



Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma, Denetim Odağı, Kendini Damgalama ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiler

Ayşenur Büyükgöze Kavasⁱ, Nursel Topkayaⁱⁱ, Cem Gençoğluⁱⁱⁱ

Bu araştırmanın amacı, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algısı, denetim odağı ve psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ile yaşam doyumu arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmaya gönüllü 755 (490 kadın, 265 erkek) üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların yaşları 18 ile 23 (Ort = 20.35, SS = 1.21) arasında değişmektedir. Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği, Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği, Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Kendini Damgalama Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Araştırma sonuçları, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algısının ve denetim odağının psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama aracılığıyla yaşam doyumunu yordadığını göstermiştir. Ayrıca, denetim odağının yaşam doyumuyla doğrudan ilişkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bunun yanında araştırma sonuçları, kısmi aracılı yapısal modelin toplam varyansın % 5'ini açıkladığını ortaya koymuştur. Araştırma sonuçları literatür eşliğinde tartışılmış ve özellikle, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamayı azaltmaya yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma, Kendini Damgalama, Denetim Odağı, Yaşam Doyumu

Giriş

Damgalanma, bir insanı diğerlerinden ayıran ve o insanın istenmeyen veya hoş karşılanmayan bir niteliğe sahip olduğu anlamı taşıyan bir "işaret" olarak değerlendirilmektedir (Jones vd. 1984, 65; aktaran, Kim Britt, Klocko, Riviere ve Adler, 2011). Damgalanma korkusu, bireyin yaşam doyumunu etkileyen karmaşık psikolojik ve sosyal bir durumdur (Buseh, Kelber, Hewitt, Stevens ve Park, 2006; Girma vd., 2013). Damgalanma algısının etkilerini ya da damgalanma korkusunun neden olduğu durumları daha iyi anlamak amacıyla yapılmış çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin Markowitz (1998) bir ruh sağlığı sorunu yaşayan kişilerin psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumları üzerinde damgalanmanın bir etkisi olup olmadığını incelediği araştırmasında, yaşam doyumu ile damgalanma arasında olumsuz yönde bir ilişki

ⁱ Yrd. Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, aysenur@omu.edu.tr

ⁱⁱ Yrd. Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, nursel.topkaya@omu.edu.tr

ⁱⁱⁱ Yrd. Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, cemgenocglu@omu.edu.tr

olduğunu belirlemiştir. Afrikalı Amerikalı HIV/AIDS virüsü taşıyan erkeklerle yürütülen bir başka araştırmada ise (Buseh vd., 2006) damgalanmayla ilgili dört farklı değişkenin (*kendini damgalama, olumsuz benlik imajı, kendini açmayla ilgili sorunlar ve toplumun tutumu*) yaşam doyumunu % 40.2 oranında açıkladığı bulunmuştur.

Ergenler arasında damgalanmanın öz-kavramı ve depresyonla ilişkisinin incelendiği araştırmada ise (Moses, 2009), algılanan ve kişisel olarak yaşanan sosyal damgalanma düzeyi yüksek olan ergenlerin kendini damgalama düzeylerinin daha yüksek, benlik saygılarının düşük ve depresyon düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Aynı araştırmada, değişkenler arasındaki en yüksek ilişkinin kendini damgalama ile depresyon arasında olduğu bulunmuştur. Marcussen, Ritter ve Munetz'in (2010) yürüttüğü boylamsal araştırmada, ciddi ve sürekli bir ruh sağlığı sorunu yaşayan kişilerde araştırma verilerinin ilk toplandığı ve yaklaşık altı ay sonra yapılan izleme ölçümlerinde, psikolojik danışma hizmeti almanın zaman içinde yaşam kalitesinde bir iyileşmeye yol açtığı görülmüştür. Aynı araştırmada, damgalanmanın yaşam kalitesi üzerindeki etkisi incelenmiştir ve istatistiksel olarak anlamlı düzeye yakın olmakla birlikte, damgalanmanın yaşam kalitesiyle olumsuz yönde ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçlarının aksine, araştırma süresince incelenen katılımcıların yaşadığı damgalanmanın yaşam kalitesini düşürdüğü istatistiksel olarak doğrulanmamıştır. Son olarak, Mashlach-Eizenberg, Hasson-Ohayon, Yanos, Lysaker ve Roe (2013) 20-69 yaşları arasında ve bir ruhsal rahatsızlığa sahip yetişkinlerle yaptıkları araştırmada, içselleştirilmiş damgalanma (*kendini damgalama*) ile yaşam kalitesi ve umut arasında orta düzeyde olumsuz bir ilişki olduğunu belirlemiştir.

Literatürde yer alan araştırma sonuçları, damgalanmanın yaşam doyumunu olumsuz biçimde etkilediğini buna karşın, psikolojik yardım alma ile yaşam doyumunu arasında olumlu bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanma, bireyin yardım alması durumunda değerinin düşmesi, reddedilme ve ayrımcılığa uğrayabileceğine ilişkin algıyı yansıtmaktadır (Major ve O'Brien, 2005). Psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma psikolojik yardım alınması durumunda toplumun bireyi damgalayacağına ilişkin algıyı ifade ederken, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ise bireyin kendine yönelik damgalanmasını belirtmektedir (Komiya, Good ve Sherrod; Vogel, Wade ve Haake, 2006; Vogel, Wade ve Hackler, 2007). Psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanmayla psikolojik yardım alma niyeti arasında olumsuz bir ilişki bulunmaktadır ayrıca, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma; psikolojik yardım alma niyetiyle psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama aracılığıyla ilişkilidir (Topkaya, 2011a, Vogel vd., 2006; Vogel vd., 2007). Bu doğrultuda, psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanmanın yaşam doyumunu da etkileyebileceği ve söz konusu ilişkide psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamanın aracılık rolünün olabileceği düşünülmektedir. Ancak yapılan araştırmalarda yaşam doyumunun, psikolojik yardım almayla ilişkisinin yeterince irdelenmediği görülmektedir (Christopher, 2004).

Bireyin yaşam doyumunu etkileyen bir başka faktör ise denetim odağıdır (Branholm, Fugl-Meyer ve Frölunde, 1998). Denetim odağı, bir kişinin çevresini ne derece kontrol ettiğine ilişkin algılarını yansıtmaktadır (Gerrard, Reznikoff ve Riklan, 1982). Söz konusu kavram, bireyin davranışlarının nedenini içsel ya da dışsal güçlere atfetmeye ilişkin bir açıklama sunmaktadır. İçsel denetim odağına sahip insanlar olayların kendi davranışlarına bağlı olduğuna buna karşın, dışsal denetim odağına sahip insanlar olayların şans, kader veya güçlü diğerleri gibi faktörlere bağlı olduğuna ilişkin atıflarda bulunmaktadır (Branholm vd., 1998). Bu bağlamda, dışsal denetim odağının düşük düzey yaşam doyumuyla buna karşın, içsel denetim odağının yüksek düzey yaşam doyumuyla ilişkili olduğunu ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır (Abu-Bader, Rogers ve Barusch, 2002; Gerrard vd., 1982, Zawavi ve Hamaideh, 2009).

Bununla birlikte, denetim odağı ve psikolojik yardım alma arasındaki ilişkinin yürütülen çeşitli araştırmalarda ele alındığı görülmektedir (Barwick, de Man ve McKelvie, 2009; Fischer ve Turner, 1970; Zhi-hong, 2010). Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ile denetim odağı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmaların birinde, Adrian (2005) dışsal denetim odağına sahip bireylerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının daha olumsuz olduğunu belirtmiştir. Benzer doğrultuda, Oluyinka (2011) sağlıkla ilgili denetim odağının Nijeryalı üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarıyla ilişkili olduğunu bulmuştur. Araştırmasında, içsel denetim odağına sahip öğrencilerin, dışsal denetim odağına sahip öğrencilere göre psikolojik yardım almaya ilişkin daha olumlu tutuma sahip olduğunu belirlemiştir.

Çeşitli ruhsal hastalıklara ilişkin damgalanma algısının, bireyin yaşam doymunu etkilediği bilinmekle birlikte (Link, Struening, Rahav, Phelan ve Nuttbrock, 1997), psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algısının ve kendini damgalamanın yaşam doymuyla ilişkisine yönelik sınırlı düzeyde bilgiye sahip olduğu görülmektedir. Her ne kadar psikolojik yardım almak konusundaki isteksizlikte birçok faktörün rolü olsa da, sosyal ve bireysel düzeyde algılanan damgalayıcı tutumların psikolojik yardım alma niyetinde son derece önemli olduğu araştırmalarda açığa çıkmaktadır (Mittal vd., 2013). Öte yandan, psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanma algısının bireylerin yaşam doymu üzerinde ne derece etkili olduğu sorusunun cevabı bilinmemektedir.

Benzer olarak, denetim odağı ve psikolojik yardım alma arasındaki ilişkinin çeşitli araştırmalara konu edildiği görülmekle birlikte, denetim odağı ve psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ve kendini damgalama ile yaşam doymu arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik yapılan bir araştırma olmadığı anlaşılmaktadır. Buna karşın, damgalanma algısının olumsuz sonuçlarını ortaya çıkarmak önemli görülmektedir (Mashiach-Eizenberg vd., 2013). Bu araştırmadan elde edilen bilgiler doğrultusunda yaşam doymunda psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama aracılığıyla sosyal damgalanma algısının ve bunun yanı sıra, denetim odağının rolü anlaşılabilir. Böylece, psikolojik yardım alma kararını olumsuz yönde etkileyerek yaşam doymunu azaltan değişkenlerin ortadan kaldırılması amacıyla yapılabilecek çalışmalarda kullanılacak önemli bilgiler elde edilebilir. Diğer bir ifadeyle, psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanmanın yaşam doymu üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmak amacıyla yürütülecek çalışmalara katkı sağlanabilir. Bu doğrultuda bu araştırmada, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, denetim odağı, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ve yaşam doymu arasındaki ilişkilerin bir model kapsamında incelenmesi amaçlanmıştır. Bunun yanında psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamanın, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ve denetim odağı ile yaşam doymu arasındaki ilişkide aracı rolü de araştırılmıştır.

Yöntem

Çalışma Grubu

Çalışma kapsamında, 490 (% 64.9) kız, 265 (% 35.1) erkek öğrenci olmak üzere toplam 755 lisans öğrencisinden veri toplanmıştır. Yaşları 18 ile 23 arasında değişen ($Ort = 20.35$, $SS = 1.21$) katılımcıların 192'si (% 25.4) birinci sınıf, 300'ü (% 39.7) ikinci sınıf, 160'ı (% 21.2) üçüncü sınıf ve 103'ü (% 13.6) dördüncü sınıf öğrencisidir. Öğrencilerin fakültelere göre dağılımı ise şu şekildedir: % 27.7'si Eğitim Fakültesi, % 26.5'i Fen Edebiyat Fakültesi, % 9'u İktisadi İdari Bilimler Fakültesi, % 18.4'ü İlahiyat Fakültesi, % 13.6'sı Mühendislik Fakültesi ve % 4.8'i Ziraat Fakültesi öğrencisidir.

Veri Toplama Araçları

Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği

Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği (PYANSÖ) Komiya, Good ve Sherrod (2000) tarafından psikolojik yardım alma nedeniyle bireyin sosyal damgalanma algısını değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Topkaya (2011a) tarafından yapılmıştır. Dört'lü likert (1= kesinlikle katılmıyorum ve 4= kesinlikle katılıyorum) tipinde 5 madde olarak hazırlanan ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 5, en yüksek puan ise 20'dir. Ölçekten alınan puanın yüksekliği, kişinin psikolojik yardım veren bir uzmandan yardım alması durumunda toplum tarafından damgalanacağına ilişkin algısının yüksek olduğunu; puanın düşüklüğü ise psikolojik yardım veren bir uzmandan yardım alınması durumunda kişinin toplum tarafından damgalanacağına ilişkin algısının düşük olduğuna işaret etmektedir. PYANSÖ'nün güvenilirlik çalışması kapsamında hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .80 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır.

Rotter İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği

İç-Dış Denetim Odağı Ölçeği, bireyin genelleşmiş kontrol beklentilerini içsellik-dışsallık boyutu üzerindeki konumunun saptanması amacıyla Rotter (1966) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe'ye uyarlaması Dağ (1991) tarafından yapılmıştır. Toplam 29 maddeden oluşan ve seçmeli cevaplama türünde ikişer seçeneği kapsayan ölçeğin 6 maddesi ölçeğin amacını gizlemek için dolgu maddesi olarak oluşturulmuştur. Diğer

23 maddenin dışsallık yönündeki seçenekleri birer puanla değerlendirilmektedir. Böylece ölçek puanları 0 ile 23 puan arasında değişmekte ve yükselen puan dış denetim odağının arttığı anlamında değerlendirilmektedir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik kat sayısı .83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin KR-20 tekniği ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı .68, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise .70 olarak bulunmuştur. Bu araştırma kapsamında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .67 olarak hesaplanmıştır.

Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Kendini Damgalama Ölçeği

Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Kendini Damgalama Ölçeği (PYANKDÖ), psikolojik yardım alma nedeniyle bireyin kendini damgalama düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Vogel, Wade ve Haake (2006) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlaması Topkaya (2011b) tarafından yapılan ölçek, 10 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir (1= Kesinlikle Katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum). Ölçeğin 2, 4, 5, 7 ve 9. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 10, en yüksek puan ise 50'dir. Ölçekten alınan puanın yükselmesi, psikolojik yardım veren bir uzmandan yardım aldığı anda kişinin kendini damgalama düzeyinin yüksek olduğunu; puanın düşmesi ise; psikolojik yardım veren bir uzmandan yardım aldığı anda kişinin kendini damgalama düzeyinin düşük olduğunu işaret etmektedir. Ölçeğin benzer ölçekler geçerliği kapsamında, PYANKDÖ ile Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-K (PYTÖ-K) kullanılmıştır. İki ölçek arasında olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.59, p < .01$). PYANKDÖ'nün Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81 olarak rapor edilmiştir. Bu araştırmada, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam Doyumu Ölçeği, ergenlerden yetişkinlere genel yaşam doyumunu ölçülmesi amacıyla Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Beş maddeden oluşan ölçek 7'li derecelendirilmiş cevaplama sistemine (1= hiç uygun değil, 7= çok uygun) göre cevaplanmakta olup Türkçe'ye uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Yüzeysel geçerlik yöntemiyle yapılan uyarlama çalışmasında elde edilen madde analiz sonuçlarına göre her bir maddeden elde edilen puanlar arasında yeterli düzeyde ilişki olduğu ve test tekrar test güvenilirlik katsayısının .85 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yetim'in (1993) yaptığı çalışmada Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .86, test-tekrar test yöntemi ile elde edilen güvenilirlik katsayısı .73 olarak bulunmuştur. Bu araştırma kapsamında, Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .77 olarak hesaplanmıştır.

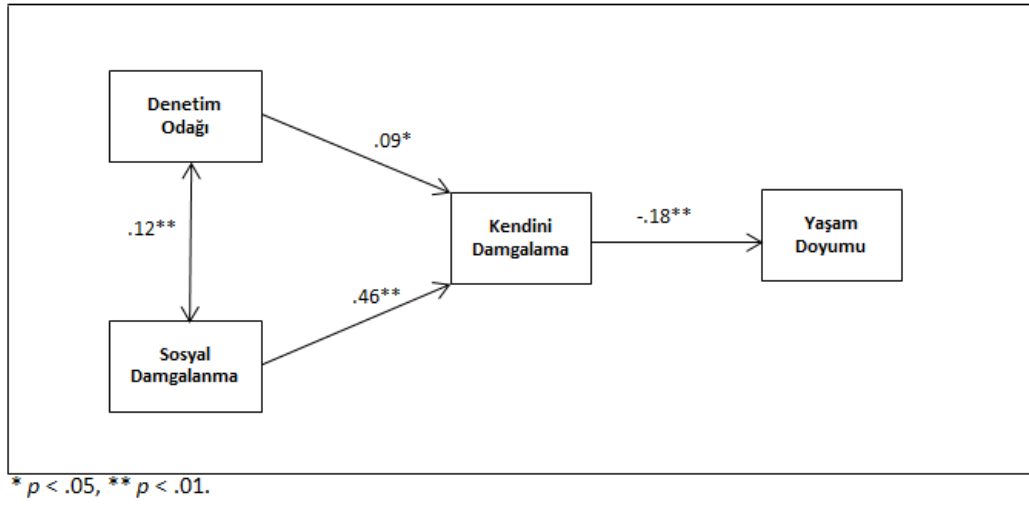
Veri Toplama Süreci ve Analiz

İlk sayfasında çalışmanın amacı ve Kişisel Bilgi Formunun yer aldığı ölçek bataryası, önceden uygulama izni alınan ders saatlerinde ve sınıf ortamında gönüllü öğrencilere uygulanmıştır. Ölçeklerin doldurulması yaklaşık olarak 20 dakika sürmüştür. Araştırma verilerinin analizinde gözlenen değişkenlerle yol analizi kullanılmıştır. Aracılı modelin sınanmasına ilişkin yol analizi IBM AMOS 21 programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular

Araştırma kapsamında önerilen aracılı model (Şekil 1) sınanmadan önce değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri ile değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren Pearson Momentler Çarpım korelasyon katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 1). Yaşam doyumunu ile araştırma kapsamındaki diğer değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde tüm korelasyon katsayılarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu ve yaşam doyumunu ile en yüksek ilişkinin psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama arasında olduğu ($r = -.18, p < .01$) görülmektedir.

Şekil 1. Önerilen kısmi aracılı model



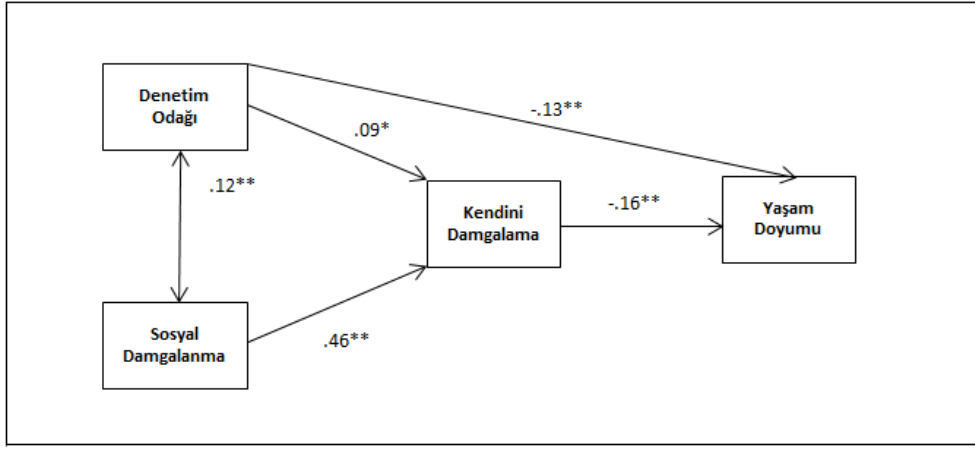
Tablo 1. Değişkenlere Ait Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Katsayıları

	Ortalama	SS	1	2	3	4
Yaşam Doyumu	22.84	5.67	1			
Denetim Odağı	11.66	3.95	-.16**	1		
Kendini Damgalama	22.23	5.94	-.18**	.14**	1	
Sosyal Damgalanma	9.62	3.10	-.13**	.12**	.47**	1

** $p < .01$.

Önerilen modelinin verilere uygunluğunun değerlendirilmesinde Ki-kare (χ^2), Ki-kare'nin serbestlik derecesine oranı (χ^2 / df), düzenlenmiş uyum iyiliği indeksi (AGFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI), yaklaşık hataların ortalama karekökü (RMSEA) ve standardize edilmiş artık ortalamaların karekökü (SRMR) olmak üzere bazı uyum iyiliği istatistiklerinden yararlanılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde Ki-kare değerinin ($\chi^2 = 15.494$) anlamlı olduğu ($p < .001$) görülmüştür. Ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranının ($\chi^2 / df = 7.747$) 3'ten büyük olması uyumun iyi olmadığına işaret etmektedir (Kline, 2005). Değerlendirilen diğer uyum iyiliği indeksleri (AGFI = .95, CFI = .94, RMSEA = .095, SRMR = .044) incelendiğinde AGFI, CFI ve SRMR değerlerinin iyi uyuma işaret eden değerlere sahip iken RMSEA değerinin kabul edilen .06 değerinin çok üstünde olduğu anlaşılmaktadır (Kline, 2005; Hu ve Bentler, 1999). Sonuç olarak verilerin önerilen modele iyi bir şekilde uyum sağlamadığı anlaşılmaktadır. Modele ilişkin değişiklik önerileri (modification index) incelendiğinde denetim odağından yaşam doyuma doğrudan bir yol eklenmesinin önerildiği görülmektedir. Bu öneri dikkate alınarak denetim odağından yaşam doyumuna doğrudan bir yol eklenmiş ve analiz tekrarlanmıştır (Şekil 2).

Şekil 2. Yenilenen kısmi aracılı model



* $p < .05$, ** $p < .01$.

Tekrarlanan yol analizinden sonra modele ilişkin uyum iyiliği indeksleri tekrar incelenmiş ve verilerin iyi uyuma işaret ettiği görülmüştür ($\chi^2 / df = 1.86$, AGFI = .98, CFI = .99, RMSEA = .034, SRMR = .013). Modeldeki tüm doğrudan yollar incelenmiş ve hepsinin anlamlı olduğu görülmüştür (Şekil 2). Bootstrap analizi yapılarak modelde yer alan dolaylı yolların modele katkısını belirlenmiştir. Buna göre denetim odağının yaşam doymumu ile doğrudan ilişkisinin ($\beta = -.13$, $p < .05$) ve kendini damgalama üzerinden dolaylı ilişkisinin ($\beta = -1.4$, $p = .004$) anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Ayrıca, sosyal damgalanmanın da yaşam doymumu ile kendini damgalama üzerinden dolaylı ilişkisinin ($\beta = -7.3$, $p = .002$) anlamlı düzeyde olduğu belirlenmiştir. Yenilenen kısmi aracılı modeldeki doğrudan ve dolaylı yollar birlikte değerlendirildiğinde, modelin yaşam doyumunun % 5'ini açıkladığı anlaşılmaktadır.

Tartışma

Bu araştırmanın amacı, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, denetim odağı, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ve yaşam doymumu arasındaki ilişkileri incelemektir. Bunun yanında psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamanın, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ve denetim odağı ile yaşam doymumu arasındaki ilişkide aracı rolü de araştırılmıştır.

Araştırmanın sonuçları genel olarak psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algısının, denetim odağının ve psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamanın yaşam doymumuyla olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Buna göre, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ve psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ile yaşam doymumu arasında olumsuz yönde düşük düzeyde ilişki bulunmaktadır. Dışsal denetimli bireylerin ise yaşam doymumu düşüktür. Araştırmanın bu sonuçları daha önce yürütülen araştırmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir (Buseh vd., 2006, Chirwa vd., 2009; Markowitz, 1998; Mashlach-Eizenberg vd., 2013).

Araştırma sonucunda psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamanın, sosyal damgalanma ile yaşam doymumu arasında tam aracı bir değişken olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algısı yüksek olan bireylerin, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamaları yüksek, yaşam doymuları ise düşüktür. Araştırma sonuçları açık bir biçimde psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algısının, kendini damgalamayla ve sonuç olarak, bireyin yaşam doymumuyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Araştırmanın bu sonucu, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanmanın psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamayla ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçlarını desteklemektedir (Bathje ve Pryor, 2011; Vogel vd., 2007). Araştırmanın bulguları aynı zamanda, damgalanma ile yaşam doymumu arasında olumsuz bir ilişki olduğunu gösteren araştırma sonuçlarını da destekler niteliktedir. Örneğin Holzemer ve diğerleri'nin (2009) gerçekleştirdiği bir araştırmada HIV'le ilgili algılanan damgalanmanın yaşam doymumunu azalttığı belirlenmiştir. Greef ve diğerleri (2010) tarafından yürütülen bir araştırmada da yine, HIV'le ilgili

algılanan damgalanma ve yaşam doymu arasında olumsuz yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Blau, Petrucci ve McClendon (2013) tarafından yapılan bir diğer araştırma sonucu ise işsizlik damgalanması ile yaşam doymu arasında olumsuz yönde yüksek düzeyde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Bu sonuç, psikolojik yardım alma nedeniyle damgalanmanın yaşam doymu üzerinde olumsuz bir etkisi olduğuna dikkat çekmektedir. Araştırmanın bu sonucundan hareketle, özellikle psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamayı azaltmaya yönelik yapılacak çalışmalarla yaşam doyumunun artırılacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla, bireylerin yaşam doyumunu artırmak amacıyla bireyin doğrudan kendisiyle çalışılmasının gerektiği ifade edilebilir. Söz konusu çalışmalarda, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamayla ilgili sahip olunan olumsuz bilişsel yapılar üzerinde durulabilir. Nitekim, kendini damgalamayla ilgili yürütülen çalışmalarda, ruhsal hastalıklarla ilgili sahip olunan yanlış inançlarla mücadele etmenin, benlik saygısını artırmanın, eğitim almanın, psikolojik yardım almanın desteklenmesi ve sürdürülmesinin, damgalanmanın protesto edilmesinin ve ruh sağlığının savunulmasının kendini damgalamayı azaltmada işe yarayan stratejiler olduğu anlaşılmıştır (Girma vd., 2013). Benzer çalışmaların planlanıp yürütülmesi yapılabilecek önemli çalışmalar arasında değerlendirilmektedir.

Araştırma sonucunda psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamanın, denetim odağı ile yaşam doymu arasında kısmi aracı bir role sahip olduğu görülmüştür. Buna göre, dışsal denetimli bireylerin psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalamaları yüksek ve yaşam doymuları düşüktür. Bu araştırmanın dikkat çeken bulgularından bir diğeri, denetim odağının yaşam doymuyla doğrudan ilişkili olduğunun belirlenmesidir. Buna göre, içsel denetim odağı arttıkça yaşam doymu artmaktadır. Araştırmanın bu sonuçları, daha önceki araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir (Abu-Bader, Rogers ve Barusch, 2002; Gerrard vd., 1982, Zawavi ve Hamaideh, 2009). Branholm ve diğerleri'nin (1998) bireyin yaşam doymunu etkileyen faktörleri inceledikleri araştırmada da benzer biçimde içsel denetim odağının yaşam doymunu olumlu biçimde yordadığını belirlemiştir. Araştırmanın bu sonucundan hareketle denetim odağının yaşam doymunu belirlemede son derece önemli bir role sahip olduğu söylenebilir. Bunların yanında, bu araştırmayla ortaya çıkan göze çarpan sonuçlardan biri, dışsal denetim odağına sahip bireylerin psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ve sosyal damgalanma algılarının yüksek olmasıdır. Araştırmanın bu sonucunun beklendik yönde olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın sonuçları bir bütün olarak değerlendirildiğinde, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, denetim odağı, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalanma ve yaşam doymu arasındaki ilişkilere ait sonuçların yurt dışında yürütülmüş çalışmalarda son derece benzer olduğu görülmektedir. Bu benzerliğin, damgalanma korkusunun kültürümüzde de yoğun bir biçimde yaşandığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim yapılan araştırmalar da Türkiye kültüründe, hem psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanmanın hem de kendini damgalamanın yaşandığını ortaya koymaktadır (Topkaya, 2011a; Vogel vd., 2013).

Araştırmanın sonuçları değerlendirilirken göz önünde bulundurulması gereken sınırlılıklarından biri, araştırma yönteminin bir sonucu olarak değişkenler arasındaki nedenselliğe ilişkin herhangi bir çıkarımda bulunulamamasıdır. Bundan sonraki araştırmalarda, değişkenler arasındaki neden sonuç ilişkisine yönelik daha kapsamlı bilgiler elde etmek amacıyla farklı araştırma yöntemlerinden yararlanılabilir. Yine daha sonra gerçekleştirilecek araştırmalarda, psikolojik yardım almayı engelleyen ve böylece, yaşam doymunu etkileyebilecek diğer değişkenlerin araştırılması önerilmektedir. Ayrıca bundan sonra yürütülecek araştırmalarda, damgalanmanın çeşitli türleri ile yaşam doymu arasındaki ilişkilerin yanı sıra psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ve kendini damgalama ile depresyon, umut, umutsuzluk ve benlik saygısı arasındaki ilişkilerin de araştırılması önemli görülmektedir.

Kaynakça

- ABU-BADER Soleman H., ROGERS Anissa ve BARUSCH Amanda S. (2002). "Predictors of Life Satisfaction in Frail Elderly", **Journal of Gerontological Social Work**, 38, 3, 3-17.
- ADRIAN, Genaro J. (2005). **Help-seeking Attitudes in Latino Pentecostals**. Yayımlanmamış doktora tezi, Seton Hall University, South Orange, New Jersey, USA.(UMI No 3226813).

- BARWICK Alexa K., de MAN Anton F. ve MCKELVIE Stuart J. (2009). "Personality Factors and Attitude toward Seeking Professional Help", **North American Journal of Psychology**, 11, 2, 333-342.
- BATHJE Geoff J. ve PRYOR John B. (2011). "The Relationships of Public and Self-Stigma to Seeking Mental Health Services," **Journal of Mental Health Counseling**, 33, 2, 161-176.
- BLAU Gary, PETRUCCI Tony ve McClendon John (2013). "Correlates of Life Satisfaction and Unemployment Stigma and the Impact of Length of Unemployment on a Unique Unemployment Sample," **Career Development International**, 18, 3, 257-280.
- BRANHOLM Inga-Britt, FUGL-MEYER Axel R. ve FRÖLUNDE Anne (1998). "Life Satisfaction, Sense of Coherence And Locus of Control In Occupational Therapy Students", **Scandinavian Journal of Occupational Therapy**, 5, 39-44.
- BUSEH Aaron G. vd. (2006). "Perceived Stigma and Life Satisfaction: Experiences of Urban African American Men Living With Hiv/Aids," **International Journal of Men's Health**, 5, 1, 35-51.
- CHIRWA Maureen L. vd. (2009). "HIV Stigma And Nurse Job Satisfaction in Five African Countries," **Journal of the Association of Nurses in AIDS Care**, 20, 1, 14-21.
- CHRISTOPHER Michael S. (2004). **The Ability of Self-Construals to Predict Psychological Distress, Satisfaction with Life, and Help-Seeking in Ethnically Diverse American College Students**. Yayınlanmamış doktora tezi, South Dakota Üniversitesi, South Dakota. (UMI No 3138432)
- DAĞ İhsan (1991). "Rotter'ın İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği'nin (Ridkoö) Üniversite Öğrencileri için Güvenirliği ve Geçerliliği," **Türk Psikoloji Dergisi**, 7, 26, 10-16.
- DIENER Ed vd. (1985). "The Satisfaction with Life Scale", **Journal of Personality Assessment**, 49, 71-75.
- FISCHER Edward H. ve TURNER John L. (1970). "Development and Research Utility of an Attitude Scale", **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, 35, 79-90.
- GERRARD Cynthia Kabat, REZNIKOFF Marvin ve RIKLAN Manuel (1982). "Level of Aspiration, Life Satisfaction, and Locus of Control in Older Adults", **Experimental Aging Research**, 8, 2, 119-121.
- GIRMA Eshetu vd., (2013). "Facility Based Cross-Sectional Study of Self Stigma Among People with Mental İllness: Towards Patient Empowerment Approach", **International Journal of Mental Health Systems**, 7, 21, 1-8.
- GREEF Minrie vd. (2010). "Perceived Hiv Stigma and Life Satisfaction among Persons Living With Hiv İnfektion in Five African Countries: A Longitudinal Study", **International Journal of Nursing Studies**, 47, 4, 475-486.
- HOLZEMER William L. vd. (2009). "Exploring Hiv Stigma and Quality of Life for Persons Living with Hiv İnfektion", **Journal of the Association of Nurses in AIDS Care**, 20, 3, 161-168.
- HU Li-tze ve BENTLER Peter M. (1999). "Cutoff Criteria for Fit İndexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria Versus New Alternatives," **Structural Equation Modeling**, 6, 1-55.
- KIM Paul Y. vd. (2011). "Stigma, Negative Attitudes about Treatment, and Utilization of Mental Health Care Among Soldiers", **Military Psychology**, 23, 65-81.
- KLINE Rex B. (2005). **Principles and Practice of Structural Equation Modeling** (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- KOMIYA Noboru, GOOD Glenn E. ve SHERROD Nancy B. (2000). "Emotional Openness as a Predictor of College Students' Attitudes toward Seeking Psychological Help", **Journal of Counseling Psychology**, 47, 138-143.
- KÖKER Süreyya (1991). **Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doymu Düzeyinin Karşılaştırılması**. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara, Türkiye.

- LINK Bruce G. vd. (1997). "On Stigma and Its Consequences: Evidence from A Longitudinal Study of Men with Dual Diagnoses of Mental Illness And Substance Abuse", **Journal of Health and Social Behavior**, 38, 177-190.
- MAJOR Brenda ve O'BRIEN Laurie T. (2005). "The Social Psychology of Stigma," **Annual Review of Psychology**, 56, 393-421.
- MARCUSSEN Kristen, RITTER Christian ve MUNETZ Mark R. (2010). "The Effect of Services and Stigma on Quality Of Life For Persons With Serious Mental Illnesses", **Psychiatric Services**, 61, 5, 489-494.
- MARKOWITZ Fred E. (1998). "The Effects of Stigma on the Psychological Well-Being and Life Satisfaction of Persons with Mental Illness", **Journal of Health and Social Behavior**, 39, 335-347.
- MASHIACH-EIZENBERG Michal vd. (2013). "Internalized Stigma and Quality of Life among Persons with Severe Mental Illness: The Mediating Roles of Self-Esteem and Hope," **Psychiatry Research**, 208, 1, 15-20.
- MITTAL Dinesh vd. (2013). "Stigma Associated With PTSD: Perceptions of Treatment Seeking Combat Veterans," **Psychiatric Rehabilitation Journal**, 36, 2, 86-92.
- MOSES Tally (2009). "Stigma and Self-Concept among Adolescents Receiving Mental Health Treatment," **American Journal of Orthopschiatry**, 79, 2, 261-274.
- OLUYINKA Ojedokun (2011). "Psychological Predictors of Attitude towards Seeking Professional Psychological Help in a Nigerian University Student Population", **South African Journal of Psychology**, 41, 3, 310-327.
- ROTTER Julian B. (1966). "Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement", **Psychological Monographs**, 80, 1. (whole no. 609).
- TOPKAYA Nursel (2011a). **Psikolojik Yardım Alma Niyetinin Sosyal Damgalanma, Tedavi Korkusu, Beklenen Yarar, Beklenen Risk ve Tutum Faktörleriyle Modellenmesi**, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış doktora tezi, İzmir, Türkiye.
- TOPKAYA Nursel (2011b). Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Kendini Damgalama Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. XI. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 3-5 Ekim 2011, İzmir.
- VOGEL David L. vd. (2013). "Cross-cultural Validity of the Self-Stigma of Seeking Help (SSOSH) scale: Examination across Six Countries," **Journal of Counseling Psychology**, 60, 303-310.
- VOGEL David L., WADE Nathaniel G. ve HAAKE Shawn (2006). "Measuring the Self-Stigma associated with Seeking Psychological Help," **Journal of Counseling Psychology**, 56, 2, 301-308.
- VOGEL David L., WADE Nathaniel G. ve HACKLER Ashley H. (2007). "Perceived Public Stigma and the Willingness to Seek Counseling: The Mediating Roles of Self-Stigma and Attitudes towards Counseling," **Journal of Counseling Psychology**, 54, 40-50.
- YETİM Ünsal (1993). "Life Satisfaction: A Study Based on The Organization of Personal Projects", **Social Indicators Research**, 29, 3, 277-289.
- ZAWAVI Jihad Alaedein ve HAMAIDEH Shaher H. (2009). "Depressive Symptoms and Their Correlates with Locus of Control and Satisfaction with Life among Jordanian College Students," **Europe's Journal of Psychology**, 4, 71-103.
- ZHI-HONG Hao (2010). Predictors of College Students' Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help. 4. International Conference on Bioinformatics and Biomedical Engineering (iCBBE), 18-20 Haziran 2010, Chengdu, Çin.

The Examination of the Relationships among Public Stigma, Locus of Control, Self Stigma, and Life Satisfaction

Ayşenur Büyükgöze Kavas^{iv}, Nursel Topkaya^v, Cem Gençoğlu^{vi}

The fear of stigmatization is a psychological and social situation that influences one's life satisfaction (Buseh, Kelber, Hewitt, Stevens, & Park, 2006; Girma et al., 2013). Although it is known that the perception of stigmatization might affect the life satisfaction (Link, Struening, Rahav, Phelan ve Nuttbrock, 1997), little is known regarding the relationships between public stigma, locus of control, self stigma for receiving help, and life satisfaction. There are many factors that play role in the unwillingness to seek psychological help-seeking. Stigmatization, however; had a crucial role in the help-seeking intention (Mittal et al., 2013). It is still not known that how public stigma and self stigma for receiving help and locus of control important on life satisfaction. Therefore, it was aimed at determining the relationships among public stigma for receiving psychological help, locus of control, self stigma and life satisfaction. In addition, the mediating role of self stigma between public stigma, locus of control, and life satisfaction has been examined.

To investigate the relationships a survey among 755 undergraduate students were conducted. Of those participated to the study, % 64.9 (490) was female and 35.1% (265) was male. Their age ranged between 18 and 23 ($M = 20.35$, $SD = 1.21$). Public Stigma Scale for Receiving Psychological Help, Rotter's Locus of Control Scale, Self-Stigma of Seeking Help Scale, and Satisfaction with Life Scale were used as the data collection instruments in the study. 25.4 % of the students were freshman, 39.7 % of them were sophomore, 21.2 % were junior and, 13.6% were senior.

Firstly, fully mediated model was tested. The fit indexes of the fully mediated model were not satisfactory. Following the modification indexes, the model was rerun with adding a direct path between locus of control and life satisfaction. After rerunning the partial path model, the fit indexes were as follows: ($\chi^2 / df = 1.86$, $AGFI = .98$, $CFI = .99$, $RMSEA = .034$, $SRMR = .013$). All direct and indirect paths in the model were examined and seen that all of them were significant. Bootstrap analysis was conducted to examine the contribution of the indirect paths to the model. The results showed that the direct path between locus of control and life satisfaction (std. $\beta = -.13$, $p < .05$) and indirect path through self stigma (std. $\beta = -1.4$, $p = .004$) was significant. Moreover, the path between public stigma and life satisfaction through self stigma (std. $\beta = -7.3$, $p = .002$) was significant. The proposed model explained 5 % of the total variance.

The results of the study demonstrated that the relationships between public stigma, locus of control and life satisfaction were mediated by self-stigma for seeking psychological help among university students. According to the results of the study, greater public stigma and locus of control related to greater self stigma, which in turn, resulted in decreased life satisfaction. Moreover, it was found that locus of control has direct effect on life satisfaction.

Generally, the results of the study demonstrated that public stigma for receiving psychological help, locus of control, self stigma of receiving psychological help inversely related to life satisfaction. Specifically, it was found that public stigma and self stigma were negatively related to life satisfaction. People with external locus of control had lower level of life satisfaction. These results were similar to previous research findings (Buseh vd., 2006, Chirwa vd., 2009; Markowitz, 1998; Mashiach-Eizenberg vd., 2013).

^{iv} Yrd. Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, ayşenur@omu.edu.tr

^v Yrd. Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, nursel.topkaya@omu.edu.tr

^{vi} Yrd. Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, cemgenocglu@omu.edu.tr

When the research results were evaluated in general, it was clearly seen that the findings regarding the relationships among public stigma for receiving psychological help, locus of control, self stigma of seeking psychological help and life satisfaction were so similar with the research studies conducted in the abroad. This similarity might have been stem from the fear of stigmatization that has been also experienced in the Turkish culture. Similarly, the research results including public stigma and self stigma of seeking psychological help demonstrated that Turkish people also experience fear of stigmatization (Topkaya, 2011a; Vogel et al., 2013).

One of the limitations of the study was about not inferring the causality among the variables due to the cross-sectional design of the study. Various research designs can be utilized in order to obtain more information regarding the study variables in the future researches. Other variables that may have affect life satisfaction can be examined to understand the barriers related to help-seeking. Moreover, the relationships among public stigma for receiving psychological help, self stigma of seeking psychological help, depression, hope, and self-esteem can be examined.

Key Words: Public Stigma for Receiving Psychological Help, Locus of Control, Self-Stigma of Seeking Psychological Help, Life Satisfaction