
Yıldız

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Dergisi

(2017) Cilt 01, Sayı 01, s. 76-94

Lisans Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülüklerinin İncelenmesi

Merve AYDIN

Özet

Bu araştırmanın amacı lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerini incelemektir. Araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini çeşitli üniversitelerde öğrenim gören 151 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği (PYAGÖ) ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (MSPSS) kullanılmış, veriler IBM SPSS 21 istatistik programı ile analiz edilmiştir. Bulgulara göre psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi sosyoekonomik düzeye ve psikolojik danışma deneyimi olma durumuna göre farklılaşmamakta; buna karşılık cinsiyete, bölüm türüne ve psikolojik danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olma durumuna göre farklılaşmaktadır. Araştırmada yaşın psikolojik yardım aramaya gönüllülüğün anlamlı bir yordayıcısı olmadığı tespit edilmiştir. Sonuçlar hem aileden hem de arkadaştan algılanan sosyal desteğin psikolojik yardım aramaya gönüllülük ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Araştırma sonuçlarına göre psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin en fazla olduğu alan kişilikle ilgili sorunlar; en az olduğu alan ise ekonomik sorunlardır. Bulgular alanyazın çerçevesinde tartışılmış ve öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Lisans Öğrencileri
Psikolojik Yardım
Psikolojik Yardım Arama

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 22.02.2017
Kabul Tarihi: 10.05.2017
Elektronik Yayın Tarihi: 16.05.2017

An Examination of The Undergraduate Students' Willingness to Psychological Help Seeking

Abstract

The aim of this research is to examine the degree of willingness of undergraduate students to seek psychological help. The screening (descriptive) model was used in this research. The sample was consisted of 151 students who studied in the different universities. In this research Personal Information Form, Willingness to Seek Counseling Scale and Multi-Dimensional Perceived Social Support Scale were used. The data was analyzed through the IBM SPSS 21 statistical software. According to results the degree of willingness to seek psychological help does not differ significantly according to the socio-economic level and experience of receiving psychological counseling before; however, it differs significantly for the gender, department, having family members with experience of receiving psychological counseling before. It has been found that age in the research is not a significant predictor of willingness to psychological help seeking. Results revealed that perceived social support from family and friend were significantly correlated with willingness to psychological help seeking. According to the results of the research, the highest level of volunteering to seek psychological help is the personality-related problems and the lowest level of volunteering to seek psychological help is the economic problems. The results were discussed further on the basis of previous findings and recommendations were presented.

Keywords

Undergraduate Students
Psychological Help
Psychologic Help Seeking

About Article

Sending Date: 22.02.2017
Acceptance Date: 10.05.2017
Electronic Issue Date: 16.05.2017

GİRİŞ

“Gelişmiş bir ülkede kalkınmanın en önemli belirleyicisi yetişmiş insan gücüdür. Bu insan gücünün yetiştirilmesi de büyük oranda üniversitelerce sağlanmaktadır” (Tuzcuoğlu & Korkmaz, 2001, s. 136). Üniversiteler bireylerin topluma faydalı olmaları amacıyla hazırlandıkları kilit kurumlardır (Yeşilyaprak, 2002). Bu kurumlarda öğrenim gören bir birey gizil güçlerini keşfetme, yaşam standartlarını zenginleştirme, kendini geliştirme ve meslek sahibi olma sürecindedir ve bu süreç bireyin yaşadığı sosyal çevreye etkin katılımı ve kendisiyle uyumu açısından kritik niteliğe sahiptir (Kızıldağ, Demirtaş-Zorbaz, Gençtanırım & Arıcı, 2012). Üniversite öğrencilerinin bu süreci sağlıklı biçimde atlatması hem kendilerinin hem de toplumun gelişimi açısından önem taşımaktadır. Ancak üniversite sürecinde öğrencilerin gelişim görevleri ve sorumlulukları oldukça geniş ve karmaşıktır. Gençlerin üniversiteye başlamaları ile birlikte hem yetişkin gibi davranmaları, kendi

kararlarını vermeleri ve karşılaştıkları problemleri etkili bir şekilde çözmeleri beklenmekte hem de akademik olarak başarılı olmaları istenmektedir (Özbay, Terzi, Erkan & Cihangir-Çankaya, 2011). Tüm bu beklentiler öğrencilerin süreç içerisinde zorlanmalarına neden olmaktadır.

Beklentilerin oluşturduğu zorlukların yanı sıra gençlik evresinden yetişkinlik evresine geçiş dönemine denk gelen üniversite sürecinde, öğrencilerin yeni bir sosyal çevre edinmek, barınma ihtiyaçlarını karşılamak, yeni bir ortama uyum sağlamak ve akademik açıdan başarılı olmak gibi çeşitli sorumluluklar ve görevler için çok sayıda sorunla karşı karşıya kaldıkları bilinmektedir (Özgen, 2016). Üniversite öğrencilerinin sorunlarını inceleyen bir araştırmada (Şahin, Şahin-Fırat, Zoraloğlu & Açıkgöz, 2009) en önemli sorunlar sırasıyla “ekonomik sorunlar ve temel gereksinimleri karşılayamama”, “öğretim programlarıyla ilgili sorunlar”, “öğretim elemanlarıyla ilgili sorunlar”, “çevreye uyum sorunu”, “sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif etkinliklerin yetersizliği”, “gelecek kaygısı”, “kişisel ve ailevi sorunlar”, “doyumsuzluk”, “fiziki koşulların yetersizliği”, “demokratik olmayan ortam”, “amaçsızlık”, “entelektüel olmama”, “yönetimsel sorunlar”, “politikayla ilgilenme(me)”, “manevi boşluk” ve “özgüven eksikliği” olarak belirlenmiştir. Başka bir araştırmada (Türküm, Kızıldaş & Sarıyer, 2004) gençlerin yoğun olarak “aile özlemi”, “ekonomik sınırlılıklar”, “gelecek kaygısı”, “yanlış yeme alışkanlıkları”, “ders çalışmama” gibi sorunlar yaşadıkları saptanmıştır. Araştırmalarda üniversite öğrencilerinin sorun yaşadıkları alanların çeşitlilik gösterdiği görülmektedir.

Yaşanılan sorunların birçoğu kişinin kendi imkanları ile uygun biçimde çözülebilmektedir (Tan, 2000). Bu sorunların, kişinin kendi imkân ve kaynaklarıyla çözülemediği durumlarda ise daha tecrübeli, yetkili, uzman kişilerin yardımına ihtiyaç duyulabilmektedir (Altıntaşer, 2014). Bu gibi durumlarda üniversite öğrencilerine psikolojik danışma faaliyetlerinden yararlanmaları önerilebilir. Psikolojik danışma ve rehberlik merkezleri ile mediko-sosyallerde görevlerini sürdüren psikolog ya da danışmanlara başvurarak yeterli düzeyde profesyonel yardım alan üniversiteli gençler sorunlarını rahatça çözebilmektedirler (Aktaş, 1997). Ancak üniversite öğrencilerinin gereksinim duymalarına rağmen profesyonel psikolojik yardım almaktan kaçındıkları gözlenmektedir.

Profesyonel psikolojik yardım almaktan kaçınma davranışı, yaklaşma/kaçınma çatışması ile açıklanabilmektedir. Bu yaklaşımda bireyin sorununun düzeyi ve bu düzeyi azaltma isteği, yaklaşma faktörü olarak, bireylerin psikolojik danışma hizmeti arama olasılığını artırmakta; buna karşın ruh sağlığını kaybetmiş olarak algılanma riski, kaçınma faktörü olarak, bireylerin psikolojik yardım arama olasılığını azaltmaktadır ve bu çerçevede, psikolojik yardım arama kararı verme yönünde ilerledikçe, kaçınma faktörlerinin giderek güçleneceği düşünülmektedir (Yalçın, 2016). Kaçınma faktörlerinin güçlenmesiyle yardıma ihtiyacı olan bireyler profesyonel yardım almaktan vazgeçebilmektedir. Ancak profesyonel psikolojik destekten yararlanılması gereken bir durumda bu desteğe başvurulmaması, yaşanan sorunun daha da büyüyen, çözüme ulaşma zamanının uzamasına sebep olabilmekte, bunun sonucunda ise kişinin potansiyelini kullanarak yeniden denge durumuna dönmesi gecikebilmektedir (Kırımlı, 2007). Bu nedenle bireylerin yaşadıkları sorunlar büyümeden psikolojik yardım aramaya gönüllü olmalarını sağlamaya dönük çalışmaların yapılması önemli hale gelmekte, bunun için öncelikle bu çalışmalara bilgi sağlaması açısından, yardım aramayı etkileyen faktörlerin tespit edilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir.

Psikolojik yardım aramayı pek çok faktör etkileyebilmektedir. Literatür incelendiğinde, yardım arama ile ilişkili olarak farklı araştırmalarda psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyini, psikolojik yardım arama tutumunu ve psikolojik yardım alma niyetini etkileme bakımından cinsiyet, yaş, daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma, aileden birinin daha önce psikolojik danışma yardımı almış olması, sosyoekonomik düzey, algılanan sosyal destek düzeyi ve problem alanlarının incelendiği görülmektedir. Bu araştırmalarda psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin kız öğrencilerde erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu (Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya & Terzi, 2012a; Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya & Terzi, 2012b); psikolojik yardım arama tutumuna ilişkin puan ortalamasının erkek öğrencilerde kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu (Bahar, 2010); yaş aralığına göre psikolojik yardım arama tutumunun farklılaşmadığı (Annaberdiyev, 2006), yaş arttıkça yardım arama davranışlarının daha olumlu olduğu (Erkan vd., 2012b); daha önce psikolojik yardım alıp almama durumu ile psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı (Yıldırım, Atlı & Çitil, 2014), psikolojik yardım arama tutumunun daha önce psikolojik yardım alanlarda daha olumlu olduğu (Sezer & Gülleroğlu, 2016); psikolojik yardım almaya ilişkin tutum puan ortalamasının daha önce psikolojik yardım almayanlarda anlamlı düzeyde yüksek olduğu (Karaalp, 2009); psikolojik yardım almış aile üyesine sahip olmanın profesyonel psikolojik yardım arama davranışı ile ilişkili olduğu (Rougier, 2011); sosyoekonomik düzeye göre psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin farklılaşmadığı (Erkan vd., 2012a), düşük ve orta sosyo-ekonomik düzeyde olanların, yüksek sosyo-ekonomik düzeyde olanlara göre yardım aramaya yönelik olarak daha fazla olumlu tutuma sahip oldukları (Özbay vd., 2011); aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutum arasında olumlu yönde ilişki olduğu (Koydemir-Özden, 2010), algılanan sosyal desteğin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları pozitif yönde yordadığı (Meydan & Lüleci, 2013), algılanan sosyal desteğin psikolojik yardım alma niyetiyle doğrudan ilişkisinin anlamlı olmadığı (Topkaya & Büyükgöze-Kavas, 2015); psikolojik yardım alma niyetinin en yüksek olduğu alanın duygusal sorunlar ve en düşük olduğu alanın ise ekonomik sorunlar olduğu (Topkaya & Meydan, 2013), duygusal problemler, kişilik problemi, sigara/madde kullanım problemleri yaşayan öğrencilerin profesyonel yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin yüksek olduğu, akademik problemler, ekonomik problemler, romantik ilişki problemleri, arkadaşlık problemleri, cinsel problemler yaşayan öğrencilerin ise profesyonel yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin düşük olduğu (Erkan vd., 2012a) saptanmıştır.

Söz edilen faktörlerin yanı sıra psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) bölümünde lisans eğitimi alma durumunun da etkileyebileceği düşünülmektedir. PDR bölümü öğrencileri insana bir bütün olarak yaklaşılması gerektiğinin bilinci ile eğitilmekte, eğitimleri sürecinde sorunu olan kişilere yardım vermek amacıyla bireysel ya da grupta psikolojik danışma yapmaktadırlar (Kumcağız, Balcı-Çelik, Barut & Koçyiğit, 2013). Aynı zamanda PDR lisans eğitiminin kapsamındaki dersler sayesinde öğrenciler, yaşadıkları sorunlara ve bu sorunların ruh sağlıkları üzerindeki etkilerine ilişkin farkındalık kazanmaktadırlar. Bu durum PDR öğrencilerinin psikolojik yardım arama gereksinimi olduklarında, bu gereksinimi diğer bölümlerdeki öğrencilere göre daha kolay fark etmelerini sağlayabilir. Ayrıca PDR lisans eğitimi sürecinde öğrencilerin psikolojik danışma hizmetlerini daha yakından tanıma fırsatı bularak, bu hizmetlere yönelik ön yargılarının azalması ile de psikolojik yardım aramaya

gönüllülük düzeylerinin diğer bölümlerdeki öğrencilere göre daha yüksek olacağı öngörülebilir. Bu nedenle bu araştırmada, psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyini etkileme bakımından cinsiyet, yaş, daha önce psikolojik danışma yardımı almış olma, aileden birinin daha önce psikolojik danışma yardımı almış olması, sosyoekonomik düzey, algılanan sosyal destek düzeyi ve problem alanları değişkenlerinin yanı sıra, bölüm türü (PDR ve diğer) de incelenmiştir. Yapılan araştırmanın tüm bu faktörlerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi üzerindeki etkisini saptayarak ilgili konuda alan yazına katkıda bulunacağı ve lisans öğrencilerinin psikolojik danışma hizmetinden yararlanmaları için yapılacak uygulamalara bilgi sağlaması bakımından önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Bu amaç doğrultusunda aşağıda yer alan sorulara cevap aranmıştır:

1. Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. Yaş değişkeni, lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
3. Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri bölüm türüne (PDR ve diğer bölümler) göre farklılaşmakta mıdır?
4. Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri psikolojik danışma deneyimi olma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
5. Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri psikolojik danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
6. Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri sosyoekonomik düzeye göre farklılaşmakta mıdır?
7. Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
8. Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülükleri çeşitli problem alanlarına göre ne düzeydedir?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerini cinsiyet, yaş, bölüm türü (PDR ve diğer), psikolojik danışma deneyimi olma durumu, psikolojik danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olma durumu, sosyoekonomik düzey, algılanan sosyal destek düzeyi ve problem alanları değişkenleri açısından incelemek amacıyla yapılan bu araştırmada, tarama modeli kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2016-2017 eğitim-öğretim yılı güz döneminde çeşitli üniversitelerde 1., 2., 3. ve 4. sınıflarda öğrenim gören 151 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 17 ile 24 arasında değişmektedir ve yaş ortalamaları 20.15'tir. Çalışma grubu seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi (convenience sampling) ile belirlenmiştir. Uygun örnekleme yöntemi zaman, işgücü ve para kaybını önlemeyi amaç edinen bir yöntemdir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2016). Çalışma grubunun genel yapısına ilişkin bilgiler tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1: Öğrencilerin Çeşitli Değişkenlere Göre Dağılımı

Cinsiyet	N	Yüzde (%)
Kadın	120	79.5
Erkek	31	20.5
Bölüm		
PDR	71	47
Diğer	80	53
Sınıf		
1	49	32.5
2	32	21.2
3	53	35.1
4	17	11.3
Psikolojik Danışma Deneyimi		
Var	39	25.8
Yok	112	74.2
Ailede Psikolojik Danışma Deneyimi		
Var	57	37.7
Yok	94	62.3
Algılanan Sosyoekonomik Düzey		
Düşük	9	6.0
Orta	90	59.6
Yüksek	52	34.4
Toplam	151	100

Araştırmaya katılan öğrencilerin 120'si (% 79.5) kadın, 31'i (% 20.5) erkektir. Öğrencilerin 71'i (% 47) PDR bölümünde, 80'i (% 53) diğer bölümlerde lisans eğitimi almaktadır. Öğrencilerden 49'u (% 32.5) 1. sınıf, 32'si (% 21.2) 2. sınıf, 53'ü (% 35.1) 3. sınıf, 17'si (% 11.3) 4. sınıf öğrencisidir. Öğrencilerden 39'u (% 25.8) daha önce psikolojik danışma yardımı almış, 112'si (% 74.2) daha önce psikolojik danışma yardımı almamıştır. Öğrencilerden 57'sinin (% 37.7) ailesinden biri daha önce psikolojik danışma yardımı almış, 94'ünün (% 62.3) ailesinden biri daha önce psikolojik danışma yardımı almamıştır. Öğrencilerden 9'u (% 6) sosyoekonomik düzeyini düşük, 90'ı (% 59.6) orta, 52'si (% 34.4) yüksek olarak algılamaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği (PYAGÖ) ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (MSPSS) kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Kişisel Bilgi Formu

Bu form araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Formda araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş, üniversite, bölüm, sınıf, psikolojik danışma deneyimi olma durumu, psikolojik danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olma durumu ve sosyoekonomik düzey bilgileri yer almaktadır.

Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Ölçeği

Bu ölçek (PYAGÖ) Cihangir-Çankaya, Altun ve Sürücü (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 5'li Likert tipinde hazırlanmıştır ve ölçekte 10 madde bulunmaktadır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri .62 ile .85 arasında değişmektedir. Ölçeğin madde toplam korelasyonları .57 ile .79 arasında değişmektedir. Ölçeğin test-tekerrar test yöntemi ile elde edilen kararlılık katsayısı ise .65'tir. Ölçekteki her bir maddeden alınan puanlar tek tek değerlendirilebilmektedir. Bununla birlikte ölçek tek faktörlü olduğundan toplam puan da elde edilebilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 50'dir. Ölçekten alınan yüksek puan psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .92 olarak tespit edilmiştir. Bu örneklem grubunda da .88 olarak bulunmuştur.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Bu ölçek (MSPSS) 1988 yılında Zimet, Dahlem, Zimet ve Farley tarafından geliştirilmiş, 1995 yılında Eker ve Arkar tarafından Türkiye'de geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. 2001 yılında ise Eker, Arkar ve Yıldız tarafından Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin gözden geçirilmiş formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek 7'li Likert tipinde hazırlanmıştır ve ölçekte 12 madde bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 84'tür. Ölçek aile, arkadaş ve özel kişi desteğini belirtmek amacıyla üç alt ölçekten oluşmaktadır. Her alt ölçekte 4 madde bulunmaktadır. Alt ölçeklerden alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 28'dir. Ölçekten alınan yüksek puan algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu göstermektedir. Araştırmada Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin gözden geçirilmiş formu kullanılmıştır. Ölçeğin gözden geçirilmiş formunda "özel bir insan" terimi yerine "ailenin ve arkadaşların dışında olan bir kişi (flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor)" ifadesi yer almaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısının 3 ayrı örneklem grubunda .80 ile .95 arasında olduğu saptanmıştır. Bu örneklem grubunda da .88 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırma 2016-2017 eğitim-öğretim yılı güz döneminde yapılmıştır. Araştırmadaki tüm veriler gönüllülük ilkesine uygun olacak biçimde toplanmıştır. Uygulama öncesinde katılımcılara araştırmanın konusu, araştırmada kimlik bilgilerinin istenmediği, yer alan soru ve görüşlerin doğru cevabının olmadığı, cevapları samimiyetle ifade etmelerinin önemli olduğu ve verilerin araştırmacı tarafından gizli tutulacağı aktarılmıştır. Araştırmada veri toplama yöntemi olarak anket kullanılmıştır. Hazırlanan anket öncelikle 15 kişilik bir gruba

yüz yüze uygulanarak ön uygulama gerçekleştirilmiştir. Ön uygulama sürecinde öğrencilerin anketi cevaplaması yaklaşık 10 dakika sürmüştür. Tüm gruba anket uygulanırken yüz yüze görüşme ve bilgisayar yoluyla uygulama biçimleri tercih edilmiştir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler IBM SPSS 21 istatistik programı ile analiz edilmiştir. Veri analizinde psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin cinsiyete, bölüm türüne (PDR ve diğer), psikolojik danışma deneyimi olma durumuna, psikolojik danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olma durumuna göre karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi; yaşa göre yordanmasında basit doğrusal regresyon analizi; sosyoekonomik düzeye göre karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA); algılanan sosyal destek ile ilişkisinin olup olmadığını saptamak amacıyla basit korelasyon analizi kullanılmış; problem alanlarına göre incelenmesinde aritmetik ortalama ve standart sapma hesaplanmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırma sorularına ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Bulgular 8 başlık altında sunulmuştur.

1. Cinsiyete Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 2’de araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 2: Cinsiyete Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyinin Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	t	p
Gönüllülük	Kız	120	31.36	8.07	2.91	.004
Düzeyi	Erkek	31	26.48	9.27		

Tablo 2’de psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin cinsiyete göre farklılaştığı görülmektedir. Kız öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamaları ($\bar{X} = 31.36$; $SS = 8.07$), erkek öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamalarından ($\bar{X} = 26.48$; $SS = 9.27$) daha yüksektir. Grupların aritmetik ortalamaları arasında tespit edilen fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=2.91$; $p<.05$).

2. Yaşın Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyini Yordamasına İlişkin Bulgular

Tablo 3’te yaş değişkeninin, araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerini anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 3: Yaşa Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyi

	B	Standart β	t	p	F	p	R	R^2
Sabit	17.169		1.68	.09	1.67	.20	.105	.011
Yaş	.655	.105	1.29	.20				

Tablo 3’te yaş değişkeninin, psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı ($R = .105$, $R^2 = .011$, $F = 1.67$, $p > .05$) görülmektedir.

3. Bölüm Türüne Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 4'te araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin bölüm türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 4: Bölüm Türüne Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyinin Karşılaştırılması

	Bölüm	N	\bar{X}	SS	t	p
Gönüllülük	PDR	71	34.30	7.97	5.92	.001*
Düzeyi	Diğer	80	26.86	7.45		

Not: $p < .001$

Tablo 4'te psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin bölüm türüne göre farklılaştığı görülmektedir. PDR bölümünde eğitim alan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamaları ($\bar{X} = 34.30$; $SS = 7.97$), diğer bölümlerde eğitim alan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamalarından ($\bar{X} = 26.86$; $SS = 7.45$) daha yüksektir. Grupların aritmetik ortalamaları arasında tespit edilen fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t=5.92$; $p<.001$).

4. Daha Önce Psikolojik Danışma Yardımı Alma Durumuna Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 5'te araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin daha önce psikolojik danışma yardımı alma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 5: Daha Önce Psikolojik Danışma Yardımı Alma Durumuna Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyinin Karşılaştırılması

	Danışma Deneyimi	N	\bar{X}	SS	t	p
Gönüllülük	Yok	112	29.68	8.24	1.67	.097
Düzeyi	Var	39	32.30	9.13		

Tablo 5'te psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin daha önce psikolojik danışma yardımı alma durumuna göre farklılaşmadığı görülmektedir. Danışma deneyimi bulunan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamaları ($\bar{X} = 32.30$; $SS = 9.13$), danışma deneyimi bulunmayan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamalarından ($\bar{X} = 29.68$; $SS = 8.24$) daha yüksektir. Ancak grupların aritmetik ortalamaları arasında tespit edilen fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($t= 1.67$; $p>.05$).

5. Aileden Birinin Daha Önce Psikolojik Danışma Yardımı Alma Durumuna Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 6'da araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin ailelerinden birinin daha önce psikolojik danışma yardımı alma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 6: Aileden Birinin Daha Önce Psikolojik Danışma Yardımı Alma Durumuna Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyinin Karşılaştırılması

	Ailede Deneyimi	Danışma	N	\bar{X}	SS	t	p
Gönüllülük Düzeyi	Yok		94	29.23	8.55	2.10	.037
	Var		57	32.21	8.23		

Tablo 6'da psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin aileden birinin daha önce psikolojik danışma yardımı alma durumuna göre farklılaştığı görülmektedir. Danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olanların psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamaları ($\bar{X} = 32.21$; $SS = 8.23$), danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olmayanların psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamalarına ($\bar{X} = 29.23$; $SS = 8.55$) göre daha yüksektir. Grupların aritmetik ortalamaları arasında tespit edilen fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($t = 2.10$; $p < .05$).

6. Sosyoekonomik Düzeye Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 7'de araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin sosyoekonomik düzeye göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 7: Sosyoekonomik Düzeye Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyinin Karşılaştırılması

	Algılanan Sosyoekonomik Düzey	N	\bar{X}	SS	F	p
Gönüllülük Düzeyi	Düşük	9	29.89	9.80	1.46	.237
	Orta	90	29.47	7.71		
	Yüksek	52	31.98	9.54		

Tablo 7'de psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin sosyoekonomik düzeye göre farklılaşmadığı görülmektedir. Grupların aritmetik ortalamaları arasında tespit edilen fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($F = 1.46$; $p > .05$).

7. Algılanan Sosyal Destek Düzeyine Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 8'de Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi ile ilişkili olup olmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 8: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanları ile psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin ilişkisi

Boyutlar	r
Aile Desteği Alt Boyutu	.220**
Arkadaş Desteği Alt Boyutu	.366**
Önemli Diğer Kişi Desteği Alt Boyutu	.109
Ölçek Toplam	.286**

** $p < .01$

Tablo 8’de aile desteği alt boyutu, arkadaş desteği alt boyutu ve ölçek toplam puanın psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Aradaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < .01$). Önemli diğer kişi desteği ile psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin ise ilişkili olmadığı tespit edilmiştir. Aradaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > .01$).

8. Problem Alanlarına Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyine İlişkin Bulgular

Tablo 9’da araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin problem alanlarına göre incelenmesine ilişkin bulgular yer almaktadır.

Tablo 9: Problem Alanlarına Göre Psikolojik Yardım Aramaya Gönüllülük Düzeyinin İncelenmesi

Problem Alanları	N	\bar{X}	SS
Akademik Sorunlar	151	2.46	1.13
Aile ile İlgili Sorunlar	151	3.40	1.11
Arkadaşlar ile Sorunlar	151	2.95	1.21
Ekonomik Sorunlar	151	2.15	1.07
Uyum Sorunları	151	2.88	1.24
Romantik İlişkilerde Sorunlar	151	2.79	1.32
Duygusal Sorunlar	151	3.68	1.24
Sigara vb. Madde Kullanımı Sorunları	151	3.70	1.35
Kişilikle İlgili Sorunlar	151	3.72	1.18
Cinsellikle İlgili Sorunlar	151	2.62	1.31

Tablo 9’ da araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi ortalamalarının akademik sorunlar alanında $\bar{X} = 2.46$; aile ile ilgili sorunlar alanında $\bar{X} = 3.40$; arkadaşlar ile sorunlar alanında $\bar{X} = 2.95$; ekonomik sorunlar alanında $\bar{X} = 2.15$; uyum sorunları alanında $\bar{X} = 2.88$; romantik ilişkilerde sorunlar alanında $\bar{X} = 2.79$; duygusal sorunlar alanında $\bar{X} = 3.68$; sigara vb. madde kullanımı sorunları alanında $\bar{X} = 3.70$; kişilikle ilgili sorunlar alanında $\bar{X} = 3.72$; cinsellikle ilgili sorunlar alanında ise $\bar{X} = 2.62$ olduğu saptanmıştır. Tablo 9’da araştırmaya katılan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi ortalamalarının en fazla olduğu alanın kişilikle ilgili sorunlar ($\bar{X} = 3.72$); en az olduğu alanın ise ekonomik sorunlar ($\bar{X} = 2.15$) olduğu görülmektedir. Öğrencilerin problem alanlarına göre psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri en çoktan en aza doğru sırasıyla kişilikle ilgili sorunlar, sigara vb. madde kullanımı sorunları, duygusal sorunlar, aile ile ilgili sorunlar, arkadaşlar ile ilgili sorunlar, uyum sorunları, romantik ilişkilerde sorunlar, cinsellikle ilgili sorunlar, akademik sorunlar, ekonomik sorunlar şeklindedir.

TARTIŞMA VE YORUM

Bu araştırmada lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri cinsiyet, yaş, bölüm türü (PDR ve diğer), psikolojik danışma deneyimi olma durumu, psikolojik danışma deneyimi bulunan aile üyesine sahip olma durumu, sosyoekonomik düzey, algılanan sosyal destek düzeyi ve problem alanları değişkenleri açısından incelenmiştir.

Araştırmada psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi cinsiyet değişkeni açısından değerlendirildiğinde gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Kız öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri erkek öğrencilerden daha

yüksek çıkmıştır. Bu bulgu alanyazındaki son çalışmalarla tutarlılık göstermektedir (Erkan vd., 2012a; Erkan vd., 2012b). Benzer şekilde psikolojik yardım arama tutumunun (Sezer & Gülleroğlu, 2016), psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun (Kalkan & Odacı, 2005; Çebi, 2009; Dilek, 2010; Koydemir-Özden, 2010; Topkaya, 2014a) ve profesyonel yardım arama tutumunun (Özbay vd., 2011) kız öğrencilerde erkek öğrencilere göre daha olumlu olduğunu gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır. Topkaya ve Meydan (2013) da bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetinin kızlarda erkeklere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Benzer şekilde Kırımlı (2007) tarafından yapılan çalışmada psikolojik yardım arama konusunda kızlara oranla erkeklerin daha fazla zorlanma yaşadıkları tespit edilmiştir. Tüm bu bulguların yanı sıra Bahar (2010) tarafından yapılan çalışmada ise psikolojik yardım arama tutumuna ilişkin puan ortalamasının erkek öğrencilerde kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Benzer şekilde Karaalp (2009) tarafından yapılan çalışmada erkek öğrencilerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutum puanlarının ortalamasının, kız öğrencilerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutum puanlarının ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Alp-Özdemir (2016) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada da erkek öğrencilerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumun kız öğrencilere göre daha olumlu olduğu saptanmıştır. Bee-Gates, Howard-Pitney, LaFromboise ve Rowe (1996) tarafından yapılan çalışmada ise kız ve erkek öğrencilerin yardım almaya ilişkin tutumları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır. Kaya (2015) da öğretmen adaylarının psikolojik yardıma karşı tutum düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşmadığını tespit etmiştir. Araştırma bulguları arasında farklılık olduğu görülmektedir. Bununla birlikte bu çalışmada kız ve erkek öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri arasında tespit edilen farklılık, kadın ve erkeğe yüklenen toplumsal cinsiyet rolleriyle açıklanabilir. Erkeksilik rolünde vurgulanan bağımsız ve güçlü olma yönelimi, erkeklerin benliklerini koruma fikriyle psikolojik yardım almaktan kaçınmalarına yol açabilir (Kalkan & Odacı, 2005). Özgen (2016) toplumsal cinsiyet rollerinin oluşturduğu beklentilerden dolayı bir sorunla karşılaşıldığında erkeklerin sorunu görmezden gelme, kızların ise daha çok soruna yönelme tepkileri verdiğini belirtmiştir. Kızıldağ vd. (2012) de ataerkil toplum yapısının göstergesi olarak erkeklerin duygularını paylaşmama, güçlü olma gibi nedenlerden dolayı psikolojik yardım aramaktan kaçındıklarını dile getirmiştir. Ancak erkekler psikolojik yardım almaktan kaçınmalarına rağmen, Erkan vd. (2012a) tarafından yapılan çalışmada erkeklerin problemlilik düzeyi kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Bu nedenle erkek öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllü olmalarını sağlamaya dönük çalışmaların yapılması gerekmektedir; bunun için üniversite psikolojik danışma birimleri tarafından, psikolojik danışma yardımı ve bu yardımın olası sonuçları hakkında bilgilendirici etkinliklerin düzenlenmesi önemli hale gelmektedir.

Araştırmada yaş değişkeninin, lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı tespit edilmiştir. Annaberdiyev (2006) tarafından yapılan çalışmada yaş aralığına göre psikolojik yardım arama tutumunun farklılaşmadığı saptanmıştır. Bununla birlikte, Erkan vd. (2012b) tarafından yapılan çalışmada bireylerin yaşı arttıkça yardım arama davranışlarının daha olumlu olduğu görülmüştür. Al-Krenawi, Graham, Dean ve Eltaiba (2004) tarafından yapılan çalışmada yaş değişkeninin psikolojik yardım aramaya ilişkin olumlu tutumların anlamlı yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Koydemir-Özden ve Erel (2010) tarafından yapılan çalışmada 24-28

yaş aralığında bulunan üniversite öğrencilerinin 17-19 yaş aralığında bulunan öğrencilere göre psikolojik yardım arama tutumlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde Mackenzie, Gekoski ve Knox (2006) tarafından yapılan çalışmada da yaşı daha büyük olan katılımcıların daha olumlu psikolojik yardım arama tutumuna sahip olduğu saptanmıştır. Kaya (2015) tarafından yapılan çalışmada ise öğretmen adaylarının psikolojik yardıma karşı tutum düzeyleri ile yaş arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırma bulguları arasında farklılıkların olması, ilgili konuda daha fazla araştırmanın yapılmasını gerektirmektedir.

PDR lisans eğitimi sürecinde, öğrenciler psikolojik danışma hizmetlerini daha yakından tanıma fırsatı bulmakta, bunun sonucunda bu hizmetlere yönelik ön yargılarının azalması ile psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin yükselmesi öngörülmektedir. Araştırmada psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi bölüm türü (PDR ve diğer) açısından değerlendirildiğinde gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. PDR bölümü öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülükleri diğer bölüm öğrencilerinden daha yüksek çıkmıştır. PDR bölümü öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin diğer bölümlerdeki öğrencilere göre daha yüksek olması, PDR lisans eğitimi sürecinde alınan dersler sayesinde öğrencilerin yaşadıkları sorunlara ve bu sorunların ruh sağlıkları üzerindeki etkilerine ilişkin farkındalık kazanmalarından kaynaklanıyor olabilir. Günlük hayatta da bireylerin psikolojik yardım alma gereksinimi olduğunun farkına varması ile psikolojik yardım arama kararı verdikleri görülmektedir.

Araştırmada psikolojik danışma deneyimi bulunan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi puan ortalamalarının psikolojik danışma deneyimi bulunmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiş, ancak gruplar arasında tespit edilen fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Yıldırım, Atlı ve Çitil (2014) tarafından yapılan çalışmada da daha önce psikolojik yardım alıp almama durumu ile lise öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Benzer şekilde Alp-Özdemir (2016) tarafından yapılan çalışmada daha önce yardım alanlar ile almayanlar arasında, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum puan ortalaması açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bununla birlikte Sezer ve Gülleroğlu (2016) tarafından yapılan çalışmada ise daha önce psikolojik yardım alanların psikolojik yardım arama tutumları psikolojik yardım almayanlara göre daha olumlu bulunmuştur. Benzer şekilde Erkan vd. (2012b) tarafından yapılan çalışmada daha önce bir uzmandan yardım almış olan öğrencilerin, psikolojik yardım aramaya daha fazla gönüllü oldukları bulunmuştur. Karaalp (2009) tarafından yapılan çalışmada ise daha önce psikolojik yardım almayan lise öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutum puanlarının ortalamasının, daha önce psikolojik yardım alan lise öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutum puanlarının ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçları arasında görülen bu tutarsızlık, öğrencilerin önceki yardım deneyimlerinden memnun olma durumlarındaki farklılıklardan kaynaklanabilir. Bununla birlikte bu çalışmada psikolojik danışma deneyiminin, öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyleri üzerinde anlamlı bir fark oluşturmaması, araştırmaya katılan öğrencilerin aldıkları psikolojik danışma deneyimi ile ilgili olumsuz yaşantılara sahip olmalarından ya da araştırmaya katılan öğrenci sayısının az olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmada ailesinde psikolojik danışma deneyimi bulunan öğrencilerin psikolojik yardım aramaya 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) tarafından yapılan araştırmada da psikolojik yardım almış aile üyesine sahip olmanın profesyonel psikolojik yardım arama davranışı ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Benzer şekilde Kırımlı (2007) da ailesinden bir bireyin psikolojik yardım alan öğrencilerin okul PDR servisinden yardım talep ederken daha az zorlandıklarını belirlemiştir. Araştırma bulguları arasında tutarlılık olduğu görülmektedir. Kırımlı (2007), ailesinden bir bireyin psikolojik yardım alan öğrencilerin okul PDR servisinden yardım talep ederken daha az zorlanmalarını, ailelerinden bir bireyin yardım alması ile öğrencilerin bu konuda cesaretlerinin artması ya da öğrencinin o bireyi model alması ile açıklanabileceğini belirtmiştir.

Araştırmada psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin sosyoekonomik düzeye göre farklılaşp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Literatür incelendiğinde sosyoekonomik düzeyin psikolojik yardım arama davranışı üzerindeki etkisinin araştırıldığı çalışmalarda tutarsızlık olduğu görülmektedir. Özbay vd. (2011) tarafından yapılan araştırmada düşük ve orta sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerin, yüksek sosyo-ekonomik düzeyde olan öğrencilerden yardım aramaya yönelik olarak daha fazla olumlu tutuma sahip oldukları saptanmıştır. Erkan vd. (2012a) ise psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin sosyoekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık göstermediğini tespit etmiştir. Benzer şekilde Annaberdiyev (2006) tarafından yapılan çalışmada da ailesinin gelir düzeyine göre öğrencilerin psikolojik yardım arama tutumları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Bu araştırmada da sosyoekonomik düzeyin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin sosyoekonomik gelir düzeyine göre farklılaşmaması, her gelir düzeyindeki bireylerin psikolojik yardım alma ihtiyacı duymasından kaynaklanıyor olabilir. Erkan vd. (2012a) de her sosyoekonomik düzeyde psikolojik rahatsızlıkların "hastalık" olarak algılanmasının söz konusu olabileceğini belirtmiştir.

Araştırmada öğrencilerin algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik yardım aramaya gönüllülükleri arasında ilişkinin var olup olmadığı da araştırılmıştır. Aile desteği ve arkadaş desteği alt boyutları ile ölçek toplam puanın psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi ile ilişkili olduğu; önemli diğer kişi desteği ile psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyinin ilişkili olmadığı tespit edilmiştir. Koydemir-Özden (2010) de aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile psikolojik yardım almaya ilişkin tutum arasında olumlu yönde ilişki olduğunu bulmuştur. Yalçın (2016) tarafından yapılan araştırmada arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin profesyonel psikolojik yardım aramaya ilişkin tutumları pozitif yönde yordadığı saptanmıştır. Meydan ve Lüleci (2013) de öğrencilerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarını algılanan sosyal destek düzeylerinin pozitif yönde yordadığını tespit etmiştir. Diğer taraftan Topkaya (2014b) çeşitli değişkenlerin psikolojik yardım almayla ilişkisini incelediği araştırmasında algılanan sosyal desteğin psikolojik yardım alma niyetini yordamadığını bulmuştur. Benzer olarak, Topkaya ve Büyükgöze-Kavas (2015), araştırmalarında algılanan sosyal desteğin psikolojik yardım alma niyetiyle doğrudan ilişkisinin anlamlı olmadığını belirlemiştir. Görüldüğü gibi yapılan

araştırmalarda çelişkili sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte bu araştırmada lisans öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri arttıkça psikolojik yardım aramaya gönüllülüklerinin artması, kişinin çevresinde sorunlarını paylaşacak birilerinin bulunması ile kendini açmalarının kolaylaşması ile açıklanabilir. “Kendini açma, bireyin bir diğer kişiye kişisel bilgilerini ve sıkıntısını açıklamadaki rahatlığıdır” (Serim, 2011, s. 21). Kendini açmaya alışmış olan bir kişinin kendini açmaya alışmış olmayan bir kişiye göre psikolojik yardım aramaya daha fazla gönüllü olacağı öngörülebilir. Kendini açma eğiliminin düşük olması, kişinin gereksinim duyduğunda uzmanlardan yardım almasını engelleyebilmektedir (Karaalp, 2009). Türküm (2000) tarafından yapılan çalışmada da psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ile kendini açma eğilimi arasında yüksek bir ilişki olduğunu saptanmıştır.

Bu çalışmada öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi ortalamalarının en fazla olduğu alanın kişilikle ilgili sorunlar en az olduğu alanın ise ekonomik sorunlar olduğu saptanmıştır. Yapılan çalışma Topkaya ve Meydan (2013) tarafından yapılan çalışmada psikolojik yardım alma niyetinin en düşük olduğu alan ile tutarlılık göstermekte; en yüksek olduğu alan ile farklılık göstermektedir. Topkaya ve Meydan üniversite öğrencilerinin, bir ruh sağlığı uzmanından psikolojik yardım alma niyetinin en yüksek olduğu alanın duygusal sorunlar ve en düşük olduğu alanın ise ekonomik sorunlar olduğunu tespit etmiştir. Son olarak çalışmada araştırmaya katılan öğrencilerin problem alanlarına göre psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin en çoktan en aza doğru sırasıyla kişilikle ilgili sorunlar, sigara vb. madde kullanımı sorunları, duygusal sorunlar, aile ile ilgili sorunlar, arkadaşlar ile ilgili sorunlar, uyum sorunları, romantik ilişkilerde sorunlar, cinsellikle ilgili sorunlar, akademik sorunlar, ekonomik sorunlar şeklinde olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde Erkan vd. (2012a) üniversite öğrencilerinin duygusal problemler, kişilik problemi, sigara/madde kullanım problemleri yaşayan öğrencilerin profesyonel yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin yüksek olduğunu; akademik problemler, ekonomik problemler, romantik ilişki problemleri, arkadaşlık problemleri, cinsel problemler yaşandığında öğrencilerin profesyonel yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin düşük olduğunu saptamıştır. Araştırma bulguları arasında benzerlik görülmektedir. Öğrencilerin psikolojik yardım aramaya en fazla gönüllü olduğu alanın kişilikle ilgili sorunlar olması, kişilikle ilgili sorunların psikolojik yardım almadan çözülmesinin zor olması ile açıklanabilir. Öğrencilerin psikolojik yardım aramaya en az gönüllü olduğu alanın ise ekonomik sorunlar ile ilgili olması, psikolojik yardım alma sonucunda, yaşanan ekonomik sorunların çözülmeyeceğine inanılmasından kaynaklanıyor olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin cinsiyete, bölüm türüne (PDR ve diğer), daha önce aileden birinin psikolojik danışma yardımı almış olmasına göre farklılaştığı; danışma deneyiminin bulunmasına ve sosyoekonomik gelir düzeyine göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Araştırmada yaş değişkeninin, lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı tespit edilmiştir. Aile ve arkadaş desteği ile psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin birbiriyle ilişkili olduğu; önemli diğer kişi desteği ile anlamlı bir ilişkinin olmadığı ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeyi ortalamalarının en fazla olduğu alanın kişilikle ilgili sorunlar, en az

olduğu alanın ise ekonomik sorunlar olduğu saptanmıştır. Saptanan bulgular daha önce yapılan araştırmaların bulgularıyla genel olarak benzerlik göstermektedir. Ancak bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmanın sınırlılıkları sonuçların genelleştirilmesi doğrultusunda dikkatli olunmasını gerektirmektedir. Araştırmanın sınırlılıklarından biri verilerin az sayıda lisans öğrencisinden toplanmış olmasıdır. Bir diğer sınırlılık ise katılımcıların sistematik bir örneklem alma yöntemi ile seçilmeyip gönüllü katılımcılardan veri toplanmasıdır. Araştırmanın bulguları ve sınırlılıkları doğrultusunda aşağıda önerilere yer verilmiştir:

1. Benzer içerikte bir araştırma sistematik bir örneklem alma yöntemi ile daha fazla öğrencinin katılımı sağlanarak yapılabilir.
2. Yaş değişkeni ve algılanan sosyal destek düzeyi değişkenlerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerini etkileme bakımından literatürde tutarsız sonuçlar yer aldığı gerekçesiyle bu değişkenleri içeren başka bir araştırma yapılabilir.
3. Erkek öğrencilerin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin düşük olmasının nedenlerini saptamaya yönelik bir araştırma yapılabilir.

KAYNAKÇA

Aktaş, Y. (1997). Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi: Uzunlamasına bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (13), 107-110.

Al-Krenawi, A., Graham, J. R., Dean, Y. Z. & Eltaiba, N. (2004). Cross-national study of attitudes toward seeking professional help: Jordan, United Arab Emirates and Arabs in Israel. *International Journal of Social Psychiatry*, 50 (2),102-114.

Alp-Özdemir, B. (2016). Lise öğrencilerinde benlik saygısı ile psikolojik yardım alma tutumu ve problem çözme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Altıntaşer, P. (2014). Türk toplumunda psikolojik yardım alma davranışının sosyolojik analizi: İzmir örneği. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karabük.

Annaberdiev, D. (2006). Türkiye'de eğitim gören Türk Cumhuriyetleri ve Türk üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım arama tutumları, psikolojik ihtiyaçları ve psikolojik uyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Bahar, M. (2010). Kredi ve Yurtlar Kurumu yurtlarında barınan öğrencilerin stres kaynakları, madde kullanım düzeyleri ve psikolojik yardım arama davranışları. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Bee-Gates, D., Howard-Pitney, B., LaFromboise, T. & Rowe, W. (1996). Help-seeking behavior of Native American Indian high school students. *Professional Psychology: Research and Practice*, 27 (5), 495-499.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (Yirminci baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Cihangir-Çankaya, Z., Altun, E. & Sürücü, M. (2007, Ekim). Problem alanları ve yardım aramaya gönüllülük ölçeği: Geçerlik ve güvenilirliği. *IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*. Çeşme, İzmir.

Çebi, E. (2009). University students' attitudes toward seeking psychological help: Effects of perceived social support, psychological distress, prior help-seeking experience and gender. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Dilek, C. (2010). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Eker, D. & Arkar, H. (1995). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 34, 17-25.

Eker, D., Arkar, H. & Yıldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12 (1), 17-25.

Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir-Çankaya, Z. & Terzi, Ş. (2012a). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37 (164), 94-107.

Erkan, S., Özbay, Y., Cihangir-Çankaya, Z. & Terzi, Ş. (2012b). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülük düzeylerinin yordanması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12 (1), 25-42.

Kalkan, M. & Odacı, H. (2005). Cinsiyet ve cinsiyet rolünün psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarla ilişkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (23), 57-64.

Karalp, A. (2009). Lise öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

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.

Kırımlı, F. (2007). Lise öğrencilerinin psikolojik yardım arama tutumlarını etkileyen etmenler. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

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.

Koydemir-Özden, S. (2010). Self-aspects, perceived social support, gender and willingness to seek psychological help. *International Journal of Mental Health*, 39 (3), 44-60.

Koydemir-Özden, S. & Erel, Ö. (2010). Psychological help-seeking: Role of socio-demographic variables, previous help-seeking experience and presence of a problem. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 688-693.

Kumcağız, H., Balcı-Çelik, S., Barut, Y. & Koçyiğit, M. (2013). Psikolojik danışman adaylarının Cinsel Sağlık Eğitimi dersine ilişkin görüşleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14 (3), 227-242.

Mackenzie, C. S., Gekoski, W. L. & Knox, V. J. (2006). Age, gender and underutilization of mental health services: The influence of help-seeking attitudes. *Aging and Mental Health*. 10 (6), 574-582.

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 Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3 (4), 45-56.

Özbay, Y., Terzi, Ş., Erkan, S. & Cihangir-Çankaya, Z. (2011). Üniversite öğrencilerinin profesyonel yardım arama tutumları, cinsiyet rolleri ve kendini saklama düzeyleri. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1 (4), 59-71.

Özgen, H. (2016). Üniversite öğrencilerinde okul tükenmişliği ile psikolojik yardım ihtiyacı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Rougier, C. (2011). Cultural values, religiosity and spirituality as predictors of professional psychological help-seeking behavior of black adults in the United States. *Unpublished Doctoral Dissertation*. Columbia University, ABD.

Serim, F. (2011). Yetişkinlerin psikolojik yardım arama tutumlarının yordanması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Sezer, S. & Gülleroğlu, D. (2016). Psikolojik yardım arama tutumlarını yordayan değişkenler: Kendini damgalama, özsaygı, psikolojik yardım almış olma. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29 (1), 75-93.

Şahin, İ., Şahin-Fırat, N., Zoraloğlu, Y. R. & Açıkgöz, K. (2009). Üniversite öğrencilerinin sorunları. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 4 (4), 1435-1449.

Tan, H. (2000). *Psikolojik danışma ve rehberlik teori ve uygulama* (Üçüncü baskı). İstanbul: MEB Yayınları.

Topkaya, N. (2014a). 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. (2014b). Psikolojik yardım alma niyetini yordamada demografik, bireysel ve çevresel faktörler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 29 (74), 1-14.

Topkaya, N. & Büyükgöze-Kavas, A. (2015). Algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ve niyet arasındaki ilişkiler: Bir model çalışması. *Turkish Studies-International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10 (2), 979-996.

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.

Tuzcuoğlu, S. & Korkmaz, B. (2001). Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinin boyun eğici davranış ve depresyon düzeylerinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (14), 135-152.

Türkün, S. (2000). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ve kendini açma eğilimleri. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10 (2), 205-220.

Türkün, A. S., Kızıldaş, A. & Sarıyer, A. (2004). Anadolu Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi'nin hedef kitlesinin psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin ön çalışma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (21), 15-27.

Yalçın, İ. (2016). Profesyonel psikolojik yardım aramaya ilişkin tutumların yordanmasında benlik kurgusu ve algılanan sosyal desteğin rolü. *Eğitim ve Bilim*, 41 (183), 339-349.

Yeşilyaprak, B. (2002). Üniversiteye devam eden ve etmeyen bir grup gencin psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (18), 35-42.

Yıldırım, T., Atlı, A. & Çitil, C. (2014). Lise öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülükleri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişki. *e-International Journal of Educational Research*, 5 (2), 89-104.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.