



## Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Tutumlarının Damgalama Algıları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Açısından İncelenmesi\*

Mehtap KARACİL\*  
Gülsüm ÇELİK İSKENDEROĞLU\*\*

### ÖZ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüştür. Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ile damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişki de Pearson korelasyon analizi, bu değişkenlerin psikolojik yardım alma tutumu ise çoklu regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmanın evreni üniversite öğrencileri olup örneklem grubunu RTEÜ’de öğrenim gören 525 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin 288’i kadın 237’si erkektir. Yaş ortalamaları 21dir. Veri toplama aracı olarak Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği Kısa Formu, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği ve Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumu ile damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları ve alt boyutlarından ayrıcalıklık şeması hariç diğer tüm şemalar arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüş, ayrıcalıklık şeması arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Algıları ve erken dönem uyumsuz şemaların üniversite öğrencilerin psikolojik yardım alma tutumunu bir bütün olarak yordamakta olduğu tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin başarısızlık ve terk edilme şemalarının psikolojik yardım alma tutumlarını pozitif yönde yordadığı; damgalama algılarının ve cezalandırılma şemalarının ise psikolojik yardım alma tutumlarını negatif yönlü yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik yardım alma tutumu, damgalama, erken dönem uyumsuz şemalar.

### An Investigation of University Students' Attitudes to Seeking Psychological Help in Terms of Stigma Perceptions and Early Maladaptive Schemas

#### ABSTRACT

This study aims to examine university students' attitudes towards seeking psychological help in terms of stigma perceptions and early maladaptive schemas. The research was conducted with the relational scanning model. The relationship between university students' attitudes to seeking psychological help and their perceptions of stigma (social stigma, self-stigma) and early maladaptive schemas was analyzed using Pearson correlation analysis, and the attitude of these

**Atf Bilgisi:** Karaçil, M. &, Çelik İskenderoğlu, G. (2023). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesi. *Anadolu Dil ve Eğitim Dergisi*, 1(2), 99-112. Doi: 10.5281/zenodo.10445735

\* Bu araştırma 2. Yazarın 1. Yazar danışmanlığında yapmış olduğu “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Tutumlarında Demografik, Kişisel ve Çevresel Değişkenlerin İncelenmesi” isimli tezden üretilmiştir.

\* Dr. Öğr. Üyesi, Bayburt Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, mehtapkaracil@bayburt.edu.tr, ORCID: 0000-0003-3741-1121

\*\* Bilim Uzmanı Öğretmen, Milli Eğitim Bakanlığı, celik.gulsum.94@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1653-7238

variables to seeking psychological help was analyzed using multiple regression analysis. The population of the research is university students and the sample group consists of 525 students studying at RTEU. 288 of the students are women and 237 are men. The average age is 21. As data collection tools, the Attitude Scale for Seeking Psychological Help Short Form, **Young** Schema Scale Short Form-3, Social Stigma Due to Seeking Psychological Help Scale and Self-Stigmatization in Seeking Psychological Help Scale were used. It was observed that there was a negative significant relationship between university students' attitudes towards seeking psychological help and their perception of stigma and early maladaptive schemas and all schemas except the privilege schema, which is one of its sub-dimensions, but no significant relationship was observed between the privilege schema. It has been determined that perceptions and early maladaptive schemas predict university students' attitudes towards seeking psychological help as a whole. University students' failure and abandonment schemas positively predict their attitudes towards seeking psychological help; It was concluded that stigma perceptions and punishment schemes negatively predicted attitudes towards seeking psychological help.

**Keywords:** Attitude to seek psychological help, social stigma, self-stigma, early maladaptive schemas.

## Giriş

Üniversite öğrencileri, öğrencilik hayatları boyunca sıklıkla kişisel, eğitsel ve mesleki problemlerle karşılaşmakta bunun için de psikolojik yardım alma ihtiyacı duymaktadırlar (Özden Koydemir, 2010; Meydan ve Topkaya, 2013). Öğrenciler bu problemlerin üstesinden gelebilmeleri için çoğunlukla psikolojik yardım almayı, problemlerinin üstesinden gelme adına yararlanabilecekleri bir yardım kaynağı olarak algılamamaktadır (Özden Koydemir, 2010). İhtiyaç durumunda dahi kısıtlı sayıda psikolojik yardım almaya yöneldikleri ve problemlerin yoğunluğu arttığı, artık çözülemez hal aldığı anda öğrencilerin psikolojik yardım almaya yanaşabildikleri bilinmektedir. Bu durumun nedenleri arasında, öğrencilerin psikolojik yardım almaya yönelik bazı çekinceler yaşadıkları, kaçınma davranışı sergiledikleri ve olumsuz bazı tutumlara sahip olmaları gösterilebilir.

Psikolojik yardım alma tutumu veya davranışını kavramlaştırmada değerlendirilebilecek çalışmalar yapan Fischer ve Turner (1970) bireyin bu kavramları varlığına tehdit olacak bir durum veya problem algılayıp kendisinin bunların üstesinden gelemeyeceğini düşündüğünde yardım için dışsal kaynaklara yönelmesi olarak açıklamaktadırlar. Husaini, Moore ve Cain (1994) ise psikolojik yardım alma davranışını, kişilerin çözemedikleri problemler karşısında, profesyonel (formal) veya profesyonel olmayan (informal) kaynaklardan yardım talep etmesi şeklinde açıklamaktadır.

Kişiler, psikolojik sıkıntılarını ve bu bağlamda yardım gereksinimini dile getirdiklerinde ve bunu davranışa dönüştürdüklerinde diğerleri tarafından damgalanacakları endişesiyle psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ve davranış sergileyebilmektedirler. Kişiler sosyal damgalama sürecini içselleştirme sonucunda kendini damgalamakta ve neticede bu durum kısır döngü şeklinde devam etmektedir (Bitman, Hammer ve Wade, Vogel, 2013). Riso ve Mc Bride (2007) Şemalar yaygınlaşmış, sürengenlik gösteren ve değişime direnç gösteren “erken dönem uyumsuz şemalar, bireyin farkındalık düzeyinde veya bunun altındaki bilişsel süreçlerde (Akt., Demirli Yıldız, 2018) bireyin kendisi ve başkalarıyla olan ilişkisinde önemli etkiye sahiptir (Gheisari, 2016). Bununla birlikte şemalar, çevresel etmenler ve durumların etkisiyle harekete geçebilmektedir.

## Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bireylerin psikolojik yardım alma durumunu etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Alan yazında, bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarını etkileyen etkenlerin çok yönlü, doğrudan, birlikte ve eşzamanlı olarak ele alınmasına ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedir (Boysen ve Wei, Vogel, Wester 2005). Bu bağlamda ilgili alan yazında psikolojik yardım alma tutumlarını etkileyen bir takım etkenlerin (kendini damgalama, sosyal damgalanma, erken dönem uyumsuz şemalar) kapsamlı bir

örneklemde doğrudan ve bir arada alınmadığı gözlenmektedir. Nitekim, bu araştırma ile psikolojik yardım alma tutumuna ilişkin etmenlerin daha iyi anlaşılması, bu konudaki bilgi birikimine ve ilgili alan yazına katkı sunulması sağlanabilecektir. Bu çalışmada, araştırmadaki değişkenlerle korelasyon analizi yapılmış ama regresyon analizi yapılmamış. Bu nedenle araştırmamız önemlidir. Bu bağlamda araştırmamızın alan yazındaki eksikliği gidereceği, güçlendireceği düşünülerek çalışma anlamlı görülmektedir.

Araştırma bulguları ele alındığında, psikolojik yardım alma tutumunu etkileyen etmenlerin incelenmesi ve psikolojik yardım alınmama durumunu oluşturan faktörlerin belirlenmesi toplumun ruh sağlığı açısından önem arz etmektedir. Bu bağlamda konuyla ilişkili olarak toplumu bilinçlendirme çalışmalarının sıklığı artırılabilir, bireylerin ihtiyaç duyduğu ruh sağlığı hizmeti almasını engelleyen etmenlerin azaltılmasına yönelik çalışmalarda bulunulabilir (Komiya vd., 2000).

Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının damgalama algıları arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma mevcut olsa da damgalama algılarının psikolojik yardım alma tutumlarını yordamasını inceleyen araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Aynı zamanda erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların da sınırlı olduğu görülmüştür. Erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik yardım alma tutumlarını ve ayrıca damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemaların bir bütün olarak psikolojik yardım alma tutumlarını yordamasını inceleyen çalışmalara ise rastlanmamıştır

Psikolojik yardım alma tutumu, gönüllülük esasına dayalı olan psikolojik danışmanlık mesleği için önemli görülen bir konudur. Bu araştırma ile psikolojik yardım alma tutumunun, tutumu olumlu ve olumsuz yönde etkileyen faktörlerin incelenmesi ve anlaşılmasının mesleğin gelişimine katkı sağlayacağı Larson, Vogel ve Wester (2007) engelleri yok etmek ve ruh sağlığı hizmetlerinin ulaşmadığı bireyler için bu kapsamda eğitim programları ve müdahalelerin planlanmasında fayda sunacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda üniversite öğrencilerine doğrudan hizmet veren rehberlik ve psikolojik danışma uygulama ve araştırma merkezlerinin faal bir biçimde hizmet sunmasına, öğrencilerin ihtiyaçları halinde tercih edebilmelerine ve buradaki hizmetlerin daha etkili bir şekilde tasarlanmasında katkı sunacağı düşünülmektedir.

Çalışmada belirtilen nedenler dikkate alınarak araştırmamızın problemi şudur: Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ile damgalama algısı ve erken dönem uyumsuz şemalar değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Araştırmamızın amacı ise, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesidir. Araştırmamızın amacına bağlı olarak alt problem cümlelerine yer verilmiştir:

1. Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumu ile psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları psikolojik yardım alma tutumlarını yordamakta mıdır?

## Yöntem

### Araştırmamızın Modeli

Araştırma, ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır. Araştırmamızda elde edilen veriler nicel verilerdir. İlişkisel tarama modeli; iki ya da daha fazla değişkenin aralarındaki ilişkiyi tespit etme

amacıyla kullanılmaktadır (Akgün, Büyüköztürk, Çakmak, Demirel ve Karadeniz 2014). Bu çalışmada korelasyon ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

### **Örneklem / Araştırma grubu**

Araştırmanın evrenini üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada evrenin tamamına ulaşmada zaman ve mali gibi bazı sorunlar yaşanacağından örneklem alınma yoluna gidilmiştir. Bu noktada örneklem seçiminde öncelikle küme örnekleme yöntemi ile fakülteler tespit edilmiş ve sonrasında araştırmanın uygulanacağı öğrenciler uygun örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Uygun örnekleme yöntemi, seçkisiz/ tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olup iş gücü, zaman ve maddi zorlukları minimum seviyede tutarak kolay bir şekilde ulaşılabilen cevaplayıcılardan örneklemin oluşturulmasıdır (Büyüköztürk vd., 2014). Bu bağlamda örneklem, 2021-2022 eğitim-öğretim yılı, güz yarıyılında Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerden oluşmakta olup bu çalışmada yaş ortalaması 22 olan, 300 kadın 242 erkek olmak üzere toplamda 542 öğrenciye ulaşılmış, boş madde bırakılma, uç nokta değerleri vb. hatalardan dolayı 288 kadın, 237 erkek olmak üzere 525 üniversite öğrencisinin verileri analize tâbi tutulmuştur.

### **Veri Toplama Araçları**

Veri toplama araçları olarak; Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği Kısa Formu (Topkaya, 2011), Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği (Topkaya, 2011), Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği (Acun Kapıkıran, 2013), Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (Soygüt vd., 2009) kullanılmıştır.

### **Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF)**

Fischer ve Turner'in (1970) geliştirdiği ölçeğin orijinal formu 29 maddeden oluşmaktadır. Kullandığımız kısa form ölçek ise Fischer ve Farina (1995) tarafından kısaltılarak, 10 maddeden oluşturulan formudur. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin faktör yapısının tek faktörlü yapıya sahip olduğu, uzun formu ile arasında ilişki .87, bir ay ara ile uygulanan test- tekrar test güvenlik katsayısı .80 ve ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .84 olarak raporlaştırılmıştır. Ölçek 4'lü Likert tipe sahip olup maddeler, "(0) Kesinlikle katılmıyorum ile (3) Kesinlikle katılıyorum" arasındadır. Ölçekte ters maddeler yer almaktadır: 2, 4, 8, 9, 10. Ölçekten alınacak toplam puan aralığı 0 -30 arasındadır. Yüksek puan almak, bireyin yardım alma tutumunun olumlu olduğunun göstergesidir (Fischer, & Farina 1995'ten Akt., Topkaya, 2011).

Ölçeğin Türkçe' ye uyarlanması Topkaya (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları, üniversitede görev yapan yaş ortalamaları 36.7 olan 408 yetişkin bireyle yürütülmüştür. Ölçeğin faktör yapısı, doğrulayıcı faktör analizi kullanılarak ortaya konulan 9 maddeden oluşan tek faktörlü bir yapıdadır. Ölçeğin uyumunu belirlemek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda hesaplanan uyum indeksi değerleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur (AGFI değeri .89, GFI değeri .93, CFI değeri .91 ve RMSEA değeri .097, SRMR değeri .05). Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .29 ile .69 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .76 olarak bulunmuştur (Topkaya, 2011).

Üniversite örnekleminde geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarını Gürsoy (2014) yürütmüştür. % 38.6'sı erkek ve % 61.4'ü kadın, yaş ortalaması 20.97 olan 251 üniversite öğrencisi çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır. Yapı geçerliliği ve faktör yapısını belirleme adına doğrulayıcı faktör analizi kullanılmış olup neticede ölçeğin ayırt edici özelliğe sahip dokuz maddeli, tek faktörlü yapıda olduğu belirtilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığını belirleme adına Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .76 olarak raporlaştırılmıştır (Gürsoy, 2014).

### **Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği (PYANSDÖ)**

Komiya vd. (2000) tarafından geliştirilen ölçek, beş maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .72 olarak saptanmıştır. Ölçek 4'ü Likert yapıda olup "(1) kesinlikle katılmıyorum ve (4) kesinlikle katılıyorum" arasında değişen maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten toplam alınacak puan aralığı ise 1-20 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan toplam puanın yüksek oluşu, kişinin psikolojik yardım alma nedeniyle oluşan sosyal damgalama algısının yüksek olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Topkaya (2011) tarafından yürütülmüştür. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları sonucu; Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .80, maddelerin toplam test kolerasyonları .53 - .67 arasında olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin uyumunu belirlemek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda hesaplanan uyum indeksi değerleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur (AGFI değeri .87, GFI değeri .96, CFI değeri .93 ve RMSEA değeri .014, SRMR değeri .02). Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .29 ile .69 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .80 olarak bulunmuştur. Analizler neticesinde ölçeğin psikometrik özelliklerinin yeterli olduğu görülmektedir (Topkaya, 2011).

### **Psikolojik Yardım Almada Kendini Damgalama Ölçeği (PYAKDÖ)**

Vogel vd. (2006) tarafından geliştirilen ölçek, ilk olarak 28 maddeden oluşturulmuş olup bir dizi analizlerden sonra 10 maddeli, 5'li Likert tipi ve tek boyutlu formuna getirilmiştir. Geliştirilme sürecinde örneklem olarak üniversite öğrencileri ile yürütülen dört ayrı çalışma yapılmıştır. Bu çalışmalar neticesinde ölçeğin iç tutarlılığı .91 ve test-tekrar test güvenirliliği ise .71 olarak belirlenmiştir. Ölçekte ters madde bulunmaktadır: 2, 4, 5, 7, 9. Ölçekten alınan puanın yüksekliği, bireyin psikolojik yardım arama neticesinde kendini damgalama algısının yüksekliğini ifade etmektedir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Acun ve Kapıkıran (2013) tarafından yürütülmüştür. Ölçeğin yapı geçerliliğini saptamak için açılımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış olup neticede tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin uyumunu belirlemek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda hesaplanan uyum indeksi değerleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur (AGFI değeri .89, GFI değeri .91, CFI değeri .98 ve RMSEA değeri .04, SRMR değeri .04). Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .29 ile .69 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .89 olarak bulunmuştur (Topkaya, 2011).

Ölçeğin her bir maddesinin silinmesi üzere yapılan analizlerde Cronbach Alfa katsayısının .68 - .71 arasında değiştiği ve maddelerin tümü için iç tutarlılığı belirlemek adına yapılan analizlerde Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısının ise .77 olduğu saptanmıştır (Acun ve Kapıkıran, 2013).

### **Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YŞÖ-KF3).**

Şema terapi kapsamında Young tarafından geliştirilen Young Şema Ölçeği, bireyin erken dönem uyumsuz şemalarını ölçmeye katkı sağlayacak bir ölçme aracıdır. Young Şema Ölçeği, 16 şemayı kapsayan 205 sorudan oluşmakta olan uzun forma sahiptir (Young, ve Brown, 1990). Sonrasında Young (1994) bu formu kısaltmış, 15 şemayı kapsayan 75 sorudan oluşan formunu oluşturulmuştur. Sonrasında ise cezalandırıcılık, karamsarlık ve onay arayıcılık şemalarının da dahil edilmesiyle 18 şemayı kapsayan 90 sorudan oluşan forma getirilmiştir.

Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3'te 6'li Likert tipinde olup her bir alt ölçek 5 maddeden oluşmakta ve bu maddelerden alınan puanlar 5-30 arasında değişmektedir. Ölçekten elde edilen

puanlara belirli bir kesme puanı belirlenmemiş, alınan yüksek puan ise bireyin daha şiddetli erken dönem uyumsuz şemalara sahip olduğunu belirtmektedir (Çakır, 2007).

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasını ve geçerlilik, güvenilirlik çalışmaları Soygüt *vd.* (2009) tarafından örneklem olarak belirledikleri üniversite lisans öğrencileri ile yürütülmüştür. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları neticesinde ölçek 14 faktörlü bir boyut ve 90 sorudan oluşan forma dönüştürülmüştür. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Orjinal formunda olduğu gibi 6'lı Likert yapıdadır. Soygüt *vd.* 'ın (2009) yaptığı çalışma neticesinde ölçek 5 şema alanı ve 14 şema boyutundan oluşmuştur. Faktör analiz sonuçları kabul edilir düzeydedir (AGFI değeri .83, GFI değeri .91, CFI değeri .96 ve RMSEA değeri .08, SRMR değeri .02) Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğinin, şema alanları için = .66 - .83, şema boyutları için ise  $r = .66 - .82$  arasında değiştiği belirlenmiştir. İç tutarlılık katsayısı açısından yapılan analizlerde şema boyutları açısından  $\alpha = .53 - .81$ , şema alanları açısından ise  $\alpha = .53 - .81$  arasında değişkenlik gösterdiği saptanmıştır (Soygüt *vd.*, 2009).

### Verilerin Analizi

Araştırmanın amacına hizmet edebilecek ölçekler belirlenip, e-mail ile ölçekleri Türkçe'ye uyarlayan araştırmacılardan kullanım izni ve araştırma için Bayburt Üniversitesi Etik Kurulu'ndan (19.11.2021 tarihli - 42344 sayılı) etik izin alınmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler ilk olarak, Kolmogorov-Smirnov normallik testi kullanılarak araştırma verilerinin dağılımı kontrol edilmiştir ( $p > .05$ ) Bu kontroller, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri hesaplanarak incelenmiştir. Veri analizlerinde skewness=2.25 ve kurtosis=2.30 değerlerinin altında olduğu zaman veriler, normal dağılım göstermektedir (Enders, 2001; Akt., Yalçıntaş 2019). Skewness ve kurtosis değerlerine göre verilerin normal dağılım sergilediği saptanmıştır. Bu bağlamda araştırmada parametrik testler kullanılarak analizlere devam edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ile kendini damgalama, sosyal damgalanma ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişki de Pearson korelasyon analizi, bu değişkenlerin psikolojik yardım alma tutumu ise çoklu regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Analizler sırasında  $p$  anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiş olup SPSS-22 paket programı kullanılmıştır.

### Araştırma ve Yayın Etiği

Bu çalışmada, Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi'nde belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergede *Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler* başlığı altında açıklanan eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

### Etik Kurul İzni

Bayburt Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 19.11.2021 tarihli ve 42344 sayılı kararla onay alınmıştır.

### Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelemek için gerçekleştirilen analizlere, bulgulara yer verilmiştir.

**Tablo 1.** *Araştırma verilerinin dağılımına yönelik bulgular*

| Değişkenler             | Çarpıklık | Basıklık |
|-------------------------|-----------|----------|
| Psikolojik Yardım Tutum | -.218     | -.042    |
| Kendini Damgalama       | .331      | -.079    |
| Sosyal Damgalama        | .364      | -.526    |

| Değişkenler                        | Çarpıklık | Basıklık |
|------------------------------------|-----------|----------|
| Erken Dönem Uyumsuz Şemalar        | .647      | .447     |
| Duygusal Yoksunluk                 | .943      | .134     |
| Başarısızlık                       | 1.572     | 1.887    |
| Karamsarlık                        | .429      | -.539    |
| Sosyal İzolasyon Güvensizlik       | .497      | -.273    |
| Duyguları Bastırma                 | .356      | -.645    |
| Onay Arayıcılık                    | -.002     | -.494    |
| İç İç Geçmek Bağımlılık            | .966      | .404     |
| Ayrıcalıklık                       | -.027     | -.385    |
| Kendini Feda                       | .249      | -.485    |
| Terk Edilme                        | 1.159     | .945     |
| Cezalandırılma                     | .740      | 1.857    |
| Kusurluluk                         | 1.146     | .893     |
| Tehditler Karşısında Dayanıksızlık | .752      | .099     |
| Yüksek Standart                    | .245      | -.782    |

### Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Tutumları ile Damgalama Algıları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Araştırmanın “Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?” problemi kapsamında toplanan veriler korelasyon analizi ile analiz edilmiş ve ulaşılan bulgular Tablo 2’de paylaşılmıştır.

**Tablo 2.** Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkiye yönelik bulgular

| Değişkenler   | Psikolojik Yardım Alma Tutumu |
|---|-------------------------------|
|   | R                             |
| Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Algıları | -.361                         |
| Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Kendini Damgalama Algıları | -.487                         |
| Erken Dönem Uyumsuz Şemalar (Toplam)                        | -.270                         |
| Duygusal Yoksunluk  | -.246                         |
| Başarısızlık  | -.140                         |
| Karamsarlık   | -.198                         |
| Sosyal İzolasyon/Güvensizlik                                | -.214                         |
| Duyguları Bastırma  | -.296                         |
| Onay Arayıcılık   | -.113                         |
| İç İç Geçmek/Bağımlılık                                     | -.214                         |

|                                    |      |
|------------------------------------|------|
| Ayrıcalıklık                       | -045 |
| Kendini Fedası                     | -175 |
| Kendini Fedası                     | -173 |
| Cezalandırılma                     | -189 |
| Kusurluluk                         | -332 |
| Tehditler Karşısında Dayanıksızlık | -214 |
| Yüksek Standart                    | -129 |

Tablo 2'ye göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algıları ( $r=-.36$ ,  $p=.00$ ), psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama algıları ( $r=-.487^{**}$ ,  $p=.000$ ), erken dönem uyumsuz şemalar (toplam) ( $r=-.27^{**}$ ,  $p=.000$ ) ile duygusal yoksunluk ( $r=-.25^{**}$ ,  $p=.000$ ), başarısızlık ( $r=-.14^{**}$ ,  $p=.001$ ), karamsarlık ( $r=-.20^{**}$ ,  $p=.000$ ), sosyal izolasyon/güvensizlik ( $r=-.21^{**}$ ,  $p=.000$ ), duyguları bastırma ( $r=-.30^{**}$ ,  $p=.000$ ), onay arayıcılık ( $r=-.11^{**}$ ,  $p=.01$ ), iç içe geçmek/bağımlılık ( $r=-.21^{**}$ ,  $p=.000$ ), kendini feda ( $r=-.18^{**}$ ,  $p=.000$ ), terk edilme ( $r=-.17^{**}$ ,  $p<.01$ ), cezalandırılma ( $r=-.19^{**}$ ,  $p=.000$ ), kusurluluk ( $r=-.33^{**}$ ,  $p=.000$ ), tehditler karşısında dayanıksızlık ( $r=-.21^{**}$ ,  $p=.000$ ) ve yüksek standartlar ( $r=-.13^{**}$ ,  $p=.000$ ) alt boyutları arasında istatistiksel olarak .01 düzeyinde negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Fakat, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ile erken dönem uyumsuz şemalarından ayrıcalıklık ( $r=-.05^{**}$ ,  $p>.05$  arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

### Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Damgalama Algıları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Psikolojik Yardım Alma Tutumlarını Yordama Durumuna Yönelik Bulgular

Araştırmanın “Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları psikolojik yardım alma tutumlarını yordamakta mıdır?” problemi kapsamında toplanan veriler çoklu regresyon analizi ile incelenmiş ve ulaşılan bulgular Tablo 3'te paylaşılmıştır.

**Tablo 3.** Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları psikolojik yardım alma tutumlarını yordamasına yönelik bulgular

| Değişkenler                              | B    | SH  | $\beta$ | t     | p   |
|--|------|-----|---------|-------|-----|
| Sosyal Damgalama                         | -.29 | .03 | -.39    | -8.98 | .00 |
| Kendini Damgalama                        | -.08 | .03 | -.12    | -2.54 | .01 |
| Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar (Toplam) | -.12 | .32 | -.18    | -.37  | .72 |
| Duygusal Yoksunluk                       | -.02 | .03 | -.04    | -.51  | .61 |
| Başarısızlık                             | .09  | .03 | .18     | 2.58  | .01 |
| Karamsarlık                              | -.01 | .03 | -.03    | -.37  | .72 |
| Sosyal İzolasyon/Güvensizlik             | .08  | .04 | .17     | 1.92  | .06 |
| Duyguları Bastırma                       | -.05 | .03 | -.11    | -1.72 | .09 |
| Onay Arayıcılık                          | .01  | .04 | .03     | .39   | .70 |
| İç İçe Geçme/Bağımlılık                  | .08  | .05 | .16     | 1.53  | .13 |



|                                    |      |     |      |       |      |
|------------------------------------|------|-----|------|-------|------|
| Ayrıcalık/Yetersiz Özdenetim       | -.01 | .03 | -.01 | -.17  | .87  |
| Kendini Feda                       | -.02 | .03 | -.04 | -.70  | .48  |
| Terk Edilme                        | .08  | .04 | .17  | 2.15  | .03  |
| Kusurluluk                         | -.01 | .03 | -.03 | -.35  | .72  |
| Cezalandırıcılık                   | -.17 | .05 | -.36 | -3.74 | .000 |
| Tehditler Karşısında Dayanıksızlık | -.01 | .03 | -.02 | -.29  | .77  |
| Yüksek Standartlar                 | .02  | .02 | .06  | 1.11  | .27  |

---

$R=.57$ ;  $R^2=.33$ ; Düzeltilmiş  $R^2=.31$ ;  $F_{(17,507)}=14.67$ ;  $p=.000$

Tablo 3'e göre; araştırmanın bağımsız değişkenleri bir bütün olarak, psikolojik yardım alma tutumunu yordamaktadır [ $F_{(17,507)}=14.67$ ;  $p=.000$ ]. Buna göre, bağımsız değişkenlerin tamamı psikolojik yardım alma tutumu varyansının %31'ini açıklamaktadır. Ayrıca  $\beta$  katsayıları incelendiğinde; başarısızlık ( $\beta=.18$ ;  $p=.01$ ) ve terk edilme ( $\beta=.17$ ;  $p=.03$ ) şemalarının psikolojik yardım alma tutumlarına pozitif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca, sosyal damgalanma ( $\beta=-.39$ ;  $p=.000$ ), kendini damgalama ( $\beta=-.12$ ;  $p=.01$ ) ve cezalandırıcılık şemasının ( $\beta=-.36$ ;  $p=.000$ ) psikolojik yardım alma tutumlarına anlamlı düzeyde ve negatif yönde yordadığı görülmüştür. Fakat, erken dönem uyumsuz şemaları (toplam) ( $\beta=-.18$ ;  $p=.77$ ) ve duygusal yoksunluk ( $\beta=-.04$ ;  $p=.61$ ), karamsarlık ( $\beta=-.03$ ;  $p=.72$ ), sosyal izolasyon/güvensizlik ( $\beta=.17$ ;  $p=.06$ ), duyguları bastırma ( $\beta=-.11$ ;  $p=.09$ ), onay arayıcılık ( $\beta=-.03$ ;  $p=.70$ ), iç içe geçme/bağımlılık ( $\beta=.16$ ;  $p=.13$ ), ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim ( $\beta=-.01$ ;  $p=.87$ ), kendini feda ( $\beta=-.04$ ;  $p=.48$ ), kusurluluk ( $\beta=-.03$ ;  $p=.72$ ), tehditler karşısında dayanıksızlık ( $\beta=-.02$ ;  $p=.77$ ) ve yüksek standartlar ( $\beta=.06$ ;  $p=.27$ ) şemalarının psikolojik yardım alma tutumunu anlamlı yordamadığı belirlenmiştir.

### Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırma amacı doğrultusunda, ilk olarak üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım alma tutumu ile damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişki incelenmiş olup verilerin analizinde; üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumu ile psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, kendini damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemalar (toplam) arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumu ile ilgili değişkenler arasında doğru orantı olmadığını işaret etmektedir. Bu bağlamda, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları artarken psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, kendini damgalama algıları ve erken dönem uyumsuz şemalar (toplam) ve duygusal yoksunluk, karamsarlık, duyguları bastırma, iç içe geçmek/bağımlılık, başarısızlık, terk edilme, sosyal izolasyon/güvensizlik, kusurluluk, onay arayıcılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, kendini feda, yüksek standart şemaları arasında negatif ilişki olabilir. Çalışmada erken dönem uyumsuz şemalardan ayrıcalıklık şeması arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Psikolojik yardım alma tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiye dair yapılan araştırmalar incelendiğinde; pek çok araştırmanın bu çalışmayı destekler nitelikte olduğu gözlenmiştir. Çayır (2018) tarafından üniversite öğrencilerin psikolojik destek alma tutumları ile psikolojik destek alma nedeniyle sosyal damgalanma arasındaki ilişkiyi araştırılmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda, psikolojik yardım alma tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algıları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki görülmüştür.

Topkaya (2011) tarafından yetişkin bireyler üzerine yapılan araştırma da Çakır'ın (2018) ulaştığı sonuçlarla paraleldir. Bu sonuç, araştırmanın ulaştığı sonuçları desteklemesi bakımından önem arz etmektedir. Ayrıca Metin (2017), Conner vd. (2010) tarafından yapılan araştırmanın psikolojik yardım alma tutumları ile psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma algısı arasındaki ilişkiye yönelik ulaştığı sonuçları desteklemektedir. Metin (2017), Gülleroğlu ve Sezer (2016) yaptıkları araştırmalarda psikolojik yardım alma tutumlarının psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama algısı arasında negatif yönlü ilişki görülmüştür. Corrigan (2004) yetişkin bireylerde psikolojik yardım alma tutumu ile psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada yetişkin bireylerde psikolojik yardım alma tutumu ile psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Çalışmalar incelendiğinde toplum baskısı, dışlanma, ötekileşme ve işe girmede sorun yaşama korkusuyla bireyler ihtiyaç duysa da olumsuz etiketleneyeceği düşüncesiyle psikolojik yardımı reddedebilirler. Çalışmalardaki sonuçlar bunu desteklemektedir.

Gürsoy'un (2014) araştırmasında üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ve kendini damgalama algısı ile negatif yönlü ilişkisi tespit etmiştir. Kalaycı, Sever, Yüceer-Kardeş 'in (2021) araştırmasında da sosyal damgalanma ve kendini damgalama düzeyinin bu araştırmada olduğu gibi psikolojik yardım alma tutumlarıyla ilişkili olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda, yapılan bütün araştırmaların benzer sonuçlar göstermesi bu araştırma kapsamında ulaşılan sonuçların güvenilir olduğunu işaret etmesi bakımından önem arz etmektedir.

Gögebakan (2018) tarafından yapılan araştırmada erken dönem uyumsuz şemaların iki tanesi (onay arayıcılık ve cezalandırılma şemaları) ile psikolojik yardım alma tutumları arasında anlamlı ilişki görülmüştür. Bu durumda, iki araştırmanın sonuçlarının örtüştüğünü söylemek mümkündür. Fakat Gögebakan'ın (2018) araştırmasında, diğer şemalar ile psikolojik yardım alma tutumları arasında anlamlı ilişki tespit edilememesi yapılan bu iki araştırmanın birbirlerinden ayrışmasına neden olmaktadır. Bunun sebepleri karamsarlık, terk edilme korkusu, duyguları bastırma, başarısızlık ve yetersiz öz denetim şemaları ile psikolojik yardım almaktan kaçınma tutumu göstermesi beklenen sonuçlardandır.

Irkörücü (2012) tarafından yapılan araştırmada duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç, olumsuzluk/karamsarlık, hak görme/büyüklenmecilik ve sosyal izolasyon/ yabancılaşma erken dönem uyumsuz şemasına sahip öğrencilerin olmayanlara kıyasla, psikolojik yardım alma tutumların daha olumlu olduğuna ulaşılmıştır. Bu kapsamda, araştırmanın erken dönem uyumsuz şemalar üzerine ulaştığı sonuçların alan yazında daha zengin hale getirdiği söylenebilir.

Psikolojik yardım alma nedeniyle damgalama (sosyal damgalanma, kendini damgalama) algıları ve erken dönem uyumsuz şemaların üniversite öğrencilerin psikolojik yardım alma tutumunu yordaması incelendiğinde; bağımsız değişkenlerin bir bütün olarak psikolojik yardım alma tutumunu yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bireylerin psikolojik yardım alma tutumu üzerindeki etkilerine bakıldığında; başarısızlık ve terk edilme şemalarının, üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım alma tutumlarına pozitif yönde yordadığı görülmektedir. Damgalama ve cezalandırıcılık şemalarının ise bireyin psikolojik yardım alma tutumları üzerindeki negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Bu kapsamda elde edilen son sonuç ise, erken dönem uyumsuz şemalar (toplam) ve karamsarlık, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, kendini feda, kusurluluk, ayrıcalıklık/yetersiz özdenetim, onay arayıcılık, tehditler karşısında dayanıksızlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, yüksek standartlar ve duygusal yoksunluk erken dönem uyumsuz şemalarının

üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları üzerinde bağımsız olarak anlamlı bir yordama sahip olmaması yönündedir.

Yapılan sınırlı sayıdaki çalışmalar incelendiğinde, Güç'ün (2015) yaptığı çalışmada psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama algısının psikolojik yardım alma tutumlarını yordadığı; Gürsoy ve Gizir (2018) yaptığı çalışmada, psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ve kendini damgalama algısının psikolojik yardım alma tutumlarını yordadığı tespit edilmiştir. Hackler ve Wade, Vogel(2007), Topkaya (2014) bu sonucu desteklememekte, doğrudan yormadığını belirtmektedir. Gizir ve Gürsoy (2018) üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarını yordayan değişkenleri incelediği çalışmasında psikolojik yardım alma sebebiyle kendini damgalama ve sosyal damgalanma algılarının üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım alma tutumlarını yordadığı belirlenmiştir.

Göğebakan (2018), ihmal ve istismar konusunda mağdur olan ergenlerin psikolojik destek alma tutumları ile erken dönem uyumsuz şemaları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma sonunda, psikolojik yardım alma tutumlarının onay arayıcılık ve cezalandırılma şemaları ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır. Fakat karamsarlık, tehditler karşısında dayanıksızlık, duyguları bastırma, kendini feda, sosyal izolasyon/güvensizlik, iç içe geçmek/bağımlılık, duygusal yoksunluk, başarısızlık, kusurluluk, terk edilme ve yüksek standart şemalarında anlamlı ilişki tespit edilmemiştir. Irkörücu (2012) Orta Doğu Teknik Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin bağlanma stilleri, erken dönem uyumsuz şemaları ve psikolojik yardım alma tutumları arasındaki ilişkiyi ele aldığı çalışmasında olumsuzluk/karamsarlık, hak görme/büyükleme, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/yabancılaşma ve kusurluluk/ utanç şemasına sahip öğrencilerin olmayan öğrencilere kıyasla, psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yapılan araştırmalar incelendiğinde elde edilen bulgular bu çalışmayı destekler niteliktedir.

Araştırma bağlamında önerilere yer verilmiştir:

1. İleride benzer konularda yapılacak çalışmalarda, psikolojik yardım alma tutumları daha başka değişkenler açısından incelenebilir. Ayrıca, bu çalışmada kullanılan değişkenler arasında meydana gelen aracılık etkisi araştırılabilir.

2. Benzer konularda yapılacak çalışmalar deneme modeli planında, boylamsal çalışmalar ile yürütülebilir.

3. Bu araştırmanın örneklem grubu üniversite öğrencileridir. Aynı değişkenlerin kullanıldığı araştırmalarda daha farklı örneklem gruplarından veri toplanabilir. Ayrıca, üniversite öğrencileri ile lise öğrencileri gibi iki grubun kıyaslanması tercih edilebilir.

4. Bu araştırmanın verileri nicel olarak toplanmıştır. Benzer nitelikte yapılacak araştırmalarda veriler, nitel ya da hem nicel hem nitel olarak toplanabilir. Bu sayede, araştırma kapsamında ulaşılan nicel sonuçlar, nitel bulgular ile desteklenebilir.

5. Psikolojik yardım almanın kötü, damgalanmaya neden olan bir durum olmadığı üniversite öğrencileri çeşitli projelerle, konferanslarla, seminerlerle, çeşitli medya araçlarıyla farkındalık oluşturulabilir, bilinçlendirilebilir.

6. Psikolojik yardım alma merkezlerinin tüm üniversitelerde olması ve her öğrencinin bu merkezlerin varlığından haberdar edilmesi, mevcut olanların daha etkin kullanılır hale getirilmesi önemli görülmektedir.

7. Tutumlar erken dönemden itibaren şekillenmeye başlamaktadır. Erken dönemde oluşan şemaların psikolojik yardım almaya dair olumlu olmasını destekleme adına okul öncesinde müfredatları bu tutumu olumlu yönde arttıracak şekilde düzenlenmesi gerektiği önerilmektedir.

### **Araştırma ve Yayın Etiği**

Bu çalışmada, Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi'nde belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergede *Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler* başlığı altında açıklanan eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir. (Zorunlu)

### **Etik Kurul İzni**

Bayburt Üniversitesi Etik Kurulu'ndan 19.11.2021 tarihli ve 42344 sayılı kararla onay alınmıştır.

### **Çıkar Çatışması**

Çıkar çatışmasına dair bir durum yoktur.

### **Kaynakça**

- Acun Kapıkıran, N., & Kapıkıran, Ş. (2013). Psikolojik yardım aramada kendini damgalama ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (40), 131-141.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (17. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59, 614–625.
- Conner, K. O., Copeland V.C., Grote, N. K., Koeske, G., Rosen, D., Reynolds, C. F., & Brown, C. (2010). Mental health treatment seeking among older adults with depression: the impact of stigma and race. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 18(6), 531-543.
- Çakır, Z. (2007). *Antisosyal kişilik bozukluğunda erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları arasındaki ilişkiler: şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çayır, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinin psikoterapi hakkındaki düşüncelerinin sosyal damgalanma ve cinsiyet ile ilişkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Fischer, E. H., & Turner J. L. (1970). Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1), 79-90.
- Gheisari, M. (2016). The effectiveness of schema therapy integrated with neurological rehabilitation on reducing early maladaptive schemas and symptoms of depression in patients with chronic depressive disorder. *Health Science Journal*, 10(4), 1-6.
- Göğebakan, M. (2018). *İhmal ve istismar mağduru ergenlerde psikolojik destek alma tutumları ve terapötik işbirliğinin psikopatolojik özellikler ve şemalarla ilişkisi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Gürsoy, O. (2014). *Profesyonel psikolojik yardım alma denhoyimlerine göre mersin üniversitesi öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları: sosyal damgalanma, kendini damgalama, kendini açma, benlik saygısı ve cinsiyet değişkenlerinin rolü* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Mersin: Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gürsoy, O. & 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.
- Husaini B. A., Moore S. T. & Cain V. A. (1994). Psychiatric symptoms and help seeking behaviour among the elderly: An analysis of racial and gender differences. *Journal Of Gerontological Social Work*, 21(3); 117-195.
- Irkörücü, A. (2012). *An investigation of attitude towards help seeking of middle east technical university students with respect to attachment style and early maladaptive schemas* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Komiya, N., Good, G. E., & 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.
- Koydemir Özden, S. (2010). Self-Aspects, perceived social support gender and willingness to seek psychological help. *International Journal of Mental Health*, 39(3), 44-60
- Metin, A. (2017). *Lise öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının kendini damgalama ve sosyal damgalanma algısına göre incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul: Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Sever, M., Yüceer Kardeş, T., & Kalaycı, E. (2021). Sosyal Damgalanma İle Psikolojik Yardım Arama Tutumu İlişkisi: Kendini Damgalamanın Rolü. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(3), 833-846.
- Sezer, S., & Gülleroğlu, D. (2016). Psikolojik yardım arama tutumlarını yordayan değişkenler: Kendini damgalama, özsaygı, psikolojik yardım almış olma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 75-93.
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 20(1), 75-84.
- Topkaya, N. (2011). *Psikolojik yardım alma niyetiyle damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yarar, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Topkaya, N. (2014). Psikolojik yardım arama niyetini yordamada demografik, bireysel ve çevresel faktörler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29(74), 1-11.
- Topkaya, N., & Meydan, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 25-37.
- Vogel, D. L., Bitman, R. L., Hammer, J. H., & Wade, N. G. (2013). Is stigma internalized? The longitudinal impact of public stigma on self-stigma. *Journal of Counseling Psychology*, 60(2), 311-316.

- Vogel, D. L., Wade, N. G., & 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*, 40-50.
- Vogel, D. L., Wester, S. R., & Larson, L. M. (2007). Avoidance of counseling: psychological factors that inhibit seeking help. *Journal of Counseling and Development, 85*, 410-422.
- Vogel, D. L., Wester, S. R., Wei, M., & Boysen, G. A. (2005). The role of outcome expectations and attitudes on decisions to seek professional help. *Journal of Counseling Psychology, 52* (4), 459-470.
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange.
- Young, J. E., & Brown, G. (1990). *Young schema questionnaire*. New York: Cognitive Therapy Center of New York