



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUMUN VE PSİKOLOJİK YARDIM ALMA NİYETİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF UNIVERSITY STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS SEEKING HELP AND INTENTION TO GET HELP ACCORDING TO VARIOUS VARIABLES

Yunus ALTUNDAĞ¹ - Zeynep Hilal KILIÇ² - Osman BİÇER³

Öz

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun ve psikolojik yardım alma niyetinin bazı demografik değişkenlere (cinsiyet, sınıf düzeyi, fakülte türü, romantik ilişki durumu, daha önce psikolojik yardım alma, yardım alınan uzman türü, yardımın yararlılığı) göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini, 2019-2020 eğitim-öğretim yılında üniversite düzeyinde öğrenim görmekte olan 884 (514 kız, 370 erkek) lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği, Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri ve Kişisel Bilgi Formu kullanılarak elde edilen araştırma verileri t-testi ve ANOVA ile analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarında üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının bazı değişkenlere (cinsiyet, sınıf düzeyi, fakülte, romantik ilişki durumu, daha önce psikolojik yardım alma, yardımın yararlılığı) göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Katılımcıların %81,9'u öğrenim gördükleri üniversitelerinde psikolojik danışmanlık merkezinin gerekli olduğunu ifade etmişlerdir. Bununla birlikte psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve psikolojik yardım alma niyetinin yardım alınan uzman türüne göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bulgular ilgili literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum, psikolojik yardım alma niyeti, üniversite öğrencisi

Abstract

In this study, it was aimed to examine the attitudes towards getting psychological help and the intention to receive psychological help in university students according to some demographic variables (gender, class level, faculty type, romantic relationship status, previous psychological help, the type of expert who received help, the usefulness of the help). The sample of the research consists of 884 (514 female, 370 male) undergraduate students studying at the university level in the 2019-2020 academic year. The research data which was obtained by using the Attitude Scale towards Seeking Psychological Help, the Inventory of Intention to Seek Psychological Help and the Personal Information Form was analyzed by t-test and ANOVA. According to the results of the study, it was found that university students' attitude and intention to receive psychological help scores differ significantly according to the variables of gender, class level, faculty, romantic relationship status, previous psychological help, and the opinions about the usefulness of help. 81.9% of the participants stated that a Psychological Counseling Center is required at their university. However, it was concluded that the attitude towards getting psychological help and the intention to get psychological help did not differ according to the type of expert from whom they received help. The findings were discussed within the framework of the relevant literature.

Keywords: Attitude towards seeking psychological help, intention to seek psychological help, university student

¹ Arş. Gör. Dr., Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
yunusaltundag14@hotmail.com, Orcid: 0000-0003-2748-8862

² Psk. Danışman, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
klczeynep16@gmail.com, Orcid: 0000-0002-6652-1015

³ Psk. Danışman, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
osmanbicir@gmail.com, Orcid: 0000-0002-3304-8399

Makale Türü: Araştırma Makalesi – Geliş Tarihi: 27.02.2021 – Kabul Tarihi: 10.08.2021

DOI:10.17755/esosder.887942

Atıf için: Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 2021;20(80): 1933-1950

Etik Kurul İzni: Bolu İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Etik Kurulunun 12.11.2019 tarih ve 2020/01 toplantısında Etik Kurul İzni alınmıştır.

Giriş

Üniversiteye başlama, çoğu öğrenci için daha fazla bağımsızlık kazanma, kendi kararlarını alabilme ve yeni roller edinme anlamına gelmektedir. Hayatın bu bölümünde bireylerin kendi kimliklerini oluşturmaları ve yaşam rollerini bulmaları gerektiğinden bu dönem stresli ve sıkıntılı geçebilmektedir (Kadison ve DiGeronimo, 2004; Pedrelli, Nyer, Yeung, Zaluf ve Wilens, 2015). Öğrenciler bu dönemde sosyal problemler, uyum sorunları, uyku sorunları, yeme-içme sorunları, alkol-sigara-madde kötüye kullanımı, ekonomik sorunlar, akademik sorunlar, gelecek ve mezuniyet temelli sorunlar ile daha sık karşı karşıya gelmektedir (Auerbach vd., 2018; Beiter vd., 2015; Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012; İkiz, Mete-Otlu, 2015; Nyer vd., 2013; Soet ve Sevig, 2006; Weitzman, Folkman, Lemieux-Folkman ve Wechsler, 2003). Türkiye'de yapılan araştırmalar incelendiğinde üniversite öğrencilerinin duygusal, romantik, ekonomik ve akademik alanlarda sıklıkla sorunlar yaşadığı görülmektedir (Atik ve Yalçın, 2010; Erkan vd., 2012; Topkaya ve Meydan, 2013; Türküm, Kızıldaş ve Sarier, 2004). Geniş bir yelpazedeki bu problemler karşısında öğrencilerin formal (profesyonel yardım kaynakları) ve informal (aile, arkadaş ve dini lider vb.) kaynaklardan destek almayı tercih ettikleri görülmektedir (Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi, 2005). Öğrenciler genel olarak, öncelikle informal kaynaklara yönelmekte ve sıklıkla arkadaşları veya ailelerinden yardım almayı tercih etmektedirler (Çebi, 2009; Demir ve Koydemir, 2005; D'Avanzo vd., 2012; Erkan vd., 2012; Rickwood vd., 2005; Topkaya ve Meydan, 2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım arama davranışı genellikle informal olmakla birlikte formal de olabilmektedir.

Bireyin psikolojik yardım arama davranışı karmaşık bir süreçtir ve Ajzen'in (1991) Planlı Davranış Kuramı bu sürece kuramsal çerçeve oluşturmuştur. Ajzen (1991) bireyin davranışında niyet merkeziyle tutum, öznel normlar ve algılanan davranışsal kontrol faktörlerinin etkili olduğunu öne sürmüştür. Bu üç faktörün de niyet üzerinde önemli olduğunu ancak kilit rol oynayan faktörün tutum olduğunu belirtmiştir. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum, bireyin gerektiği durumda bir profesyonelden yardım almaya yönelik bilişsel, duyuşsal ve davranışsal eğilimidir; kişiyle, problemle ve yardım istenilen kaynakla ilişkilidir (Erkan vd., 2011; Türküm, 2001). Psikolojik yardım alma niyeti ise bireyin yaşadığı güç durumdan dolayı yardım almaya ilişkin istekliliğidir (Rickwood vd., 2005). Psikolojik yardıma yönelik yapılan çoğu araştırmada tutumların, psikolojik yardım alma niyeti üzerindeki aracı rolünün belirlenmesi üzerine araştırmaya dahil edildiği görülmektedir (Cepeda-Benito ve Short, 1998; Kelly ve Achter, 1995; Komiya, Good ve Sherrod, 2000; Pederson ve Vogel, 2007; Topkaya, 2011). Psikolojik yardım alma tutumu yüksek olan bireylerin psikolojik yardım alma niyetinin de yüksek olduğu görülmektedir (Dearing, Maddux ve Tangney, 2005; Erkan vd., 2012; Topkaya, 2011; Vogel, Wade ve Hackler, 2007). Psikolojik yardım alma niyetinin cinsiyete göre karşılaştırıldığı çalışmalarda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek yardım arama niyetine sahip olduğu görülmüştür (Atik ve Yalçın, 2011; Erkan vd., 2012; Keklik, 2009; Topkaya ve Meydan, 2013). Daha önce psikolojik yardım almış olmak ise psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu ve psikolojik yardım alma niyetini olumlu yönde etkileyebilmektedir (Çebi, 2009; Çivan, 2019; Erkan vd., 2012; Meydan ve Lüleci, 2013; Türküm, 2005; Vogel, vd., 2006). Ayrıca eğitim görülen fakülte türünün psikolojik yardım almaya ilişkin tutuma etkisinin incelendiği araştırmada Eğitim Fakültesinde öğrenim görenlerin daha olumlu tutuma sahip oldukları ifade edilmektedir (Odacı ve Kınık, 2018). Romantik ilişkinin, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve psikolojik yardım alma niyetine etkisi üzerine yapılmış herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak arkadaş ve özel kişilerden algılanan sosyal destek düzeyi yüksek olan bireylerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve psikolojik yardım alma niyeti puanlarının

yüksek olduğu araştırma sonuçlarıyla vurgulanmıştır (Çebi, 2009; Koydemir- Özden, 2010; Topkaya, 2011).

Çoğu psikolojik bozukluğun 15 ile 24 yaş arasında ortaya çıktığı bilinmektedir (Kessler, Berglund, Demler, Jin ve Merikangas, 2005). Bu açıdan bakıldığında üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı açısından risk grubunda olduğu sonucuna ulaşılabilir (Auerbach vd., 2016; Eisenberg, Hunt ve Speer, 2013; Larcombe vd., 2016; Stallman, 2010). Üniversite öğrencileri üzerine yapılan çalışmada; katılımcıların ruhsal belirti düzeylerinin psikopatolojik düzeyde olmasa da yüksek düzeyde olduğu aynı zamanda ön plana çıkan ruhsal belirtilerin sırasıyla depresyon, kaygı ve olumsuz benlik algısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Özel, Türkleş ve Erdoğan, 2020). Karataş ve Gizir'e (2013) göre birinci ve ikinci sınıfta öğrencilerin eğitsel ihtiyaçları ön plana çıkarken üçüncü ve dördüncü sınıfta ekonomik, kariyer ve ilişki temelli gereksinimler daha ön plandadır. Bir başka çalışmada son sınıf öğrencilerinin işsizlik kaygısı düzeyleri ile sürekli kaygı, depresyon ve stres düzeyleri arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür (Tekin-Tayfun ve Korkmaz, 2016). Yapılan 4 yıllık boylamsal bir araştırma verilerine göre ise öğrencilerin kaygı düzeyleri, olumsuz duygu durum düzeyleri ve psikotik belirtileri 3 yıllık süreçte sürekli olarak artmakta ve üçüncü sınıfta tepe noktasına ulaşmaktadır (Koç, Çolak ve Düşünceli, 2013). Bununla birlikte üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri arttıkça psikolojik yardım almaya yönelik tutumun da arttığı belirtilmektedir (Çankaya, 2008; Çivan, 2019; Yelpaze, 2016).Yapılan çalışmalarda üniversite öğrencilerinin karşılaştıkları problemlerle baş etmelerinde psikolojik danışma merkezlerinden alınan yardımın önemli ve işlevsel olduğu araştırma sonuçlarıyla vurgulanmaktadır (Çivan, 2019; Erkan vd., 2012; Kızıldağ vd., 2012; Sezer, Gülleroğlu, 2016). Dolayısıyla toplum ruh sağlığı ve gençlerin psikolojik iyi oluşlarının artırılması açısından yararlı olabilecek konuların başında psikolojik yardım almaya ilişkin tutuma ve psikolojik yardım alma niyetine etki eden faktörlerin belirlenmesi gelmektedir (Rickwood, vd., 2005; Topkaya ve Meydan, 2013). Bu ihtiyaçtan hareketle, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun ve niyetin; psikolojik yardıma ilişkin görüş, deneyim ve demografik değişkenlerle birlikte incelenmesi bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Böylece bu araştırmanın üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun ve psikolojik yardım alma niyetinin daha iyi anlaşılmasına, söz konusu tutumu etkileyen faktörlerin belirlenmesine ve buna dair faaliyetlerin geliştirilmesine yönelik katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Deseni

Çalışma betimsel tarama modelinin kullanıldığı nicel bir çalışmadır. Betimsel temelli nicel çalışmalarda amaç mevcut bir durum ya da olguyu araştırmak ve ortaya çıkartmaktır (Karasar, 2005). Çalışmada üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun ve psikolojik yardım alma niyetinin çeşitli değişkenler açısından betimlenerek açıklanması amaçlanmıştır.

Çalışma Grubu

Çalışmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme, çeşitli sınırlılıklar nedeniyle kolay ulaşılabilir ve uygulanabilir birimlerden katılımcıların seçilmesidir (Karasar, 2005). Araştırma 2019-2020 öğretim yılında Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesinde öğrenim gören 903 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Veri setinin ilk kontrolünden sonra bazı katılımcıların formları eksik ya da hatalı doldurmaları ve verilerin uç değerlere sahip olmaları nedeniyle 19 kişinin verileri çıkartılmış ve 884 kişilik veri seti üzerinden çalışmaya devam edilmiştir. Katılımcıların 370'i (%41.9) erkek, 514'ü (%58.9)

kadın öğrencilerden oluşmaktadır. Sınıf düzeylerine bakıldığında ise 198 (%22.4) 1. sınıf, 185 (%20.9) 2. sınıf, 251 (%28.4) 3. sınıf, 250 (%28.3) 4. sınıf ve üzerinde eğitim gören katılımcılardan oluştuğu görülmektedir.

İşlem

Çalışma öncesinde ölçeklerin kullanımına ilişkin gerekli izinler alındıktan sonra Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi (BAİBÜ) İnsan Araştırmaları Etik Kurulunda 12.11.2019 tarih ve 2019/350 sayılı kararı ile izin alınarak veri toplanmaya başlanmıştır. Veriler, bir kısım katılımcıdan kağıt-kalem yöntemiyle yüz yüze toplanırken bir kısım katılımcıdan da dijital ortamda oluşturulan form yoluyla toplanmıştır. Çalışmada gönüllü katılım sağlandığına dair onay alınmıştır. Çalışma grubunun örnekleme BAİBÜ olduğu için bu üniversitede öğrenim görmekte olan farklı fakülte öğrencilerine ulaşılarak veri toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Formu ile Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilmiş olan form, katılımcılara ilişkin cinsiyet, sınıf düzeyi, romantik ilişki durumu, psikolojik yardım alma durumu gibi temel betimsel özelliklerin tespit edilmesi amacıyla geliştirilmiştir. Çalışmada elde edilen bulguların önemli bir kısmında bağımlı değişken olarak tercih edilmiştir.

Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE): 12 madde 3 boyuttan oluşan ölçek Topkaya (2011) tarafından geliştirilmiştir. Dörtlü Likert tipi bir ölçektir. Açıklayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda ölçeğin açıklanan varyansı %57.93 ve faktör yük değerlerinin .50 ile .80 arasında değiştiği bulunmuştur. Yapılan DFA sonucuna göre uyum iyiliği değerleri ise $\chi^2 = 174.91$, $sd = 50$ ($\chi^2 /sd = 3.49$), $AGFI = .90$, $GFI = .93$, $CFI = .96$, $RMSEA = .07$ ve $RMR = .04$ olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .84, ilişkisel sorunlar alt boyutu için .76, travmatik sorunlar alt boyutu için .72, duyuşsal-davranışsal alt boyutu için .68 olarak hesaplanmıştır. Ölçek maddelerinin madde toplam korelasyon katsayılarının .33 ile .63 arasında değiştiği rapor edilmiştir. Bizim çalışmamızdan da toplanan verilerle birtakım geçerlik ve güvenilirlik kanıtları incelenmiştir. Bu çalışmadaki DFA sonucu oluşan uyum iyiliği değerleri ise $\chi^2 = 203.22$, $sd = 46$ ($\chi^2 /sd = 4.44$), $AGFI = .93$, $GFI = .96$, $CFI = .95$, $RMSEA = .06$ ve $RMR = .05$ olarak hesaplanmıştır. Bu değerlerden $\chi^2 /sd = 4.44$, $AGFI = .93$ ve $RMSEA = .06$ kabul edilebilir uyuma; $GFI = .96$, $CFI = .95$ ve $RMR = .05$ ise mükemmel uyuma işaret etmektedir (Kline, 2015; Sümer, 2000; Şimşek, 2007; Tabachnick ve Fidell, 2001). Ayrıca yine bizim çalışmamızdaki Cronbach Alfa katsayısı ile ilgili sonuçlara bakıldığında ölçeğin tamamı için .83, ilişkisel sorunlar alt boyutu için .72, travmatik sorunlar alt boyutu için .78, duyuşsal-davranışsal alt boyutu için .70 olarak bulunmuştur.

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form(PYAİTÖ): Fischer ve Farina (1995) tarafından geliştirilen ölçek, 29 maddelik uzun formun kısaltılarak 10 maddeye düşürülmesi ile elde edilmiştir. Ölçek tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Topkaya (2011) tarafından yapılmıştır. Türk kültürüne uyarlama çalışmasında hem DFA hem de madde toplam korelasyonları ile Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sonucunda bir maddenin çalışmadığı görülmüş ve ölçeğin nihai geçerlik ve güvenilirlik analizleri 9 madde üzerinden yürütülmüştür. Bu çalışmada da geçerlik ve güvenilirlik analizleri 9 maddelik form üzerinden yürütülmüştür. Yapılan (DFA) sonucunda ölçeğin uyum iyiliği değerleri ($\chi^2 = 84.80$, $sd = 26$, $p < .01$, $\chi^2/sd = 3.26$, $AGFI = .92$, $GFI = .96$, $CFI = .94$, $RMSEA = .07$ ve $RMR = .05$) olarak hesaplanmıştır. Bu değerlerden $\chi^2/sd = 3.26$, $AGFI = .92$, $CFI = .94$, $RMSEA = .07$ iyi uyuma; $GFI = .96$ ve $RMR = .05$ ise mükemmel

uyuma karşılık geldiği görülmektedir (Kline, 2015; Sümer, 2000 Tabachnick ve Fidell, 2001). Ölçekteki madde toplam korelasyon katsayılarının .30 ile .55 arasında değiştiği, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısının .76 olduğu bulunmuştur. Bu çalışmadaki DFA sonucunda oluşan uyum iyiliği değerleri ise $\chi^2 = 84.74$, $sd = 20$ ($\chi^2 /sd = 4.24$), AGFI = .95, GFI = .98, CFI = .96, RMSEA = .061 ve RMR = .031 olarak hesaplanmıştır. Bu uyum değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu söylenebilir (Kline, 2015; Şimşek, 2007). Yine bu çalışmadaki Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .72 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin analizi

Verilerin analizinde SPSS 22.0 ile AMOS 24 bilgisayar paket programı kullanılmıştır. Çalışma kapsamında elde edilen verilerde temel betimsel analizlerin yanında parametrik teknikler kullanılmıştır. Yapılan normallik testleri sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği durumlarda ikili karşılaştırmalarda t-testi, çoklu karşılaştırmalarda ise Anova testi yapılmıştır. Ayrıca kullanılan ölçme araçlarının mevcut çalışmadaki geçerlik ve güvenilirlik durumlarını gözden geçirmek için DFA ile Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları da incelenmiştir. Verilerin analizine geçmeden önce eksik ya da hatalı formlar çalışmadan çıkartılmıştır. Yapılan kayıp değer analizinde kayıp değer olmadığı tespit edilmiştir. Bunun yanında uç değer analizinde çalışmada kullanılan her iki ölçeğin toplam puanları üzerinden z standart puanına dönüştürülerek ± 3.290 aralığı dışında kalan (Field, 2013) altı kişiye ait veriler de veri setinden çıkartılarak istatistiksel işlem aşamalarına geçilmiştir.

BULGULAR

Araştırma kapsamında katılım gösteren öğrencilere cinsiyet, sınıf düzeyi, fakülte türü, romantik ilişki durumu gibi demografik sorular ve psikolojik yardıma ilişkin bazı sorular sorulmuştur. Araştırma örneklemine ait betimsel istatistiklere Tablo 1.'de yer verilmiştir.

Tablo 1: Araştırmaya İlişkin Betimsel İstatistikler

		F	%	Yığılmalı
Cinsiyet	Erkek	370	41.9	41.9
	Kadın	514	58.1	100
Sınıf Düzeyi	Birinci Sınıf	198	22.4	22.4
	İkinci Sınıf	185	20.9	43.3
	Üçüncü Sınıf	251	28.4	71.7
	Dördüncü Sınıf ve Üzeri	250	28.3	100
Fakülte	EF	174	19.7	19.7
	FEF	135	15.3	35.0
	İİBF	101	11.4	46.4
	İlahiyat	41	4.6	51.0
	MMF	108	12.2	63.2
	SB	143	16.2	79.4
	(Diğer)	182	20.6	100
Romantik İlişki Durumu	Var	300	33.9	33.9
	Yok	584	66.1	100
Daha Önce Yardım Alma	Evet	208	23.5	23.5
	Hayır	676	76.5	100

Şu An Desteğe İhtiyaç Duyma	Hayır, İhtiyacım Yok	352	39.8	39.8
	Kararsızım	262	29.6	69.5
	Evet, İhtiyacım Var	270	30.6	100
Alınan Yardımın Yararlılığı	Yardım Almayan	675	76.4	76.4
	Hayır, Katılmıyorum	54	6.1	82.5
	Kararsızım	58	6.5	89.0
	Evet, Katılıyorum	97	11.0	100
Yardım Veren	Yardım Almayan	676	76.5	76.5
	Psikolojik Danışman	32	3.6	80.1
	Psikolog	83	9.4	89.5
	Psikiyatr	93	10.5	100
Üniversitenizde PDR Merkezine İhtiyaç Var mı	Evet	724	81,9	81,9
	Kararsızım	111	12,6	94,5
	Hayır	49	5,5	100

PYAİTÖ'ye ve PYANE'ye ilişkin yapılacak analizler öncesi araçların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Normallik testi sonuçlarına da Tablo 2.'de yer verilmiştir.

Tablo 2: PYAİTÖ ve PYANE Normallik Testi Sonuçları

	N	Mod	Med	\bar{X}	Ss	Çarpıklık Değer	Std. Hata	Basıklık Değer	Std. Hata
Niyet	884	33	32	31.69	6.99	0.275	0.082	0.052	0.164
Tutum	884	28	28	27.93	4.34	0.138	0.082	0.322	0.164

Tablo 2'de görüldüğü üzere Psikolojik Yardıma İlişkin Tutum ve Psikolojik Yardım Alma Niyeti Ölçeklerinin toplam puanları çarpıklık ve basıklık katsayılarının incelenmesi ile her iki ölçeğin de normal dağılıma sahip olduğu bulunmuştur. Mod, medyan ve ortalama değerlerinin her iki ölçek puanı için de birbirine yakın değerlere sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca bu durum histogram grafiği ile de doğrulanmıştır. Çarpıklık ve basıklık katsayılarına dayalı normallik sonuçlarını hesaplamada çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1 ile +1 arasında yer alması dağılımın normalliği için yeterli kabul edilmektedir (Hair, Black, Babin, Anderson, Tatham, 2013).

Katılımcıların cinsiyet, romantik ilişki durumu ve daha önce yardım alma durumu gibi iki kategorili değişkenlerine yönelik PYAİTÖ ve PYANE puanları t testi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3' de gösterilmiştir.

Tablo 3: Cinsiyete, İlişki Durumuna ve Daha Önce Yardım Alma Durumuna PYAİTÖ ve PYANE Puanlarının t Testi Sonuçları

Değişken	Ölçme Aracı	Grup	N	\bar{X}	S	t	sd	p
Cinsiyet	PYANE ¹	Erkek	370	28.51	6.9	12.43	882	.000
		Kadın	514	31.29	6.12			
	PYAİTÖ ²	Erkek	370	23.48	4.28	10.96	882	.000
		Kadın	514	26.62	4.15			
Romantik İlişki Durumu	PYANE	Var	300	32.46	6.97	2.35	882	.019
		Yok	584	31.29	6.97	2.35		
	PYAİTÖ	Var	300	25.78	4.62	2.26	882	.024
		Yok	584	25.06	4.32	2.22		
Daha Önce Yardım Alma	PYANE	Hayır	676	31.16	6.92	4.06	882	.000
		Evet	208	33.40	6.97	4.04		
	PYAİTÖ	Hayır	676	24.99	4.22	3.78	882	.000
		Evet	208	26.33	5.10	3.42		

p<.01 ¹ *Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri*

² *Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği*

Tablo 3. incelendiğinde katılımcıların cinsiyete göre tutumlarının ve niyetlerinin anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir. Buna göre kadınların PYANE (\bar{X} =33,98) ve PYAİTÖ (\bar{X} =26,62) puanlarının, erkeklerin PYANE (\bar{X} =28,51) ve PYAİTÖ (\bar{X} =23,48) puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanında üniversite öğrencilerinin PYAİTÖ ve PYANE puanları romantik ilişki durumu değişkenine göre anlamlı bir fark göstermektedir (p< 0.01). Romantik ilişkisi olan katılımcıların hem PYANE puanlarının (\bar{X} =32,46) hem de PYAİTÖ puanlarının (\bar{X} =25,78) ilişkisi olmayan bireylerin PYANE puanları (\bar{X} =31,29) ve PYAİTÖ puanlarından (\bar{X} =25,06) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular doğrultusunda romantik ilişkisi olan bireylerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumunun ve psikolojik yardım alma niyetinin ilişkisi olmayan bireylere göre daha olumlu olduğu görülmektedir. Aynı tablonun son kısmında ise katılımcılara yönlendirilen “*Daha önce bir ruh sağlığı uzmanından (Psikolojik Danışman, Psikolog, Psikiyatrist vb.) yardım aldınız mı?*” sorusuna verdikleri “*Evet, aldım*” ve “*Hayır, almadım*” cevaplarına göre PYAİTÖ ve PYANE puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Tablo incelendiğinde anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir (p<.01). Daha önce destek alan bireylerin PYANE (\bar{X} =33,40) ve PYAİTÖ(\bar{X} =26,33) puanlarının destek almayan bireylerin PYANE (\bar{X} =31,68) ve PYAİTÖ (\bar{X} =24,99) puanlarından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak daha önce psikolojik destek almış bireylerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumunun ve psikolojik yardım alma niyetinin destek almamış bireylere göre daha olumlu olduğu görülmektedir.

Fakülte türü, daha önce yardım alınan uzman türü, alınan yardımın yararlılığına ilişkin görüş gibi ikiden fazla kategorili değişkenlerin karşılaştırılabilmesi için tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır. Ardından farkı meydana getiren grupların belirlenmesi için Scheffe testleri uygulanmıştır. Sınıf düzeyine göre katılımcıların PYAİTÖ ve PYANE puanlarının tek yönlü ANOVA sonuçları Tablo 4’de gösterilmiştir.

Tablo 4: Sınıf Düzeyine Göre PYAİTÖ ve PYANE Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları.

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Yardım Alma Niyeti	Gruplararası	1109.261	3	369.754	7.726	.000	1. Sınıf-3. Sınıf
	Gruplariçi	42116.273	880	47.859			
	Toplam	43225.534	883				1. Sınıf-4.Sınıf
Yardım Almaya Yönelik Tutum	Gruplararası	370.619	3	123.540	6.254	.000	1. Sınıf-3. Sınıf
	Gruplariçi	17382.832	880	19.753			
	Toplam	17753.451	883				1. Sınıf-4. Sınıf

p< .01

Analiz sonuçları, sınıf düzeyine göre katılımcıların PYAİTÖ puanlarında [F(3, 880)=6.254, p<.01] ve PYANE [F(3, 880)= 7.72, p<.01] puanlarında anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Katılımcıların PYANE puanları arasındaki farklılığın 1. sınıf (\bar{X} =30,11) ile 3.sınıf (\bar{X} =32,79) ve 4. sınıf (\bar{X} =32,50) arasında olduğu görülmüştür. PYAİTÖ puanlarında ise 4. sınıf (\bar{X} =26,27) ile 1. sınıf (\bar{X} =24,88) ve 2. sınıf (\bar{X} =24,57) arasında fark olduğu saptanmıştır.

Katılımcıların PYAİTÖ ve PYANE puanlarının daha önce yardım alınan uzman türüne göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla tek yönlü ANOVA testi yapılmıştır. Tek yönlü ANOVA testinden elde edilen bulgular Tablo 5.'de sunulmuştur.

1940

Tablo 5: Daha Önce Psikolojik Yardım Alınan Uzman Türüne Göre PYAİTÖ ve PYANE Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Yardım Alma Niyeti	Gruplararası	27.502	2	13.751	.280	.756	-
	Gruplariçi	10054.575	205	49.047			
	Toplam	10082.077	207				
Yardım Almaya Yönelik Tutum	Gruplararası	91.099	2	45.550	1.758	.175	-
	Gruplariçi	5313.011	205	25.917			
	Toplam	5404.111	207				

p< .01

Tablo 5. incelendiğinde üniversite öğrencilerinin PYANE puanlarıyla daha önce yardım alınan uzmanın mesleği arasında anlamlı fark olmadığı bulunmuştur [F(2,205)=0.28,p>.01]. Aynı şekilde PYAİTÖ puanlarıyla daha önce yardım alınan uzman türü arasında da anlamlı fark olmadığı görülmüştür [F(2,205)=1.75,p>.01]. Başka bir deyişle, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardıma ilişkin tutumu ve psikolojik yardım alma niyeti daha önce yardım alınan uzman türüne göre anlamlı bir şekilde değişmemektedir.

Katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın yararlılığına ilişkin görüşlerine göre PYAİTÖ ve PYANE puanlarının anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Katılımcılara yöneltilen “Daha önce psikolojik yardım aldıysanız bu yardımın size fayda

sağladığını düşünüyor musunuz?” sorusuna vermiş oldukları “Yardım almadım”(1), “Evet, düşünüyorum”(2), “Kararsızım”(3) ve “Hayır, düşünmüyorum”(4) cevaplarına göre tek yönlü ANOVA testi sonuçları Tablo 6’da gösterilmiştir.

Tablo 6: Alınan Psikolojik Yardımın Yararlılığına İlişkin Görüşe Göre PYAİTÖ ve PYANE Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları.

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalama Sı	F	p	Anlamlı Fark
	Gruplararası	579.385	2	289.693	6.249	.002	2-4
Yardım Alma Niyeti	Gruplariçi	9502.692	205	46.355			3-4
	Toplam	10082.077	207				
	Gruplararası	471.565	2	235.782	9.799	.000	2-4
Yardım Almaya Yönelik Tutum	Gruplariçi	4932.546	205	24.061			3-4
	Toplam	5404.111	207				

p< .01

Analiz sonuçları katılımcıların daha önce psikolojik destek almış katılımcıların almış oldukları hizmetin yararlılığına yönelik görüşleri ile PYAİTÖ puanları [F(2, 205)= 6.249, p<.01] ve PYANE puanları [F(2, 205)= 9.799, p<.01] arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle katılımcıların yardım almaya ilişkin tutumu ve psikolojik yardım alma niyeti almış oldukları psikolojik desteğin yararlılığına yönelik görüşlerine bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir. Aldığı psikolojik desteği faydalı olarak niteleyen (\bar{X} =34,69) ve kararsız olan (\bar{X} =33,79) katılımcıların faydasız olarak niteleyen katılımcılara (\bar{X} =30,62) göre daha yüksek PYANE puanına sahip olduğu; faydalı olarak niteleyen (\bar{X} =27,85) ve kararsız olan (\bar{X} =25,63) katılımcı faydasız olarak niteleyenlere (\bar{X} =24,30) göre daha yüksek PYAİTÖ puanına sahip olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların eğitim gördükleri fakülte türüne göre PYAİTÖ ve PYANE puanlarının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Fakülte türüne göre PYAİTÖ ve PYANE puanlarının tek yönlü ANOVA sonuçları Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 7: Fakülte Türüne Göre PYAİTÖ ve PYANE Puanlarının Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yardım Alma Niyeti	Gruplararası	1368.802	6	228.134	4.780	.000	EF-MMF
	Gruplarıçi	41856.732	877	47.727			FEF-MMF
	Toplam	43225.534	883				
Yardım Almaya Yönelik Tutum	Gruplararası	668.514	6	111.419	5.719	.000	EF-MMF
	Gruplarıçi	17084.938	877	19.481			FEF-MMF
	Toplam	17753.451	883				

Analiz sonuçları katılımcıların eğitim gördükleri fakülte türü ile PYANE puanları [$F(6, 887) = 4.780, p < .01$] ve PYAİTÖ puanları [$F(6, 887) = 5.719, p < .01$] bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. PYANE puan ortalamaları bakımından Eğitim Fakültesi (EF) ($\bar{X} = 33.08$) ve Fen Edebiyat Fakültesi (FEF) ($\bar{X} = 33.23$) öğrencilerinin puan ortalamalarının Mimarlık ve Mühendislik Fakültesi (MMF) ($\bar{X} = 29.52$) öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı şekilde PYAİTÖ puan ortalamaları açısından da benzer bir tablo ortaya çıkmaktadır. EF öğrencilerinin ($\bar{X} = 26.44$) ve FEF öğrencilerinin ($\bar{X} = 25.88$) PYAİTÖ puanlarının MMF öğrencilerinin ($\bar{X} = 23.75$) puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Diğer fakülteler arasında her iki ölçme aracına göre ortalamalar arasında fark bulunamamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Üniversite yaşamı, bireyin birçok yaşam görevini tek başına yerine getirdiği aynı zamanda mesleki, akademik ve kişisel problemlerle karşılaştığı zor bir süreçtir (Kitzrow, 2003; Koç ve Polat, 2006). Bu süreçte üniversite öğrencilerinin bir takım ruh sağlığı problemleri yaşadığı belirtilmektedir (Hyun, Quinn, Madon ve Lusting, 2006; Özel, Türkleş, Erdoğan, 2020). Bu sebeple üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumuna ve psikolojik yardım alma niyetine etki eden faktörlerin belirlenmesi önem arz etmektedir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yardım almaya ilişkin tutumu ve psikolojik yardım alma niyeti; cinsiyet, sınıf düzeyi, fakülte, romantik ilişki durumu, daha önce yardım almış olma, daha önce yardım alınan uzman türü ve alınan yardımın yararlılığı açısından incelenmiştir.

Katılımcıların cinsiyete göre psikolojik destek almaya ilişkin tutumu ve psikolojik yardım alma niyeti incelendiğinde psikolojik destek alma açısından kadınların erkeklere göre daha olumlu tutuma sahip oldukları görülmüştür. Bu bulgu literatürdeki benzer araştırma bulgularıyla paralellik göstermektedir (Crowe ve Kim, 2020; Çebi, 2009; Çebi ve Demir, 2020; Gürsoy ve Gizir, 2018; Odacı ve Kınık, 2018; Rayan ve Jaradat, 2016; Rüşch vd., 2014; Serim ve Cihangir-Çankaya, 2015; Topkaya, 2021; Topkaya, 2014). Benzer sonuçlara ulaşılan diğer çalışmalarda genel olarak bu durum toplumun cinsiyet rollerine yönelik olarak sahip olduğu stereotiplerle açıklanmaktadır (Serim ve Cihangir-Çankaya, 2015; Topkaya, 2021; Topkaya, Albayrak, Bozkurt ve Yurdusever, 2020). Erkekler toplumda sert, baskın ve güçlü birey olarak algılanmaktadır (Berger, Levant, McMillan, Kelleher ve Sellers,

2005;Mansfield, Addis ve Mahalik, 2003; Odacı ve Kınık, 2018). Bunun bir sonucu olarak erkeğin bir başkasından yardım istemesi durumu bu algıyla çelişmekte, zayıflık belirtisi olarak değerlendirilmektedir (Vogel, Wade ve Hackler, 2007). Bu durumun erkeklerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumuna ve psikolojik yardım alma niyetine olumsuz bir etkide bulunduğu düşünülebilir.

Fakülte değişkenine göre psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve psikolojik yardım alma niyeti incelendiğinde EF ve FEF öğrencilerinin MMF öğrencilerine göre daha olumlu tutum ve niyete sahip oldukları görülmüştür. Bu veriler literatürdeki benzer çalışmaların bulguları ile paralellik göstermektedir (Al-Damarki, 2003; Çebi, 2009; Odacı ve Kınık, 2018). Bu durum EF ve FEF öğrencilerinin MMF öğrencilerine göre daha fazla psikoloji temelli dersler görmeleriyle açıklanabilir (Kılınç, 2001). Öte yandan MMF’de FEF ve EF’e göre erkek öğrenci yoğunluğu daha fazla olduğundan erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun ve psikolojik yardım alma niyetinin daha olumsuz olması bir diğer sebep olarak görülebilir (Çebi, 2009).

Sınıf değişkenine göre katılımcıların psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu ve psikolojik yardım alma niyeti incelendiğinde 4. sınıftaki katılımcıların tutumunun ve niyetinin 1. sınıftaki katılımcılara oranla daha olumlu olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde benzer araştırmalarda farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Bazı araştırma bulguları 4. sınıf öğrencilerinin yardım alma tutumlarının 1. sınıf öğrencilerine göre daha negatif yönde olduğunu göstermekteyken (Özdemir, 2012) bazı araştırma bulguları ise 4. sınıf öğrencilerinin yardım alma tutumunun 1. sınıf öğrencilerine göre daha pozitif yönde olduğu göstermektedir (Al-Damarki, 2003; Çankaya, 2008; Çivan, 2019; Koydemir-Özden ve Erel, 2010; Liu vd.,2017; Oliver, Pearson, Coe ve Gunnell, 2005; Yelpaze, 2016). Sınıf düzeyi aynı zamanda katılımcıların yaşı hakkında da fikir verdiği için 4. sınıf öğrencilerinin yardım alma tutumlarının 1. sınıf öğrencilerine göre daha olumsuz yönde olması durumu, genç bireylerin yardım almaya ilişkin tutumunun görece yaşlı bireylere göre daha olumlu olduğunu gösteren araştırma bulguları ile açıklanmıştır (Mendoza, Masuda ve Swartout, 2015; Özdemir, 2012; Rayan ve Jaradat, 2016; Shin, Berkson ve Crittenden, 2000). Diğer yandan 4. sınıf öğrencilerinin 1. sınıf öğrencilerine oranla yardım alma tutumlarının daha yüksek olması durumu yaklaşan mezuniyet ve iş yaşamına atılma gerekliliğinin öğrenciler üzerinde oluşturduğu stresin bir sonucu olarak değerlendirilebilir (Doğan, 2012; Doğan, Sarı, Kazak, Saya ve Altıntaş, 2007; Şahin, Sezgin, Taş ve Rugancı, 1989).

Ayrıca bu çalışmada romantik ilişkisi olan bireylerin PYAİTÖ ve PYANE puanlarının ilişkisi olmayan bireylerden daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Yapılan bir çalışmada da algılanan sosyal destek düzeyinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu pozitif yönde yordadığı belirtilmiştir (Meydan, Lüleci, 2013). Bu durum çevreden (özel kişiler, arkadaş ve aile) alınan desteğin bireyi psikolojik yardım almaya cesaretlendirdiğini düşündürmektedir (Çebi, 2009; Koydemir-Özden, 2010;). Romantik ilişkilerin, partnerlerin birbirlerine sosyal destek sağlamaları açısından olumlu olduğu fakat partnerler arasında yaşanan ilişki problemlerinin yardım arama davranışında artışa neden olduğu belirtilmektedir (Tolpin, Cohen, Gunthert ve Farrehi, 2006). Bununla birlikte Topkaya (2013) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin ilk dört problem alanı; duygusal problemler akademik problemler, ekonomik problemler, romantik problemler olarak belirlenmiştir. Belirtilen durumlara bağlı olarak romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumunun ve psikolojik yardım alma niyetinin ilişkisi olmayanlara göre daha olumlu olmasının, öğrencilerin yaşadıkları ilişki problemlerinden ötürü daha fazla desteğe ihtiyaç duymalarından kaynaklandığı söylenebilir.

Bununla birlikte daha önce yardım almış olan katılımcıların PYAİTÖ ve PYANE puanlarının daha önce yardım almayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca katılımcıların alınan yardımın yararlılığına dair görüşlerinin tutum ve niyet puanlarındaki farklılaşmaya neden olduğu bulunmuştur. Bu sonuca göre yardımın “*yararlı*” olduğunu belirtenler ve “*kararsız*” olan katılımcılar ile yardımın “*yararlı olmadığını*” belirten katılımcılar arasında tutum ve niyet puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Daha önce danışma tecrübesi olan bireylerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumunun daha yüksek olduğu sonucu diğer araştırmalarla da tutarlılık göstermektedir (Atik ve Yalçın, 2011; Atkinson, Lowe ve Matthews, 1995; Meydan ve Lüleci, 2013; Sezer ve Gülleroğlu, 2016; Türküm, 2005; Vogel vd.,2005). Bu durum psikolojik danışma sürecinin bilinmesi ve danışmaya yönelik ön yargının kırılmış olması ile açıklanabilir. Bununla birlikte araştırmalarda daha önce aldığı danışma yardımının faydalılığına inanan üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının da olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Topkaya, 2011; Vogel vd., 2008; Yelpeze, 2016). Sonuç olarak daha önceki psikolojik yardım deneyiminin olumlu olması ve bu yardımın faydalı olduğunun düşünülmesi katılımcıların yardım aramaya yönelik olarak ön yargılarını kıracağı ve olumlu düşünceler oluşturacağı için tutum ve niyet düzeylerini olumlu yönde etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu da daha önce yardım alınan uzman türüne göre psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun ve psikolojik yardım alma niyetinin anlamlı farklılık göstermediğidir. Ulusal alan yazında henüz bu konu üzerinde çalışma yapılmamış olması dikkat çekicidir. Uluslararası çalışmalara bakıldığında psikiyatrden yardım almanın psikologdan yardım almaktan daha çok damgalayıcı olduğunu görülmektedir (Patel, Caddy ve Tracy, 2018). Yine aynı çalışmada katılımcılar psikiyatri; ilaçlı tedavi, istem dışı tedavi ve hastalık gibi kavramlarla ilişkilendirirken psikoloğu, hafif rahatsızlıklar gibi kavramlarla ilişkilendirdiği görülmüştür. Bu bulgular ilgili alan yazındaki araştırma sonuçlarıyla da örtüşmektedir (Ferguson, 2015; Stuart, Sartorius ve Liinamaa, 2015; Yong, 2012). Ancak bu çalışmanın sonucunda yardım veren ruh sağlığı uzmanlarına göre tutum ve niyet puanında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bulgu ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun ve psikolojik yardım alma niyetinin ruh sağlığı uzman türünden etkilenmediği; katılımcıların ruh sağlığı uzmanları arasında ayırım yapmadığı ve önyargılı olmadıkları düşünülebilir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu ise, çalışmaya katılan öğrencilerin %81,9’unun psikolojik danışma ve rehberlik merkezinin üniversitede gerekli olduğunu ifade etmeleridir. Ergenlikten genç yetişkinliğe adım atan üniversite öğrencilerinin pek çok yaşam güçlükleriyle karşı karşıya olduğu bir gerçektir. Gelişimsel ve sosyal açıdan yaşanan bu güçlüklerden dolayı psikolojik danışma hizmetinin önemli bir ihtiyaç olduğu araştırmalarla da ifade edilmektedir (Çivan, 2019; Hyun vd., 2006; Kızıldağ vd., 2012; Özel, Türkleş ve Erdoğan, 2020; Topkaya, 2012). Aynı zamanda İngiltere ve ABD’deki üniversite danışmanlık hizmetleri tarafından, öğrencilerin sayısının giderek artmasıyla birlikte daha ciddi sorunlarla psikolojik danışma merkezlerine başvurularda artış olduğu belirtilmektedir (Avotney, 2014; Flatt, 2013).

Sonuç olarak bu araştırmanın bulguları, üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım almaya ilişkin tutuma ve psikolojik yardım alma niyetine etki eden demografik, çevresel faktörlerin önemini anlamamıza yönelik bilgiler sunmaktadır. Bununla birlikte elde edilen bulgularla psikolojik danışma merkezlerinin üniversite öğrencileri açısından önemi tekrar ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla üniversitelerde psikolojik danışmanlık merkezlerinin kurulması ve aktif bir şekilde çalışması önem arz etmektedir.

Bu araştırmanın örneklem grubu sadece Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nde eğitimine devam eden 884 öğrenciyle sınırlıdır. Gelecekte, daha geniş örneklem gruplarıyla farklı üniversiteleri de kapsayan benzer çalışmalar yürütülebilir. Bununla birlikte psikolojik yardım almaya yönelik tutum ve psikolojik yardım alma niyeti değişkenlerine yönelik romantik ilişki durumu ve yardım alınan uzman değişkenlerine daha önceki çalışmalarda rastlanılmaması dikkat çekicidir. Bundan sonraki çalışmalarda farklı araştırma yöntemleriyle bu değişkenlere dair araştırmalar yapılabilir. Aynı zamanda verilerin uygun örnekleme yöntemiyle toplanmış olması da sınırlılık oluşturmaktadır. Bunun yanında elde edilen bulgular kendini ifadeye dayalı ölçme araçları PYAİTÖ ve PYANE ile toplanmış olması da bir diğer sınırlılık olarak düşünülebilir. Psikolojik yardım almaya yönelik tutum ve niyetin hem nicel hem de nitel yöntemlerin birlikte kullanıldığı karma desenli çalışmalar bu olgunun daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. [http://dx.doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](http://dx.doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Al-Darmaki, F. R. (2003). Attitudes towards seeking professional psychological help: What really counts for United Arab Emirates university students. *Social Behavior and Personality*, 31, 497-508. <https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.497>
- Atik, G.ve Yalçın, İ. (2010). Counseling needs of educational sciences students at the Ankara University. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 1520-1526. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.228>
- Atik, G. ve Yalçın, Y. (2011). Help-seeking attitudes of university students: The role of personality traits and demographic factors. *South African Journal of Psychology*, 41(3), 328-338. <https://doi.org/10.1177/008124631104100307>
- Auerbach, R. P., Mortier, P., Bruffaerts, R., Alonso, J., Benjet, C., Cuijpers, P., ... ve Kessler, R. C. (2018). WHO world mental health surveys international college student project: Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623-638. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M.ve Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90-96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.054>
- Berger, J. M., Levant, R., McMillan, K. K., Kelleher, W. ve Sellers, A. (2005). Impact of gender role conflict, traditional masculinity ideology, alexithymia, and age on men's attitudes toward psychological help seeking. *Psychology of Men & Masculinity*, 6(1), 73-78. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.6.1.73>
- Crowe, A., ve Kim, T. (2020). Ethnicity, life satisfaction, stress, familiarity, and stigma toward mental health treatment. *Journal of Counseling & Development*, 98(1), 83-93. <https://doi.org/10.1002/jcad.12302>
- Cepeda-Benito, A. ve Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 58-64. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.1.58>
- Çankaya, P. (2008). *Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım arama tutumları ve etkileyen etmenlerin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

- Çebi, E. (2009). *University students' attitudes toward seeking psychological help: Effects of perceived social support, psychological distress, prior help-seeking experience and gender*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Çebi, E. ve 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>
- D'Avanzo, B., Barbato, A., Erzegovesi, S., Lampertico, L., Rapisarda, F. ve Valsecchi, L. (2012). Formal and informal help-seeking for mental health problems. A survey of preferences of Italian students. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health: CP and EMH*, 8, 47-51. <https://doi.org/10.2174/1745017901208010047>
- Dearing, R. L., Maddux, J. E. ve Tangney, J. P. (2005). Predictors of psychological help seeking in clinical and counseling psychology graduate students. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 323-329. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.3.323>
- Demir, A. ve Koydemir, S. (2005). ODTÜ öğrencilerinde yardım arama davranışı. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 211-218.
- Doğan, T. (2012). A long-term study of the counseling needs of Turkish university students. *Journal of Counseling & Development*, 90(1), 91-96. <https://doi.org/10.1111/j.1556-6676.2012.00012.x>
- Doğan, T., Sarı, T., Kazak, M., Saya, P. ve Altıntaş, T. (2007). Başkent Üniversitesi öğrencilerinin problem alanlarının cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre incelenmesi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 32(347), 30-36.
- Eisenberg, D., Hunt, J., ve Speer, N. (2013). Mental health in American colleges and universities: Variation across student subgroups and across campuses. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(1), 60-67. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31827ab077>
- Erkan, S., Özbay, Y., Çankaya, Z. C. ve Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 94-107.
- Ferguson, C. J. (2015). Everybody knows psychology is not a real science: Public perceptions of psychology and how we can improve our relationship with policymakers, the scientific community, and the general public. *American Psychologist*, 70, 527-542. <https://doi.org/10.1037/a0039405>
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage.
- Flatt, A.K. (2013). A suffering generation: Six factors contributing to the mental health crisis in North American higher education. *College Quarterly*, 16(1). <https://eric.ed.gov/?id=EJ1016492> adresinden erişilmiştir.
- Gürsoy, O., ve Gizir, C. A. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları: Sosyal damgalanma, kendini damgalama, öznel sıkıntıları açma, benlik saygısı ve cinsiyetin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49), 137-155. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/40627/487349> adresinden erişilmiştir.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. ve Tatham, R. L. (2013). *Multivariate data analysis*. Londra: Pearson Education Limited.

- Hyun, J.K., Quinn, B.C., Madon, T. ve Lustig, S. (2006). Graduate student mental health: Needs assessment and utilization of counseling services. *Journal of College Student Development*, 47(3), 247-266. <https://eric.ed.gov/?id=EJ743920> adresinden erişilmiştir.
- İkiz, F. E. ve Mete-Otlu, B. (2015). Üniversite yaşamına uyum sürecinde yaşanan sorunlar ve başa çıkma yolları. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(4), 35-52. <https://doi.org/10.18026/cbusos.93556>
- Kadison, R. ve DiGeronimo, T. F. (2004). *College of the overwhelmed: The campus mental health crisis and what to do about it* (1. Baskı). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi* (17. Baskı). Ankara: Nobel yayın dağıtım.
- Karataş, A.ve Gizir, C. A. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik danışma gereksinimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3), 250-265. Erişim adresi <https://dergipark.org.tr/pub/hunefd/issue/7791/101920>
- Keklik, İ. (2009). Attitudes toward seeking professional psychological help: A comparative study of Turkish and American graduate students. *Eurasian Journal of Educational Research*, (37), 159-173. <https://www.researchgate.net/publication/297825170> adresinden erişilmiştir.
- Kelly, A. E. ve Achter, J. A. (1995). Self-concealment and attitudes toward counseling in university students. *Journal of Counseling Psychology*, 42(1), 40-46. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.1.40>
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R. ve 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: 593-602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford Publications.
- Kılınç, A. (2001). *The effects of acculturation, conceptions of mental illness, and selected demographic variables on the Turkish international college students' help-seeking attitudes*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. The Ohio State University, USA.
- Kitzrow, M. (2003). The mental health needs of today's college students: Challenges and recommendations. *National Association of Student Personnel Administrators*, 41, 167-181. <https://doi.org/10.2202/1949-6605.1310>
- Koç, M., Çolak, T. S. ve Düşünceli, B. (2013). The progress of anxiety, mood, and psychotic symptoms during undergraduate education. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 260-266. <https://doi.org/10.5455/apd.35952>
- Koç, M., ve Polat, Ü. (2006). Üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(2), 1-22. <https://www.j-humansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/download/104/103> adresinden erişilmiştir.
- Komiya, N., Good, G. E. ve Sherrod, N. B. (2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 138-143. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.1.138>

- Koydemir-Özden, S. ve Erel, Ö. (2010). Psychological help-seeking: Role of sociodemographic variables, previous help-seeking experience and presence of a problem. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 688-693. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.166>
- Kushner, M. G. ve Sher, K. J. (1991). The relation of treatment fearfulness and psychological service utilization: An overview. *Professional Psychology: Research and Practice*, 22(3), 196-203. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.22.3.196>
- Larcombe, W., Finch, S., Sore, R., Murray, C. M., Kentish, S., Mulder, R. A., ... Williams, D. (2016). Prevalence and socio-demographic correlates of psychological distress among students at an Australian university. *Studies in Higher Education*, 41, 1074-1091. <https://doi.org/10.1080/03075079.2014.966072>
- Liu, F., Zhou, N., Cao, H., Fang, X., Deng, L., Chen, W., ... ve Zhao, H. (2017). Chinese college freshmen's mental health problems and their subsequent help-seeking behaviors: A cohort design. *PLoS One*, 12(10).<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185531>
- Mansfield, A. K., Addis, M. E. ve Mahalik, J. R. (2003). Why won't he go to the doctor? : The psychology of men's help seeking. *International Journal of Mens Health*, 2, 93-110.<https://doi.org/10.3149/jmh.0202.93>
- Mendoza, H., Masuda, A. ve Swartout, K. M. (2015). Mental health stigma and self-concealment as predictors of help-seeking attitudes among latina/o college students in the United States. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(3), 207-222. <https://doi.org/10.1007/s10447-015-9237-4>
- Meydan, B. ve Lüleci, B. (2013). Prior help-seeking experience, perceived social support, and loneliness as the predictors of attitudes toward seeking psychological help among school of education students. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(4), 45-56. <https://doi.org/10.14527/C3S4M3>
- Novotney, A. (2014). Students under pressure. *Monitor on Psychology*, 45(8). <http://www.apa.org/monitor/2014/09/cover-pressureadresinden-erişilmiştir>.
- Nyer, M., Farabaugh, A., Fehling, K., Soskin, D., Holt, D., Papakostas, G. I., ... ve Mischoulon, D. (2013). Relationship between sleep disturbance and depression, anxiety, and functioning in college students. *Depression and Anxiety*, 30(9), 873-880. <https://doi.org/10.1002/da.22064>
- Odacı, H. ve Kınık, Ö. (2018). The relationship between university students' attitudes toward seeking psychological help and some demographic variables, self-control and self esteem. *Journal of Higher Education and Science*, 8(3), 619-625. <https://doi.org/10.5961/jhes.2018.302>
- Oliver, M. I., Pearson, N., Coe, N. ve Gunnell, D. (2005). Help-seeking behaviour in men and women with common mental health problems: Cross-sectional study. *The British Journal of Psychiatry*, 186, 297-301. <https://doi.org/10.1192/bjp.186.4.297>
- Özel, Y., Türkleş, S. ve Erdoğan, S. (2020). Üniversite öğrencilerinde ruhsal durumun incelenmesi. *Jaren*, 6(2), 220-228. <https://doi.org/10.5222/jaren.2020.41033>
- Patel, K., Caddy, C. ve Tracy, D. K. (2018). Who do they think we are? Public perceptions of psychiatrists and psychologists. *Advances in Mental Health: Promotion, Prevention and Early Intervention*, 16(1), 65-76. <https://doi.org/10.1080/18387357.2017.1404433>

- Pederson, E. L. ve Vogel, D. L. (2007). Male gender role conflict and willingness to seek counseling: Testing a mediation model on college-aged men. *Journal of Counseling Psychology*, 54(4), 373-384. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.4.373>
- Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C. ve Wilens, T. (2015). College students: Mental health problems and treatment considerations. *Academic Psychiatry*, 39(5), 503-511. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0205-9>
- Rayan, A., ve Jaradat, A. (2016). Stigma of mental illness and attitudes toward psychological help-seeking in Jordanian university students. *Research in Psychology and Behavioral Sciences*, 4(1), 7-14. <https://doi.org/10.12691/rpbs-4-1-2>
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J. ve Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-journal for The Advancement of Mental Health*, 4(3), 218-251. <https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218>
- Rüsch, N., Müller, M., Ajdacic-Gross, V., Rodgers, S., Corrigan, P. W. ve Rössler, W. (2014). Shame, perceived knowledge and satisfaction associated with mental health as predictors of attitude patterns towards help-seeking. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 23(2), 177-187. <https://doi.org/10.1017/S204579601300036X>
- Serim, F. ve Cihangir-Çankaya, Z. (2015). Yetişkinlerin psikolojik yardım arama tutumlarının yordanması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 177-198. <https://doi.org/10.12984/eed.79026>
- Shin, J. Y., Berkson, G. ve Crittenden, K. (2000). Informal and professional support for solving psychological problems among Korean-speaking immigrants. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 28(3), 144-159. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1912.2000.tb00342.x>
- Shepherd, C. B. ve Rickard, K. M. (2012). Drive for muscularity and help-seeking: The mediational role of gender role conflict, self-stigma, and attitudes. *Psychology of Men & Masculinity*, 13(4), 379-392. <https://doi.org/10.1037/a0025923>
- Soet, J. ve Sevig, T. (2006). Mental health issues facing a diverse sample of college students: Results from the college student mental health survey. *NASPA journal*, 43(3), 410-431. <https://doi.org/10.2202/1949-6605.1676>
- 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>
- Stuart, H., Sartorius, N. ve Liinamaa, T. (2015). Images of psychiatry and psychiatrists. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 131, 21-28. <https://doi.org/10.1111/acps.12368>
- Sümer, N. (2000). Yapısal Eşitlik Modelleri: Temel Kavramlar ve Örnek Uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
- Şahin, N., Sezgin, N., Taş, Y. ve Rugancı, N. (1989). *Bilkent üniversitesi öğrencilerinin psikolojik danışma araştırma merkezinden beklentileri: Üniversite gençliğinde uyum sorunları sempozyumu bilimsel çalışmaları*. Ankara: Bilkent Üniversitesi Yayınları.
- Şimsek, Ö. F. (2007). *Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş: Temel ilkeler ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Ekinoks Yayınları.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2001). *Chapter 4. Cleaning up your act. Using Multivariate Statistics*. 4th ed. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.

- Tekin-Tayfun, A. N. ve Korkmaz, A. (2016). Üniversite öğrencilerinde işsizlik kaygısı: Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(17), 534-558.
- Tolpin, L. H., Cohen, L. H., Gunthert, K. C. ve Farrehi, A. (2006). Unique effects of depressive symptoms and relationship satisfaction on exposure and reactivity to daily romantic relationship stress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(5), 565-583. <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.5.565>
- Topkaya, N. (2011). *Psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması*. XI. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde bildiri olarak sunuldu. Erişim adresi https://www.pegem.net/Akademi/kongrebildiri_detay.aspx?id=134197
- Topkaya, N. (2014). Gender, self-stigma, and public stigma in predicting attitudes toward psychological help-seeking. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 14(2), 480-487. <https://doi.org/10.12738/estp.2014.2.1799>
- Topkaya, N. (2021). Predictors of attitudes toward seeking professional psychological help among Turkish college students. *Children and Youth Services Review*, 120. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105782>
- Topkaya, N. ve Meydan, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 25-37.
- Topkaya, N., Albayrak, K. E., Bozkurt, İ. ve Yurdusever, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım alma niyetinin yordayıcıları. *İnönü University Journal of the Faculty of Education (INUJFE)*, 21(2), 503 - 517.
- Türküm, A.S., Kızıldaş, A. ve Sarıyer, A. (2004). Anadolu Üniversitesi psikolojik danışma ve rehberlik merkezi hedef kitlesinin psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin ön çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 21(3), 15-27. Erişim adresi <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/21441/229625>
- Vogel, D. L., Wade, N. G. ve Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 40-50. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.1.40>
- Vogel, D. L., Wade, N. G., Wester, S. R., Larson, L. ve Hackler, A. H. (2007). Seeking help from a mental health professional: The influence of one's social network. *Journal of Clinical Psychology*, 63(3), 233-245. <https://doi.org/10.1002/jclp.20345>
- Vogel, D. L., Wade, N. G. ve Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 325-337. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.325>
- Weitzman, E. R., Folkman, A., Folkman, M. K. L. ve Wechsler, H. (2003). The relationship of alcohol outlet density to heavy and frequent drinking and drinking-related problems among college students at eight universities. *Health and Place*, 9(1), 1-6. [https://doi.org/10.1016/s1353-8292\(02\)00014-x](https://doi.org/10.1016/s1353-8292(02)00014-x)
- Yelpaze, İ. (2016). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Anadolu Üniversitesi, Ankara.
- Yong, E. (2012). Replication studies: Bad copy. *Nature*, 485, 298-300. <https://doi.org/10.1038/485298a>