research. The Personal Information Form, the Inventory of Experiences in Close Relationships-Revised, the Multi-dimensional Scale of Perceived Social Support, and the Brief Symptom Inventory were used. Standard deviation, kurtosis and skewness coefficients, the Pearson Product Moments Correlation Coefficient, and hierarchical regression analysis were used.

### Results

The highest significant correlation was between anxious attachment and psychological symptoms ( $r=.49$ ,  $p<.01$ ). In addition, there was no significant relationship between avoidant attachment and psychological symptoms ( $r=-.05$ ,  $p>.01$ ). The anxious and avoidant attachment variables were included in the hierarchical regression analysis in the first step. The anxious attachment contributed significantly to the model ( $\beta=.49$ ,  $p<.01$ ). The model explained 24% of the total variance. After this, the dimensions of perceived social

support included in the second step of the model were analyzed; perceived social support from family ( $\beta = .15$ ,  $p < .01$ ) and friends ( $\beta = .12$ ,  $p < .01$ ) contributed significantly to the model and, with these variables, the model explained 30% of the total variance.

### **Conclusion**

The study determines that anxious attachment and perceived social support from family and friends are significant predictors of the psychological symptoms of university students seeking psychological help. A positive and significant relationship between anxious and avoidant attachment and psychological symptoms in university students, have also been demonstrated in previous studies (Cheng et al., 2015; Ergin & Dağ, 2013; Wadman et al., 2019). When the study findings are examined, it is noteworthy that there is no significant relationship between avoidant attachment and psychological symptoms. The psychological symptoms inventory may be insufficient to measure pathological symptoms that are more common in avoidant attachments. The research findings between social support and psychological symptoms are similar to the findings obtained in this study (Doğan, 2008; Vungkhanching et al., 2017). The findings reveal the protective function of close relationships in terms of the psychological symptoms of university students.