



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA
İLİŞKİN TUTUMLARI

Kübra ÇIVAN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2019

Liderlik, araştırma, inovasyon, kaliteli eğitim ve değişim ile

Daha ileriye ... En İyiyeye ...



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA
İLİŞKİN TUTUMLARI

PSYCHOLOGICAL HELP SEEKING ATTITUDES OF PSYCHOLOGICAL
COUNSELOR CANDIDATES

Kübra ÇİVAN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2019

Kabul ve Onay

Eğitim Bilimleri Enstitüsü M¼d¼rl¼đ¼ne,
K¼bra IVAN'ın hazırladığı "Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Yardım
Almaya İlişkin Tutumları" başlıklı bu çalışma j¼rimiz tarafından **Eğitim Bilimleri Ana
Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında Y¼ksek Lisans
Tezi** olarak kabul edilmiştir.

J¼ri Başkanı

Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM

İmza



J¼ri Üyesi (Danışman)

Dr. Öğr. Üyesi Özlem HASKAN
AVCI

İmza



J¼ri Üyesi

Prof. Dr. Tuncay ERGENE

İmza



J¼ri Üyesi

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep ERKAN
ATIK

İmza



J¼ri Üyesi

Dr. Öğr. Üyesi Olcay YILMAZ

İmza



Bu tez Hacettepe Üniversitesi Lisans¼st¼ Eğitim, Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki j¼ri üyeleri tarafından 30 / 05 / 2019 tarihinde uygun gör¼lm¼ř ve Enstit¼ Yönetim Kurulunca / /tarihinde kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Ali Ekber şAHİN
Eğitim Bilimleri Enstitüsü M¼d¼r¼

Öz

Bu araştırma Rehberlik ve Psikolojik Danışma (RPD) lisans programında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin yardım alma tutumlarının incelendiği betimsel bir araştırmadır. Ayrıca RPD lisans öğrencilerinin demografik özelliklerine göre yardım alma tutumu puan ortalamalarında manidar bir fark olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırmaya Ankara ve İzmir’de bulunan devletüniversitelerinin RPD lisans programında öğrenim gören 416 öğrenci katılmıştır. Veri toplamak amacı ile Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği (PYATÖ) ve Kişisel Bilgi Formu (KBF) kullanılmıştır. Araştırmada nicel verilerin çözümlenmesinde çok yönlü varyans analizi (ANOVA), çoklu karşılaştırmalar için scheffe testi ve bağımsız örneklemeler için t testi analiz yöntemlerinden faydalanılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların yardım alma tutumlarında yaş, akademik başarı düzeyi, sınıf düzeyi, daha önce aldıkları psikolojik danışma yardımının türü ve süresi, daha önce ailelerinde psikolojik danışma yardımı almış bireylerin aldıkları yardımın türü, katılımcıların ve ailelerinin yaşadıkları yerdeğişkenlerinin manidar bir etkisi olduğu bulunmuştur. Araştırma sonucunda, katılımcıların yardım alma tutumlarının cinsiyet, daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumu, bölümü seçerken kendi isteği ile gelme durumu, bölümü kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma durumu ve bölümden memnun olma durumu değişkenlerine göre manidar bir fark olduğu bulunmuştur.

Anahtar sözcükler: yardım arama, psikolojik danışma, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum, rehberlik ve psikolojik danışma

Abstract

This research is a descriptive study examining the attitudes of university students studying in a Psychological Counseling and Guidance Program (PCG). This investigation sought to understand whether demographic characteristics of PCG undergraduate students were related to their attitudes toward seeking help. The sample included 416 students studying in PCG undergraduate programs in state universities in Turkey. The Psychological Assistance Seeking Attitude Scale and Personal Information Form were used to collect information from the participants. Multivariate analysis of variance, Scheffe Test for multiple comparisons, and t-test analysis for independent samples were used. Results indicated that age, grade point average, grade level, type and duration of psychological counseling assistance received, type of help received by individuals who had previously received counseling, and settlement hierarchy of participants, and their families were statistically significant. There was a significant difference between the participants' attitudes to receiving help, gender, the status of having previously received psychological counseling assistance, coming with their own will when choosing the department, finding the department appropriate to their personality, interests and abilities, and being satisfied with the department.

Keywords: help seeking, psychological counseling, psychological support, psychological counseling and guidance

Teşekkür

Bu araştırma pek çok kişinin katkısıyla gerçekleşmiştir. Öncelikle, tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Sayın Özlem HASKAN AVCI'ya araştırmanın her döneminde bana verdiği titiz geribildirimleri, yol gösterici davranışları, gösterdiği hoşgörü ve sonsuz sabrı için çok teşekkür ederim.

Tez jürimde bulunarak yapıcı geri bildirimlerle tezimi zenginleştiren sayın hocalarım Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM'a, Prof. Dr. Tuncay ERGENE'ye, Dr. Öğr. Üyesi Zeynep ERKAN ATİK'e ve Dr. Öğr. Üyesi Olcay YILMAZ'a sonsuz teşekkür ederim.

Her zaman ve her koşulda yanımda olan, bu süreçte ne zaman vazgeçmeyi düşünsem bana içimde var olan gücü, kendi sevgilerinin ışığında, gösteren anneciğim Döndü ÇİVAN ve babacığim Yeter ÇİVAN'a sonsuz teşekkür ederim. Ayrıca engin bilgilerinden her zaman yararlandığım, tezimi yazarken sorularıyla bolca uğraştırdığım ve aynı alanda çalışmaktan gurur duyduğum sevgili ablacığım Uzm. Psk. Dan. İclal ÇİVAN İLGÜN'e teşekkür ederim.

Ayrıca, araştırma süresince verdiği destek, araştırma verilerinin analizinde ve değerlendirilmesindeki yardımlarından, her türlü soruma yılmadan verdiği cevaplar ile sonsuz sabrından dolayı Arş. Gör. Gökhan KABACAOĞLU'na teşekkür ederim.

Veri toplama sürecinde bana uzakları yakın eden, ne zaman ihtiyacım olsa yardımına koşan sevgili arkadaşım Arş. Gör. Eda BİÇENER'e ve daha Dokuz Eylül Üniversitesinde lisans öğrencisi olup benden hiçbir yardımı esirgemeyen, saygı ve sevgisiyle tezime veri toplama sürecinde çok büyük katkılar sunan Hatice Kübra ÖZTÜRK'e teşekkür ederim.

Adını yazamadığım bende emeği geçen tüm öğretmenlerime, sevgilerini hiçbir zaman eksik etmeyen dostlarıma ve kadınlara verdiği haklar sayesinde bugün göğsümü gere gere eğitimimi tamamlamamda fikirleriyle bana ışık olan Ulu Önder Mustafa Kemal ATATÜRK'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İçindekiler

Öz.....	ii
Abstract.....	iii
Teşekkür.....	iv
Tablolar Dizini.....	vii
Simgeler ve Kısaltmalar Dizini.....	ix
Bölüm 1 Giriş.....	1
Problem Durumu.....	6
Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	7
Araştırma Problemi.....	11
Sayıtlılar.....	13
Sınırlılıklar.....	13
Tanımlar.....	13
Bölüm 2 Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar.....	15
Yardım Arama.....	15
Psikolojik Yardım Alma Tutumu.....	15
Psikolojik Yardım Alma Tutumunu Etkileyen Faktörler.....	16
Psikolojik Yardım Alma Tutumu ile İlgili Türkiye'de Yapılmış Araştırmalar.....	20
Psikolojik Yardım Alma Tutumu ile İlgili Uluslararası Literatürde Yapılmış Araştırmalar.....	23
Bölüm 3 Yöntem.....	28
Çalışma Grubu.....	28
Veri Toplama Süreci.....	28
Veri Toplama Araçları.....	28
Verilerin Analizi.....	30
Bölüm 4 Bulgular ve Yorumlar.....	31
Nicel Bulgular ve Yorumlar.....	31
Bölüm 5 Sonuç, Tartışma ve Öneriler.....	51

Sonuç.....	51
Tartışma.....	55
Öneriler	73
Kaynaklar	75
EK-A: Etik Komisyonu Onay Bildirimi	91
EK-C: Yüksek Lisans Tez Çalışması Orijinallik Raporu.....	93
EK-Ç: Thesis Originality Report.....	94
EK-D: Yayımlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı.....	95

Tablolar Dizini

Tablo 1 Demografik Değişkenlere Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	31
Tablo 2 Demografik Değişkenlere Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Arama Tutumlarına İlişkin Çok Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları	34
Tablo 3 Yaşa Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları	35
Tablo 4 Sınıf Düzeyine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları	36
Tablo 5 Akademik Başarısına Düzeyine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları.....	37
Tablo 6 Katılımcıların Kaldıkları Yere Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları.....	38
Tablo 7 Katılımcıların Ailelerinin Yerleşim Yerlerine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları.....	39
Tablo 8 Katılımcıların Daha Önce Almış Oldukları Yardımın Süresine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları	41
Tablo 9 Katılımcıların Daha Önce Almış Oldukları Yardımın Türüne Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları	42
Tablo 10 Katılımcıların Ailelerinin Daha Önce Almış Oldukları Yardımın Türüne Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları	44
Tablo 11 Cinsiyete Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları	45
Tablo 12 Daha Önce Psikolojik Danışma Yardımı Almış Olan RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları	46
Tablo 13 RPD Bölümünü Kendi İsteğiyle Tercih Etme Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları	47

Tablo 14 <i>RPD Bölümünü Kendi Kişilik, İlgi ve Yeteneklerine Uygun Bulma Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları</i>	47
Tablo 15 <i>RPD Bölümünü Okumaktan Alınan Memnuniyet Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları</i>	48
Tablo 16 <i>Daha Önce Psikolojik Danışma Uygulaması Kapsamında Psikolojik Yardım Vermiş Olma Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları</i>	49
Tablo 17 <i>Ailesinde Psikolojik Danışma Yardımı Almış Olan Bireylerin Varlığına Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları</i>	50

Simgeler ve Kısaltmalar Dizini

ACA: American Counseling Association

DSÖ: Dünya Sağlık Örgütü

HEFC: Yükseköğretim Finansman Kurulu

KBF: Kişisel Bilgi Formu

PCG: Psychological Counseling and Guidance

PYATÖ-KF: Psikolojik Yardım Alma Tutum Ölçeği-Kısa Form

RPD: Rehberlik ve Psikolojik Danışma

Bölüm 1

Giriş

Psikolojik danışma kavramı, Amerikan Psikolojik Danışma Derneği (American Counseling Association-ACA) tarafından (1997), ruh sağlığı ve gelişim görevlerinin bilişsel, duyuşsal, davranışsal ve etkileşimsel müdahale stratejileri ile birlikte bireyin kendini gerçekleştirebilmesine, var olan problemleri akılcı bir şekilde çözebilmesine ve bireyin iyi oluşuna katkı sağlamasına yönelik konuları içerecek şekilde tanımlanmaktadır. Böylece, psikolojik danışma hizmetleri bireylerin kendilerini gerçekleştirebilmeleri ve yeni yaşam koşullarına kolayca uyum sağlayabilmeleri yolunda önemli bir role sahiptir. Etkili psikolojik danışman özelliklerine bakıldığında ise; danışmanların kendini tanıması, özsaygıları gelişmiş olması, değişimlere açık olması, yaşam amaçları için kendi kararlarını alabilmesi, hata yapabileceğini kabul etmesi ve bu hatalarından ders çıkarabilmesi, şu an da yaşaması gibi pek çok farklı özelliklerle tanımlanmaktadır (Corey, 2015).

Üniversite yılları gelişimsel dönemlerin içinde kritik bir role sahip olmakla birlikte bireylerin kimlik karmaşasını yoğun bir biçimde yaşadığı evredir (Atak ve Çok, 2010). Üniversite öğrencilerinin bu evrede pek çok farklı problem alanıyla baş etmesi gerekmektedir. Bir birey olarak yaşamını idame ettirebilmesinin yanında belirli bir sosyal çevre kurması ve aynı zamanda akademik açıdan da başarılı olması beklenir (Erkan, Cihangir-Çankaya, Özbay ve Terzi, 2012). Üniversite dönemindeki bir birey, Erickson'un gelişim dönemlerine göre kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası evresindedir. Bu durumda, bireyin kendi içsel dünyasında rol karmaşası yaratmaktadır. Mesleki kariyerini bulma, kararlarını bağımsız bir şekilde alabilme, kendi gizil güçlerinin farkına varabilme, gelişimsel ihtiyaçlarının farkına varabilme, ihtiyaçlarına doyum bulabilme ve bir sonraki gelişim dönemine geçebilme gibi pek çok problemle baş etmesi gerekmektedir (Kızıldağ, Demirtaş-Zorbaz, Gençtanırım ve Arıcı, 2012). Gelişimsel dönemin özellikleri göz önünde bulundurulduğunda üniversite öğrencilerinin birden fazla alanda çözmesi gereken problemler bulunmaktadır ve bu bireylerde içsel çatışmalara sebep olmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin problem alanlarını belirlemeye yönelik literatürde çeşitli araştırmalar yer almaktadır. Bunlardan bazıları ise; "Türkiye'de üniversite öğrencilerinin ağırlıklı olarak akademik ve mesleki, depresyon ve sosyal uyum

problemlerinin olduğu” ifade edilmiştir (Özby, 1996). Ayrıca “üniversite öğrencileri, kimlik arayışına girme ve kendi yaşam felsefelerini oluşturmaya yönelik bir girişimde bulunmaktadır. Yakın ilişki kurma ihtiyacı ve evlilik kararı alma ile ilgili de problem yaşamaktadırlar (Koç, Avşaroğlu ve Sezer, 2004). Bir başka araştırmada ise üniversite öğrencilerinde yakın arkadaşlık ilişkileri, romantik ilişkiler, ekonomik ve okul yaşamı ile ilgili sorunlar diğer problemlerden daha fazla ön plana çıkabilmektedir (Pektaş ve Bilge, 2007). Mesleki alan ile ilgili yapılan çalışmalarda ise öğrenciler daha çok akademik özgüven eksikliği ve iş bulma, gelecek kaygısı problemleri ile baş etmektedir. Üniversite yaşamı öğrencileri mesleki anlamda bir beklenti oluşturmakta ve onların artık iş yaşamına hazır olmaları gerektiği düşüncesine alıştırmaktadır. Hem ekonomik problemler hem de üniversite öğrencilerinin ailelerinin beklentileri bu çatışmayı daha da çözülmez bir hale getirmektedir (Erkan, Cihangir-Çankaya, Özby ve Terzi, 2012). Yapılan başka bir araştırma da ise depresyon ve uyum problemleri üniversite öğrencileri arasında sıklıkla karşılaşılan bir problemdir (Deniz, Avşaroğlu ve Hamarta, 2004).

Yapılan tanımlamalara bakıldığında ise uyum problemleri okula ve yeni bir çevreye uyum olarak ikiye ayrılmıştır. Yeni bir şehre taşınma ya da yeni bir arkadaş çevresine girmede yaşanacak uyumsuzluklar üniversite öğrencilerinin çözmesi gereken birincil önemde bir problem alanı olduğu ortaya çıkmaktadır (Koydemir-Özden ve Erel, 2005). Ruh sağlığı alanında da; üniversite öğrencileri umutsuzluk ve depresyon gibi problemler yaşayarak sorunlara çözüm bulmada güçsüz hale gelebilmektedir. Ailevi problemler ve romantik ilişkilerde yaşanan sorunlar ruh sağlığı alanında üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerini arttırmakta ve depresyona yol açabilmektedir (Güneri-Yerin, Aydın ve Skovholt, 2003). Aynı zamanda biyolojik, kişilerarası, bilişsel ve çevresel değişimlerle birlikte kaygı verici durumların artması ise genellikle genç yetişkinlik yıllarına denk gelen üniversite döneminde ki bireylerde pek çok ruhsal hastalıkların başlangıcını oluşturabilecek kritik bir süreçtir. (Schonert Reichl ve Muller, 1996). Bu sebeple, bireylerin problemlerini zamanında fark edebilme, önleme ve onlara çözüm üretebilme ruhsal hastalıkları engellemede başarılı bir yöntem olarak görülmektedir. (Zivin, Eisenberg, Gollust ve Golberstein, 2009). Araştırmalardan elde edilen sonuçlar yardım almanın önemini artırmaktadır.

Uluslararası literatüre bakıldığında ise üniversite öğrencilerinin yaşadığı problem alanları çoğunlukla kişisel alanda; gelişimsel problemler, kimlik çatışması, madde kullanımı ile ilgili problemler, psikolojik ve fiziksel sağlık problemleri ve ekonomik problemler yer almaktadır. Sosyal alanda ise ailevi problemler ağırlıktadır. Mesleki ve akademik alanda; başarısızlık korkuları, meslek seçimi ile ilgili problemler, kariyer gelişimi ve gelecek kaygısı problemleri sıklıkla görülmektedir (Horensatin, 1976; Kitrow, 2003; Schweitzer, 1996). Yapılan çalışmaların değişkenleri ve sonuçları tezde yer alan araştırmanın kuramsal temeli ve yapılan araştırmalar bölümünde incelenecektir.

Psikolojik danışma hizmetleri bireylerin kendilerini gerçekleştirebilmeleri ve yeni yaşam koşullarına kolayca uyum sağlayabilmeleri yolunda önemli bir role sahiptir. Üniversite yılları da gelişimsel dönemlerin içinde kritik bir role sahip olmakla birlikte bireylerin kimlik karmaşasını yoğun bir biçimde yaşadığı evredir. Bu kimlik arayışı bireyin kendisi ve çevresiyle olan uyumunu etkilemekte ve yaşadığı sosyal çevreye etkin katılım gösterebilmesi açısından üniversite yaşamının önemini daha da arttırmaktadır. Yaşanan sosyal ve psikolojik gelişmeler bireylerin yaşamında birçok güçlüğü de beraberinde getirmektedir (Kızıldağ, Demirtaş-Zorbaz, Gençtanırım ve Arıcı, 2012). Bireyler bu problemlerini çözmek için bazen yakın çevreden bazen de bir profesyonel çevreden yardım alma yoluna gidebilmektedir. Yardım arama davranışı biçimsel olarak ikiye ayrılmaktadır: formal ve informal yardım arayışı. Formal yardım arayışı, bireylerin belli başlı problem alanlarında, örneğin kişilerarası ilişkiler, depresyon, mesleki ve sosyal problemler, aileye yönelik problemler, bir uzmandan yardım almasıdır. Bu uzmanlık alanında psikologlar, psikiyatrilere, psikolojik danışmanlar ve psikoterapistler gibi belirli bir eğitimden geçmiş ve bu unvanı almaya hak kazanmış kişiler yer almaktadır (Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi, 2005). İnfomal yardım arayışı ise daha çok aile ve arkadaş gibi kişilere başvurularak onların kişisel tavsiyelerinin alınması ile ortaya çıkmaktadır (Koç, Avşaroğlu ve Sezer, 2004). Yardım arama davranışı, bireylerin başa çıkamadığı problemleri çözebilmek amacıyla profesyonel olan ve profesyonel olmayan, diğer adları ile formal ve informal, kaynaklardan yardım alabilmesidir. Bireylerin çözemeyecekleri bir problemle karşılaştıklarında diğerlerinden yardım istemeleri onların ruh sağlığının olumlu bir şekilde gelişmesine olanak vermektedir (Arslantaş, Dereboy, Aştı ve Pektekin, 2011). Görüldüğü üzere yardım arama

davranışı yalnızca formal kaynaklardan olmayacağı gibi informal kaynaklardan da alınabilmektedir.

Bireylerin ruhsal bir problemle ilgili bir uzmandan psikolojik yardım almaya karar verme süreci pek çok farklı bireysel ve sosyal faktörlere bağlı bir süreçtir (Atkinson, 2007). Bu karmaşık süreçte, bireylerin bir zorlanma durumunda veya ruh sağlıklarının tehdit altında olduğunu düşündükleri anda bir profesyonelden yardım almayı düşünmekte etkili olan bilişsel, duyuşsal ve davranışsal birçok farklı etken işin içine girmektedir. Bu değişkenler ise bireylerin yardım almaya yönelik tutumlarını oluşturmaktadır (Türküm, 2001). Tutumlar sonradan kazanılan biliş, duygu ve davranışlarının organize olmuş halde tutum nesnesine yönelik eğilimidir (Çapa ve Çil, 2000). Tutumlar olumlu ya da olumsuz olabilir. Tutumların oluşmasında en önemli etken ailedir. Küçük yaşlarda edinilen tutumlar daha kalıcı ve durağandır. Daha sonra bunu arkadaş çevresi ve sosyal sınıf takip eder (Kağıtçıbaşı, 1985). Bireyin davranışlarını değerlendirirken onun yetiştiği aile, arkadaş ve sosyal çevresini de göz önüne alarak bir değerlendirme de bulunulması tutumların karmaşık parçaların bütün haline gelmesinden kaynaklanmaktadır. Tutumun bilişsel boyutunda bireyin tutum nesnesine yönelik düşünce ve inanışları; duygusal boyutunda tutum nesnesine yönelik olum veya olumsuz duyuşsal izlenimleri ve davranış boyutunda ise tutum nesnesine yönelik gösterdiği davranışları yer almaktadır (Pehlivan, 1997). Bütün bu unsurlar göz önüne alındığında tutumlar kalıcı ve süreğen olduklarından dolayı bireylerin davranışlarına tutarlılık katmaktadırlar.

Toplum ruh sağlığı çalışmalarında sağlığın korunması ve geliştirilmesinde profesyonel yardım arayışı kritik bir unsur olup bu konu ile ilgili yurt içi ve uluslararası çalışmalar mevcuttur. Ülkemizde psikolojik yardım arama ile ilgili çalışmalar, yardım aramanın nedenlerine ve bu yardımı ararken başvurulun yollara dikkat çekmektedir (Arslantaş, 2005). Türkiye’de yapılan bir araştırmada ise psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutumun psikolojik yardım alma niyetini yordadığı saptanmıştır (Erkan, Cihangir-Çankaya, Özbay ve Terzi, 2012). Psikolojik yardım alma tutumları ile ilgili çalışmalarda sıklıkla rastlanan demografik değişkenlerin başında cinsiyet ve bireylerin psikolojik danışma yardımı deneyimine sahip olup olmaması yer almaktadır.

Yapılan araştırmalar göz önünde bulundurulduğunda yardım alma tutumunda rol oynayan bireysel, çevresel ve demografik etmenler vardır. Demografik etmenlerde cinsiyet ve psikolojik danışma yardımı deneyimi olup olmama ön plana çıkmaktadır. Bireysel etmenlerin başında ise öz-yeterlik, ruhsal sağlık problemleri, psikolojik yardım alma niyeti yer almaktadır. Psikolojik danışma yardımı alma nedeniyle oluşabilecek sosyal damgalanma, yakın çevredekilerin bireyi damgalaması, algılanan sosyal engeller ise çevresel etmenler içerisinde araştırılmıştır (Topkaya, 2014). Thornicroft (2007) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, çeşitli ülkelerde yapılan çalışmalar ile dünya genelinde yaklaşık oranında gençlerin% bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım almadığı bulunmuştur. Türkiye’de de üniversite öğrencileriyle yürütölen çalışmalarda, bu yaş grubu gençlerin karşılaştıkları problemler karşısında profesyonel kaynaklardan yardım almaya gönüllüklerinin oldukça düşük olduğu saptanmıştır (Topkaya ve Meydan, 2013; Erkan ve vd., 2012). Diğer bir araştırmada ise psikolojik danışma hizmeti sunan merkezlerin yalnızca çok acil durumlarda başvurulması gereken kurumlar olarak düşünöldüğu bulunmuştur (Koydemir-Özden ve Erel, 2010). Bireylerin psikolojik yardıma ihtiyaç duymalarına rağmen psikolojik yardım almalarını engelleyen etmenler incelendiğinde pek çok farklı değişkenin rol oynadığı bulunmuştur. Örneğin bireyler sosyal damgalanma korkusu yaşamaktadır ve psikolojik yardımın yalnızca en kötü durumlarda başvurulması gereken son çare olarak göröldüğu saptanmıştır (Mivilli ve Constantine, 2006).

Türkiye’de ve uluslararası literatürebakıldığında da benzer sonuçlara ulaşılmaktadır. Avustralya’da yapılan bir araştırmaya göre ruh sağlığı problemi yaşayan %68 oranındayetişkinin hiçbir formal kaynaktan yardım almadıkları sonucuna ulaşılmıştır. (Andrews, Issakidis ve Carter, 2001). Türkiye Ruh Sağlığı Profili Araştırması’nın sonuçlarına göre ise 18-85 yaş aralığındaki bireyler arasında ruhsal hastalık oranının %17,2 olduğu, son 12 ay içerisinde ise ruhsal ve sinirsel nedenlerle yardım alma talebinde bulunan kişilerin oranının %4,7 olduğu bulunmuştur (Erol, Kılıç, Ulusoy, Keçeci ve şimşek, 1998). Araştırma sonuçları göz önüne alındığında ruhsal bir problem olmasına rağmen bireylerin yardım alma davranışını göstermemelerinin altında birtakım engeller yer aldığı anlaşılabilir. Bu sebeple, psikolojik yardım alma davranışının hangi durumlardan etkilendiği, yardım almanın önündeki engellerin veya yardım almayı kolaylaştırıcı etmenlerin neler

olduğu, pek çokgüncel araştırmanın odağı haline gelmiştir. Aynı zamanda yardım mesleği sunan kişilerin psikolojik danışma ihtiyaçları, bu gruba özgü olarak bu çalışmanın yapılmasına ihtiyaç duyulmuştur.

Literatürde bireylerin psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarını etkileyen pek çok değişkenden söz edilmektedir. Fakat yardım verme mesleklerinde öğrenim gören kişilerin yardım arama tutumlarına yönelik sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Ayrıca, nitel yöntemden yararlanarak bu tutumları ele alan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Yardım verecek bireylerin yardım almaya yönelik tutumlarının derinlemesine ele alınması önemli görölmektedir. Aynı zamanda, kişisel ve ailesel niteliklerin psikolojik yardım alma tutumu ile ilişkisinin araştırılması yoluyla, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almanın önündeki engellerin keşfedilmesine katkıda bulunulması ve böylece ruh sağlığı hizmetlerinden daha etkin yararlanmalarına yönelik çalışmalara zemin oluşturması umulmaktadır. Bu nedenlerden dolayı üniversite öğrencilerinin kişisel ve ailesel niteliklerinin psikolojik yardım alma tutumları ile ilişkisini araştırmak önemlidir (Topkaya, 2014).

Problem Durumu

Türkiye ve uluslararası literatürebakıldığında yardım alma tutumlarına ilişkin araştırmalar demografik, bireysel ve çevresel etmenler göz önünde bulundurularak yapılmıştır. Demografik etmenlerde cinsiyet ve psikolojik danışma yardımı deneyimi olup olmama ön plana çıkmaktadır. Bireysel etmenlerin başında ise öz-yeterlik, ruhsal sağlık problemleri, psikolojik yardım alma niyeti yer almaktadır. Psikolojik danışma yardımı alma nedeniyle sosyal damgalanmanın yaşanması, sosyal çevrenin bireyi damgalaması ise çevresel etmenler içerisinde araştırılmıştır (Topkaya, 2014). İnsanların davranışlarının temelinde karşılanması gereken ihtiyaçların yattığı görölmektedir. Bu ihtiyaçlar davranış için motive edici gücü oluştururlar. İhtiyaçların giderilememesi halinde bireylerde gerginlik oluştuğu gözlenebilir. Dolayısıyla, psikolojik yönden insanı anlamak, diğer bir anlamda bireylerin ihtiyaçlarını anlayabilmektir. Rehberlik ve Psikolojik Danışma mesleğini icra edecek bireylerin, sağlıklı bir şekilde psikolojik danışma hizmeti verebilmeleri için kendi ihtiyaçlarını karşılamış olmaları önemli bir konu olarak düşünebilir. Bu doğrultuda, yardım alma psikolojik danışma hizmeti verecek bireyler için hem kişisel hem de mesleki açıdan önem arz etmektedir (Baysal ve Buluş, 2001).

Bu çalışmada, RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumları araştırılırken pek çok farklı engel ya da destekleyici koşulların ele alınması amaçlanmıştır. Farklı değişkenleri ele almaya yönelik bir kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Literatür taramasında katılımcıların demografik değişkenler ile yardım alma tutumları pek çok kez araştırılmış olmasına rağmen hem RPD öğrencilerinin hem de ailelerinin kültürel, sosyal, eğitsel ve ekonomik koşullarını bir arada alan başka bir araştırmaya rastlanamamıştır. Aynı zamanda katılımcıların ve onların yakın çevrelerindeki bireylerin psikolojik yardım alma deneyimlerine sahip olup olmamaları, eğer sahiplerse bu yardımın türü ve süresi gibi değişkenlerin, katılımcıların yardım alma tutumlarına olan etkisi araştırılmak istenmiştir. Araştırmanın literatürde yer alan araştırmalardan farklı yönü, psikolojik yardım vermeye dayalı bir meslek adaylarının yardım almaya yönelik tutumlarının incelenmesi olabilir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmanın amacı RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin kişisel ve ailesel niteliklerinin psikolojik yardım alma tutumlarına olan etkisini incelemektir. Türkiye’de psikolojik yardım hizmetleri çalışmalarına bakıldığında Sağlık 21 projesi kapsamında Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) üye ülkelerden, “herkes için sağlık” adı ile kendi stratejilerini belirlemelerini istemiştir ve 1998 yılında Sağlık Bakanlığı ülkemiz için 2020 yılına kadar olan sağlık stratejilerini açıklamıştır. Belirlenen on hedeften sekizinci hedef “ruh sağlığının geliştirilmesi” ve alt başlığı da” 2020 yılına kadar, halkın psiko-sosyal iyilik durumunu geliştirmek ve ruh sağlığı sorunu olan kişilerin özel bakım almalarını sağlamak” şeklindedir (Sağlık Bakanlığı, 1998).

Sağlık Bakanlığı tarafından 2006 yılında, DSÖ’nün 7 modül halinde ruh sağlığı politikaları ile ilgili önerilerde bulunduğu ve toplum ruh sağlığını geliştirici faaliyetlerin içerdiği “Ulusal Ruh Sağlığı Politika Metni” yayınlanmıştır. Yayınlanan metindeki hedefler ise şöyledir: ruh sağlığını hizmetlerine halkın daha kolay ulaşabilmesi, ruh sağlığı hizmeti veren bölümlerin eğitim kalitesinin artırılması, toplum ruh sağlığı hizmetlerine ayrılan ekonomik payın artırılması, yasaların toplum ruh sağlığını gözetecek düzenlemelerle geliştirilmesi, ruh sağlığı hizmetlerinin sunulması esnasında yaşanabilecek damgalamaların önüne geçilmesi (Sağlık Bakanlığı, 2006).

2007 yılında Sağlık Bakanlığı tarafından üniversite ve eğitim hastanelerinden ruh sağlığı profesyonelleri ve ruh sağlığı alanı temsilcilerinden oluşan Ruh Sağlığı Yürütme Kurulu kurulmuştur. Bu kurul tarafından, acil bir ruh sağlığı çerçeve planı belirlenmiş ve toplum ruh sağlığı hizmetlerinin geliştirilebilmesi adına 48 maddelik bir önerge verilmiştir. Eylem planında ruh sağlığına ilişkin öne çıkan bilgiler (Alataş, Kahioğulları ve Yanık, 2011) şu şekildedir:

- Türkiye'nin yetişkin nüfusunun %18'i yaşamları boyunca en az bir ruhsal hastalık geçiriyor.
- Çocuk ve ergenlerin %11'i klinikte tedavi görülmesini gerektirecek düzeyde psikolojik problemlere sahiptir.
- Türkiye'de ruhsal hastalığa sahip olan 6 bireyden yalnızca 1 tanesi ruh sağlığı hizmeti alabiliyor.
- Hastanelerde başvuru alan polikliniklere bakıldığında kalp hastalıklarından sonra %19 sıklık düzeyi ile ruh sağlığı problemleri geliyor.
- Hastalara ayrılan yatak sayısı toplamda 7 bin 356'dır. Bu sayı Avrupa'da İtalya'nın her 100 bin kişiye 8 yatak sayısına düşerken; Türkiye'de 100 bin kişiye 10 psikiyatri yatağı düşmektedir ve bu istatistikler dahilinde Türkiye dünyada en az yatak sayısına sahip 2. olarak bildirilmiştir.
- Avrupa Birliği'nde bulunan 15 ülkede ortalama olarak 100 bin kişiye 12,9 ruh sağlığı uzmanı düşerken; Türkiye'de bu durum 2,20'dir. Ülkemizde eğitim alanındaki psikolojik yardım hizmetlerine bakıldığında ise Millî Eğitim Bakanlığı eğitim – öğretim faaliyetleri ile birlikte sağlığın korunması ve psiko-sosyal yönden sağlıklı gelişimin desteklenmesi için öğrencilere, anne ve babalara, eğitimciler ve okul sistemi içinde yer alan tüm bireylere yönelik faaliyetler yürütmektedir. Bu faaliyetlerin yönetilmesi esnasında en fazla görev alan meslek elemanları ise okul psikolojik danışmanlarıdır. Ortaöğretimdeki bireylerin ergenliğe girmiş olmaları ve yükseköğretimdeki bireylerin ergenlikten yetişkinliğe doğru geçiş evrelerinde olmaları onların ruh sağlığı hizmetlerine olan ihtiyaçlarının önemini göstermektedir. Eğer gençler psikolojik problemlerini yalnız bir şekilde çözmeye çalışıp başarısız olurlarsa okul terkleri, şiddet, yaralama ya da intihar gibi onarılması mümkün olmayan sonuçlarla karşılaşabilmektedir.

İstatistiklere bakıldığında yükseköğretimde sıklıkla karşılaşılan problemlerin başında şiddet ve okul terki gelmektedir. Örneğin; İngiltere Yükseköğretim Finansman Kurulu'na (HEFC) göre, İngiltere'de bulunan yükseköğretim kurumlarında gerçekleşen okul terki oranı 2003 yılında %16'dır (Bennet, 2003). İtalya'da ise 2001 yılında Ulusal İstatistik Enstitüsü tarafından elde edilen verilere göre bu oran %15,5'tir (Di Pietro ve Cutillo, 2007). Norveç'te ise 2005 yılında %17 oranında okul terki oranı saptanmıştır. Güney Afrika'da Millî Eğitim Bakanlığı'nın 2005 yılında yayımladığı rapora göre 2000 yılında yükseköğretime başlamış olan 120.000 öğrencinin, %30'u ilk yıl, %20'si ikinci ve üçüncü yılda okuldan ayrılmıştır. 2000 yılında sisteme dâhil olan öğrencilerin %50'si okulu terk etmiştir. Bu oran bazı üniversitelerde %80'e kadar ulaşmıştır (Hovdhaugen, 2009).

Diğer bir taraftan, dünyada suça karışmış gençlerin oranlarına bakıldığında, ülkelere göre farklı istatistikler yer almaktadır. Rusya'da komünizm sonrası dönemde genç cinayet oranları %150 oranında artış göstermiş ve 1985'ten günümüze 100.000'de 7'den 100.000'de 18'e çıkmıştır. Okullarda akran cinayetleri ise son dönemlerde özellikle ABD gibi ülkelerde çok şiddetli ve geniş çapta ortaya çıkmaktadır. Tüm bu ülkelerde sonu ölümle biten her bir genç şiddetine, 30 civarında ölümle sonuçlanmayan genç şiddeti olayı karşılık gelmektedir (Karakas, 2006). Öğrenciler öldürme eylemini gerçekleştirmeden önce çevrelerine belirli sinyaller vermektedir. Akran zorbalığı, akran şiddeti, okul devamsızlığında artış gibi belirleyiciler ile bu öğrenciler kendilerini sınıflarından soyutlamaktadırlar. Bazen öğretmenlerin yönlendirmesi, bazen de kendi istekleri doğrultusunda okul psikolojik danışma servislerine giden bu öğrencilerin eğer gerçekten etkili ve kaliteli bir yardım verilirse bu tür cinayetlerin sayısında düşüş olabileceği beklenmektedir.

Etkin bir yardım almayan veya alamayan ergenler sıklıkla intihar etme düşüncelerine girmekte ve bununla ilgili denemelerde bulunmaktadırlar. Ölüm oranlarına bakıldığında dünya genelinde 15-19 yaş grubundaki gençlerin ölüm sebeplerinin başında intihar gelmektedir. Bu doğrultuda, Sağlık Bakanlığı'nın 2004 yılı itibariyle belirlediği kazanımların başında intihar sayılarının azaltılması ve intihar girişiminde bulunan bireylere yönelik acil intihar müdahale planının uygulanarak ruh sağlığı hizmetinden faydalanması sağlanmak istenmiştir.

Üniversitelerde görülen problem alanları ve bu problemler için başvuran öğrenci sayısının dengesiz olması bireylerin psikolojik danışma yardımı almaya

gönüllü olmadıklarını göstermektedir. Üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda akademik, duygusal, ekonomik ve sosyal alanda pek çok zorlayıcı problemlere sahip olduklarını belirtmelerine rağmen yardım alma noktasında bireyler gönüllü olmamaktadır. Oysaki üniversite öğrencilerinin üniversite de psikolojik danışma yardımına erişimleri paralı olmadığı gibi çok tercih edilen bir yer olmadığı için kalabalıkta değildir. Bu noktada üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almalarını engelleyen sebeplerin neler olduğunu belirlemek ve ona göre düzenlemeler yaparak bu engelleri ortadan kaldırmak bu çalışmanın temel amacını oluşturmaktadır. Bu araştırmanın yapılmasındaki en önemli neden ise RPD öğrencilerinin, bu yardımı ileride verebilecek meslek elemanı grubunda olmalarıdır. RPD bölümü mezunlarının istihdam yerlerine bakıldığında birinci sırada Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda çalışmaktadırlar. Okullarda verilen psikolojik danışma hizmetinin etkililiği okul idaresi ve öğretmen kadrosu ile uyum içinde çalışmasına bağlıdır. Okul RPD hizmetlerinin etkin bir şekilde çalışabilmesi için dört temel etmen vardır: öğrenci, öğretmenler, veliler ve okul idaresi. Eğer psikolojik danışmanlar verdikleri psikolojik danışma yardımlarının etkililiğini okul idaresi, öğretmen kadrosu, öğrenci ve velilerine gösteremezse psikolojik yardım okullarda sekteye uğrayabilir.

Ülkemizde ruh sağlığı alanında çalışanların karşısına çıkan ve mesleklerini icra etmelerini zorlaştıran en büyük sorunlardan biri yardım almayla ilgili önyargılı ve olumsuz bakış açılarıdır. Bu durum bireyin hem yardım arama davranışını olumsuz yönde etkilemekte hem de aldıkları yardımın etkisini azaltmaktadır. Araştırma örnekleminin RPD lisans öğrencilerinden oluşmasının sebebi; RPD mezunlarının en çok istihdam edildiği MEB bünyesindeki okullar ve farklı istihdam alanları (özel sektör, rehberlik araştırma merkezleri, adliye, okulöncesi) aracılığıyla toplumun genel bir kesimine hitap edebilmeleridir. Bu bakımdan toplumun ruh sağlığı hizmetlerine yönelik tutumlarını etkileyebilen bir meslek grubudur. RPD lisans öğrencilerinin psikolojik danışma yardımı alma tutumlarını etkileyen etmenlerin neler olduğunun bilinmesi ve böylece gelecek araştırmalarda bu etmenlerle ilgili yapılabilecek önleyici yahut destekleyici çalışmaların oluşturulması amaçlanmaktadır.

Araştırma Problemi

Rehberlik ve Psikolojik Danışma lisans programında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları ve bu tutumlar üzerinde cinsiyetin ve diğer demografik değişkenlerin etkisi nedir?

Alt problemler

1. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin psikolojik yardım alma tutumu üzerinde cinsiyet değişkeninin manidar bir etkisi var mıdır?
2. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin psikolojik yardım alma tutumu üzerinde yaş değişkeninin manidar bir etkisi var mıdır?
3. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin psikolojik yardım alma tutumu üzerinde sınıf düzeyi değişkeninin manidar bir etkisi var mıdır?
4. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı düzeylerin katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
5. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin algılanan ekonomik gelir düzeylerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
6. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerinin daha önce psikolojik yardım alma durumlarının katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
7. RPD lisans programında öğrenim gören ve daha önce psikolojik yardım alan öğrencilerin psikolojik danışma yardımını ne kadar süre ile aldıkları katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
8. RPD lisans programında öğrenim gören ve daha önce psikolojik yardım alan öğrencilerin psikolojik danışma yardımının türü ile katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?

9. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yakın çevrelerindeki bireylerin daha önce psikolojik yardım alma durumlarının katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
10. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yakın çevrelerindeki psikoloji danışma yardımı almış bireylerin psikolojik danışma yardımının türü ile katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
11. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yakın çevrelerindeki bireylerin psikolojik danışma yardımını ne kadar süre ile aldıkları katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
12. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yaşadıkları yerin katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
13. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin ailelerinin yaşadıkları coğrafi bölgenin katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
14. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin ailelerinin yaşadıkları yerleşim yerinin katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
15. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin bu bölümü kendi istekleri ile seçme durumlarının katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
16. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin daha önce psikolojik danışma uygulama deneyimlerinin katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?
17. RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin bu bölümü kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma durumlarının katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?

18.RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin bölümden memnuniyet durumlarının katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?

19.RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin bu bölümü tercih etme sıralarının katılımcıların psikolojik yardım almaya yönelik tutumları üzerinde manidar bir etkisi var mıdır?

Sayıtlılar

Araştırmanın temel sayıltısı aşağıda ifade edilmiştir:

- Araştırmaya katılan bireyler, görüşme esnasında araştırmacının sorularını içtenlikle ve gerçek durumlarını yansıtacak şekilde yanıtlamışlardır.
- Psikolojik yardım alma tutumlarını ölçmek için kullanılan “Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Formu (PYAİTÖ-KF)” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu (KBF)” araştırma için gerekli verileri sağladığı kabul edilmiştir.

Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda ifade edilmiştir:

- Araştırmanın çalışma grubu Ankara ve İzmir’de bulunan devlet üniversitelerinin Rehberlik ve Psikolojik Danışma lisans programında öğrenim gören öğrenciler ile sınırlıdır; araştırma bulguları Türkiye’deki tüm psikolojik danışman adaylarınagenellenemez.
- Araştırmadan elde edilen bulgular, “Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF)’dan ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu (KBF)” ile elde edilen verilerle sınırlıdır.

Tanımlar

Araştırma kapsamında ele alınan temel kavramlar aşağıda tanımlanmıştır.

Yardım arama. Diğer insanlarla anlama, bilgi verme, tavsiye, danışma gibi yollarla problemlere çözüm getirebilme amacıyla iletişime geçme davranışıdır. (Fischer ve Farina, 1995).

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum. Yardım etme alanında gerekli eğitimleri almış kişilerden kendi problemlerimizle ilgili çözüm yolları aramaktır. Yardım almaya ilişkin eğilim anlamına gelmektedir. İstenen veya istenmeyen durumlar karşısında bireyin bir başkası tarafından verilen yardıma ilişkin olumlu veya olumsuz cevaptır (Fishbein ve Ajzen, 1975).

Psikolojik danışma. Psikolojik danışma, bireyin kendini anlayabilmesi, kendisi ile ilgili farkındalık kazanabilmesi, problemlerini fark edebilmesi ve bu problemlere sağlıklı çözüm yolları üretebilmesi, geçmişte veya gelecekte değil şu an da yaşayabilmesi, kendi hayatıyla ilgili kararlar alabilmesi, çevresiyle uyumlu ve sağlıklı iletişim halinde olabilmesi, kendini geliştirebilmesi için uzman kişiler tarafından sunulan profesyonel bir yardım sürecidir. Bu yardım hizmetini veren kişilere psikolojik danışman, yardım hizmetini alan kişilere ise danışan denilmektedir (Corey, 2015).

Bölüm 2

Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar

Bu başlık altında, psikolojik yardım arama ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumla ilgili kavramsal açıklamalar ve bu değişkenlerle ilgili çeşitli araştırmalara yer verilmiştir.

Yardım Arama

Yardım, resmiyet derecesi farklı olan çeşitli kaynaklardan alınabilir. Resmi olmayan yardım arama, arkadaşlar ve aile gibi yakın sosyal ilişkilere dayanır. Resmi yardım arama ise profesyonel bir kaynaktan yardım almayı ifade eder. Ruh sağlığı ve sağlık profesyonelleri, öğretmenler, gençlerle çalışanlar “yardım etme ve yol göstermeyi çalışma prensibi olarak benimseyen” önemli bir role sahiptirler (Türküm, 2005).

Ruh sağlığı problemleriyle ilgili yardım arama, insanların kişisel ve kişilerarası alanları arasında sosyal bir faaliyet olarak kavramsallaştırılmıştır. Kişisel alanları, duygu ve düşüncelerini içeren bireyin iç dünyasından oluşmaktadır. Kişilerarası alan ise bireyin sosyal ilişkileridir. Yardım arama, bireyin aktif olarak yardım araması ile ilgili bir süreçtir. Resmi ya da resmi olmayan bir kaynaktan alınan yardım arama, sosyal ilişkileri yararlı hale getirmek, problemlerin çözümüne yardım etmek amacıyla gerçekleştirilmektedir. Bu anlamda diğer sosyal faaliyetlerden farklı olarak yardım aramanın amacının kişisel olduğu ifade edilebilir. Bu bağlamda yardım aramanın, kişisel ve kişilerarası alanların bağlantı noktası olduğu düşünülebilir. Kişisel alanın farkındalığını etkileyen faktörlerin kişisel alanını başkalarına anlatabilmekle ve bu insanlara anlatmak için gönüllü olmakla ilişkili olduğu söylenebilir (Rickwood, Deane, Wilson, Ciarrochi, 2005).

Psikolojik Yardım Alma Tutumu

Psikolojik yardım alma tutumu; kişisel bir kriz anında veya uzun süreli psikolojik rahatsızlıklarda uzman yardımı almaya direnmeyi ya da yardım arama yöneliminde olmayı içeren kişisel alan şeklinde açıklanabilmektedir. Yardım arama, çoğunlukla tutumlar ve kişisel bileşenlerden oluşmaktadır. Bir birey kişisel zayıflık ya da psikolojik yıkım anında uzman yardımı almaya karar verebilir. Umutsuzluk içeren, katlanılması zor psikolojik durumlarda kişi, son çare olarak, profesyonel

yardıma bir uzmana başvurabilir. Bir başka kişi ise küçük bir problem için, klinik bir psikologa ya da psikiyatriste gönüllü olarak hiç çekinmeden başvurabilir ve danışan terapi sürecinden gözle görülür olumlu yaşamsal değişimlerle ayrılabilir (Ülken, 2016).

Psikolojik yardım arama davranışı, yardım alanın özelliklerini, problemin konusunu, yardımın türünü ve yardım sağlayacak kişinin özelliklerini kapsayan bir süreçtir. Bu sebeple literatürde yardım alma sürecine ilişkin farklı modellerden söz edilmektedir. Literatürde yaygın olarak bilinen yardım arama modeli Fischer, Winer ve Abramowitz (1983) tarafından geliştirilmiş olan, beş aşamalı bir süreci içeren modeldir. Modelin birinci aşamasında birey kendisine zarar veren ya da gelecekte zarar vereceğini düşündüğü psikolojik bir probleminin olduğunu farkına varır. İkinci aşamada birey bu problemi ele almak için çeşitli seçenekler üretir. Bu seçenekler içerisinde hiçbir şey yapmamak olabileceği gibi kendi kendine düzeltmeye çalışma veya bir tanıdıktan yardım isteme de olabilir. Bu aşamada profesyonel psikolojik yardım aramadan önce diğer seçenekler denenmekte ve onların yararsız olduğu görülmektedir. Bazen de birey öncelikli olarak yukarıdaki seçenekleri denemeden de psikolojik yardım aramaya başlayabilir. Üçüncü aşamada birey artık psikolojik yardım almayı düşünmeye başlamıştır. Ancak karar vermeden önce kişisel, sosyal ve ekonomik faktörleri göz önünde bulundurup yarar ve zararlarını hesaplamaktadır. Dördüncü aşamada bireyin zaten yardım almaya ilişkin bir niyeti yoksa problem, onun yardım aramak için harekete geçmesinde yeterli olmayacaktır. Beşinci aşamada ise birey ya bir profesyonelle görüşmeye başlayacak ya da çeşitli faktörlerden dolayı geri çekilecektir (Yelpaze, 2016). Literatür taramasına bakıldığında bireylerin bu psikolojik yardım alma tutumları üzerinde etkili olduğu düşünülen çeşitli faktörler bulunmaktadır.

Psikolojik Yardım Alma Tutumunu Etkileyen Faktörler

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu derinlemesine anlamak için bu tutumu etkileyen faktörleri anlamaya gereksinim duyulmaktadır. Bireylerin psikolojik yardım almaya yönelik tutumunu etkileyen faktörler; demografik faktörler, psikolojik faktörler, sosyal faktörler ve yardım servisleri ile ilgili faktörler başlıkları altında toplanacaktır.

Demografik faktörler. Yardım almaya ilişkin tutumun farklı demografik değişkenlere göre değişebildiği, yardım servisi sunanların buna dikkat etmesi gerektiği söylenebilir. İleri yaş düzeyindeki bireylerin yardım almaya yönelik daha olumlu tutuma sahip oldukları belirtilmektedir (Yelpaze, 2016). Psikolojik yardım almaya gönüllülük ile ilgili çalışmalarda sıklıkla rastlanan demografik değişkenlerin başında cinsiyet ve bireylerin psikolojik danışma yardımı deneyimine sahip olup olmaması yer almaktadır. Araştırma bulgularına göre ise kadınların erkeklere kıyasla daha fazla psikolojik yardım almaya gönüllülüklerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Erkan, Cihangir-Çankaya, Özbay ve Terzi, 2012; Kalkan ve Odacı, 2005; Türküm, 2005; Şahin ve Yüksel Uyar, 2011; Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012; Aydın, 2017; Topkaya, 2014; Topkaya ve Meydan, 2013). Aynı zamanda kadınların yardım servislerine daha kolay başvurdukları, eğitim düzeyi yüksek olanların da psikolojik yardım almaya yönelik daha olumlu tutuma sahip oldukları belirtilmektedir (Andrews, Issakidis ve Carter, 2001). Yardım alma tutumları ile cinsiyet rolleri arasındaki ilişkilere bakıldığında Johnson (2001) yaptığı çalışmada, cinsiyet ve cinsiyet rol yöneliminin yardım alma tutumlarını anlamlı olarak etkilediğini belirtmiştir. Kadınlar uzman yardımı almaya daha olumlu yaklaşmakta ve aynı zamanda kendi problemlerini anlamaya yönelik daha gayretli olmaktadır. Problemlerini başka kişilere daha rahat açabilmektedir. Yapılan başka bir çalışmaya göre; geleneksel kültürün desteklediği erkeksi rolleri daha fazla içselleştiren erkekler duygularını daha az ifade ederek daha az psikolojik yardım arama davranışı içerisine girmektedirler. Ayrıca bu rolleri içselleştirmiş erkekler bir uzmana duygularını ifade ederken buldukları ortamda başka bir erkeğin varlığından rahatsızlık duymaktadırlar (Wisch, Mahalik, Hayes ve Nutt, 1995).

Diğer demografik faktörlere bakıldığında ise, Ayaydın ve Özbay (2003), araştırmalarında anne eğitim düzeyinin düşmesinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları olumsuz biçimde etkilediğini bulmuştur. Kırımlı (2007) tarafından yapılan çalışmada yaşamının büyük çoğunluğunu büyükşehirde geçirmiş olan bireylerin, yaşamının büyük çoğunluğunu köy ve kasaba gibi küçük yerlerde geçirmiş bireylere göre psikolojik yardıma daha fazla ihtiyaç duyduklarına yönelik anlamlı sonuçlar bulmuştur.

Psikolojik faktörler. Problemlerini başkalarıyla paylaşma konusunda kaygı yaşayan veya çekinen bireyler psikolojik yardım alma konusunda daha isteksiz

davranmakta ve yardım almaktan kaçınmaktadırlar (Vogel ve Wester, 2003). Problemin türü de yardım alma sürecini etkilemektedir. Problem çok şiddetlendiğinde artık başa çıkılamayacak duruma gelip hayatı önemli ölçüde olumsuz olarak etkilediğinde bireyler son çare olarak bir uzmana gitmeyi düşünmektedirler. Özellikle yardım almanın kendi sorunlarına faydalı olacağını düşünen bireylerin daha kolay şekilde yardım servislerine başvurdukları görülmektedir. Daha önce bir uzmandan psikolojik yardım alan bireylerin yardım almaya ilişkin tutumlarının daha olumlu olduğu ve yardım merkezlerine daha rahat başvurdukları görülmektedir (Meydan ve Lüleci, 2013). Bununla birlikte etiketlenme, damgalanma kaygısı yaşayan bireylerin yardım almaya ilişkin tutumları daha olumsuz olabilmektedir. Bu çerçevede bir psikolojik yardım alırsa çevresi tarafından dışlanacağını düşünen birey, yardım almaya ilişkin olumsuz bir tutuma sahip olmaktadır (Vogel, Wade, Wester, Larson ve Hackler, 2007). Bu durum, kendini açma konusunda kaygı yaşayan, probleminin önemsiz olduğunu düşünen ya da yardım aldığında çevre baskısı olacağını düşünen bireylerin yardım almaya ilişkin olumsuz tutuma sahip olacaklarına bu bağlamda yardım almaktan kaçınacaklarına işaret etmektedir (Yelpaze, 2016).

Vogel, Wester, Wei ve Boysen (2005) tarafından 354 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdikleri araştırmada, psikolojik yardım almaya yönelik tutumu yardım almaya ve damgalanmaya yönelik korku, sosyal engeller, cinsiyet, bireylerin daha önce almış oldukları psikolojik yardımın sonuçları gibi pek çok faktörler yardımı ile tutumlar arasında ki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında ise bireylerin tedavi korkuları ve kendilerini ifade etme tarzları psikolojik yardım almaya yönelik davranışlarını yordamaktadır.

Sosyal faktörler. Bireyler bir problemle karşılaştıklarında önce kendileri bunun üstesinden gelmeye çalışmakta sonra sosyal destek olarak bilinen yakınlarındaki bireylerin yardımına başvurmaktadır. Özellikle sosyal çevresi daha yetersiz olan bireyler psikolojik danışma merkezlerinden yardım almaya daha çok gereksinim duymaktadırlar. Bunun yanında, eğer sosyal çevrenin yardım almaya ilişkin tutumu olumsuz ise bundan bireylerin yardım almaya ilişkin kararları da olumsuz şekilde etkilenmektedir (Koydemir-Özden ve Erel, 2010). Ayrıca bireylerin bilişsel rahatsızlıklara ve onların tedavisine ilişkin algıları onların yardım almaya

ilişkin olumlu veya olumsuz tutumlarıyla yakından ilişkilidir (Mivilli ve Constantine, 2006).

Topkaya (2011) tarafından yapılan araştırmaya göre toplamda 656 yetişkin ile çalıştıkları araştırmada tedavi korkusunun psikolojik yardım alma davranışını yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Eğer bireyler hem tedavi korkusu yüksek hem de beklenen yarar düşüncesi az ve psikolojik yardım almaya yönelik bakış açısı negatif ise psikolojik yardım alma niyeti az olarak saptanmıştır. Yapılan çalışmalara bakıldığında problemlerini çözme konusunda çevrenin desteği, yardım alma konusunda toplumun tutumu ve psikolojik rahatsızlıkları toplumun algılayış biçimi bireyin tutumu üzerinde etkili olmaktadır. Toplumun bu konudaki tutum ve davranışları olumsuz ise bireyin de yardım almaya ilişkin tutumunun olumsuz olabileceği ve yardım almaktan da kaçınabileceği öngörülebilmektedir.

Yardım servisleri ile ilgili faktörler. Psikolojik danışmaya ilişkin beklentinin yardım arama sürecini, danışmada danışanın davranışlarını ve danışmanın sonucunu etkileyeceği belirtilmektedir. Eğer birey, yardım servislerinin kendi beklentilerini karşılayacağına, probleminin çözümünde yararlı olacağına inanırsa yardım almaya ilişkin tutumu da olumlu olarak şekillenecektir (Tinsley, 2008). Aynı zamanda kişilik, otomatik düşünceler, stresle başa çıkma becerileri ve kültür yapıları da bireylerin yardım alma tutumuyla yakından ilişkilidir (Yelpaze, 2016).

Psikolojik danışma sürecinde yaşanacaklara ilişkin danışanın düşüncesi olarak da tanımlanabilen beklentilerin, danışanların psikolojik yardım alma sürecine başlamalarında, devam etmelerinde ve yardımın etkililiğinde önemli olduğu bilinmektedir (Moore-Thomas ve Lent, 2007; Wescott Barich, 2002). Kadınların psikolojik danışman tarafından kabul görmeye yönelik beklentileri yüksek olup, erkeklerin psikolojik danışmanın yönlendirici olmasına yönelik beklentilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Westcot Barich, 2002). Kadınların psikolojik danışmada daha fazla sorumluluk almaya istekli olduğu ve erkeklere oranla psikolojik danışmadan daha olumlu sonuçlar almayı umdukları bilinmektedir (Hardin ve Yanico,1983). İlgili literatüre bakıldığında danışanların psikolojik danışmadan beklentilerinin daha önceden yardım alma deneyimleriyle de bağlantılar olduğunu ileri süren çalışmalar bulunmaktadır (Kakhnovets, 2011; Kenney, 1994). Daha önceden psikolojik yardım almış bireylerin psikolojik danışma sürecinin nasıl olduğunu bilip daha az yanlış düşünceye sahip olmaları nedeniyle beklentilerinin

farklı olması beklenmektedir (Kakhnovets, 2011). Aynı araştırmada ise daha önce psikolojik yardım alan üniversite öğrencilerinin kişisel sorumluluk beklentilerinin bu yardımı almayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Tinsley, Brown, Aubin ve Lucek (1984), psikolojik yardım almayan bireylerin, psikolojik yardım almanın faydalarına ilişkin beklentilerinin düşük olabileceğini ifade etmişlerdir. Psikolojik yardım alma deneyiminin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumla da ilişkili olduğu bilinmektedir. Nitekim araştırmalarda daha önce psikolojik yardım alanların psikolojik yardım aramaya ilişkin tutumlarının, böyle bir deneyimi olmayanlara göre daha olumlu olduğu (Atik ve Yalçın, 2011; Türküm, 2005; Vogel ve Wester, 2003) bulunmuştur.

Psikolojik Yardım Alma Tutumu ile İlgili Türkiye’de Yapılmış Araştırmalar

Anadolu Üniversitesi’nde öğrenim gören, yaşları 17 ile 33 arasında değişen 227 kız ve 154 erkek üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada, psikolojik yardım aramaya ilişkin tutum ile kendini açma eğilimi arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonuçları, psikolojik yardım aramaya ilişkin tutum ile kendini açma eğilimi arasında yüksek bir ilişki olduğunu göstermiştir. Kız öğrenciler kendilerini en çok hem cinsi olan yakın arkadaşına, sonrasında ise annesine açarken; erkek öğrenciler öncelikle hemcinsi olan yakın arkadaşına, sonrasında karşı cinsten arkadaşına, daha sonra ise annesine açtıkları tespit edilmiştir. Her iki cinsten de bu sıralamayı profesyonel hizmet veren uzmanlara açılma izlemekte olduğu belirtilmiştir. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumların; kendini açma eğilimi, cinsiyet ve daha önce bir psikolojik yardım alma deneyimine sahip olma değişkinleriyle yordandığı belirtilmiştir (Türküm, 2000).

Ayaydın ve Özbay (2003), 400 öğrenci ile yaptıkları çalışmada psikolojik yardım alma tutumlarını problem alanlarına ve bazı demografik özelliklerine göre araştırmışlardır. Araştırma sonucunda, psikolojik yardım alma tutumlarının problem alanlarından etkilenmediğini, ancak nevrotik kişilik özelliğine sahip bireylerde daha az yardım alma davranışının ortaya çıktığını gözlemlemiştir. Aynı zamanda demografik özelliklere bakıldığında, anne eğitim düzeyinin düşmesi öğrencilerin yardım alma davranışının sıklığını azaltmaktadır.

Kılınç ve Granello (2003), Amerika’da eğitim gören Türk üniversite öğrencileri ile birlikte psikolojik yardım alma tutumlarının hangi koşullardan etkilendiğine dair

araştırma yürütmüşlerdir. Araştırma sonuçlarına göre, katılımcıların ailelerinden uzaklık durumları, cinsiyetleri, dindarlık düzeyleri onların yardım alma tutumlarını yordamaktadır. Aynı zamanda katılımcıların psikolojik danışma yardımını almak yerine sorunlarını yakın arkadaşlarına anlatarak çözüm bulmaya çalıştıkları bulgusuna ulaşmışlardır.

Türküm (2005) tarafından yapılan bir araştırmada 398 üniversite öğrencisi ile birlikte yardım alma tutumlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını araştırmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında ise, kadın katılımcıların yardım alma davranışı sıklığı erkek öğrencilere kıyasla anlamlı düzeyde fazla çıkmıştır. Aynı zamanda daha önce psikolojik danışma yardımı almış katılımcıların, daha önce psikolojik danışma yardımı almamış katılımcılara kıyasla yardım alma davranışı sıklığında artış olduğu bulunmuştur.

Arslantaş (2005) tarafından 490 yetişkinle yaptığı araştırmada psikolojik yardım alma tutumunun sosyo-demografik özelliklere göre nasıl farklılaştığı ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ile stresle baş etme tarzları, genel sağlık durumu ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, danışmaya olan inanç ve zorlanma durumları arttığında bireylerin psikolojik yardım alma davranışlarının sıklığında da artış görülmüştür. Aileden alınan desteğin artması da katılımcıların yardım alma davranışlarının artmasında bir etken olarak görülmüştür.

Çankaya (2008), psikolojik yardım alma tutumları etkileyen faktörleri inceleyebilmek için 248 hemşirelik öğrencisiyle çalışma yürütmüştür. Araştırma sonuçları, sınıf düzeyinin artması ile birlikte öğrencilerin kişisel açıklık puan ortalamalarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda sınıf düzeyinin artması ile birlikte bireylerin psikolojik danışmadan yardım alabileceğine yönelik inanç düzeyleri artmış ve bireylerin psikolojik yardım alma tutumu puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İkinci sınıf öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeğinin ihtiyaç hissetme alt boyutunun puan ortalamasının, üçüncü sınıf öğrencileri ile karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde düşük olduğu bulunmuştur. Son olarak psikolojik yardım alma tutumunun alt ölçeği olan sosyal kabul düzeyi birinci sınıfların diğer üst sınıflara kıyasla manidar olarak düşük çıkmıştır.

Çebi (2009) tarafından 417 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada psikolojik sıkıntı, daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumu ve algılanan çok boyutlu sosyal desteğin psikolojik yardım alma tutumlarını yordayıp yordamadığı araştırılmış ve araştırma sonuçlarına göre, tüm bu değişkenlerin psikolojik yardım alma tutumlarını anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur. Erdayı (2009) tarafından 400 ergenle yapılan çalışmada bağlanma stillerinin, kendini saklama ve özsaygı düzeylerinin psikolojik yardım alma tutumlarını yordayıp yordamadığı araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, ergenlerin psikolojik yardım alma tutumlarında, bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli ve korkulu bağlanmanın, özsaygı düzeyinin ve kendini saklama davranışının psikolojik yardım alma davranışını anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Koydemir-Özden, Erel, Yumurtacı ve Şahin (2010) tarafından yapılan bir araştırmada psikolojik yardım alma davranışının altında yatan engeller araştırılmış ve 15 üniversite öğrencisi ile görüşme yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında, kişilerarası sorunlar, okul ve otoriteye uyum ile ilgili sorunlar ve gelecek hakkında kaygılar öğrencilerin ruh sağlığını en çok etkileyen sorunlar olarak belirlenmiştir. Aynı zamanda bu sorunların çözümü için de ilk informal kaynak olan arkadaşlar görülmüştür. Psikolojik yardım alma davranışının altında yatan engellerin ise öğrencilerin yardıma ihtiyaç duymadıklarını, yaşadıkları problemleri tek başına çözülmesi gereken problemler olarak gördüklerini ve çok önemli problem olmadıkça bir uzmandan yardım almanın gereksiz olduğunu belirtmişlerdir. Dilek (2010) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarını ve bu tutumların, cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşam doyumu, algılanan sosyal desteğe göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, yaşam doyumu yüksek olan bireylerin, yaşam doyumu belirli standartın altında olan bireylere kıyasla psikolojik yardım alma davranışının anlamlı olarak daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda algılanan bireylerin sosyal desteklerinin azalması psikolojik yardım alma davranışının sıklığında azalmasına yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır. Ek olarak; kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha olumlu yardım alma tutumuna sahip oldukları, ancak sınıf düzeyine göre psikolojik yardım almaya ilişkin tutumların farklılaşmadığı bulgulanmıştır.

Erkan, Cihangir-Çankaya, Özbay ve Terzi (2011) tarafından yapılan bir araştırma da 5829 üniversite öğrencisi ile öğrencilerin problem alanları, problem düzeyleri ile profesyonel ve profesyonel olmayan yardım alma tercihlerini incelenmiş ve erkek öğrencilerin daha fazla sorun yaşamalarına rağmen yardım alma davranışlarının sıklığının kız öğrencilere kıyasla daha düşük olduğu saptanmıştır. Topkaya ve Meydan (2011), 459 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdikleri çalışmada problem alanları, psikolojik yardım alma niyeti, psikolojik danışman haricinde yardım aldıkları kaynaklar ile bu faktörlerin cinsiyet bakımından farklılık gösterip göstermediğini araştırmışlardır. Psikolojik danışmandan yardım alma konusunda cinsiyetler arasında farklılık olduğu tespit edilmiş ve bu farklılığın kız öğrencilerin yardım alma niyeti puanları erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Problem alanlarında ise cinsiyete göre farklılıklar saptanmıştır. Örneğin kız öğrenci grubunun aile, duygu durumu ile alakalı ve romantizm içeren ilişkiler konusunda; erkek öğrenci grubunun ise kendi kişilikleri ile alakalı ve zararlı madde kullanımı konularında problem yaşadıkları tespit edilmiştir.

Türkiye’de psikolojik yardım alma tutumları ile cinsiyet, demografik özellikler, kişilerin kendini açma eğilimleri, iyimserlik düzeyleri, stresle başa çıkma becerileri, bilişsel çarpıtma durumları, genel sağlık durumları, algılanan sosyal destek düzeyleri, bireylerin dindarlık durumları, empatik eğilim, kişilik özellikleri, pratik engeller ve bireylerin damgalanma korkuları çalışılmıştır.

Psikolojik Yardım Alma Tutumu ile İlgili Uluslararası Literatürde Yapılmış Araştırmalar

Kim ve Omizo (2003) tarafından 242 Asya kökenli Amerikalı üniversite öğrencisiyle yürütülen araştırmada; Asya kültürüne bağlılık, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve psikolojik yardım alma niyeti arasındaki ilişkileri incelenmişlerdir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında kültürel bağlılık düzeyinin artması ile psikolojik yardım alma niyeti puanları ve psikolojik yardım alma tutumu puanlarında azalma olduğu bulunmuştur.

Halter (2003) tarafından 117 yetişkin ile damgalama ve depresyon düzeylerinin psikolojik yardım alma davranışını ne düzeyde yordadığına ilişkin bir araştırma yürütülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre, bireylerin depresyon düzeylerinin artması ile psikolojik yardım alma davranışlarının sıklığı arasında

negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Damgalayıcı tutumlardan zorlama, ayrımcılık, tehlikelilik, kaçma, korkma ve öfke ile psikolojik yardım alma niyeti arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Mackenzie, Gekoski ve Knox (2006) ise psikolojik yardım arama tutumlarında yaşlı yetişkinler ve erkeklerde yardım arama niyetini olumsuz etkileyen tutumları, yaş, cinsiyet farklılığını ve ruh sağlığı konusunda ihtiyacı olandan az hizmet alan bireyleri incelemiştir. Araştırma bulgularına bakıldığında, yaşlı bireylerin gençlere kıyasla yardım almaya yönelik daha olumlu tutumlara sahip olduğu ve ruh sağlığı konusunda ihtiyacın artması halinde bireylerin yardım alma davranışı sıklığının arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca kadın katılımcıların yardım alma davranışlarının erkek katılımcılara kıyasla anlamlı düzeyde fazla olduğu diğer bulgulardandır.

Barney, Griffiths, Jorm ve Christensen (2006) tarafından 1312 yetişkin Avustralyalı ile yapılan araştırmada bireylerin depresyon düzeyleri, depresyon dönemlerinde yardım alma kaynakları ve damgalanma korkuları araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında psikolojik yardım alma davranışının, yardım alınan kaynağa bağlı olarak değiştiği ve yardım alınacak kaynakla bağlantılı olarak damgalanma korkusunun da değiştiği saptanmıştır. Damgalanma korkusunun sırasıyla psikiyatrist (%44), psikolog (%38), psikolojik danışman (%34) ve hekimden (%32) olduğu sonucuna erişilmiştir. Ayrıca, psikolojik yardım alma davranışı ile birlikte oluşabilecek damgalanmanın ve damgalanma korkusunun bireylerin psikolojik yardım alma davranışlarının sıklığını azalttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Vogel, Wade, Waster, Larson ve Hackler (2007) tarafından 676 katılımcı ile yürütülen araştırma psikolojik yardım alma sebebiyle sosyal damgalanma algısı ve psikolojik yardım alma niyeti arasındaki ilişkiyi araştırmaktadır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında sosyal damgalanma algısının artması ile bireylerin yardım alma davranışlarının sıklığında anlamlı düzeyde azalma gözlenmiştir. Ayrıca psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma ile birlikte kişilerin kendilerini de damgaladıkları sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal damgalanma ve bireyin kendini damgalaması bireylerin psikolojik yardım alma davranışlarına olumsuz yönde aracılık ettiği araştırmanın sonuçlarındandır.

Literatürde yapılan bir diğer çalışmada ise, toplumsallaşmış cinsiyet rolünün olumsuz sonuçlarını yaşayan erkeklerin, cinsiyet rolü çatışması yaşadığı için yardım

aramaya ilişkin daha az olumlu tutum ve gönüllülük sergilediği belirtilmektedir. 575 üniversite öğrencisinin katıldığı bu araştırmada, cinsiyet rolü çatışması, psikolojik yardım arama gönüllülüğü ve kişiler arası ilişkileri yordamada kendini damgalama, kendini açma eğilimi ve yardım almaya ilişkin tutumlar olmak üzere üç aracı değişken belirlenmiştir. Bu araştırmada, bu üç faktörün ilişkiyi kısmen yordadığı tespit edilmiştir. Daha fazla cinsiyet rolü çatışması yaşayan erkeklerin kendini damgalamaya daha yatkın oldukları ve daha az kendilerini açtıkları sonucuna varılmıştır. Yüksek oranda bireyin kendini damgalamasının ve daha az kendini açmasının yardım aramaya ilişkin daha olumsuz tutum geliştirmeye neden olduğu da elde edilen bulgulardandır. Sonuç olarak bu durumun, daha az yardım arama gönüllülüğü yaşanmasına yol açtığı bulunmuştur (Pederson ve Vogel, 2007).

Eisenberg, Golberstein ve Gollust (2007), üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım arama davranışlarını ve ruhsal sağlık hizmetlerine erişimlerini incelemişlerdir. Depresyon ya da anksiyete hakkında olumlu bakış açısına sahip öğrencilerin, bu rahatsızlıkları yaşadıklarında hiçbir psikolojik servisten yardım almama oranları %37 ile %84 arasında değişmektedir. Psikolojik yardım aramanın yordayıcıları olarak; profesyonel yardım kaynaklarının farkında olmama, hissedilen yardım alma gereksinimin sınırlı olması ya da tedavinin olumlu etkileri hakkında kuşkucu yaklaşım, tedavi almak için gereken maddi olanaklar, düşük sosyo-ekonomik sınıfa ait olma şeklinde belirlenmiştir.

Çin’de yapılan, 717 üniversite ve 736 kolej öğrencisi ile yürütülen çalışmada öğrencilerin profesyonel psikolojik yardım aramaya karşı tutumları ve tutum farklılıklarına yönelik faktörlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada, Çinli öğrencilerin genel olarak olumlu psikolojik yardım arama tutumuna sahip oldukları ve bu tutumlarının psikolojik danışma ile ilgili önceki temaslar, psikolojik danışma hakkında önbilgiye sahibi olma ve cinsiyet ile anlamlı olarak ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca, ebeveynleri veya öğretmenlerinden yardım arayan öğrencilerin, herhangi bir yardım aramayanlara göre psikolojik danışmayı daha olumlu algıladıkları bulunmuştur. (Goh, Xie, Wahl, Zhong, Lian ve Romano, 2007).

Pietruszka (2007) tarafından yapılan araştırmada 261 üniversite öğrencisi ile birliklerin yardım alma tutumları ile yardım alma niyetleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca, kendini açmaya gönüllülük, sosyal damgalanma korkusu, psikolojik problemlerin yoğunluğu ve psikolojik danışma yardımı beklenen

yarar da araştırmanın konusunu oluşturmaktadır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında ise, psikolojik yardım alma davranışının sıklığında en fazla etkiye sahip olan değişkenin psikolojik danışmadan beklenen yarar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik danışmadan beklenen yarar arttıkça bireylerin psikolojik yardım alma niyeti ve psikolojik danışma yardımı alma davranışının sıklığı artmaktadır.

Vogel, Wester, ve Larson (2007) tarafından 196 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada psikolojik yardım alma niyeti, ebeveynlerin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları, psikolojik danışma yardımı beklenen yarar ve riskler, sosyal damgalanma ve bireyin kendini damgalaması değişkenleri araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre ise, ebeveynlerin psikolojik danışma yardımına ilişkin tutumlarının olumlu olması, sosyal damgalanma hissinin azalması, psikolojik danışma yardımı almaya yönelik niyetin artması ve psikolojik danışma yardımı beklenen yarar düzeyinin fazla olması bireylerin psikolojik danışma yardımı alma davranışlarını arttırmaktadır. Ayrıca psikolojik danışma yardımı beklenen risklerin psikolojik danışma yardımı alma davranışının sıklığında herhangi bir farklılık yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Vogel, Gentile ve Kaplan (2008), 369 üniversite öğrencisi ile televizyonda anlatılan psikolojik danışma yardımlarının bireylerde olumsuz ön yargılara sebep olma durumlarına yönelik araştırma yapmışlardır. Araştırmada, psikolojik yardım hakkındaki düşünceler, televizyon programlarını izleme ve psikolojik yardım alma niyeti etkileşimleri yapısal eşitlik modeline göre incelenmiştir. Araştırma bulgularına bakıldığında, psikolojik danışma yardımı beklenen yarar, psikolojik yardım alma tutumu ve damgalama değişkenlerinin ise psikolojik yardım alma niyetini ve televizyon programlarını izlemeyi etkilediği tespit edilmiştir.

Hashemite Üniversitesi'nde öğrenim gören 206 erkek ve 377 kadın üniversite öğrencisi üzerinde cinsiyet, cinsiyet rolleri ve depresyon odağı ile yardım alma davranışı arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada erkek ve kadınların psikolojik yardım alma davranışını etkileyen faktörlerin farklı olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada cinsiyet ve cinsiyet rolleriyle yardım alma arasında ilişki saptanmış olup kadınların depresyon düzeyleri yükseldikçe yardım aramaya daha olumlu şekilde baktıkları tespit edilmiştir. Ayrıca, duygusal bir problemle karşılaşma durumunda

kadınların erkeklere oranla profesyonel yardıma daha kolay bir şekilde yöneldikleri saptanmıştır (Mahmoud ve Zawawi, 2011).

Yurt dışında yapılan araştırmalara bakıldığında yardım alma tutumları ile kültüre bağlılık, psikolojik yardım alma niyeti, cinsiyet, yaş, toplumsal cinsiyet rolleri, kendini saklama eğilimi, kendini açmaya ilişkin rahatsızlık, psikolojik rahatsızlık, sosyal destek, psikolojik danışmadan beklenen yarar ve riskler ve depresyon durumları birlikte çalışılmıştır. Türkiye ve yurt dışı literatüre bakıldığında ortak konuların çalışıldığı görülmüştür. Bu alışmanın RPD lisans oğrencileri gibi spesifik bir grupla çalışılması ve ayrıca hem katılımcıların demografik, akademik özelliklerinin dikkate alınması hem de katılımcıların ailelerinin demografik ve kişisel bilgilerinin alınması ile gerçekleştirilmesi araştırmayı diğer çalışmalardan ayırmaktadır.

Bölüm 3

Yöntem

Rehberlik ve Psikolojik Danışma lisans programında öğrenim gören öğrencilerin psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarını ele almayı hedefleyen bu araştırma nicel bir araştırmadır.

Çalışma Grubu

Çalışma grubu, araştırmanın yürütüldüğü öğretim yılında çalışmaya Ankara ve İzmir’de bulunan devletüniversitelerinin RPD lisans programında öğrenim gören 416 (333 Kadın, 83 Erkek) öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmanın evreni ise Türkiye’de RPD lisans programında öğrenim gören bütün bireylerdir. Katılımcıların yaş aralığı 18 ile 24 (Ort: 20,56) arasında değişmektedir.

Veri Toplama Süreci

Veri toplama süreci öncelikle 2018-2019 eğitim ve öğretim döneminde Ankara ve İzmir’de bulunan devletüniversitelerinin RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yer aldığı 416 katılımcıya “Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF)” ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu (KBF)” uygulanmıştır. Veri toplama sürecinde etik kurul izinleri alınmış olup ayrıca çalışmaya katılan öğrencilerin de gönüllükleri esas alınmıştır. Uygulanan formların sonucunda veriler SPSS programına aktarılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada katılımcıların psikolojik yardım alma tutumlarını ölçmek için araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu (KBF)” ve Topkaya (2011) tarafından Türkçe’ye uyarlaması yapılan “Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYATÖ-KF)” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu (KBF). Bu form araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Formda araştırmaya katılan öğrencilerin yaş, üniversite, sınıf düzeyi, psikolojik danışma deneyimi olma durumu, ailede psikolojik danışma deneyimi, sosyoekonomik düzey, akademik başarı düzeyi, akademik beklenti, yaşanan coğrafya, ailevi demografik bilgiler gibi sorular yer almaktadır.

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

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Form (PYAİTÖ-KF) Fischer ve Farina (1995) tarafından geliştirilmiştir. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeğinin bu formu 29 maddelik orijinal ölçeğin (Attitudes Toward Seeking Psychological Professional Help Scale, Fischer ve Turner, 1970) kısaltılmışıdır. Kısa form on maddeden oluşmaktadır. Orijinal ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeği uzun form arasındaki ilişkinin .87 olduğunu rapor etmişlerdir. Ölçeğin bir ay ara ile yapılan test tekrar test güvenilirliği .80 ve Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

PYAİTÖ-KF'nin Türkçe'ye Uyarlanması. Topkaya (2011) tarafından ölçeğin türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşmaktadır fakat ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları için yapılan analizlerde 4. Maddenin "Çatışmaları ve korkularıyla bir uzmanın yardımına başvurmadan baş etmeyi isteyen bir kişinin bu tutumu takdire değerdir" madde toplam test korelasyonunun .30'un altında olduğu ve yapılan doğrulayıcı faktör analizinde söz konusu maddenin t istatistiğinin anlamlı çıkmadığı görülmüştür. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılırken 4. Madde çıkarılmıştır. Ölçeğin maddeleri, (4) kesinlikle katılıyorum ile (1) kesinlikle katılmıyorum arasında değişen dördümlü likert tipi derecelendirme ile yanıtlanmaktadır. Ölçeğin 2, 8, 9 ve 10. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 9, en yüksek puan ise 36'dır. Ölçek için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı .76'dır. Ölçekten alınan yüksek puanlar psikolojik yardım almaya ilişkin daha olumlu tutumları yansıtmaktadır.

Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksleri, modelin uyumunun yeterli olmadığını göstermiştir (AGFI değeri .89, GFI değeri .93, CFI değeri .91 ve RMSEA değeri .097). Ayrıca, modelde yer alan bütün maddelere ait faktör yük değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Ölçek için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı .76'dır. Ölçeği oluşturan dokuz maddenin madde toplam test korelasyonlarının .30 ile .55 arasında olduğu görülmüştür. PYAİTÖ-KF'nin yapısal güvenilirliği için hesaplanan McDonald'ın Omega değeri .76 olarak bulunmuştur. Bu değerler incelendiğinde, PYAİTÖ-KF'nin iç tutarlılık ve yapısal güvenilirliğine ilişkin yeterli kanıtı sahip olduğu görülmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırmanın amacı kapsamında yapılması planlanan analizlerden önce girilen değerlerin görsel kontrolü, uç değerlerin tespit edilmesi, boş bırakılan maddelerin belirlenmesi ve temel betimsel istatistiklerin gözden geçirilmesi şeklinde verilen denetimleri sağlanmıştır. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda bilgisayara veri girişi esnasında yanlış girilmiş olan değerler ilgili anket numaraları ile matbu formlardan kontrol edilerek düzeltilmiştir. Analizlerin nicel kısmı SPSS 23.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Araştırmada yapılan analizlerin varsayımlarının test edilmesi amacıyla tek değişkenli normallik kontrolleri yapılmıştır ve homojenlik varsayımı sınanmıştır. Bu bağlamda elde edilen kolmogorov-smirnov ve shapiro-wilk anlamlılık değerleri $p > .05$ olması, çarpıklık ve basıklık değerleri -1,5 ile +1,5 arasında yer alması ve incelenen histogramlar, Q-Q grafikleri ve P-P grafikleri veri setinin normal dağılım varsayımının sağlandığını göstermektedir (Büyüköztürk, 2002; Tabachnick ve Fidell, 2013). Analizlerde I. Tip hata olasılığının maksimum değeri olarak .05, yani $p \leq .05$ kabul edilmiştir. Daha küçük hata olasılıklarına duyarlılık açısından raporlaştırmalarda $p \leq .01$ anlamlılık düzeyleri de dikkate alınmıştır, p değerleri olduğu gibi belirtilmiştir.

Son olarak, araştırmada RPD lisans programı öğrencilerinin demografik özelliklerine göre yardım alma tutumu puanlarının manidar olarak farklı olup olmadığının tespit edilmesi amacıyla SPSS 23.0 paket programı aracılığıyla çok yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Farklılıkların kaynağını belirlemek için ise scheffe testi analiz yönteminden faydalanılmıştır. İki gruptan oluşan kategorik değişkenler için ise bağımsız örneklem t testi uygulanmış ve katılımcıların yardım alma tutumu puan ortalamaları karşılaştırılmıştır.

Bölüm 4

Bulgular ve Yorumlar

Bu bölümde, araştırmada incelenen alt problemlere ilişkin veri analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Ayrıca araştırmadan elde edilen bulgularla ilgili yorumlar sunulmuştur.

Nicel Bulgular ve Yorumlar

Araştırmada demografik özelliklerine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının hangi değişkenlerden etkilendiğinin tespit edilmesi amacıyla çok yönlü varyans analizi (ANOVA) ve bağımsız örneklem t testinden yararlanılmıştır. Veri analizleri sonucunda elde edilen demografik değişkenlere göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1

Demografik Değişkenlere Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	n	\bar{x}	S
Cinsiyet			
Kadın	333	27,42	3,03
Erkek	83	24,97	3,49
Yaş			
18-19 Yaş arası	109	26,07	3,12
20-21 Yaş arası	230	27,10	3,34
22 yaş ve üzeri	77	27,63	3,06
Sınıf			
1. sınıf	87	25,55	3,19
2. sınıf	152	26,80	3,19
3. sınıf	115	27,73	3,31
4. sınıf	62	27,67	2,884
Akademik Başarı Düzeyi			
Yüksek	70	28,07	3,24
Orta	279	27,16	2,92
Düşük	67	24,76	3,75

Değişken	n	\bar{x}	S
Ekonomik Durum			
Yeterli	210	27,06	3,09
Kısmen Yeterli	159	26,77	3,42
Yetersiz	47	26,85	3,56
Aile ile Birlikte Yaşama			
Evet	116	27,31	3,23
Hayır	300	26,78	3,28
Yaşanılan Yer			
Tek Başıma Evde	71	25,91	3,54
Yurt	260	26,96	3,18
Ailemle	85	27,69	3,13
Aile Yerleşim Yeri			
Kasaba	62	25,74	3,98
İlçe	146	26,56	2,91
İl	208	27,54	3,16
Aile Yaşanılan Bölge			
Ege	144	26,62	3,01
İç Anadolu	83	27,65	3,35
Marmara	65	27,41	3,24
Karadeniz, Doğu ve Güneydoğu	71	26,67	3,14
Akdeniz	53	26,39	3,85
Katılımcının Yardım Alma Deneyimi			
Var	173	27,73	3,07
Yok	243	26,35	3,30
Alınan Yardım Süresi			
1 Gün-1 Ay Arası	77	27,14	3,22
1 Aydan Fazla-6 Ay Arası	98	28,13	2,98
Almadı	241	26,37	3,28
Alınan Yardım Türü			
Hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme	84	27,64	2,88
Düzenli olmayan aralıklarla psikolojik danışma desteği	28	27,44	2,99
Düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği	76	28,03	3,36
Almadı	228	26,28	3,28
Ailede Yardım Alma Deneyimi			
Var	112	27,37	3,40
Yok	304	36,76	3,21

Değişken	n	\bar{x}	S
Aile Yardım Alma Süresi			
1 gün-1 ay arası	42	26,88	3,09
1 aydan fazla – 6 ay arası	71	27,33	3,88
Almadı	303	26,84	3,14
Aile Yardım Türü			
Yalnızca ilaç yazdırma	44	28,09	2,94
Hastane psk, okul pd, vb. tek görüşme ile düzenli pd.	70	26,57	3,84
Almadı	302	26,84	3,15
Bölümü İsteyerek Seçme Durumu			
Evet	359	27,08	3,19
Hayır	57	26,00	3,64
Kendini Bölüme Uygun Bulma Durumu			
Evet	372	27,20	3,16
Hayır	44	24,59	3,29
Bölümden Memnuniyet			
Evet	372	27,21	3,12
Hayır	44	24,52	3,59
Psikolojik Yardım Uygulama Deneyimi			
Var	109	26,93	3,65
Yok	307	26,93	3,14
Psikolojik Yardım Uygulama Deneyimi			
Var	109	26,93	3,65
Yok	307	26,93	3,14
Bölüm Tercih Sırası			
1-2 tercih sırası	202	27,23	3,22
3-5 tercih sırası	87	26,79	3,56
6 veya daha üstü tercih sırası	127	26,55	3,13

Not: n = 416

Araştırmada demografik değişkenlere göre RPD Lisans öğrencilerinin yardım arama tutumlarına ilişkin çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2

Demografik Değişkenlere Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Arama Tutumlarına İlişkin Çok Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Değişken	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	η^2
Yaş	101,20	2	50,60	5,29*	,02
Sınıf	282,48	3	94,16	9,26*	,06
GNO	360,36	2	180,18	18,86*	,08
Ekonomik Durum	12,86	2	6,43	,63	,00
Katılımcının Yaşadığı Yer	89,04	3	29,68	2,90*	,02
Aile Yerleşim Yeri	142,72	2	71,36	7,15*	,03
Aile Yaşanılan Bölge	23,96	4	5,99	,60	,00
Katılımcının Aldığı Yardım Süresi	211,05	2	105,52	10,34*	,04
Katılımcının Aldığı Yardım Türü	172,15	3	57,38	5,75*	,04
Aile Yardım Alma Süresi	2,95	2	1,47	,14	,00
Aile Yardım Alma Türü	64,09	2	32,04	3,14*	,01
Bölüm Tercih Sırası	6,13	2	3,06	,32	,00

Tablo 2 incelendiğinde RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının yaş, akademik başarı düzeyi, ailenin yaşadığı yer, katılımcının yaşadığı yer, katılımcının sınıf düzeyi, katılımcının aldığı yardım türü ve yardım süresi ile aile üyelerinin aldığı yardım türü değişkenlerine göre manidar olarak farklı olduğu görülmektedir. Ancak, RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının ekonomik durum, RPD lisans programını tercih etme sırası, ailenin yaşadığı bölge ve aile üyelerinin aldığı yardım süresi değişkenlerine göre manidar olarak farklı olmadığı görülmektedir.

Yaşa göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının yaşa göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1'de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2'de sunulmuştur. Tablo 2'de gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde yaş gruplarına göre yardım alma tutumları arasındaki

farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=5,29$; $p<0,05$). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve yaşa göre RPD Lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Yaşa Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Yaş	(J) Yaş	Ortalama Farkı	Standart Hata	P
18-19 yaş arası	20-21 yaş arası	-1,03	,35	,01
	22 yaş ve üzeri	-1,56*	,46	,00
20-21 yaş arası	18-19 yaş arası	1,03	,35	,01
	22 yaş ve üzeri	-,53	,40	,42
22 yaş ve üzeri	18-19 yaş arası	1,56*	,46	,00
	20-21 yaş arası	,53	,40	,42

Tablo 3 incelendiğinde 18-19 yaş arası ile 22 ve üzeri yaş grubu arasında manidar bir fark bulunmuştur. Tablo 1'de verilen yaş gruplarının yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 18-19 yaş arasındaki bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=26,07$) 22 yaş ve üstü yaş grubundaki bireylerin yardım alma tutumlarından ($\bar{x}=27,63$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda yaş arttıkça RPD lisans öğrencilerinin yardım alma puanlarının arttığı söylenebilir.

Sınıf düzeyine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının sınıf düzeyine göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1'de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2'de sunulmuştur. Tablo 2'de gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde sınıf düzeyine göre yardım alma tutumları arasındaki farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=9,26$; $p<0,05$). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve sınıf düzeyine göre RPD Lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4

Sınıf Düzeyine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Sınıf Düzeyi	(J) Sınıf Düzeyi	Ortalama Farkı	Standart Hata	p
1. Sınıf	2. Sınıf	-1,25*	,42	,03
	3. Sınıf	-2,18*	,45	,00
	4. Sınıf	-2,12*	,52	,00
2. Sınıf	1. Sınıf	1,25*	,42	,03
	3. Sınıf	-,92	,39	,13
	4. Sınıf	-,86	,48	,35
3. Sınıf	1. Sınıf	2,18*	,45	,00
	2. Sınıf	,92	,39	,13
	4. Sınıf	,06	,50	1,0
4. Sınıf	1. Sınıf	2,12*	,52	,00
	2. Sınıf	,86	,48	,35
	3. Sınıf	-,06	,50	1,0

Tablo 4 incelendiğinde 1. sınıflar ile 2, 3 ve 4. sınıflar arasında yardım alma tutumları açısından manidar farklılıklar bulunmuştur. Tablo 1’de verilen sınıf düzeylerinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 1. sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=25,55$), 2 sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,80$), 3. sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,73$) ve 4. sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,67$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, sınıf düzeyi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir.

Akademik başarı düzeylerine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının akademik başarı düzeylerine göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1’de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 2’de gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde akademik başarısına göre yardım alma tutumları arasındaki farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=18,86$; $p<0,05$). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-

Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve akademik başarı düzeyine göre RPD lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5

Akademik Başarısına Düzeyine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) GNO	(J) GNO	Ortalama Farkı	Standart Hata	p
Yüksek	Orta	,90	,41	,09
	Düşük	3,31*	,52	,00
Orta	Yüksek	-,90	,41	,09
	Düşük	2,40	,42	,00
Düşük	Yüksek	-3,31*	,52	,00
	Orta	-2,40*	,42	,00

Tablo 5 incelendiğinde akademik başarı düzeyi düşük olanlar ile orta ve yüksekbaşarı düzeyine sahip bireylerin yardım alma tutumları arasında manidar farklı bulunmuştur. Tablo 5'te verilen akademik başarı düzeylerinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde düşük akademik başarı düzeyine sahip bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=24,76$), orta düzeyde akademik başarıya sahip bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,16$) ve yüksek akademik başarı düzeyine sahip bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=28,07$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, akademik başarı düzeyi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir.

Ekonomik duruma göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının ekonomik duruma göre manidar olarak farklı olup olmadığının belirlenmesi amacıyla çok yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmış ve analizler sonucu ulaşılan betimsel istatistikler Tablo 1'de sunulmuştur. Tablo 1 incelendiğinde ekonomik durumu yeterli olarak belirten bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamaları $\bar{x}=27,06$, kısmen yeterli olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}=26,77$ ve ekonomik durumunu yetersiz olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}=26,85$ bulunmuştur. Tablo 2'de verilen ANOVA sonuçlarına

göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumları açısından ekonomik durumlar arasındaki fark manidar bulunmamıştır ($F=,63$; $p>.05$). Buna göre, RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının ekonomik duruma göre manidar olarak farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcının yaşadığı yere göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının yaşadıkları yere göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1’de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 2’de gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde katılımcıların yaşadıkları yere göre yardım alma tutumları arasındaki farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=2,90$; $p<.05$). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve katılımcıların kaldıkları yere göre RPD lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6

Katılımcıların Kaldıkları Yere Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Kalınılan Yer	(J) Kalınılan Yer	Ortalama Farkı	Standart Hata	p
Tek başıma evde	Yurt	-1,04	,43	,05
	Ailemle	-1,77*	,52	,00
Yurt	Tek başıma evde	1,04	,43	,05
	Ailemle	-,73	,40	,19
Ailemle	Tek başıma evde	1,77*	,52	,00
	Yurt	,73	,40	,19

Tablo 6 incelendiğinde ailesi ile birlikte yaşayan bireyler ile tek başına evde yaşayan bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Tablo 1’de verilen tek başına evde yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde tek başına evde yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarının ($\bar{x}=25,91$) ailesi ile birlikte yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,69$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu

doğrultuda, aile ile birlikte yaşamının tek başına yaşamaya göre yardım alma tutumu puanlarını arttırdığı söylenebilir.

Aile yerleşim yerine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının ailelerinin yerleşim yerlerine göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1’de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 2’de gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde katılımcıların ailelerinin yerleşim yerlerine göre yardım alma tutumları arasındaki farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=7,15$; $p<.05$). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve katılımcıların ailelerinin yerleşim yerlerine göre RPD lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7

Katılımcıların Ailelerinin Yerleşim Yerlerine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Aile Yerleşim Yeri	(J) Aile Yerleşim Yeri	Ortalama Farkı	Standart Hata	p
Kasaba	İlçe	-,81*	,47	,23
	İl	-1,80	,45	,00
İlçe	Kasaba	,81	,47	,23
	İl	-,98*	,34	,01
İl	Kasaba	1,80*	,45	,00
	İlçe	,98*	,34	,01

Tablo 7 incelendiğinde ailesi ilde yaşayanlar ile ailesi kasaba ve ilçede yaşayan bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Tablo 1’de verilen ailesi ilde yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde ailesi ilde yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=27,54$), ailesi kasabada yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=25,74$) ve ailesi ilçede yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,56$) manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, yaşanılan yerin büyüklüğü arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir.

Aile yaşanılan bölgeye göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının yaşa göre manidar olarak farklı olup olmadığının belirlenmesi amacıyla çok yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmış ve analizler sonucu ulaşılan betimsel istatistikler Tablo 1’de sunulmuştur. Tablo 1 incelendiğinde katılımcının ailesinin yaşadığı bölgeyi Ege Bölgesi olarak belirten bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamaları $\bar{x}=26,62$, İç Anadolu Bölgesi olarak belirten bireylerin puan ortalamaları 27,65, Marmara Bölgesi olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}=27,41$, Karadeniz, Doğu ve Güneydoğu olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}=26,67$ ve Akdeniz Bölgesi olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}=26,39$ bulunmuştur. Tablo 2’de verilen ANOVA sonuçlarına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumları açısından ailelerinin yaşadıkları bölgeler arasındaki fark manidar bulunmamıştır ($F=,60$; $p>.05$). Buna göre, RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının katılımcıların ailelerinin yaşadıkları bölgelere göre manidar olarak farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcının aldığı yardım süresine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresine göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1’de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 3’te gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresine göre yardım alma tutumları arasındaki farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=10,34$; $p<0,05$). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresine göre RPD Lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8

Katılımcıların Daha Önce Almış Oldukları Yardımın Süresine Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Yardım Süresi	(J) Yardım Süresi	Ortalama Farkı	Standart Hata	p
1 gün-1 ay arası	1 aydan fazla-6 ay arası	-,98	,48	,12
	Almadı	,76	,41	,18
1 aydan fazla-6 ay arası	1 gün-1 ay arası	,98	,48	,12
	Almadı	1,75*	,38	,00
Almadı	1 gün-1 ay arası	-,76	,41	,18
	1 aydan fazla-6 ay arası	-1,75*	,38	,00

Tablo 8 incelendiğinde katılımcıların daha önce almış oldukları yardım süresinde 1 aydan fazla – 6 ay arasında yardım almış bireyler ile daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Tablo 1’de verilen katılımcıların daha önce almış oldukları yardım süresinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 1 aydan fazla – 6 ay arasında yardım almış bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=28,13$) ve daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,37$) manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımı süresi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir.

Katılımcının aldığı yardım türüne göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının katılımcıların almış oldukları yardım türüne göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1’de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 2’de gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde katılımcıların daha önce almış oldukları yardım türüne göre yardım alma tutumları arasındaki farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=5,75$; $p<.05$). Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve katılımcıların daha önce almış oldukları yardım türüne göre RPD

lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9

Katılımcıların Daha Önce Almış Oldukları Yardımın Türüne Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Yardım Türü	(J) Yardım Türü	Ortalama Farkı	Standart Hata	P
Hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme	Düzenli olmayan aralıklarla psikolojik danışma desteği	-,20	,68	,99
	Düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği	-,59	,49	,69
	Almadı	1,15*	,40	,04
Düzenli olmayan aralıklarla psikolojik danışma desteği	Hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme	,20	,68	,99
	Düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği	-,39	,69	,95
	Almadı	1,35	,63	,20
Düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği	Hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme	,59	,49	,69
	Düzenli olmayan aralıklarla psikolojik danışma desteği	,39	,69	,95
	Almadı	1,75*	,41	,00
Almadı	Hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme	-1,15*	,40	,04
	Düzenli olmayan aralıklarla psikolojik danışma desteği	-1,35	,63	,20
	Düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği	-1,75*	,41	,00

Tablo 9 incelendiğinde katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme biçiminde yardım almış bireyler ve düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği almış bireyler ile daha önce bir psikolojik danışma yardımı almamış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Tablo 1’de verilen

katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünün yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme biçiminde yardım almış bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=27,64$) ve düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği almış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarının ($\bar{x}=28,03$), daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,28$) manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımının düzenli olan bir psikolojik yardım şeklinde verilmesi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir.

Katılımcının ailesindeki bireylerin aldığı yardımın süresine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının yaşa göre manidar olarak farklı olup olmadığının belirlenmesi amacıyla çok yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmış ve analizler sonucu ulaşılan betimsel istatistikler Tablo 1’de sunulmuştur. Tablo 1 incelendiğinde katılımcının ailesindeki bireylerin aldığı yardımın süresini 1 gün – 1 ay arası olarak belirten bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamaları $\bar{x}=27,14$, 1 aydan fazla – 6 ay arası olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}=28,13$ ve psikolojik danışma yardımı hiç almadı olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}= 26,37$ bulunmuştur. Tablo 2’te verilen ANOVA sonuçlarına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumları açısından ailelerinin aldıkları psikolojik danışma yardımı süreleri arasındaki fark manidar bulunmamıştır ($F=,14$; $p>.05$). Buna göre, RPD Lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının katılımcıların ailelerinin aldıkları psikolojik danışma yardımının süresine göre manidar olarak farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcının ailelerindeki bireylerin aldığı yardımın türüne göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının yaşa göre manidar olarak farklı olup olmadığı incelenmiş ve analizler sonucunda elde edilen betimsel istatistikler Tablo 1’de, çok yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları ise Tablo 2’de sunulmuştur. Tablo 2’de gösterilen ANOVA sonuçları incelendiğinde katılımcıların ailelerinin daha önce almış oldukları yardımın türüne göre yardım alma tutumları arasındaki farkın manidar olduğu görülmektedir ($F=3,14$; $p<0,05$).

Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden Scheffe testi kullanılmış ve katılımcıların ailelerinin daha önce almış oldukları yardımın türüne göre RPD lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Scheffe testi sonuçları Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10

Katılımcıların Ailelerinin Daha Önce Almış Oldukları Yardımın Türüne Göre RPD Lisans Programı Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Scheffe Testi Sonuçları

(I) Yardım Türü	(J) Yardım Türü	Ortalama Farkı	Standart Hata	P
Yalnızca ilaç yazdırma	Hastane psk., okul pd.vb. tek görüşme ile düzenli pd.	1,51*	,61	,04
	Almadı	1,24	,51	,05
Hastane psk., okul pd. vb. tek görüşme ile düzenli pd	Yalnızca ilaç yazdırma	-1,51*	,61	,04
	Almadı	-,27	,42	,80
Almadı	Hastane psik. Okul pd.vb. tek görüşme ile düzenli pd.	,27	,42	,80
	Yalnızca ilaç yazdırma	-1,24	,51	,05

Tablo 10 incelendiğinde katılımcıların ailelerinin daha önce almış oldukları yardımın türünde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme ile düzenli psikolojik danışma yardımı almış bireyler ile yalnızca ilaç desteği almış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Tablo 1'de verilen katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünün yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme ile düzenli psikolojik danışma yardımı almış bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=26,57$) ve yalnızca ilaç desteği almış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=28,09$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımının yalnızca ilaç şeklinde verilmesi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir.

Katılımcının RPD lisans programını tercih etme sırasına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bulgular ve yorumlar.

Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının yaşa göre manidar olarak farklı olup olmadığının belirlenmesi amacıyla çok yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmış ve analizler sonucu ulaşılan betimsel istatistikler Tablo 1’de sunulmuştur. Tablo 1 incelendiğinde katılımcının RPD Lisans programını tercih etme sırasını 1. veya 2. tercih olarak belirten bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamaları $\bar{x}=27,23$, 3, 4 veya 5. tercih olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}=26,79$ ve 6. veya daha alt sıralarda tercih olarak belirten bireylerin puan ortalamaları $\bar{x}= 26,55$ bulunmuştur. Tablo 2’de verilen ANOVA sonuçlarına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumları açısından RPD lisans programını tercih etme sıraları arasındaki fark manidar bulunmamıştır ($F=,32$; $p>.05$). Buna göre, RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının RPD lisans programını tercih etme sıralarına göre manidar olarak farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır

Araştırmada cinsiyete göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Bağımsız Örneklem t Testi sonuçları ise Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11

Cinsiyete Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	Sd	t	P
Yardım Alma Tutumları	Kadın	333	27,42	3,03	414	6,36	0,00
	Erkek	83	24,97	3,49			

Tablo 11 incelendiğinde cinsiyeti kadın olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.42$) ve cinsiyeti erkek olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=24.97$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumları puanlarının cinsiyetlere göre karşılaştırıldığı bu analizde RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yardım alma tutumlarının cinsiyetler arasında istatistiksel olarak manidar bir fark bulunmuştur. ($t=6.36$, $p<.01$). Kadın öğrencilerin yardım alma puanları erkek öğrencilere kıyasla daha yüksektir.

Araştırmada daha önce psikolojik danışma yardımı alma durumuna göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Bağımsız Örneklem t Testi sonuçları ise Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12

Daha Önce Psikolojik Danışma Yardımı Almış Olan RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Yardım Deneyimi	n	\bar{x}	Ss	Sd	t	P
Yardım Alma	Evet	173	27,73	3,07	414	4,32	0,00
Tutumları	Hayır	243	26,35	3,30			

Tablo 12 incelendiğinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.73$) ve daha önce psikolojik danışma yardımı almamış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=26.35$) olduğu görölmektedir. Yardım alma tutumları puanlarının daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumuna göre karşılaştırıldığı bu analizde RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yardım alma tutumlarının daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. ($t=4.32$, $p<.01$). Daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma düzeyleri daha önce psikolojik danışma yardımı almamış öğrencilere kıyasla daha yüksektir.

Araştırmada RPD bölümünü kendi istekleri ile tercih etme durumlarına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Bağımsız Örneklem t Testi sonuçları ise Tablo 13’te sunulmuştur.

Tablo 13

RPD Bölümünü Kendi İsteğiyle Tercih Etme Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

Bölümü Kendi İsteğiyle		n	\bar{x}	Ss	Sd	T	P
Tercih Etme							
Yardım Alma	Evet	359	27,08	3,19	414	2,32	0,02
Tutumları	Hayır	57	26,00	3,64			

Tablo 13 incelendiğinde RPD lisans programını kendi isteğiyle tercih etmiş olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.08$) ve RPD lisans programını kendi isteğiyle tercih etmemiş olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=26.00$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumları puanlarının RPD lisans programını seçerken ki gönüllülük durumuna göre karşılaştırıldığı bu analizde RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yardım alma tutumlarının daha RPD lisans programını kendi isteğiyle tercih etmiş olma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. ($t=2.32$, $p<.05$). Daha genel bir ifadeyle RPD lisans programını kendi isteğiyle tercih etmiş olan öğrencilerin yardım alma durumu bölümü kendi isteğiyle tercih etmemiş olan öğrencilerin yardım alma durumlarına kıyasla daha yüksektir.

Araştırmada RPD Bölümünü Kendi Kişilik, İlgi ve Yeteneklerine Uygun Bulma Durumuna göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Bağımsız Örneklem t Testi sonuçları ise Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14

RPD Bölümünü Kendi Kişilik, İlgi ve Yeteneklerine Uygun Bulma Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

Bölüme Kendini		N	\bar{x}	ss	Sd	t	P
Uygun Bulma							
Yardım Alma	Evet	372	27,20	3,16	414	5,16	0,00
Tutumları	Hayır	44	24,59	3,29			

Tablo 14 incelendiğinde RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmuş olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.20$) ve RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmamış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=24.59$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumu puanlarının RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmuş olma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. ($t=5.16$, $p<.01$). Daha genel bir ifade ile RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulan bireylerin yardım alma durumları RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmamış olan bireylerin yardım alma durumlarına kıyasla daha yüksektir.

Araştırmada RPD Bölümünü Okumaktan Alınan Memnuniyet Durumuna göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Bağımsız Örneklem t Testi sonuçları ise Tablo 15'te sunulmuştur.

Tablo 15

RPD Bölümünü Okumaktan Alınan Memnuniyet Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

	Bölümden Memnuniyet	N	\bar{x}	Ss	Sd	t	P
Yardım Alma	Evet	372	27,21	3,12	414	5,32	0,00
Tutumları	Hayır	44	24,52	3,59			

Tablo 15 incelendiğinde RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.21$) ve RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olmamış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=24.52$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumu puanlarının RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. ($t=5.32$, $p<.01$). Daha genel bir ifade ile RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olan öğrencilerinin yardım alma durumları RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olmayan öğrencilerin yardım alma durumlarına kıyasla daha yüksektir.

Araştırmada daha önce psikolojik danışma uygulaması kapsamında psikolojik yardım vermiş olma durumuna göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin bağımsız örneklem t Testi sonuçları ise Tablo 16’da sunulmuştur.

Tablo 16

Daha Önce Psikolojik Danışma Uygulaması Kapsamında Psikolojik Yardım Vermiş Olma Durumuna Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi Sonuçları

		Yardım Verme						
		Deneyimi	n	\bar{x}	ss	Sd	t	P
Yardım Alma Tutumları	Evet		109	26,93	3,65	414	0,01	0,99
	Hayır		307	26,93	3,14			

Tablo 16 incelendiğinde daha önce psikolojik danışma uygulaması yapmış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=26.93$) ve daha önce psikolojik danışma uygulaması yapmamış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=26.93$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumu puanlarının daha önce psikolojik danışma uygulaması yapmış olma durumuna göre karşılaştırıldığı bu analizde daha önce psikolojik danışma uygulaması yapmış ve yapmamış öğrencilerin yardım alma tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t=0.01$, $p>.05$).

Araştırmada ailesinde psikolojik danışma yardımı almış olan bireylerin varlığına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin Bağımsız Örneklem t Testi sonuçları ise Tablo 17’de sunulmuştur.

Tablo 17

Ailesinde Psikolojik Danışma Yardımı Almış Olan Bireylerin Varlığına Göre RPD Lisans Öğrencilerinin Yardım Alma Tutumlarına İlişkin Bağımsız Örneklemeler t Testi Sonuçları

Yardım Alma		N	\bar{x}	ss	Sd	t	P
Deneyimi							
Yardım Alma	Evet	112	27,37	3,40	414	1,63	0,10
Tutumları	Hayır	304	26,76	3,21			

Tablo 17 incelendiğinde katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan bireylerin bulunduğu RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x} = 27.37$) ve katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan bireylerin bulunmadığı RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x} = 26.76$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumu puanlarının katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan bireylerin bulunma durumuna göre karşılaştırıldığı bu analizde katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan bireylerin bulunması veya bulunmaması öğrencilerin yardım alma tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t = 1.63$, $p > .05$).

Bölüm 5

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde öncelikle sonuçlar özetlenmiştir. Ardından araştırmadan elde edilen bulgular literatür çerçevesinde tartışılmıştır. Son olarak ise ileride ki araştırmalara yönelik öneriler sıralanmıştır.

Sonuç

Bu araştırmada RPD lisans programı öğrencilerinin yardım alma tutumları incelenmiştir. Ayrıca RPD öğrencilerinin cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, ekonomik gelir düzeyi, akademik başarı düzeyi, daha önce bir psikolojik danışma yardımı almış olma durumu ve bu yardımın türü ve süresi, katılımcıların yakın çevrelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan bireylerin bulunma durumu ve bu bireylerin almış oldukları yardımın türü ve süresi, katılımcıların yaşadıkları yer, katılımcıların ailelerinin yaşadığı yer ve bölge, RPD lisans programını seçerken isteyerek tercih etme durumu, katılımcıların psikolojik danışma uygulama deneyimi, katılımcıların RPD bölümünü kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma durumları ve son olarak da RPD bölümünden memnuniyet durumları gibi kişisel ve demografik özelliklerine göre RPD öğrencilerinin yardım alma tutumları arasında manidar bir fark olup olmadığı araştırılmıştır.

Kadın öğrencilerin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ve erkek öğrencilerin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının farklı olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumları puanlarının cinsiyetlere göre karşılaştırıldığı analizde RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin yardım alma tutumlarının cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadın RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamaları erkek RPD öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmada, 18-19 yaş arası ile 22 ve üzeri yaş grubu arasında manidar bir fark bulunmuştur. Yaş gruplarının yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 18-19 yaş arasındaki bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarının 22 yaş ve üstü yaş grubundaki bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından manidar olarak düşük olduğu görülmektedir.

Araştırmada yardım alma tutumu puanlarının sınıf düzeyi değişkeninin etkisinin incelenmesi sonucunda 1. sınıflar ile 2, 3 ve 4. sınıflar arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Sınıf düzeylerinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 1. sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının, 2 sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından, 3. Sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ve 4. Sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından manidar olarak düşük olduğu görülmektedir.

Araştırmada ekonomik gelir düzeyine göre RPD lisans oğrencilerinin yardım alma tutumlarının manidar olarak farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin bu yardımın süresine göre RPD lisans oğrencilerinin yardım alma tutumlarında manidar bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada, akademik başarı düzeyinin oğrencilerin yardım alma tutumlarına etkisinin araştırıldığı analizde düşük olanlar ile orta ve yüksek akademik başarı düzeyine sahip bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Akademik başarı düzeylerinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde düşük akademik başarı düzeyine sahip bireylerin yardım alma tutumlarının, orta düzeyde akademik başarıya sahip bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ve yüksek akademik başarı düzeyine sahip bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından manidar olarak düşük olduğu görülmektedir.

Araştırmada RPD lisans programında oğrenim gören oğrencilerin yardım alma tutumlarının daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumlarına göre karşılaştırıldığı analizde daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumları ile katılımcıların yardım alma tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna göre, daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmada katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresinde 1 aydan fazla – 6 ay arasında yardım almış bireyler ile daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Buna göre

katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 1 aydan fazla – 6 ay arasında yardım almış bireylerin yardım alma tutumlarının ve daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırmada katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme biçiminde yardım almış bireyler ve düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği almış bireyler ile daha önce bir psikolojik danışma yardımı almamış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Buna göre katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünün yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme biçiminde yardım almış bireylerin yardım alma tutumlarının ve düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği almış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarının, daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırmada katılımcıların ailelerinin daha önce almış oldukları yardımın türünde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme ile düzenli psikolojik danışma yardımı almış bireyler ile yalnızca ilaç desteği almış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Buna göre katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünün yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme ile düzenli psikolojik danışma yardımı almış bireylerin yardım alma tutumlarının ve yalnızca ilaç desteği almış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından manidar olarak düşük olduğu görülmektedir.

Araştırmada katılımcılardan ailesi ile birlikte yaşayan bireyler ile tek başına evde yaşayan bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Tek başına evde yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde tek başına evde yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının ailesi ile birlikte yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından manidar olarak düşük olduğu görülmektedir.

Araştırmada katılımcıların ailelerinin yaşadığı bölgeye göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarının manidar bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada katılımcıların ailesi ilde yaşayanlar ile ailesi kasaba ve ilçede yaşayan bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Ailesi ilde yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde ailesi ilde yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının, ailesi kasabada yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ve ailesi ilçede yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu görölmektedir.

Araştırmada RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin RPD lisans programını isteyerek seçme durumlarına göre yardım alma tutumları arasında manidar bir fark bulunmuştur. RPD lisans programını isteyerek seçen bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları RPD lisans programını isteyerek seçmeyen bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmada RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin daha önce uygulama kapsamında verdikleri psikolojik danışma yardımı ile katılımcıların yardım alma tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Araştırmada RPD lisans programında öğrenim gören öğrencilerin RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma durumlarına göre yardım alma tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu bulunmuştur.

Araştırmada RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olma durumlarına göre katılımcıların yardım alma tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarının RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olmayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından manidar olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak, araştırmada katılımcıların RPD lisans programını tercih etme sıralarına göre

öğrencilerin yardım alma tutumlarının manidar olarak farklı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tartışma

Cinsiyete göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının cinsiyete göre manidar düzeyde bir fark olduğu bulunmuştur. Cinsiyetler arasındaki karşılaştırmada cinsiyeti kadın olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.42$) ve cinsiyeti erkek olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=24.97$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumları puanlarının cinsiyetlere göre karşılaştırıldığında RPD lisans programında öğrenim gören kadın öğrencilerin yardım alma tutumu puanlarının öğrenim gören erkek öğrencilerin yardım alma tutumu puanlarına kıyasla manidar olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde bu bulgu ile tutarlılık gösteren çok sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, kadınların erkeklere kıyasla daha fazla psikolojik yardım almaya gönüllüklerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Erkan, Cihangir-Çankaya, Özbay ve Terzi, 2012; Kalkan ve Odacı, 2005; Türküm, 2005; Şahin ve Yüksel Uyar, 2011; Cihangir-Çankaya ve Terzi, 2012; Aydın, 2017; Topkaya, 2014; Topkaya ve Meydan, 2013; Mahmoud ve Zawawi, 2011; Mackenzie, Gekoski ve Know, 2006; Topkaya ve Meydan, 2011; Wisch, Mahalik, Hayes ve Nutt, 1995; Dilek, 2010; Nebizade, 2004; Türküm, 2001). Ancak, literatürde bu bulgunun aksini ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur (Haskan Avcı, Tuna, Büyükçolpan, Güngör ve Yörükoğlu, 2019; Şimşek, 2016; Zhang ve Dixon, 2003; Arslantaş, 2005; Annaberdiyev, 2006; Akaydın, 2002).

Elde edilen bulgulardan hareketle bireylerin yardım alma tutumlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterdiği ve göstermediği çalışmalar mevcuttur. Yapılan çalışmaların çoğuna bakıldığında kadınların daha çok yardım alma tutumlarının yüksek olduğu bulunmuştur. Özbay'a (1996) göre bu durumun sebepleri arasında özellikle Doğu toplumlarında erkeklerin yardım almasının onun erkekliğini lekeleyeceği anlamına gelmektedir. Bu durumun sebeplerine ilişkin ise toplumsal cinsiyet rollerinin etkili olabileceği söylenebilir. Toplumsal cinsiyet bireylerin hangi cinsiyete mensup olduklarının toplum tarafından öğretilmesidir

(Yılmaz, 2018). Türk toplumunun cinsiyet rolleri incelendiğinde doğduktan itibaren kız ve erkek çocuklar toplum tarafından farklı tutumlar ile karşı karşıya kalırlar. Kızlardan daha sempatik, utangaç, uslu, duygusal, çekingen, kabulkar, sessiz ve başkalarının ihtiyaçlarına duyarlı olmaları beklenirken; erkeklerden kavgacı, cinsel organını rahatlıkla sergileyebilen, yeri geldiğinde küfretmesini bilen, saldırgan, mantıksal ve problem çözebilme kabiliyetine sahip olmaları beklenir (Kisaç, 1999; Erzeybek, 2015). Ayrıca psikolojik danışma yardımı almak bir zayıflık olarak görüldüğünden erkeklerin var olan güçlü durma pozisyonlarını zedelemektedir. Fakat kadınlar zaten doğası gereği zayıf varlıklar olduğundan dolayı onların yardım istemesi ve yardım alması gayet doğal bir durumdur (Dilek, 2010). Erkeklerin doğuştan daha problem çözmeye odaklı ve analitik düşünme yeteneğine sahip olarak görüldüğü ve kadınların ise annelik içgüdüleri ile doğduğu, bu sayede de daha duygusal oldukları yönünde varsayımlar vardır (Blow, Timm ve Cox, 2008). Kadın ve erkeğe yüklenen toplumsal cinsiyet rolleri kültürel farklılıklar içerse de genel olarak kadınlar daha duygusal ve erkekler ise daha başarı odaklı görülmektedir (Dökmen, 2004). Bu doğrultuda, kadın danışmanlar daha anlayışlı ve empatik bulunabilirken, erkek danışmanlar daha profesyonel gelebilir. Kadınlar daha rahat iletişim kurarak sorunlarını anlatabiliyor, kadınlar paylaşmaktan ve duygularını ifade etmekten korkmadan yetiştiriliyor. Erkekler ise yardım almanın bir zayıflık olduğu, duyguları paylaşmanın bir erkeğe yakışmadığı, erkeklerin güçlü olması gerektiği yönünde yetiştiriliyor. Bu durum toplumsal cinsiyet rolleri ışığı altında bireylerin yardım alma tutumlarını etkiliyor olabilir.

Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında da hemcins danışmanların bireyler için problemlerini daha rahat ifade edebilecekleri, cinsellik gibi konularda daha rahat iletişime geçebilecekleri ve kendilerinin daha iyi anlaşılacakları bir ortam yaratması bakımından tercih sebebidir (Pikus ve Heavey, 1996; Mocan-Aydın, 2000; Gander ve Gardiner, 1998). Ayrıca kültürel dinamiklere bakıldığında bireylerin karşı cinsle iletişim kurma ve dert anlatma alışkanlığının oluşmamış olması onların karşı cinsle bazı özel sorunlarını paylaşma fikrine karşı kaygı verici bir durum yaratabilmektedir. Bu çalışmanın örneklem grubunun üniversite öğrencilerinden oluşması ve bu dönemde karşı cinsle ilişkiler açısından önemli bir dönem olması özellikle katılımcıların karşı cinsten danışmanlara karşı kendilerini

kabul ettirme isteği ve reddedilme korkuları onların hemcins bir danışman seğiminde etkili olmuş olabilir (Haskan Avcı vd., 2019).

Toplumsal cinsiyet rolleri bireylerin biyolojik cinsiyetlerinden dolayı onlara verilen rol ve sorumlulukları ifade etmektedir. Cinsiyet rolü bireylerin kendi biyolojik cinsiyetlerinin görevlerini yerine getirmeleri durumudur (Bem, 1974). Kimi zaman bu durum erkeklerde avantajlı bir durum gibi görünse de aslında pek çok zor problemlerin üstesinden gelmek zorunda oldukları bir baskı anlamına da gelebilmektedir (Dökmen, 2004). Toplumsal cinsiyet rolü stresi ise bireylerin biyolojik cinsiyetleri ile denk düşen toplumsal cinsiyet rollerini yerine getirirken yaşadıkları stresi ifade etmektedir (Eisler ve Skidmore, 1987). Erkekler toplumsal cinsiyet rollerini tam anlamıyla yerine getiremediklerinde kadınsı olmakla suçlanmaktadır ve bu durum da erkeklerin kendilerini eksik ve yanlış hissetmelerine sebep olmaktadır. Sonuç olarak hem kadın olmak aşağılanmaktadır hem de erkeklerin omuzlarına adeta her şeyi başarmanın ağır yükü bindirilmektedir (Bayar, Haskan-Avcı ve Koç, 2018). Bu bilgilerden yola çıkarak toplumda erkeklerin ağlaması adeta zayıflık ve küçümsenen bir durum olmakla birlikte erkek bireylerin yardıma muhtaç olması algısı ise kabul edilemezdir. Bu durumun erkek bireylerin yardım alma davranışlarını da azaltabileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda erkek katılımcıların yardım alma tutumlarının kadın katılımcılara kıyasla daha az olmasının diğer bir sebebi ise damgalanma korkusu olabilir (Vogel, Wester ve Larson, 2007; Topkaya, 2014). Yardım almanın önündeki en büyük engellerden birisi herkeste oluşabilen damgalanma korkusudur (Salem, Saleh, Yousuf ve Sabri, 2009). Toplumda erkeğin zayıflığı görülmek istenmemektedir. Erkek her daim evin direği, yıkılmaz duvarı olmak zorundadır. Bütün bu durumlar erkek katılımcılarda erkeklik rolü stresinin oluşmasına ve damgalanma korkusuna sebep olmuş olabilir. Bundan dolayı, erkek katılımcıların yardım alma tutumlarının kadın katılımcıların yardım alma tutumlarından manidar olarak düşük olmasına sebep olmuş olabilir.

Katılımcıların yaşına ve sınıf düzeyine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının yaşa göre manidar bir fark olduğu bulunmuştur. Yaşlar arasında ki karşılaştırmada 18-19 yaş arası ile 22 ve üzeri yaş grubu arasında manidar bir fark bulunmuştur. Yaş gruplarının yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 18-19 yaş arasındaki bireylerin yardım alma

tutumlarının ($\bar{x}=26,07$) 22 yaş ve üstü yaş grubundaki bireylerin yardım alma tutumlarından ($\bar{x}=27,63$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda yaş arttıkça RPD lisans öğrencilerinin yardım alma puanlarının arttığı söylenebilir. Literatürde ise bu bulgu ile tutarlılık gösteren çok sayıda çalışma olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, yaş arttıkça psikolojik yardım alma davranışının da arttığı çalışmalar vardır (Koydemir-Özden ve Erel, 2010; Oliver, Pearson, Coe ve Gunnell, 2005; Deane ve Chamberlain, 1994; Mackenzie, Gekoski ve Knox, 2006; Shea ve Yeh, 2008; Al-Krenawi, Graham, Dean ve Eltaiba, 2004). Ancak, literatür de bu bulgunun aksini ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur (Annaberdiyev, 2006; Kaya, 2015; Deane ve Chamberlain, 1994).

Yaş arttıkça yardım alma tutumu puanlarının artmasının sebeplerine ilişkin tahminlerden birisi sınıf düzeyi ve öğrenilmiş yaşantılar olabilir (Koydemir-Özden ve Erel, 2010). Daha genç yaşlarda bireyler yardım alma kaynaklarından, yardım almanın tam olarak ne olduğundan ve bir problem ile karşılaştıklarında yakın çevreleri ile paylaşmaktan ziyade profesyonel bir yardım alma ile ilgili bilgileri olmayabilir. Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmalarda sınıf düzeyi ve yaş değişkeninin artması ile yardım alma tutumu puanlarının artması arasında pozitif yönde korelasyon olmaktadır ve bu da bireylerin zaman içerisinde yardım alma kaynaklarının neler olduğu ile ilgili bilgiye sahip olmalarından kaynaklanabilir. Üniversitelerde Psikolojik Danışma servislerinin etkinliğinin incelendiği araştırmalarda öğrencilerin bu servislerin yerini bilmedikleri bulunmuştur. Ayrıca bu servisler hakkında öğrenciler genellikle arkadaşları sayesinde bilgi aldıklarını ifade etmişlerdir (Erkan, Cihangir-Çankaya, Terzi ve Özbay, 2011). Yardım alma kaynakları hakkında bilgi sahibi olma düzeyi arttıkça bireylerin yardım alma davranışlarının da sıklığının arttığı araştırmalarla desteklenmiştir (Güç, 2015).

Araştırmada RPD Lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının sınıf düzeyine göre manidar düzeyde bir fark olduğu bulunmuştur. Bu doğrultuda, 1. sınıflar ile 2, 3 ve 4. sınıflar arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Sınıf düzeylerinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 1.sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=25,55$), 2 sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,80$), 3. sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,73$) ve 4. sınıftaki bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,67$) manidar olarak

düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, sınıf düzeyi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir. Literatür de ise, araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar mevcuttur (Koydemir-Özden ve Erel, 2010; Yelpaze, 2016; Çankaya, 2008). Ancak, literatürde bu bulgunun aksini ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur (Dilek, 2010; Akaydın, 2002; Çebi, 2009; Kırımlı, 2017).

Görüldüğü üzere literatürde bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarının sınıf düzeyine göre manidar olarak fark olduğuna yönelik bulguların yanında yardım alma tutumları açısından sınıf düzeyleri arasında manidar olarak farklı olmadığına yönelik bulgularda yer almaktadır. Bu çalışmada aynı zamanda sınıf düzeyi değişkenine göre yardım alma tutumu puanlarında manidar bir farkın olmasının sebebinin sınıf düzeyiyle birlikte artan eğitim düzeyi yardım alma tutumlarını olumlu etkilemiş olabilir (Koydemir-Özden ve Erel, 2010). Alan derslerine başlamadan önce bireyler insan psikolojisine ve psikolojik danışmanın etkiliğine ilişkin kulaktan dolma bilgilerle ön yargılar biriktirmiş olabilir. Çevrelerinde psikolojik danışma yardımı alıp herhangi bir etkisinin olmadığını dile getirmiş bireyler olabilir. Bu dışarıdan edinilen bilgiler onların psikolojik danışma yardımına ilişkin olumsuz tutumlara sahip olmalarında etkili olmuş olabilir. Fakat alan dersleriyle birlikte psikolojik danışma kuramlarının öğrenilmesi ve bu kuramların etkililiğinin katılımcıların kendi tecrübeleri ile de etkililiğinin sınanması onların psikolojik danışma yardımını alma tutumlarını etkilemiş olabilir.

Sonuç olarak yaş ve sınıf düzeyi değişkenlerinin bu çalışmada birbirleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yaş ve sınıf düzeyi arttıkça bireyler RPD derslerinin neler olduğunu ve RPD'ye dair bilgileri daha çok öğrenerek ve özümseyerek olumlu tutumlar geliştirmiş olabilirler. Aynı zamanda katılımcıların üniversitede ki psikolojik danışma servisleri ile ilgili zaman içinde bilgi sahibi olmaları ve yardım alma kaynaklarının öğrenilmesi ile bu merkezlerin etkililiği katılımcılar üzerinde olumlu tutumlar geliştirmiş olabilir.

Ekonomik gelir düzeyine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının ekonomik gelir düzeyine göre manidar düzeyde bir fark olmadığı bulunmuştur. Literatürde ise ekonomik gelir düzeyi yükseldikçe yardım alma tutumu puanlarının arttığına dair araştırmalar mevcuttur (Parent, Hammer, Bradstreet, Schwartz ve Jobe, 2016; Hammer, Vogel ve Heimerdinger-Edwards,

2013; Arslantaş, Dereboy, Aştı ve Pektekin, 2011; Kılınç ve Granello, 2003). Ancak, literatürde bu bulgunun aksini ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur (Özbay vd., 2011; Annaberdiyev, 2006; Akaydın, 2002; Erkan, Cihangir-Çankaya, Özbay ve Terzi, 2012; Eisenberg, Golberstein ve Gollust, 2007; Dilek, 2010).

Görüldüğü üzere literatürde bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarının ekonomik gelir düzeyine göre manidar olarak fark olduğuna yönelik bulguların yanında yardım alma tutumları açısından gelir düzeyleri arasında manidar olarak fark olmadığına yönelik bulgularda yer almaktadır. Bu durumun sebepleri düşünüldüğün gelişen teknoloji ve hayatımıza etkileri psikolojik yardım alma tutumlarının ekonomik gelir düzeyine göre herhangi bir farklılığa sebep olmamış olabilir (Yelpaze, 2016). Her ekonomik gelir düzeyinden insan televizyon, İnternet ve sosyal medyaya rahatlıkla erişim sağlayabilmektedir. Bu sayede bireyler ruh sağlığı hizmetleri ile ilgili bilgileri kolayca öğrenebilmektedir (Erkan vd., 2011). Herhangi bir problem durumunda ne yapılması gerektiği ve hatta bazen hangi ilaçların kullanılması gerektiğine bile kolayca erişilebilmektedir. Bunun sonucu olarak da bireyler psikolojik danışma hizmetlerine kolayca erişebilmekte ve bunun ekonomik gelir düzeyine bağlı olmadığına ilişkin bir kanıyavabilirler.

Akademik başarı düzeylerine göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının akademik başarı düzeyine göre manidar olarak farklı olduğu bulunmuştur. Akademik başarı düzeyi düşük olanlar ile orta ve yüksek başarı düzeyine sahip bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Akademik başarı düzeylerinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde düşük akademik başarı ortalamasına sahip bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=24,76$), orta düzeyde akademik başarıya sahip bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,16$) ve yüksek akademik başarıya sahip bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=28,07$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, akademik başarı düzeyi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir. Literatürde ise doğrudan bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarının akademik başarı düzeyine göre bir fark olup olmadığına dair herhangi bir çalışmaya rastlanamamıştır.

Çeşitli araştırmalarda üniversite öğrencilerinin başta gelen problem alanlarından birisi de akademik başarı olduğu görülmektedir (Aksu ve Paykoç, 1986;

Özgüven, 1990; Özgüven, 1992). Gençlerin akademik yaşantıları ile ilgili sorunları üniversiteye giriş nedenleri, başarı, eğitim-öğretim sistemi ve üniversite içi iletişim-bilgi edinme sorunları başlıkları altında ele alınabilir (İmamoğlu,1993). Öğrencilerin bu denli önemli olan akademik başarı istediği alanda öğrencilerin ruhsal durumu, öğrencinin başarısızlık yaşantısından kolayca etkilenebilmekte ve onu profesyonel bir yardım alma davranışına yönlendirebilmektedir.

Ayrıca, akademik başarı düzeyi yüksek olan katılımcıların alana dair aldıkları derslere daha ilgili olabilecekleri düşünülmektedir (Koydemir-Özden ve Erel, 2010). Alan derslerine ilişkin ilgi arttıkça başarı düzeyi de artabilmektedir. Bireyler başardıkları alanda kendilerini yetenekli görebilir ve RPD alını kendi ilgi, kişilik ve yeteneklerine uygun bulabilirler (Çankaya, 2008). Bütün bu durumlar katılımcıların mesleklerine aidiyet duygularını arttırabilir. Mesleğe aidiyet duygusu artan bireyler ise yardım vermeye daha istekli olabilir. Yardım veren bir meslek elemanı yetiştiren RPD bölümü derslerinin de etkisi ile bireyler yardım almaya karşı daha fazla olumlu tutumlar içine girmiş olabilir. Aslında çalışmanın bütün değişkenlerine bakıldığında birbirleri ile bağlantılı olduğu düşünülmektedir. Yaş, sınıf düzeyi, akademik başarı düzeyi, RPD bölümünü kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma ve bölümden memnuniyet durumları arasında pozitif yönde ilişki olduğu düşünülmektedir. Bireyler bütün bu değişkenlerle kendilerini icra ettikleri ya da edecekleri mesleğe karşı aidiyet duyguları besleyebilirler (Shea ve Yeh, 2008). Aidiyet duygusu artan bireyler de meslekleri ile özdeşleşme görülebilir. RPD programı doğası gereği yardım alma ve verme üzerine kurulu bir alandır. Bu alanın ilkelerini benimsemiş olan katılımcıların doğal olarak yardım almaya yönelik davranışlarının sıklığının akademik başarı düzeyinin yükselmesi ile artmış olabileceği söylenebilir (Porcari, 2009).

Daha önce katılımcının psikolojik danışma yardımı almış olma durumu ve bu yardımın süresi ile türüne göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma ve olmama durumuna göre manidar olarak fark olduğu bulunmuştur. Daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.73$) ve daha önce psikolojik danışma yardımı almamış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının

ortalamasının ($\bar{x}=26.35$) olduğu gör÷lmektedir. Daha önce psikolojik danışma yardımı almış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma düzeyleri daha önce psikolojik danışma yardımı almamış öğrencilere kıyasla daha yüksektir. Literatürde ise bu bulguları destekleyen araştırmalar mevcuttur (Atkinson, Lowe ve Matthews, 1995; Biddle ve ark., 2003; Vogel ve Wester, 2003; Vogel ve ark., 2005; Sezer ve Gülleroğlu, 2016; Erkan vd., 2012; Tinsley, Brown, Aubin ve Lucek, 1984; Kakhnovets, 2011; Meydan ve Lüleci, 2013; Kenney, 1994; Atik ve Yalçın, 2011; Türküm, 2005). Ancak literatürde bu bulgunun aksini ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur (Yıldırım, Atlı ve Çitil, 2014; Alp-Özdemir, 2016; Karaalp, 2009).

Bireylerin daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumlarının yardım alma tutumlarına etkisinin incelendiği araştırmalara bakıldığında tutarsızlık göz önüne çıkmaktadır. Bazı araştırmalar daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin yardım alma tutumlarının daha yüksek olduğunu söylerken; diğerleri ise daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma durumunun psikolojik yardım alma tutumlarında bir fark yaratmadığını ya da tam tersi bir fark yarattığını belirtmektedir. Bu durumun sebeplerine bakıldığında ise daha önce alınmış psikolojik danışma yardımından memnuniyet durumları etkili olmuş olabilir (Yelpaze, 2016). Bireylerin aldığı ya da alamadıkları yardım onların psikolojik yardım alma tutumlarını etkilemiş olabilir (Greenidge, 2007). Phillips ve Murrell'e göre (1994) yardım alma davranışı öğrenilmiş bir davranıştır ve bu kimi zaman yakın sosyal çevremizden kimi zamanda kendi yaşantılarımızdan edinebiliriz. Bu doğrultuda, katılımcıların geçmiş yaşamlarında psikolojik yardım alma davranışı varsa ilerde problem durumunda psikolojik yardım alıp almamaya daha rahat karar verebilir çünkü birey bu durumu deneyimlemiş ve ne ile karşılaşacağını biliyor olabilir. Ayrıca alınan psikolojik danışmanın süresine bakıldığında da katılımcıların yardım alma tutumları arasında farklılıklar olduğu gör÷lmektedir. 1 aydan fazla- 6 ay arasında yardım alan katılımcıların yardım alma tutumu puan ortalamaları daha önce psikolojik danışma yardımı almamış katılımcılara kıyasla daha yüksek olmasının sebebi aslında psikolojik danışma 1 aydan daha fazla sürerse tam anlamıyla psikolojik danışma olmuş oluyor. Böylece psikolojik danışma yaşantısını tam anlamıyla deneyimleyen bireyler psikolojik danışma yardımına daha olumlu bakıyor olabilir.

Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının daha önce alınan psikolojik danışma yardımının süresine göre manidar olarak farklı olduğu bulunmuştur. Katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresinde 1 aydan fazla – 6 ay arasında yardım almış bireyler ile daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresinin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde 1 aydan fazla – 6 ay arasında yardım almış bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=28,13$) ve daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,37$) manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımı süresi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir. Literatürde ise daha önce alınan psikolojik danışma yardımının süresinin bireylerin psikolojik danışma yardımı alma tutumlarına etkisi üzerine bir araştırmaya rastlanamamıştır.

Araştırma bulgularına bakıldığında katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın süresinde 1 aydan fazla – 6 ay arasında yardım almış bireyler ile daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur ve katılımcıların daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımı süresi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı gözlenmiştir. Bu doğrultuda, bireylerin daha önceden aldıkları psikolojik danışma yarımından memnun kalmış olabilecekleri ve bu yardımın bireylerin yaşam doyumlarını arttırdığı söylenebilir. Yaşam doyumu ile ilgili araştırmalara bakıldığında, yaşam doyumu artan bireylerin psikolojik yardım alma davranışı sıklığının arttığı bulunmuştur (Cramer, 1999; Gomez, 2003). Psikolojik danışma yardımının artması bireylerin stres puanlarını düşürmekte ve yaşam doyumlarını arttırmaktadır (Komiya, Good ve Sherrod, 2000). Bu durumda stres azaldıkça yaşam doyumu ve psikolojik danışma yardımı alma davranışı artmaktadır (Şahin ve Özbay, 2003). Aynı zamanda bireylerin psikolojik danışma yardımını nerden, kimden ve nasıl bir yerden alacaklarını bilmemelerinden kaynaklı eksiklikler sebebiyle daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin psikolojik yardım alma tutumu puanlarını düşük çıkmış olabileceği yorumlanabilir (Yelpaze, 2016). Son olarak, psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin psikolojik yardım alma tutumları üzerinde ön yargıları etkili olmuş olabilir. Psikolojik danışma yardımı almadan onun etkililiğine ilişkin

yordamalarda bulunarak gereksiz yere zaman ve para kaybı yaşamak istememiş olabilirler.

Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının daha önce alınan psikolojik danışma yardımının türüne göre manidar olarak farklı olduğu bulunmuştur. Katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme biçiminde yardım almış bireyler ve düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği almış bireyler ile daha önce bir psikolojik danışma yardımı almamış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünün yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme biçiminde yardım almış bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=27,64$) ve düzenli bir süre ile psikolojik danışma veya psikoterapi desteği almış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarının ($\bar{x}=28,03$), daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,28$) manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımının düzenli olan bir psikolojik yardım şeklinde verilmesi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir. Literatürde ise daha önce alınan psikolojik danışma yardımının türünün bireylerin psikolojik danışma yardımı alma tutumlarına etkisi üzerine bir araştırmaya rastlanamamıştır.

Araştırma bulgularına bakıldığında katılımcılarında daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımının düzenli olan bir psikolojik yardım şeklinde verilmesi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı bulunmuştur. Bu doğrultuda, daha önce alınan psikolojik danışma yardımının süresinde olduğu gibi bireylerin almış oldukları yardımdan sağladıkları fayda onların yardım alma tutumlarında etkili olmuş olabilir (Gomez, 2003). Aynı zamanda uzun soluklu, bireylerin sorunlarının derinlemesine tahlil edildiği yardım türleri olan psikoterapilerin psikolojik yardım alma tutumları puanlarında en yüksek etkiye sahip olmasının sebebi bireylerin gerçekten anlatmaya ve anlaşılmaya ihtiyaçları oldukları anlamına gelebilir. Sadece ayakta tedavi ya da ilaç kullanmak yerine karşılıklı eşit ilişkiye dayalı anlaşıldıklarını hissettikleri ortamda sorunlarının çözüme kavuşturulması isteği psikolojik yardım alma tutumlarını etkilemiş olabilir (Goodman, Sewell,

Jampol, 1984). Son olarak yine daha önce psikolojik danışma yardımı almamış bireylerin psikolojik danışma yardımı alma tutumları olumsuz ön yargılarından etkilenmiş olabilir (Kırımlı, 2007). Tüm sonuçlara bakıldığında, bireylerin yardım alma deneyimine sahip olma durumlarının, aldıkları yardımın türlerinin ve süresinin birbirleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin var olma durumuna ve bu yardımın süresi ile türüne göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin var olma durumuna göre manidar olarak farklı olmadığı bulunmuştur. Literatürde ise ailesinde psikolojik danışma yardımı almış bireyler bulunan öğrencilerin psikolojik yardım almaya gönüllülük düzeyi puan ortalamalarının ailesinde psikolojik danışma deneyimi bulunmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiş ve gruplar arasında tespit edilen fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Rougier, 2011; Kırımlı, 2007; Koydemir-Özden ve Erel, 2010).

Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin aldıkları psikolojik danışma yardımının süresine göre manidar olarak farklı olmadığı bulunmuştur. Literatürde ise katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin alınan psikolojik danışma yardımının süresinin bireylerin psikolojik danışma yardımı alma tutumlarına etkisi üzerine bir araştırmaya rastlanamamıştır.

Bu araştırmada ise RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin var olma durumuna göre manidar olarak farklı olmadığı bulunmuştur. Örneklem grubunun spesifik bir alandan olması yani RPD lisans bölümü öğrencilerinden oluşması yardım almaya karşı olumsuz bir tutum oluşmasını engellemiş ve yardım alma tutumu puanlarının pek çok koşulda yüksek çıkmasına sebep olmuş olabilir. Böylece alınan eğitimle birlikte ailelerinde psikolojik danışma yardımı almış birey olsun veya olmasın psikolojik danışma yardımı alma tutumları eşit düzeyde yüksek olmuş olabilir. Öğrencilerin 18 yaşından itibaren üniversite okumak için ailelerinin yanından ayrıldıkları göz önüne alınırsa bu bireylerin

ailelerinden etkilenme olasılığı azalmaktadır denilebilir. Ergenlik dönemi olarak görülen bu yaşlarda ki bireyler sosyal çevrelerinden daha çok etkilenmekte ve akran görüşlerini önemsemektedir (Türküm, 2000). Bu durumda bireylerin ailelerinde psikolojik danışma yardımı almış bireylerin olma durumlarının katılımcılarda herhangi bir farklılık yaratmamasının sebebi katılımcıların gelişimsel dönem özellikleri ve ailelerinden uzakta yaşamaları olabilir (Atak ve Çok, 2010).

Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların ailelerinde daha önce psikolojik danışma yardımı almış bireylerin aldıkları psikolojik danışma yardımının türüne göre manidar olarak fark olduğu bulunmuştur. Katılımcıların ailelerinin daha önce almış oldukları yardımın türünde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme ile düzenli psikolojik danışma yardımı almış bireyler ile yalnızca ilaç desteği almış bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Bu doğrultuda, katılımcıların daha önce almış oldukları yardımın türünün yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde hastane psikologu, okul psikolojik danışmanı vb. bir kişi ile tek görüşme ile düzenli psikolojik danışma yardımı almış bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=26,57$) ve yalnızca ilaç desteği almış bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=28,09$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, katılımcıların ailelerinin daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımının yalnızca ilaç şeklinde verilmesi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir. Literatürde isedaha önce alınan psikolojik danışma yardımının türünün bireylerin psikolojik danışma yardımı alma tutumlarına etkisi üzerine bir araştırmaya rastlanamamıştır.

Araştırma bulgularına bakıldığında katılımcıların ailelerinin daha önceden almış oldukları psikolojik danışma yardımının yalnızca ilaç şeklinde verilmesi arttıkça yardım alma tutumu puanlarının artmasının sebebi olarak psikolojik danışma yardımına ulaşmanın zor ve zahmetli olması etkili olabilir. Üniversite RPD Merkezinde çalışan psikolojik danışman sayısının psikologlara göre daha az olması dikkat çekicidir. Ayrıca hiçbir merkezde psikometrist bulunmamakta, sadece bir merkezde sosyal çalışmacı ve iki merkezde psikiyatrist bulunmaktadır. Merkezlerin güçlü ve zayıf yanlarının incelendiği, psikiyatri desteğinin olmamasının zayıf bir yan olarak görüldüğü dikkate alındığında, bu durum bir yetersizlik olarak değerlendirilebilir (Erkan vd., 2011). Üniversite Rehberlik ve Psikolojik

Danışman merkezlerinin hiçbir zaman kampüsün popüler bir birimi olarak görülmemesinin (Much, Wagener ve Hellenbrand, 2010), merkezlerin personel açısından güçlü olmaması etkili olduğu düşünülebilir. Araştırmada ki bireylerin yalnızca ilaç kullanımının diğer türlere kıyasla yardım alma tutumu puanlarında yüksek çıkmasının sebeplerinden birisi de bireylerin gerçekten psikolojik danışma yardımı alabilecekleri profesyonel bir kurum bulmanın sıkıntısı olmuş olabilir ve bireylerin hastane gibi kurumlardan uygun fiyatlı bir destek alma ihtiyacına yönelmiş olabilir.

Katılımcıların yaşadıkları yere göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların yaşadıkları yere göre manidar olarak farklı olduğu bulunmuştur. Katılımcılardan ailesiyle birlikte yaşayan bireyler ile tek başına evde yaşayan bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Bu doğrultuda, tek başına evde yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde tek başına evde yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=25,91$), ailesiyle birlikte yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamalarından ($\bar{x}=27,69$) manidar olarak düşük olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, aileyle birlikte yaşamının tek başına yaşamaya göre yardım alma tutumu puanlarını arttırdığı söylenebilir. Literatürde ise araştırma bulgularını destekleyen çalışmalar mevcuttur (Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrocci, 2005; Topkaya ve Meydan, 2013; Shea ve Yeh, 2008; Vogel, Wade ve Hackler, 2008).

Araştırma bulguları yorumlandığında katılımcılardan ailesi ile birlikte yaşayan bireyler ile tek başına evde yaşayan bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmasının ve aile ile birlikte yaşamının tek başına yaşamaya göre yardım alma tutumu puanlarını arttırmasının sebebi bireylerin ilk sosyal destek ağı olarak ailelerini görmeleri olabilir (Yelpaze, 2016). Aileleriyle birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin ilk yardım aldıkları kişilerin ailelerinin olması onların yardım almaya ilişkin olumlu tutumlar geliştirmelerine sebep olmuş olabilir. Ayrıca bireylerin aileleri dışındaki arkadaş veya yurt ortamında kendilerini sosyal damgalanmadan ötürü problemlerini açamamalarına sebep olmuş olabilir (Shea ve Yeh, 2008; Vogel, Wade ve Hackler, 2007). Kendini rahatça ifade edemeyen bireylerin ise yardım alma tutumu puanlarının düşmesine sebep olmuş olabilir. Aileleriyle birlikte yaşayan katılımcıların sosyal destek ağları daha güçlü ve depresyon düzeyleri ise daha

düşük olabilir. Literatürde de görüldüğü üzere bireylerin depresyon düzeyleri arttıkça yardım alma davranışları azalmaktadır (Chang, 2007; Fırat ve Kaya, 2015). Sonuç olarak, katılımcıların aileleriyle birlikte yaşama durumları onların sosyal ağlarının güçlü olmasına katkıda bulunmuş olabilir ve bu sayede bireylerin yardım almaya karşı olumlu tutumlar geliştirmelerine sebep olmuş olabilir. Aynı zamanda katılımcıların aileleri ile rahatça problemlerini paylaşabilmeleri sayesinde sosyal damgalanma riski en aza indirilmiş ve bu sayede yardım almaya yönelik olumlu tutumlar kazanılmış olabilir. Aile her bireyin hayatında birer koruyucu unsur görevi görebilir. Dış tehlikelere karşı aile yapısı bireyi koruyabilir. Bu sayede bireyler depresyon riskini en aza indirebilir. Depresyonun görülmesi sıklığının azalması ile yardım alma davranışının arttığı pek çok araştırma ile desteklenmiştir.

Katılımcıların ailelerinin yaşadıkları bölgeye ve yere göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların ailelerinin yaşadıkları bölgeye göre manidar olarak farklı olmadığı bulunmuştur. Literatürde ki ilgili çalışmalar incelendiğinde bireylerin Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerinde psikolojik yardım alabilecekleri yerlerin az olması ve hatta hiç olmaması (Şimşek, 2016) sebebi ile bu bölgeden katılımcıların yardım alma tutumu puanlarının düşük çıkması beklenmekteydi. Buradaki kültürel yapılar incelendiğinde ise bireylerin yardım almak için şeyh olarak bilinen dini liderlere başvurduğu bilinmektedir (Şimşek, 2016). Bu durum, bireylerin yardım almaya yönelik olumlu tutumlar geliştirmesine de sebep olmuş olabilir. Aynı zamanda Marmara, Ege, Akdeniz ve İç Anadolu gibi bölgelerde hem nüfusun kalabalık olması hem de iş alanlarının çok olmasıyla beraber eğitime yapılan yatırımlarda bu bölgelerde yoğunlaşmaktadır. Bu da bireylerin yardım almaya yönelik ön yargılar geliştirmesini engelleyerek yardım alma tutumu puanlarını arttırabilir. Bu doğrultuda, her bölgenin psikolojik danışma yardımına olan ihtiyacının artmış olması ve bölgelerin teknolojik gelişmelerle psikolojik danışma yardımının önemini anlaşılması katılımcıların psikolojik danışma yardımı alma tutumu puan ortalamalarında herhangi bir farklılık yaratmamış olabilir (Erkan vd., 2011).

Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların ailelerinin yaşadıkları yere göre manidar bir fark olduğu bulunmuştur. Ailesi ilde yaşayanlar ile ailesi kasaba ve ilçede yaşayan

bireyler arasında manidar farklılıklar bulunmuştur. Bu doğrultuda, ailesi ilde yaşayan bireylerin yardım alma tutumu puan ortalamaları incelendiğinde ailesi ilde yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının ($\bar{x}=27,54$), ailesi kasabada yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=25,74$) ve ailesi ilçede yaşayan bireylerin yardım alma tutumlarının puan ortalamalarından ($\bar{x}=26,56$) manidar olarak yüksek olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, yaşanan yerin büyüklüğü arttıkça yardım alma tutumu puanlarının arttığı söylenebilir. Literatürde ise katılımcıların ailelerinin yaşadıkları yere göre bireylerin yardım alma tutumlarını etkilediğine dair araştırmalar mevcuttur (Kırımlı, 2007).

Araştırma bulgularına bakıldığında, katılımcıların ailelerinin yaşadıkları yerin büyükşehir olmaya doğru gittikçe yardım alma tutumu puanlarını arttırdığı görülmüştür. Buradan yola çıkılarak büyükşehirlerin ekonomik, eğitim ve sağlık sektörlerinde küçük şehirlere kıyasla daha fazla yatırım yapıldığı bilinmektedir. Daha fazla ve daha büyük hastanelerin varlığı psikiyatrist, psikolog gibi yardım veren meslek elemanlarının daha çok var olacağına işaret etmektedir. Katılımcıların psikolojik danışma yardımı veren kuruluşları bilmesi onların yardım alma tutumlarını arttırmış olabilir (Erkan vd., 2011). Büyükşehirlerde nüfusun daha kalabalık olması ve bireylerin birbirlerinden küçük şehirlere kıyasla daha izole olması sebebiyle sosyal damgalanma korkusunu engellemiş olabilir (Topkaya, 2014). Büyükşehirlerde yaşayan bireylerin her gün daha fazla ve farklı insanlarla karşılaşma olasılığı ve bu karşılaştıkları bireylerin psikolojik danışma yardımı alıyor ya da almış bireylerin olma olasılığı küçük şehirlere kıyasla daha fazladır. Bu olasılıkta bireylerin yardım alma tutumu puanlarını arttırdığı düşünülebilir.

Katılımcıların RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma durumuna ve bölümü seçerken kendi istekleri ile seçme durumuna göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırma da RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma durumuna göre manidar olarak fark olduğu bulunmuştur. RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmuş olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmamış olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasından manidar olarak

yüksek olduğu görülmektedir. Literatürde ise araştırma bulgularını destekleyen araştırmalar mevcuttur (Bicil, 2012). Ancak, katılımcıların RPD lisans programını kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulma durumuna göre yardım alma tutumlarının gruplar arasında manidar bir fark olmadığına ilişkin çalışmalar da mevcuttur (Porcari, 2009; Tekin Çatal, 2014).

Araştırma da RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının bu bölümü isteyerek seçme durumlarına göre manidar bir fark olduğu bulunmuştur. RPD lisans programını isteyerek seçmiş olan katılımcıların yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.08$) ve RPD lisans programını isteyerek seçmemiş olan katılımcıların yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=26.00$) olduğu görülmektedir. Yardım alma tutumları puanlarının RPD lisans programını seçerken ki gönüllülük durumuna göre karşılaştırıldığı bu analizde RPD lisans programını seçerken istekli olan katılımcıların istekli olmayan katılımcılara kıyasla yardım alma tutumu puanları manidar olarak daha yüksektir. Literatürde ise katılımcıların bölümü kendi istekleri ile seçme durumuna göre katılımcıların yardım alma tutumlarını etkilediğine dair herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

Araştırma bulguları ışığında, RPD bölümünü kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulan öğrenciler hem kendi yaptıkları işi daha çok benimseyebilirler hem de psikolojik yardım veren bir programı benimsedikleri için yardım vereceklerine inanmak isteyebilirler. Yapacağı işi benimseyen öğrenciler, psikolojik danışma derslerine daha ilgili olabilir ve yardım vermenin gücüne daha çok inanabilir (Shea ve Yeh, 2008). Bu da bireylerin yardım almaya yönelik olumlu tutumlar geliştirmesine neden olabilir. Araştırma bulgularına bakıldığında, bölümü isteyerek seçen katılımcıların yardım alma tutumu puan ortalamaları bölümü isteyerek seçmemiş olan katılımcılardan manidar düzeyde yüksektir ve bu durumun sebebi olarak bölüme istekli gelmek ve öğreneceği bilgilere karşı daha hevesli olacak olması olabilir. Örneklem grubunun spesifik olarak RPD öğrencilerinden oluşması bu bölüme isteyerek gelmeleri ile birlikte psikolojik yardımın etkililiğine ilişkin olan inançlarını arttırmış olabilir. Koydemir-Özden ve Erel'e göre (2010) bireylerin akademik başarılarının artması ve bölümden memnuniyet düzeylerinin artması onların var olan derslerine yönelik ilgilerini de arttırmış olabilir. Bu durumda bireylerin RPD lisans programını isteyerek seçme durumlarında alana yönelik

derslere daha ilgili ve meraklı olmaları olabilir (Çankaya, 2008). Aynı zamanda bu bölümü isteyerek seçmemiş olan öğrenciler psikolojik yardımın gerekliliğine inanmıyor olabilirler. Mesleklerine kendilerini ait hissetmedikleri için yardım alma konusuna olumlu bakmıyor olabilir. Bütün bu durumlar katılımcıların mesleklerine aidiyet duygularını arttırabilir (Shea ve Yeh, 2008). Aidiyet duygusu artan bireyler de meslekleri ile özdeşleşme görülebilir (Hagerty ve Patusky, 1995). RPD programında yardım alma ve verme ile ilişkili bir alan olduğu göz önüne alınırsa bireyler bu bölümü tercih ederlerken kendilerini yardım alabilen ve verebilen pozisyonunda görmüş olabilir (Porcari, 2009). Sonuç olarak, katılımcıların RPD programını isteyerek seçmeleri ve bu programı kendi kişilik, ilgi ve yeteneklerine uygun bulmaları onların yardım alma tutumu puanlarını arttırmış olabilir.

Daha önce uygulama kapsamında psikolojik danışma yardımı verme durumuna göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının daha önce uygulama kapsamında psikolojik danışma yardımı verme durumuna göre manidar olarak farklı olmadığı bulunmuştur. Literatürde ise daha önce uygulama kapsamında ya da farklı durumlarda psikolojik danışma yardımı vermiş olan bireylerin yardım alma tutumları ile ilgili bir araştırmaya rastlanılamamıştır.

Bu araştırmada daha önce uygulama kapsamında psikolojik yardım vermiş bireylerin yardım alma tutumu puanlarının daha yüksek çıkması araştırmanın hipotezlerinden birisidir. Fakat bulgulara bakıldığında daha önce psikolojik danışma yardımı vermiş olma durumunun katılımcıların yardım alma tutumları arasında manidar bir farklılık görülmemektedir. Bu durum da verilen psikolojik danışmanın ders kapsamında oluşu, yeterince profesyonel olmayışı, ilk denemeler olduğu için öğrencilere kalitesiz ve başarısız görünmesi olmuş olabilir.

RPD programını tercih etme sıralarına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının RPD lisans programını tercih etme sırasına göre manidar olarak farklı olmadığı bulunmuştur. Literatürde ise katılımcıların RPD lisans programını tercih etme sırasına göre bireylerin yardım alma tutumlarına yönelik herhangi bir çalışmaya rastlanamamıştır.

Araştırmanın hipotezlerinden biriside bireylerin RPD programını tercih etme sırası ilk 5 tercihte ise yardım alma tutumu puanlarının yüksek olabileceğidir. Fakat araştırmada bu yönde bir bulguya rastlanılmamıştır. RPD programını ilk tercih sıralarına yazmak bu bölümü isteyerek seçmek anlamına gelmektedir ve bu durumda bireylerin yardım alma tutumu puanlarını arttırabileceği düşünülebilir. Tam tersi, bireylerin tüm tercihlere RPD yazması bu bölümü tercih etme sırasının önemini isteyerek gelmesi olarak temsil edememektedir. Çünkü zaten bireyler RPD bölümünü istemekte ve ilk yahut son tercihlerinde RPD bulunabilmektedir. Bu doğrultuda, RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının RPD lisans programını tercih etme sırasına göre manidar olarak farklı olmamasının sebebi olabilir.

Katılımcıların RPD lisans programında öğrenim görmekten duydukları memnuniyet durumlarına göre RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumlarına ilişkin tartışma. Araştırmada RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puan ortalamalarının katılımcıların RPD lisans programında öğrenim görmekten duydukları memnuniyet durumlarına göre manidar olarak fark olduğu bulunmuştur. RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=27.21$) ve RPD lisans programında öğrenim görmekten memnun olmayan RPD lisans öğrencilerinin yardım alma tutumu puanlarının ortalamasının ($\bar{x}=24.52$) olduğu görülmektedir. Literatürde ise katılımcıların RPD lisans programında öğrenim görmekten duydukları memnuniyet durumlarına göre bireylerin yardım alma tutumlarına yönelik herhangi bir çalışmaya rastlanamamıştır.

Araştırma bulgularına göre, katılımcıların RPD programında öğrenim görmekten duydukları memnuniyet onların derslere karşı daha ilgili ve yardım alma ya da vermeye karşı daha inançlı hale getirmiş olabilir. Öğrendiklerinden memnun olan katılımcılar bunları hayatlarına uygulamaktan da memnun olabilirler. Bu durumda yardım vermek kadar almakta işin bir parçası haline gelebilmektedir. Bu durumun sonucu olarak da katılımcıların RPD programında öğrenim görmekten duydukları memnuniyet durumları bireylerin yardım alma tutumu puanlarını olumlu etkilemiş olabilir. Sınıf düzeyi, yaş, akademik başarı ve öğrenim görülen alandan duyulan memnuniyet değişkenleri birbirleri ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Bicil, 2012). Bireylerin yaşları ve sınıf düzeyleri arttıkça alandan daha fazla ders görmeye

başlarlar. Aldıkları derslere ilgi duyan öğrencilerin akademik başarıları artar ya da akademik başarısı artan öğrencilerin alan derslerine karşı ilgisi artar (Shea ve Yeh, 2008). Araştırma kapsamında seçilen örneklemin spesifik bir grup olan RPD lisans öğrencilerinden oluşması, alan derslerinin de yardım alma davranışlarının sıklığını arttıracakı düşünülebilir. Son olarak, katılımcıların aldıkları eğitimden memnun olmaları onların mesleki aidiyet duygularını arttırabilir (Shifron, 2010). Mesleğine aidiyet duygusu fazla olan bireyler bu mesleğin gereklerini yerine getirmek için de gönüllü olabilirler (Ersanlı ve Koçyiğit, 2013). Kendini mesleğe ait hissedenden bireyler bu mesleğin gereklilikleri ile özdeşleşebilmektedir.

Öneriler

Araştırmaya dönük öneriler.

1. Araştırmaya toplam da 333 kadın ve 83 erkek RPD lisans öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonuçlarına dikkat edildiğinde kadın ve erkek öğrencilerin yardım alma tutumları arasında manidar düzeyde fark bulunmuştur. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda katılımcı grubu genişletilerek erkek ve kadın öğrencilerin sayıca denk düşecek şekilde bireylerin dahil olduğu bir örnekleme çalışılabilir.
2. Benzer bir çalışma diğer lisans programları ile RPD lisans programı arasında karşılaştırmalı bir şekilde yapılabilir. Bu sayede karşılaştırmalı araştırmalar yapılarak daha kapsamlı veriler elde edilebilir.
3. Araştırma tarama yöntemiyle yapılmıştır. Üniversite sınavına hazırlanan bireylerle yapılan araştırmalar daha sonra hangi programa yerleştiklerine bakılarak test tekrar test yöntemi ile aynı katılımcılara ulaşıp aynı testi uygulayarak yardım alma tutumlarına boylamsal çalışmalar yoluyla bakılabilir.
4. Araştırma sonuçlarına bakıldığında kadınların yardım alma tutumlarının erkeklere kıyasla daha fazla olması ve erkeklerin yardım almaya ilişkin engellerinin olduğu görülmüştür. Bu engellerin neler olduğu araştırılıp onların

toplum ruh sağlığı hizmetlerinden daha iyi yararlanmalarına yönelik çalışmalar yapılabilir.

Uygulamaya dönük neriler.

5. Erkek ğrencilerin yardım almaya yönelik tutumlarının kız öğrencilere kıyasla daha olumsuz olmasının nedenlerinin araştırılması, eğitim sistemindeki kitapların ve materyallerin gözden geçirilerek toplumsal cinsiyet kalıp yargılarını azaltmaya yönelik projeler düzenlenebilir.
6. Türkiye’de bulunan tüm üniversitelerde psikolojik danışma merkezlerinin kurulması ve bu merkezlerden her öğrencinin ücretsiz yardım alabileceklerine dair tanıtımlarının yapılması önemli görülmektedir.
7. Bireylerin yardım almaları için öncelikle yardım almaya yönelik olumlu bir tutum sergilemeleri gerekmektedir. Bu olumlu tutumu oluşturmada psikolojik danışma hizmetinin etkililiğine yönelik kanıta dayalı yöntemler etkili olabilir. Kanıta dayalı müdahale yöntemlerinin sonuçlarının ve ilgili yayınların öğrencilere ulaştırılması sağlanabilir.
8. Tutumlar çok küçük yaşlardan itibaren oluşmaya başlamaktadır ve bu araştırma niversite öğrencileri ile yapılmıştır. Ancak bireylerin yardım almaya dair tutumlarının olumlu olabilmesi için geçmiş yaşantılarının yardım alma ile ilgili olumlu olması gerekmektedir. İlköğretim ve ortaöğretim müfredatlarının ve okullarda yapılan projelerin toplumsal cinsiyet kalıp yargılarını yıkacak, yardım alma davranışını arttıracak şekilde düzenlenmesi gerektiğine inanılmaktadır.

Politika yapıcılara yönelik neriler.

9. Bulgular doğrultusunda ruh sağlığı uzmanları yardım almaya yönelik engelleri belirlemeli ve bu engellerle ilgili projeler üretilmelidir. Toplumsal cinsiyet rollerinin yardım alma davranışı üzerindeki etkisini azaltacak devlet politikaları belirlenmelidir.

Kaynaklar

- Acar, B. Y., & Acar, H. (2002). Sistem kuramı-Ekolojik sistem kuramı ve sosyal hizmet: Temel kavramlar ve farklılıklar. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Yayını*, 13(1), 29-35.
- Akaydın, F. Ş. (2002). *Üniversite öğrencilerinin problem alanları, problemlilik düzeyleri, problem çözme becerileri ve yardım arama davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Aksu, M. & Paykoç, F. (1986). *ODTÜ kampüsünde gençlik sorunları*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- Al-Krenawi, A, Graham, J. R., Dean, Y. Z. & Eltaiba, N. (2004). Cross-national study of attitudes towards seeking professional help: Jordan, United Arab Emirates (UAE) and Arabs in Israel. *International Journal of Social Psychiatry*, 50, 102-114.
- Alataş, G., Karaoğlan, A. & Arslan, M. (2009). Toplum temelli ruh sağlığı modeli ve türkiye’de toplum ruh sağlığı merkezleri projesi. *Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi Özel Sayısı*, 46, 25-29.
- American Counseling Association. (1997). *Governing council minutes of the September 1997 governing council meeting*. Alexandria, VA.
- Andrews, G., Issakidis, C. ve Carter, G. (2001). Shortfall in mental health service utilization. *British Journal of Psychiatry*, 179, 417-425.
- Arslantaş, H. (2005). *Yetişkinlerde profesyonel psikolojik yardım arama tutumu ve bunu etkileyen faktörler*. (Yayımlanmamış doktora tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Arslantaş, H., Dereboy, F., Aştı, N. & Pektekin, Ç. (2011). Yetişkinlerde profesyonel psikolojik yardım arama tutumu ve bunu etkileyen etmenler. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 12(1), 17 – 23.
- Atak, H. & Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Atay, T. (2017, 3 Eylül). *Erkeklik ve şöhret*. Cumhuriyet Gazetesi.

- Atkinson, N. W. (2007). *Chinese and North American college students' attitudes toward seeking professional psychological help: Gender and ethnic comparisons*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Humboldt State Üniversitesi, California.
- Atik, G. & Yalçın, İ. (2011). "Help-seeking attitudes of university students: The role of personality traits and demographic factors". *South African Journal of Psychology*, 41(3), 328-338.
- Ayaydın, F. S. & Özbay, Y. (2003). Üniversite Öğrencilerinin Problem Alanları, Problemlilik Düzeyleri, Problem Çözme Becerileri ve Yardım Arama Davranışları Arasındaki İlişkilerinin İncelenmesi. *VII. Ulusal Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi'nde Sunulan Bildiri*, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Aydın, M. (2017). Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülüklerinin incelenmesi. *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 76-94.
- Barney, L. J, Griffiths, K. M., Jorm, A. F. & Christensen, H. (2006). Stigma about depression and its impact on help-seeking intentions. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 40, 51–54.
- Bayar, Ö., Haskan Avcı, Ö. & Koç, M. (2018). Erkek toplumsal cinsiyet rolü stresi Ölçeği'nin (ETCRSÖ) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Fakültesi Dergisi*, 18 (1), 57-76.
- Baysal, A. & Buluş, M. (2001). RPD Öğrencilerinin psikolojik gereksinim düzeyleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9, 19-27.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(2), 155-162.
- Bennett, R. (2003). Determinants of undergraduate student drop out rates in a university business studies department. *Journal of Further and Higher Education*, 27(2), 123-141.
- Bicil, B. (2012). *Yetişkinlerin psikolojik yardım arama niyetlerinin incelenmesi: İzmir ili örneği*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.

- Blow, A., Timm, T. & Cox, R. (2008). The role of the therapist in therapeutic change: Does therapist gender matter. *Journal of Feminist Family Therapy*, 20(1), 66-88.
- Boulware, D. W. & Holmes, D. S. (1970). Preferences for therapists and related expectancies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(2), 269.
- Bülbül, A. (2012). Sosyal öğrenme kuramının dayandığı temel ilkeler, <http://azizbulbul63.blogspot.com/2012/05/sosyal-ogrenme-kuramndayandg-temel.html> adresinden erişilmiştir.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cepeda-Benito, A. & Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 58-64.
- Chang, H. (2007). Psychological distress and help-seeking among taiwanese college students: role of gender and student status. *British Journal Of Guidance ve Counselling*, 35(3), 347-355.
- Corey, G. (2015). *Theory and practice of counselling and psychotherapy*. (Tuncay Ergene, Çev.). Ankara: Mentis Yayınları.
- Cihangir-Çankaya, Z. & Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 94-107.
- Corrigan, P. (2004). "How stigma interferes with mental health?". *Journal of American Psychologist*, 59, 614-625.
- Cramer, K. M. (1999). Psychological antecedents to help seeking behavior areanalysis using path modeling structures. *Journal of Counseling Psychology*, 46(3), 381-387.

- Çankaya, P. (2008). "Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumları ve etkileyen etmenlerin incelenmesi". (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Çapa, Y. & Çil, N. (2000). Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 67-73.
- Çebi, E. (2009). *University student's attitudes toward seeking psychological help: Effects of perceived social support, psychological distress, prior help seeking experience and gender*. (Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Deane, F. P. & Chamberlain, K. (1994). Treatment fearfulness and distress as predictors of professional psychological help-seeking. *British Journal of Guidance*, 22(2), 207-217.
- Demirbaş, M. & Yağbasan, R. (2005). Sosyal öğrenme teorisine dayalı öğretim etkinliklerinin öğrencilerin bilimsel tutumlarının kalıcılığına olan etkisinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 363-382.
- Demirel, Y. (2013). *Psikolojik danışman öz yetkinlik ölçeğinin hazırlanması*. (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Deniz, M. E., Avşaroğlu, S. & Hamarta, E. (2004). Psikolojik danışma servisine başvuran üniversite öğrencilerinin psikolojik belirti düzeyleri. *Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16, 1-12.
- Di Pietro, G. & Cutillo, A. (2007). Degree flexibility and university drop-out: The Italian experience. *Economics of Education Review*, 27(2008) 546–555.
- Dilek, C. (2010). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Doğan, A. (2010). Ekolojik sistemler kuramı çerçevesinde akran zorbalığının incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(3), 149-162.
- Dökmen, Z. Y. (2004). *Toplumsal cinsiyet. Sosyal psikolojik açıklamalar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Eisenberg, D., Golberstein, E. & Gollust, S. E. (2007). Help-seeking and access to mental health care in a university student population. *Medical Care*, 45(7), 594-601.
- Eisler, R. M. & Skidmore, J. R. (1987). Masculine gender role stress: Scale development and component factors in the appraisal of stressful situations. *Behavior Modification*, 11(2), 123-136.
- Erday, G. S. (2009). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Erkan, S., Cihangir-Çankaya, Z., Özbay, Y. & Terzi, Ş (2011). Üniversite rehberlik ve psikolojik danışma merkezlerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (22), 174- 198.
- Erkan, S, Cihangir-Çankaya, Z., Özbay, Y. & Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37 (164).
- Erol, N., Kılıç, C., Ulusoy, M. Keçeci, M. & Simsek, Z. (1998). *Türkiye ruh sağlığı profili ana raporu*. Eksen Tanıtım Ltd. Sti.: Ankara. 12 Şubat 2019 tarihinde <http://tr.scribd.com/doc/118803955/TurkiyeRuhSa%C4%9FI%C4%B1%C4%9F%C4%B1-Profil-Raporu-1998#scribd> adresinden erişilmiştir.
- Ersanlı, K. & Koçyiğit, M. (2013). Ait olma ölçeği'nin psikometrik özellikleri. *Literature and History of Turkish*, 8(12), 751-764.
- Erzeybek, B. (2015). *Anne-babaların çocuklarını yetiştirirken benimsedikleri toplumsal cinsiyet rolleri tutumları*. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi.
- Fırat, N. & Kaya, F. (2015). Yurttan veya ailesinin yanında kalan öğrencilerin sosyal destek düzeyleri ve stresle başa çıkma stillerinin incelenmesi. *Turkish Studies*, 10(7), 407-426.
- Fishbein, M. & Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research*. USA: Addison-Wesley Publishing 59 Company.

- Fischer, E. H. & Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development, 36*, 368-373.
- 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*, 79-90.
- Fischer, E. H., Winer, D. & Abramowitz, S. I. (1983). Seeking professional help for psychological problems. (Çev. A. Nadler, I. D. Fisher ve B. M. DePaulo). *New directions in helping: Applied perspectives on help-seeking and receiving*. 163-185. New York: Academic Press.
- Freeman, T. (2006). 'Best practice' in focus group research: making sense of different views. *Methodological Issues In Nursing Research, 56*(5), 491-497.
- Gander, M.J. & Gardiner, H.W. (2004). *Çocuk ve ergen gelişimi*. (Çev. B. Onur). Ankara: İmge Kitabevi.
- Goodman S. H., Sewell, D. R. & Jampol, R. C. (1984). On going to counselor: contributions of life stress and social support to the decision to seek psychological counseling. *Journal of Counseling Psychology, 31*(3), 306-313.
- Goh, M., Xie, B., Wahl, K. H., Zhong, G., Lian, F. & Romano, J. L. (2007). Chinese students attitudes toward seeking professional psychological help. *International Journal for the Advancement of Counselling, 29*(3), 187- 202.
- Gomez, D. A. (2003). *The relationship between perceived satisfaction of social supports, focus of control and beliefs in the efficacy of help seeking behaviors: implications in the mobilization of social support among adolescent mothers*. (Doktora tezi). Pace Üniversitesi, New York.
- Greenidge, W. L. L. (2007). *Attitudes towards seeking professional counseling: the role of outcome expectations and emotional openness in English-speaking Caribbean college students in the US and the Caribbean*. (Doktora tezi). Central Florida Orlando Üniversitesi, Florida.
- Güç, E. (2015). *Üniversite öğrencilerinin kendini damgalama, stresle başa çıkma tarzları ve psikolojik yardım arama tutumlarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Güneri, O., Aydın, G. & Skovholt, T. (2003). Counseling needs of students and evaluation of counseling services at a large urban university in Turkey. *International Journal for the Advancement of Counselling, 25*, 53–63.
- Hagerty, B. & Patusky, K. (1995). Developing a measure of sense of belonging. *Nursing Research, 44*, 9-13.
- Halter, M. J. (2003). The influence of stigma on help seeking attitudes for depression. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 64*(3), 1178.
- Hammer, J. H., Vogel, D. L. & Heimerdinger-Edwards, S. R. (2013). Men's help seeking: Examination of differences across community size, education, and income. *Psychology of Men and Masculinity, 14*, 65-75. doi:10.1037/a0026813.
- Hamid, P. D., Simmonds, J. G. & Bowles, T. V. (2009). Asian australian acculturation and attitudes toward seeking professional psychological help. *Australian Journal Of Psychology, 61*(2), 69-76.
- Hardin, S. I. & Yanico, B. J. (1983). Counselor gender, type of problem, and expectations about counseling. *Journal of Counseling Psychology, 30*(2), 294-297.
- Harewood, J. E. (2009). *Social and personal determinants of help-seeking intentions among black college students*. (Yayımlanmamış doktora tezi). New York Eyalet Üniversitesi, New York.
- Haskan Avcı, Ö., Tuna, B., Büyükçolpan, H., Güngör, A. & Yörükoğlu, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin psikolojik danışman tercihlerinin incelenmesi. *Türk Rehberlik ve Psikolojik Danışma Dergisi, 9*(52), 209-239.
- Hazır Bıkmaz, F. (2006). *Öz yeterlik inançları*. İkinci Baskı. (Edt: Y. Kuzgun ve D. Deryakulu) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Horenstein, D. (1976). Presenting problems of students at a university psychological clinic. *Journal of Clinical Psychology, 32*(2), 379-384.
- Hovdhaugen, E. (2009). Transfer and dropout: Different forms of student departure in Norway. *Studies in Higher Education, 34*(1), 1–17.

- İmamoğlu, O. (1993). Üniversite gençliğinin sorunlarına yönelik 1982-92'de yayınlanan araştırmalara ilişkin değerlendirme ve yorumlama. *Türk Psikoloji Dergisi*, 8(30), 27-41.
- Jang, Y., Chiriboga, D. A. & Okazaki, S. (2009). Attitudes toward mental health services: age-group differences in korean american adults. *Aging Ment Health*, 13(1), 127-134.
- Johnson, M. E. (2001). Influences of gender and sex role orientation on help-seeking attitudes. *The Journal of Psychology*, 122(3), 237-241.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1985). *İnsan ve insanlar*. İstanbul: Sermet Matbaası.
- Kakhnovets, R. (2011). Relationships among personality, expectations about counseling, and help-seeking attitudes. *Journal of Counseling ve Development*, 89, 11-19.
- Kalkan, M. & Odacı, H. (2005). Cinsiyet ve cinsiyet rolünün psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarla ilişkisi. *Türk Rehberlik ve Psikolojik Danışma Dergisi*, 3(23), 57-64.
- Karakaş, E. (2006). Elâzığ şehrinde suçların dağılışı ve özellikleri. *Doğu Coğrafya Dergisi Sayı*, 15, 83-111.
- Karalp, A. (2009). *Lise öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kaya, Ç. (2015). Attitude towards seeking professional psychological help in a sample of pre-service teachers. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 224-234.
- Kenney, G. E. (1994). Multicultural investigation of counseling expectations and preferences. *Journal of College Student Psychotherapy*, 9(1), 21-39.
- Kepçeoğlu, M. (1992). *Rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Özerler Matbaası, 8. Baskı.
- Kılınç, A. & Granello, P. F. (2003). Overall life satisfaction and help-seeking attitudes of Turkish college students in the United States: Implications for college counselors. *Journal of College Counseling*, 6(1), 56.

- Kırımlı, F. (2007). *Lise öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarını etkileyen etmenler*. (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kızıldağ, S., Demirtaş-Zorbaz, S., Gençtanırım, D. & Arıcı, F. (2012). Hacettepe üniversitesi öğrencilerinin psikolojik danışma yardımı almaya ve bu yardımın sunulduğu birimlere ilişkin görüşleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3). 185-196.
- Kim, B. S. K. & Omizo, M. M. (2003). Asian cultural values, attitudes toward seeking professional psychological help. *The Counseling Psychologist*, 31, 343-361.
- Kısaç, İ. (1999). Erkeklik rolü normları. *Mesleki Eğitim Dergisi*, 1(2), 83-93.
- Kitzrow, M. A. (2003). The mental health needs of today's college students: Challenges and recommendations. *NASPA Journal*, 41(1), 167-181.
- Koç, M., Avşaroğlu, S. & Sezer, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin akademik başarıları ile problem alanları arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11, 483-498.
- 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, 138-143.
- Koydemir-Özden, S. (2010). Self-aspect, perceived social support, gender and willingness to seek psychological help. *International Journal of Mental Health*, 39(3), 44-60.
- Koydemir-Özden, S. & Erel, Ö. (2005). ODTÜ öğrencilerinde yardım arama davranışı. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22, 211-218.
- Koydemir-Özden, S. & 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.
- Koydemir, S., Erel, Ö., Yumurtacı, D. & Şahin, G. N. (2010). Psychological help-seeking attitudes and barriers to help-seeking in young people in Turkey. *International Journal of Advancement Counselling*, 32(4), 274-289.

- Kuhl, J., Jarkon-Horlitz, L. A. & Morrissey, R. F. (1997). Measuring barriers to help-seeking behavior in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 26, 637-650.
- Mackenzie, C. S., Gekoski, W. L. & Knox, V. J. (2006). Age, gender and the underutilization of mental health services: The influence of help-seeking attitudes. *Aging and Mental Health*, 10(6), 574-582.
- Mahmoud A. & Zawawi, J. (2011). Psychological help seeking attitudes and personality factors among Jordanian college students. *European Journal of Social Sciences*, 25(4), 606-629.
- Meydan, B. & Lüleci, B. (2013). Eğitim fakültesi öğrencilerinde psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun yordayıcısı olarak önceki psikolojik yardım alma deneyimi, algılanan sosyal destek ve yalnızlık. *Pegem journal of education and Instruction*, 3(4), 45-56.
- Mivilli, M. L. & Constantine, M. G. (2006). Socio-cultural predictors of psychological help seeking attitudes and behavior among Mexican American college students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 12, 420-432.
- Mo, P. K. H. & Mak, W. W. S. (2009). Help seeking for mental health problems among Chinese: the application and extension of the theory of planned behavior. *Social Psychiatry And Psychiatric Epidemiology*, 44, 675–684.
- Mocan-Aydın, G. (2000). Western models of counselling and psychotherapy within Turkey: crossing cultural boundaries. *The Counseling Psychologist*, 28, 281–298.
- Moore-Thomas, C. & Lent, R. W. (2007). Middle school students' expectations about counseling. *Professional School Counseling*. <https://doi.org/10.1177/2156759X0701000414>.
- Nebizade, K. (2004). *Türkiye'de yüksek öğrenim gören orta asyalı öğrencilerle türk öğrencilerin stresle başa çıkma tutumları ile yardım arama davranışlarının incelenmesi: KTÜ örneği*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.

- Oliver, I., Pearson, N., Coe, N. & Gunnell, D. (2005). Help-seeking behaviour in men and women with common mental health problems: A cross-sectional study. *British Journal of Psychology*, 186, 297-301.
- Özbay, Y. (1996). Üniversite öğrencilerinin problem alanları ile yardım arama tutumları arasındaki ilişki. IX. Ulusal Psikoloji Kongresi'nde bildiri olarak sunuldu, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Özgüven, İ. E. (1990). *Rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Rehberlik ve Psikolojik Danışma Eğitim Merkezi Yayınları.
- Özgüven, İ. E. (1992). *Üniversite öğrencilerinin sorunları ve başetme yolları*. Rehberlik ve Psikolojik Danışma Eğitim Merkezi.
- Parent, M. C., Hammer, J. H., Bradstreet, T. C., Schwartz, E. N., & Jobe, T. (2016). Men's mental health helpseeking behaviors: An intersectional analysis. *American Journal of Men's Health*, 1(55). 79-88.
- Pehlivan, H. (1997). Tutumların dogası ve öğretimi. *Çagdas Egitim*, 233, 46-48.
- Pederson, E. L. & 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.
- Pektaş, İ. & Bilge, A. (2007). Ege Üniversitesi İzmir Atatürk Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin problem alanlarının belirlenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(14), 83-98.
- Phillips, M. A., & Murrell, S. A. (1994). Impact of psychological and physical health, stressful events, and social support on subsequent mental health help seeking among older adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 270-275.
- Pietruszka, T. D. (2007). *Barriers to college student utilization of mental health services: A path model*. (Doktora tezi). Memphis Üniversitesi, Tennessee.
- Pikus, C. F. & Heavey, C. L. (1996). Client preferences for therapist gender. *Journal of College Student Psychotherapy*, 10(4), 35-43.
- Pişkin, M. (2002). Okul zorbalığı: Tanımı, türleri, ilişkili olduğu faktörler alınabilecek önlemler. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 2(2), 531-562.

- Porcari, C. (2009). *Predictors of help-seeking in returning operation enduring freedom (oef) and operation iraqi free-dom (oif) veterans*. (Yayımlanmamış doktora tezi), Eastern Michigan Üniversitesi: Ypsilanti, Michigan.
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J. & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australia e-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4(3), Supplement.
- Salem, M. O., Saleh, B., Yousef. S. & Sabri S. (2009). Help-seeking behaviour of patients attending the psychiatric service in a sample of United Arab Emirates population. *The Int J Soc Psychiatry*, 55, 141-148.
- Sali Bilgiç, H. (2011). *Rehber öğretmenlerin (psikolojik danışmanların) öz-yeterlilikleri*. (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Saunders, S. M. (1993). Applicants' experience of the process of seeking therapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 30(4), 554-564.
- Schonert-Reichl, K. A. & Muller, J. R. (1996). Correlates of help seeking in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 705-731.
- Schweitzer, R. D. (1996). Problems and awareness of support services among students at an urban australian university. *Journal of American College Health*, 45(2), 73-77.
- Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim öğrenme ve öğretim*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Shea, M. & Yeh, C. J. (2008). Asian American students' cultural values, stigma and relational self-construal: Correlates of attitudes toward professional help seeking. *Journal of Mental Health Counseling*, 30(2), 157-172.
- Shifron, R. (2010). Adler's need to belong: Mental health. *The Journal of Individual Psychology*, 66(1).
- Şahin, H. & Yüksel Uyar, Ş. (2011). Turkish high school students' attitudes towards seeking professional psychological help. *US-China Education Review B*, 2, 251-259.
- Şahin, M. & Özbay, Y. (2003). Empatik eğilim, profesyonel psikolojik yardım arama davranışları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin incelenmesi. VII.

Ulusal Rehberlik ve Psikolojik Danışma Kongresi'nde Sunulan Bildiri, İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.

- Şimşek, P. (2016). *Yetişkinlerin psikolojik yardım alma tutumlarının incelenmesi: mardin ili örneği*. (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics (6th ed.)*. Boston: Pearson.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (1998). *Sağlık bakanlığı hasta hakları yönetmeliği*. Resmî Gazete. Tarih: 01.08.1998; Sayı: 23420.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2006). *Türkiye hastalık yükü çalışması*. Refik Saydam Hıfzıssıhha Mektebi Müdürlüğü. ISBN: 975-590-198-1, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 701.Ankara.
- Tekin-Çatal, M. (2014). *Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerine göre psikolojik yardım alma tutumları*. (Yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Thornicroft, G. (2007). Most people with mental illness are not treated. *Lancet*, 370(9590), 807-808.
- Tinsley, H. E. A. (2008). Asian American students' cultural values, stigma, and relational self-construal: correlates of attitudes toward professional help seeking. *Journal of Mental Health Counseling*, 30(2), 157-172.
- Tinsley, H. E. A., Brown, M. T., St. Aubin, T. M. & Lucek, J. (1984). Relation between expectancies for a helping relationship and tendency to seek help from a campus provider. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 149-160.
- Topkaya, N. (2011). *Psikolojik yardım alma niyetinin sosyal damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yarar, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi*. (Doktora tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Topkaya, N. (2014a). Psikolojik yardım arama niyetini yordamada demografik, bireysel ve çevresel faktörler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29(74), 1-11.

- Topkaya, N. (2014b). Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumu yordamada cinsiyet, psikolojik yardım alma nedeniyle kendini damgalama ve sosyal damgalanma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(2), 471-487.
- Topkaya, N. & Büyükgöze Kavas, A. (2015). Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve niyet arasındaki ilişkiler: Bir model çalışması. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(2), 979-996.
- Topkaya, N. & Meydan, B. (2011). Üniversite öğrencilerinin problem alanları, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. XI. *Ulusal Rehberlik ve Psikolojik Danışma Kongresi'nde bildiri*, Ege Üniversitesi, İzmir.
- 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.
- Türküm, A. S. (1999). Stresle başa çıkma biçimi, iyimserlik, bilişsel çarpıtma düzeyleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar arasındaki ilişkiler: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma, 5. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, Ankara.
- Türküm, A. S. (2000). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ve kendini açma eğilimleri. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 205-220.
- Türküm, S. (2001). Stresle başa çıkma biçimi, iyimserlik, bilişsel çarpıtma düzeyleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar arasındaki ilişkiler: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 1-16.
- Türküm, A. S. (2005). Who seeks help? Examining the differences in attitude of Turkish university students toward seeking psychological help by gender, gender roles, and help-seeking experiences. *The Journal of Men's Studies*, 13(3), 389-401.
- Ülken, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri ve bazı sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.

- Vogel, D. L., Gentile, D. A. & Kaplan, S. A. (2008). The influence of television on willingness to seek therapy. *Journal of Clinical Psychology, 64*(3), 276-295.
- Vogel, D. L., Wade, N. G. & Hackler, A. H. (2008). Emotional expression and the decision to seek therapy: The mediating roles of the anticipated benefits and risks. *Journal of Social and Clinical Psychology, 27*(3), 254-278.
- 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*, 459-470.
- Vogel, D. L. & Wester, S. R. (2003). To seek help or not to seek help: The risks of self-disclosure. *Journal of Counseling Psychology, 50*, 351-361.
- Vogel, D. L., Wade, G. N., Wester, S. R., Larson, L. & Hackler, A. H., (2007). Seeking help from a mental health professional: The influence of one's social network. *Journal of Clinical Psychology, 63*(3), 23-245.
- 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.
- Westcot Barich, A. (2002). *Client expectations about counseling*. G. S. Tryon (Ed.), *Counseling based on process research: Applying what we know*. (s. 27-65). Boston: Allyn ve Bacon.
- Wisch, A. F., Mahalik, J. R., Hayes, J. A. & Nutt, E. A. (1995). The impact of gender role conflict and counseling technique on psychological help seeking in men. *Sex Roles, 33*(1), 77-89.
- Wyatt, C. A. (2006). *Welfare status, gender, and the utilization of marital counseling services*. (Yüksek lisans tezi). Utah State Üniversitesi, Logan, Utah.
- Yalçın, I. (2016). Profesyonel psikolojik yardım aramaya ilişkin tutumların yordanmasında benlik kurgusu ve algılanan sosyal desteğin rolü. *Eğitim ve Bilim, 41*(183), 339-349.
- Yavuz, P. (2008). *Values Of counseling students: a preliminary examination*, (Yüksek lisans tezi). Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

- Yelpaze, İ. (2016). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının incelenmesi*. (Yayınlanmış doktora tezi). Anadolu Üniversitesi, Ankara.
- Yılmaz, S. (2018). *Toplumsal cinsiyet rollerinin günlük hayattaki yansımaları: Çorum/Alaca örneği*. (ss. 55-76).
- Zhang, N. & Dixon, D. N. (2003). Acculturation and attitudes of Asian international students toward seeking psychological help. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 31(3), 205-223.
- Zivin, K, Eisenberg, D., Gollust, S. E., & Golberstein, E. (2009). Persistence of mental health problems and needs in college student population. *Journal of Affective Disorders*, 117, 180-185.

EK-A: Etik Komisyonu Onay Bildirimi



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük

Tarih: 13.02.2019 14:59
Sayı: 35853172-300-E.00000455806

E.00000455806

Sayı : 35853172-300
Konu : Kübra ÇIVAN Hk.

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 22.01.2019 tarihli ve 51944218-300/00000425219 sayılı yazı.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencilerinden **Kübra ÇIVAN**'ın, **Dr. Öğr. Üyesi Özlem HASKAN AVCI** danışmanlığında yürüttüğü "**Psikolojik Danışma ve Rehberlik Lisans Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumları**" başlıklı tez çalışması Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun **05 Şubat 2018** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Rahime Meral NOHUTCU
Rektör Yardımcısı

Evrakın elektronik imzalı suretine <https://belgedogrulama.hacettepe.edu.tr> adresinden 50e02f00-9ac9-401e-9d0b-fc19025a83cd kodu ile erişebilirsiniz. Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na uygun olarak Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

Hacettepe Üniversitesi Rektörlük 06100 Sıhhiye-Ankara
Telefon:0 (312) 305 3001-3002 Faks:0 (312) 311 9992 E-posta:yazim@d@hacettepe.edu.tr İnternet
Adresi: www.hacettepe.edu.tr

Duygu Didem İLFRİ




EK-B: Etik Beyanı

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- görsel, işitsel ve yazılı bütün bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- atıfta bulunduğum eserlerin bütününe kaynak olarak gösterdiğimi,
- kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.

30/05/2019



Kübra ÇİVAN

EK-C: Yüksek Lisans Tez Çalışması Orijinallik Raporu

15/07/2019

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı Başkanlığına,

Tez Başlığı: Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumları

Yukarıda başlığı verilen tez çalışmamın tamamı (kapak sayfası, özetler, ana bölümler, kaynakça) aşağıdaki filtreler kullanılarak **Turnitin** adlı intihal programı aracılığı ile kontrol edilmiştir. Kontrol sonucunda aşağıdaki veriler elde edilmiştir:

Rapor Tarihi	Sayfa Sayısı	Karakter Sayısı	Savunma Tarihi	Benzerlik Oranı	Gönderim Numarası
15/07/2019	101	143919	30/05/2019	%14	1152050910

Uygulanan filtreler:

1. Kaynaklar hariç
2. Alıntılar dâhil
3. 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceğimuhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunubeyan eder, gereğini saygılarımla arz ederim.

Ad Soyadı: Kübra ÇİVAN

Öğrenci No.: N17126996

Ana Bilim Dalı: Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

Programı: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Statüsü: Y.Lisans Doktora Bütünleşik Dr.

İmza

DANIŞMAN ONAYI UYGUNDUR.

Dr. Öğr. Üyesi Özlem HASKAN AVCI

İmza

EK-Ç: Thesis Originality Report

15/07/2019

HACETTEPE UNIVERSITY

Graduate School of Educational Sciences

To The Department of Guidance and Psychological Counseling

Thesis Title: Psychological Help Seeking Attitudes of Psychological Counselor Candidates

The whole thesis that includes the *title page, introduction, main chapters, conclusions and bibliography section* is checked by using **Turnitin** plagiarism detection software take into the consideration requested filtering options. According to the originality report obtained data are as below.

Time Submitted	Page Count	Character Count	Date of Thesis Defense	Similarity Index	Submission ID
15/07/2019	101	143919	30/05/2019	%14	1152050910

Filtering options applied:

1. Bibliography excluded
2. Quotes included
3. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge. I respectfully submit this for approval.

Name Lastname: Kübra ÇİVAN

Student No.: N17126996

Department: Graduate School of Educational Sciences

Program: Guidance and Psychological Counseling

Status: Masters Ph.D. Integrated Ph.D.

Signature



ADVISOR APPROVAL APPROVED

Asst. Prof. Özlem HASKAN AVCI

İmza



EK-D: Yayınlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan "**Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge**" kapsamında tezim aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / H.Ü. Kütüphaneleri Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- o Enstitü/ Fakülte yönetim kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihinden itibaren 2 yıl ertelenmiştir. ⁽¹⁾
- o Enstitü/Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren ... ay ertelenmiştir. ⁽²⁾
- o Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir. ⁽³⁾

23/07/2019



Kübra ÇİVAN

"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge"

- (1) Madde 6. 1. Lisansüstü teze ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü Üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.
- (2) Madde 6.2. Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç; imkânı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.
- (3) Madde 7. 1. Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezin yapıldığı kurum tarafından verilir*. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uygun görüşü Üzerine üniversite yönetim kurulu tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.
Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir

* Tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu tarafından karar verilir.