


Araştırma Makalesi/ Research Article

Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Durumlarının Belirlenmesi

Determination of Self-Stigma of Nursing Students in Seeking Psychological Help

Merve Kızıllırmak Tatu¹ 

¹ Gazi Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Ankara, TÜRKİYE

Geliş tarihi/ Date of receipt: 12/06/2023

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 03/11/2023

© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Turkey, Published online: 04/06/2024

ÖZ

Amaç: Bu çalışmada hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım almada kendini damgalama durumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışma "tanımlayıcı-kesitsel araştırma" olarak planlanmıştır. Çalışma bir devlet üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nde 15 Mayıs 2022- 30 Haziran 2022 tarihleri arasında yürütülmüştür. Araştırmada 242 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu" ve "Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler SPSS programı ile tanımlayıcı istatistikler ve ileri istatistikler kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin PYAKDÖ puan ortalaması 30.05±4.28 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin psikolojik yardım arama durumuna, psikolojik yardım alma gereksinimine ve ruhsal hastalık durumuna göre PYAKDÖ puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Daha önce psikolojik yardım alan, psikolojik yardım gereksinimi olan ve ruhsal hastalığı olan öğrencilerin PYAKDÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Üniversite öğrencilerinin psikolojik sorunlarının patolojik boyuta ulaşmadan önce destelenmesinin önemli olduğu görülmektedir. Bu anlamda çeşitli kurumlarla iş birliği halinde projelerin yapılması, akademik birimlerde psikososyal danışmanlık birimlerinin kurulması, üniversiteye yeni başlayan birinci sınıf öğrencilerin ruhsal taramalarının yapılarak gerekli durumlarda danışmanlık müdahalelerinin uygulanması ve psikolojik yardım aramada farklı değişkenlerin etkisinin incelendiği nicel ve nitel çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Hemşirelik öğrencileri, kendini damgalama, psikolojik yardım arama

ABSTRACT

Objective: In this study, it was aimed to determine the self-stigmatization of nursing students in receiving psychological help.

Method: This study was planned as "descriptive-cross-sectional research". The study was conducted at a state university, Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, between May 15, 2022 and June 30, 2022. In the study, 242 students formed the sample of the research. "Personal Information Form" and "Self-Stigma in Seeking Psychological Help Scale" were data collection tools. The data were analyzed using descriptive and advanced statistics with the SPSS program.

Results: The students' mean PFAQ score was found to be 30.05±4.28. A significant correlation was found between the mean scores of PFAQSS according to the students' psychological help-seeking status, their need for psychological help and their mental illness status. It was determined that the mean scores of the students who received psychological help, needed psychological help, and had a mental illness were higher.

Conclusion: It is seen that it is important to support the psychological problems of university students before they reach the pathological dimension. In this sense, it is recommended to carry out projects in cooperation with various institutions, to establish psychosocial counseling units in academic units, to conduct psychological screening of first-year university students and to apply counseling interventions when necessary, and to conduct quantitative and qualitative studies examining the effects of different variables on seeking psychological help.

Keywords: Nursing students, seeking psychological help, self-stigmatization

ORCID IDs of the authors: MKT: 0000-0002-3218-2705

Sorumlu yazar/Corresponding author: Dr. Merve Kızıllırmak Tatu

Gazi Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Ankara, TÜRKİYE

e-posta/e-mail: mervekizilirmak@gazi.edu.tr

* Bu çalışma 2. Uluslararası Gazi Sağlık Bilimleri Kongresi'nde (15- 17 Aralık 2022) sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Atf/Citation: Kızıllırmak Tatu M. (2024). Hemşirelik Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Durumlarının Belirlenmesi. Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, 7(2), 466-474. DOI:10.38108/ouhcd.1313456



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Giriş

Ruhsal hastalıklar dünya çapında sık görülen ve yeti yitimine neden olan hastalıklardan biridir. Yapılan bir çalışmaya göre Avrupa Birliği ülkelerindeki 18-65 yaş arası bireylerin %27'sinin en az bir ruhsal bozukluğu deneyimlediği belirlenmiştir (DSÖ, 2018). Ruhsal hastalıkların çoğunluğunun 15-24 yaş arasında; intiharların ise sıklıkla 15-29 yaş aralığında görüldüğü bilinmektedir (DSÖ, 2014).

Ruhsal hastalıkların görülme yaşı ve gelişim dönemleri göz önüne alındığında üniversite öğrencilerinin ruhsal hastalık geliştirmede riskli grupta oldukları görülmektedir (DSÖ, 2014; Bilgin, 2020). Üniversite yaşamı genç yetişkin olan bireylerin farklı yaşantı ve durumları deneyimledikleri bir dönemdir. Aynı zamanda öğrencilerin çoğu ailelerinden ayrılarak meslek edinme, kişilerarası ilişkileri sürdürme, geleceği planlama gibi gelişimsel ödevlerini yerine getirmek durumundadırlar. Yetişkin rollerine hazırlanma, meslek edinme, birey olarak bağımsız hareket edebilme, potansiyelini geliştirme, sosyal uyum bu dönemde gençler için kritik öneme sahiptir. Bu bağlamda üniversite öğrencileri eğitim süreçleri boyunca akademik, kariyer planlama, bireysel, sosyal, kültürel ve ekonomik olarak stres yaratan birçok sorunla baş etmek durumunda kalmaktadırlar (Özer, 2016; Aydın, 2017; Donat ve ark., 2019; Doğan ve Akçalı, 2021). Dolayısıyla üniversite öğrencileri, üniversite yaşamları boyunca karşılaştıkları çeşitli problemler için profesyonel psikolojik yardım alma gereksinimi duymaktadırlar.

Psikolojik problemlerde yardım aramak ruhsal hastalıkların önlenmesinde ve intihar olasılığını azaltmada oldukça önemlidir (Reynders ve ark., 2014). Psikolojik yardım arama, bireyin herhangi bir engellenme ya da zorlanma yaşadığı, varlığına karşı herhangi bir tehdit hissettiği durumda, bu sorunla baş edebilmek için kendi içsel kaynakları yetersiz kaldığında dış kaynaklardan yardım istemesidir (Tan, 2014; Umubyeyi ve ark., 2016; Vergili, 2017). Günümüzde psikolojik bozuklukların dünya genelinde gittikçe yaygınlaşmasına rağmen, sorunlarını çözmek amacıyla profesyonel bir yardım kaynağına başvuranların sayısı yeterli düzeyde değildir (Mojtabai ve ark., 2016). Üniversite öğrencilerinin sorunlarıyla baş edebilmek için aile, arkadaş ve eğitici gibi profesyonel olmayan yardım kaynaklarından ve psikiyatrist, klinik psikolog ve psikolojik danışman gibi profesyonel psikolojik yardım kaynaklarından psikolojik yardım aldığı görülmektedir (Kavas ve ark., 2014). Üniversite

öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarının cinsiyet, gelir düzeyi, yaşanılan yer, kendini damgalama, sosyal (toplumsal) damgalama, ruhsal hastalıklara yönelik inançlar, psikolojik yardım alma niyeti, psikolojik yardım alma öyküsü, kendini açma, kişilik özellikleri, sosyal destek ve isteklilik gibi birçok değişkenden etkilendiği belirlenmiştir (Topkaya, 2014a; Topkaya, 2014b; Çatal ve Kumcağız, 2015; Ina ve Morita, 2015; Topkaya ve Büyükgöze Kavas, 2015; Sezer ve Gülleroğlu, 2016; Gürsoy ve Gizir, 2017; Zavrou ve Poulakis, 2017; Zeren ve ark., 2017).

Bu değişkenlerden biri olan damgalama, toplumun büyük bölümünün belirli bir gruba yönelik ön yargıları ve olumsuz/yanlış inançları nedeniyle ayrımcılık yapmaları ve toplumdaki dışlamaları anlamını taşımaktadır (Ryenders ve ark., 2014). Damgalanma, sosyal ve kendini damgalama olarak görülmektedir. Sosyal damgalanma, toplumu oluşturan bireyler tarafından; kendini damgalama ise bireyin kendine yönelik damgalamasını ifade etmektedir (Kavas ve ark., 2014). Kendini damgalamanın temelinde sosyal damgalama yer almaktadır. Bu anlamda kendini damgalama, bireyin içinde bulunduğu toplum tarafından sorunlu, kusurlu ya da istenmedik ve sosyal açıdan kabul edilemez şekilde olumsuz düşünce ve inançları ile stereotipik (kalıp) yargıları kabullenmesi (içselleştirme) sonucunda kendine yönelik başarısızlık, değersizlik, yetersizlik gibi olumsuz duygular geliştirmesidir (Vogel ve ark., 2013; Wahto ve ark., 2016). Yaşamında çözmekte zorlandığı problemleri olan ve ruhsal hastalıklara sahip bireylerde kendini damgalama psikolojik yardım aramayı ve psikolojik yardım almayı engelleyen bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Ina ve Morita, 2015; Bostancı Daştan ve ark., 2019; Sever ve ark., 2021).

Hemşirelik öğrencilerinin, mesleğin gereği olarak sağlığın korunması ve geliştirilmesinde öncelikle kendilerinin sağlıklı yaşam davranışları kazanmaları gerekmektedir (Çilingir ve Aydın, 2017). Topluma sağlıklı yaşam davranışlarının kazandırılmasında öncülük edecek olan hemşirelik öğrencilerinin psikolojik sorunları olan bireyleri erken tanılama ve yardım kaynaklarına yönlendirme rolleri göz önüne alındığında psikolojik yardım arama yaşam davranışının rol modeli olmaları açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bunun yanında psikolojik sorunların hemşirelik öğrencilerinin kişisel, sosyal ve akademik yaşamları ile klinik uygulama performanslarının olumsuz etkilenmesine ve yanlış hemşirelik uygulamalarına

neden olabileceği göz önüne alındığında konunun önemi açıktır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin ruhsal hastalıklar konusunda riskli grupta olmaları (DSÖ, 2014; Bilgin, 2020) bu çalışmanın yapılması gereğini gündeme getirmiştir. Özellikle psikolojik problemlerinin bu dönemlerde çözüme kavuşturulmasının, koruyucu-önleyici çalışmalar yapılmasının toplum ruh sağlığına olumlu katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Tüm bunlara ek olarak psikolojik yardım aramada kendini damgalama durumunun incelenmesinin üniversite yaşamı sürecinde öğrencilere tutum ve davranış değişimine yönelik uygulanacak psikososyal müdahalelerin oluşturulmasına yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmada psikososyal danışmanlık faaliyetlerine ve literatüre katkı sunması amacıyla hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım almada kendini damgalama durumlarının belirlenmesi amaçlanarak aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım aramada kendini damgalama durumları nedir?

2. Hemşirelik öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri ile psikolojik yardım aramada kendini damgalama durumları arasında bir ilişki var mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Tipi

Bu çalışma tanımlayıcı-kesitsel türde bir araştırmadır.

Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Çalışma bir devlet üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nde 15 Mayıs 2022-30 Haziran 2022 tarihleri arasında yürütülmüştür.

Araştırmanın Bağımlı Değişkeni

Psikolojik yardım aramada kendini damgalama düzeyi

Araştırmanın Bağımsız Değişkeni

Hemşirelik öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini bir devlet üniversitesi hemşirelik bölümü öğrencileri (N=979) oluşturmaktadır. Örneklem, evreni bilinen örneklem yöntemi kullanılarak ($n = N \cdot t_2 \cdot p \cdot q / d^2 (N-1) + t_2 \cdot p \cdot q$) formülü ile 232 olarak belirlenmiştir. Örneklem belirlenmesinde olasılıksız örnekleme yöntemlerinden kolay örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Pagano, 1993; Erdoğan ve ark., 2014). Çalışmaya gönüllü katılmayı kabul eden ve işleme kriterlerini karşılayan 242 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmanın işleme kriterleri çalışmaya katılımda

gönüllü olma; dışlama kriterleri ise yabancı uyruklu olma ve Türkçe okuyup anlama ile ilgili sınırlılığı olma şeklindedir.

Araştırmanın Uygulaması

Araştırmanın verileri 15 Mayıs 2022-30 Haziran 2022 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırmanın verilerinin toplanmasında araştırmacılar tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" ile "Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği (PYAKDÖ)" kullanılmıştır. Veri toplama araçları "Google Forms" aracılığı ile online olarak çevrimiçi ortama aktarılmıştır. Hazırlanan form sırasıyla "Kişisel Bilgi Formu", "Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği (PYAKDÖ)"nden oluşmaktadır. Hazırlanan "Google Forms" linki whatsapp, sosyal medya (instagram, facebook vb.) ve mail aracılığıyla öğrencilere gönderilerek veriler toplanmıştır. Uygulamaya başlamadan önce öğrencilere araştırmanın amacı ve süreç hakkında açıklama yapılmış, uygulama öncesi, esnasında ve sonrasında çalışmadan istedikleri takdirde ayrılacakları açıklanmıştır. Öğrencilerden "Google Forms" aracılığı ile bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Veri toplama araçlarının uygulaması ortalama 5-7 dakika sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu gibi sosyodemografik özelliklerini içeren 11 sorudan oluşmaktadır.

Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği (PYAKDÖ)

Vogel, Wade ve Hake tarafından 2006 yılında geliştirilen Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği'nin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Acun Kapıkıran ve Kapıkıran (2013) tarafından yapılmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşmakta, 5 maddesi ters maddedir. Ölçek 5'li likert tipi bir ölçek olup tek boyutludur. Ölçekten alınan yüksek puan yardım istemede kendini damgalamanın yüksekliğini ifade etmektedir. Ölçekten alınabilecek puan 10 ile 50 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .71 olarak hesaplanmıştır (Acun Kapıkıran ve Kapıkıran, 2013). Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .80 olarak belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 25 programı kullanılmıştır. Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma vb. tanımlayıcı istatistiklerle verilmiştir. İnternet bağımlılığı ile sosyal güvende olma ve memnuniyet

ölçeği toplam puanlarına göre basıklık ve çarpıklık değerleri ele alınarak normallik ölçümü yapılmıştır. Normal dağılıma sahip olmayan verilerde iki bağımsız grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırılmasında “Mann-Whitney U” testi; üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında “Kruskall-Wallis H” testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Etik Boyut

Bir devlet üniversitesi Etik komisyonundan (2022-470/05.04.2022)ve araştırmanın yürütüleceği üniversitenin ilgili biriminden araştırma uygulamasının yapılabilmesi için yazılı izin alınmıştır. Araştırmaya katılacak öğrencilerden araştırmanın amacı, uygulama yöntemi, süreci ve elde edilmesi planlanan sonuçlara ilişkin gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra Google forms aracılığıyla bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1’de öğrencilerin sosyodemografik özellikleri verilmiştir. Öğrencilerin yaş ortalaması (21.17±1.83)’dir. Öğrencilerin %88’i kadın, %55.4’ü üçüncü sınıf, 61.2’si yurttan kalmakta, %81’i ekonomik durumunu orta olarak değerlendirmektedir. Öğrencilerin %44.2’sinin annesi ilköğretim mezunu, %30.6’sının babası lise mezunudur. Öğrencilerin %89.7’si psikolojik yardım almamış ve %57.9’unun psikolojik yardım alma ihtiyacının olduğu, %88.4’ünün fiziksel/fizyolojik bir hastalığının olmadığı, %97.5’inin ruhsal hastalığının olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 2’de öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre PYAİTÖ puan ortalamaları yer almaktadır. Öğrencilerin PYAİTÖ puan ortalaması 30.05±4.28 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin psikolojik yardım alma durumuna göre PYAİTÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($Z = -2.636$ $p = .030$). Psikolojik yardım alan öğrencilerin PYAİTÖ puan ortalaması, psikolojik yardım almayanlara göre daha yüksektir. Öğrencilerin psikolojik yardım alma ihtiyacına göre PYAİTÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($Z = -2.528$ $p = .01$). Psikolojik yardım alma gereksinimi olanların PYAİTÖ puan ortalaması, psikolojik yardım alma gereksinimi olmayanlara göre daha yüksektir. Öğrencilerin ruhsal hastalık durumuna göre PYAİTÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($Z = -2.532$ $p = .012$). Ruhsal hastalığa sahip öğrencilerin

PYAİTÖ puan ortalaması, ruhsal hastalığa sahip olmayan öğrencilere göre daha yüksektir. Öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşadığı yer, ekonomik durum, anne ve baba eğitim durumu ve fiziksel/fizyolojik durumuna göre PYAİTÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$).

Tartışma

Çalışmamızda hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım aramada kendini damgalama durumlarının ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Öğrencilerin psikolojik yardım aramada kendini damgalama puan ortalaması 30.05±4.28 olarak bulunmuştur. Bu doğrultuda öğrencilerin psikolojik yardım aramada kendini damgalamalarının orta düzeyde olduğu söylenebilir. Lokhee ve Hogg’un (2021) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramada kendini damgalama puan ortalamasının 27.41±8.34 olarak orta düzeye yakın olduğu; Daganı ve arkadaşları’nın (2023) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramada kendini damgalama puan ortalamasının 25.71±6.90 olarak düşük-orta düzeyde olduğu; Eşkisü ve arkadaşları’nın (2018) yaptıkları çalışmada ise öğrencilerin psikolojik yardım aramada kendini damgalama puan ortalamasının 21.99±6.11 olarak düşük düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu doğrultuda literatürde üniversite öğrencilerinde psikolojik yardım aramada kendini damgalamanın düşük ve orta düzeyde olduğunu belirleyen çalışmalar bulunmakla birlikte bir fikir birliğinin olmadığı söylenebilir.

Çalışmamızda psikolojik yardım alan öğrencilerin psikolojik yardım aramada kendini damgalama puan ortalamasının psikolojik yardım almayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada psikolojik yardım alan öğrencilerin kendini damgalama puanlarının daha düşük olduğu ancak sonucun anlamlı olmadığı bulunmuştur (Eşkisü ve ark., 2018). Odacı ve Kınık’ın (2018) yaptıkları çalışmada daha önce psikolojik yardım alanların psikolojik yardım almaya yönelik tutumların daha olumlu olduğu belirlenmiştir. Literatürde psikolojik yardım alma öyküsü bulunmanın yardım arama davranışı üzerinde olumlu yönde anlamlı etkisinin olduğu ve anlamlı bir etkisinin olmadığını belirten çalışmalar bulunmaktadır (Koydemir ve ark., 2010; Cheng ve ark., 2018; Gürsoy ve Gizir, 2018).

Tablo 1. Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri (n=242)

Sosyodemografik özellikler	Sayı (n)	Yüzde (%)
Yaş (21.17±1.83)		
<20	22	9.1
20-22	194	80.2
≥23	26	10.7
Cinsiyet		
Kadın	213	88
Erkek	29	12
Sınıf düzeyi		
Birinci sınıf	23	9.5
İkinci sınıf	62	25.6
Üçüncü sınıf	134	55.4
Dördüncü sınıf	23	9.5
Yaşadığı yer		
Yurt	148	61.2
Öğrenci evi	74	30.6
Aile ile birlikte	20	8.3
Ekonomik durum		
İyi	3	1.2
Orta	196	81
Kötü	43	17.8
Anne eğitim durumu		
Okuma yazma bilmiyor	23	9.5
İlkokul	107	44.2
Ortaokul	43	17.8
Lise	48	19.8
Lisans	21	8.7
Baba eğitim durumu		
Okuma yazma bilmiyor	5	2.1
İlkokul	66	27.3
Ortaokul	54	22.3
Lise	74	30.6
Lisans	43	17.8
Psikolojik yardım alma durumu		
Evet	25	10.3
Hayır	217	89.7
Psikolojik yardım alma gereksinimi		
Evet	102	42.1
Hayır	140	57.9
Fiziksel/fizyolojik hastalık durumu		
Evet	28	11.6
Hayır	214	88.4
Ruhsal hastalık durumu		
Evet	6	2.5
Hayır	236	97.5
Toplam	242	100

Literatürde bu bulgu ile ilgili bir fikir birliğinin olmadığı söylenebilir. Çalışmamızın bu bulgusu daha önce alınan yardım deneyiminin olumsuz olma ve psikolojik yardım alınan kurumlara ilişkin güvensizlik yaşanma ihtimalini düşündürmektedir. Nitekim literatürde kendini damgalama, psikososyal hizmetlere yönelik tutumun birincil belirleyicisi olarak kabul edilmektedir (Vogel ve ark., 2017). Ayrıca üniversitelerde psikolojik danışmanlık hizmetlerine ilişkin kaynakların yetersiz kalması nedeniyle bu merkezlerde bekleme listelerinin oluştuğu bilinmektedir (Xiao ve ark., 2017). Bunun yanında literatürde daha önceki psikolojik yardım

alma deneyiminin niteliği tekrar yardım aramada önemli bir etmen olduğu belirtilmektedir (Johnson ve ark., 2017; Seamark ve Gabriel, 2018). Daha önceki olumsuz psikolojik yardım alma deneyimi sosyal damgalama ile bireyin kendini daha fazla damgalamasına ve sonraki sorunlarını yardım aramaktan tek başına çözmeye çalışmasına neden olmaktadır (Seamark ve Gabriel, 2018).

Çalışmamızda psikolojik yardım alma gereksinimi olduğunu düşünenlerin psikolojik yardım aramada kendini damgalama puan ortalamasının, psikolojik yardım alma gereksinimi olduğunu düşünmeyenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bireyin herhangi bir ruhsal hastalığa sahip olmaksızın psikolojik yardım gereksinimi olsa dahi kendini damgalama eğiliminde olduğu bilinmektedir (Corrigan ve Rao, 2012). Üniversite öğrencilerinin birçok psikososyal sorunla baş etmek durumunda oldukları, bu dönemde sosyal çevrelerine daha duyarlı oldukları ve sosyal reddedilme korkusuyla psikolojik yardım alma konusunda çekingen davrandıkları bilinmektedir (Brentano, 2014). Bu anlamda çalışmamızda psikolojik yardım alma gereksinimi olan öğrencilerin sosyal reddedilme korkusuyla psikolojik yardım aramada kendilerini damgaladıkları düşünülmektedir. Ayrıca çalışmamızda psikolojik yardım alma gereksinimi olanların oranı %42.1 olmasına rağmen ruhsal hastalığa sahip olma oranı %2.5'tir. Sosyal damgalamanın psikolojik yardım arama davranışının önündeki önemli bir engel olduğu göz önünde bulundurulduğunda (Sarıkoc ve ark., 2015; Bostancı Daştan ve ark., 2019; Sever ve ark., 2021) bu sonuç, öğrencilerin damgalanma kaygısı nedeniyle profesyonel yardım kaynaklarına başvurmadan kaçınarak tanı alma sürecinin engellendiğini düşündürmektedir. Ayrıca öğrenciler yardım alma deneyimini olumsuz olarak değerlendirdiği için yardım kaynaklarına başvurmadan kaçınmış olabilir. Nitekim Avusturalya'da 1378 üniversite öğrencisi ile yürütülen bir çalışmada psikolojik yardım almayan üniversite öğrencilerinin dörtte birinin yardım alma deneyimini utanç verici ve korkutucu olarak değerlendirdikleri için yardım kaynaklarına başvurmadıkları belirlenmiştir (Wynaden ve ark., 2013).

Çalışmamızda ruhsal hastalığa sahip öğrencilerin psikolojik yardım aramada kendini damgalama puan ortalamasının, ruhsal hastalığa sahip olmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 2. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre PYAİTÖ puan ortalamaları (n=242)

Sosyodemografik özellikler	n	ATBÖ-KF
Yaş		
<20	22	31.04±3.22 (24.00-39.00)
20-22	194	30.04±4.35 (10.00-50.00)
≥23	26	29.34±4.51 (16.00-36.00)
Test ve p değeri		KW=1.757 p=.415
Cinsiyet		
Kadın	213	30.06±4.14 (10.00-50.00)
Erkek	29	30.00±5.29 (10.00-39.00)
Test ve p değeri		Z=-.114 p=.909
Sınıf düzeyi		
Birinci sınıf	23	30.52±3.80 (16.00-35.00)
İkinci sınıf	62	30.61±2.99 (24.00-39.00)
Üçüncü sınıf	134	29.92±4.66 (10.00-50.00)
Dördüncü sınıf	23	28.86±5.20 (10.00-37.00)
Test ve p değeri		KW=4.539 p=.209
Yaşadığı yer		
Yurt	148	30.23±4.22 (10.00-50.00)
Öğrenci evi	74	29.60±4.79 (10.00-39.00)
Aile ile birlikte	20	30.40±2.18 (26.00-36.00)
Test ve p değeri		KW=0.026 p=.987
Ekonomik durum		
İyi	3	26.00±5.29 (22.00-32.00)
Orta	196	30.23±4.35 (10.00-50.00)
Kötü	43	29.51±3.75 (16.00-36.00)
Test ve p değeri		KW=4.085 p=.130
Anne eğitim durumu		
İlkokul	107	30.20±4.15 (10.00-50.00)
Ortaokul	43	29.74±3.81 (20.00-40.00)
Lise	48	30.62±4.14 (15.00-39.00)
Lisans	21	28.66±6.88 (10.00-36.00)
Okuma yazma bilmiyor	23	30.04±2.68 (25.00-36.00)
Test ve p değeri		KW=3.373 p=.497
Baba eğitim durumu		
İlkokul ve altı	71	29.41±3.26 (10.00-39.00)
Ortaokul	54	30.72±3.17 (20.00-37.00)
Lise	74	30.24±5.29 (10.00-50.00)
Lisans	43	29.95±3.07 (21.00-35.00)
Test ve p değeri		KW=3.439 p=.487
Psikolojik yardım alma durumu		
Evet	25	31.12±3.00 (26.00-39.00)
Hayır	217	29.93±4.39 (10.00-50.00)
Test ve p değeri		Z=-2.636 p=.030
Psikolojik yardım alma gereksinimi		
Evet	102	31.03±3.64 (20.00-50.00)
Hayır	140	29.34±4.57 (10.00-39.00)
Test ve p değeri		Z=-2.528 p=.011
Fiziksel/fizyolojik hastalık durumu		
Evet	28	30.75±3.09 (24.00-36.00)
Hayır	214	29.96±4.41 (10.00-50.00)
Test ve p değeri		Z=-9.25 p=.355
Ruhsal hastalık durumu		
Evet	6	32.33±2.87 (29.00-37.00)
Hayır	236	30.00±4.30 (10.00-50.00)
Test ve p değeri		Z=-2.532 p=.012
Ruhsal hastalık durumu		
Evet	6	32.33±2.87 (29.00-37.00)
Hayır	236	30.00±4.30 (10.00-50.00)
Test ve p değeri		Z=-2.532 p=.012
Toplam	242	30.05±4.28 (10.00-50.00)

Normal dağılıma sahip olmayan verilerde iki bağımsız grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırılmasında "Mann-Whitney U" test (Z-tablo değeri); üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında "Kruskal-Wallis H" test (KW- tablo değeri) istatistikleri kullanılmıştır.

Ruhsal hastalığa sahip bireyler toplumun ön yargıları, kalıplaşmış olumsuz inanç ve tutumlarıyla karşılaşmakta ve başkalarının etiketlemelerini istemeyerek de olsa kabul etmektedirler (Cheng ve ark., 2018). Diğer bireylerin damgalamaları kişi tarafından içselleştirilmekte ve bu olumsuz tutum ve kalıp yargılar kendisi için bir "gerçek" halini almaktadır (Corrigan ve Rao, 2012; Cheng ve ark., 2018). Yapılan bir çalışmada ruhsal hastalığa sahip bireylerin toplum tarafından reddedilme beklentisi içinde oldukları, hastalıklarını saklama gereksinimi duydukları ve bu nedenle yardım almaktan kaçındıkları belirlenmiştir (Hanzawa ve ark., 2012). Yani sosyal damgalamanın getirdiği kendini damgalama bireylerin iyileşmeye yönelik motivasyonunu azaltarak, psikolojik yardım arama davranışından kaçınmasına neden olmaktadır (Çam ve Çuhadar, 2011). Bu doğrultuda çalışmamızda ruhsal hastalığa sahip öğrencilerin sosyal damgalama neticesinde psikolojik yardım aramada ruhsal hastalığa sahip olmayanlara göre kendilerini daha fazla damgaladıkları düşünülmektedir.

Bu çalışmanın sonuçlarının, çalışmaya gönüllü olarak katılan öğrencilerin verdikleri yanıtlar ile sınırlı olması araştırmanın sınırlılığıdır.

Sonuç ve Öneriler

Öğrencilerin psikolojik yardım arama kendini damgalama puan ortalaması 30.05±4.28 (10.00-50.00) olarak bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek puanlar göz önüne alındığında öğrencilerin psikolojik yardım aramada kendilerini orta düzeyde damgaladıkları söylenebilir. Ayrıca öğrencilerin psikolojik yardım aramada kendilerini damgalama durumlarının psikolojik yardım alma durumu, psikolojik yardım alma gereksinimi ve mevcut ruhsal hastalık durumu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuş; daha önce psikolojik yardım alan, psikolojik yardım gereksinimi olan ve ruhsal hastalığı olan öğrencilerin ölçek puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Psikolojik yardım aramaya yönelik uluslararası müdahale programlarının yürütüldüğü bilinmektedir (Batinic ve ark., 2013). Bu anlamda çalışma sonuçları ile birlikte ulusal düzeyde toplumsal farkındalığı arttırmaya yönelik üniversiteler, sivil toplum kuruluşları ve medyanın iş birliği ile kapsamlı projelerin yapılması önerilmektedir. Ayrıca hemşirelik bölümlerinde psikososyal danışmanlık birimlerinin kurulması, üniversiteye yeni başlayan birinci sınıf öğrencilerin ruhsal taramalarının yapılarak gerekli durumlarda

danışmanlık müdahalelerinin uygulanması ile psikolojik yardım aramada sosyal destek ve yardım alınan kişi ve kurumların rolünün de ele alınacağı nicel ve nitel çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Teşekkür

Çalışmaya katkı sağlayan ve değerli zamanlarını ayıran tüm öğrencilere katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Araştırmanın Etik Yönü/Ethics Committee Approval:

Gazi Üniversitesi Etik komisyonundan (2022-470/05.04.2022) ve araştırmanın yürütüleceği üniversitenin ilgili biriminde araştırma uygulamasının yapılabilmesi için yazılı kurum izni alınmıştır.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir/kavram: MKT; Tasarım: MKT; Danışmanlık: MKT; Veri toplama ve/veya Veri İşleme: MKT; Analiz ve/veya Yorum: MKT; Kaynak tarama: MKT; Makalenin Yazımı: MKT; Eleştirel inceleme: MKT.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Yazarlar, çıkar çatışması olmadığını beyan etmişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Yazarlar, bu çalışma için finansal destek almadıklarını açıklamışlardır.

Çalışma Literatüre Ne Kattı?

- Bu çalışmanın literatürde doğrudan hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım aramada kendini damgalama durumu ile ilgili farkındalık oluşturabilecek bir araştırma olduğu düşünülmektedir.
- Ruhsal bozuklukların sıklıkla ortaya çıkış dönemleri göz önüne alındığında üniversite öğrencilerinin psikolojik sorunlarının patolojik boyuta ulaşmadan önce destelenmesinin önemli olduğu görülmektedir.
- Kendini damgalamanın sosyal (toplumsal) damgalamanın bir çıktısı olduğu göz önüne alındığında bu çalışmanın toplumsal düzeyde yapılacak ileri araştırmalar için bir yön gösterici özellik taşıdığı düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Acun Kapıkıran N, Kapıkıran Ş. (2013). Psikolojik yardım aramada kendini damgalama ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (40), 131-141.
- Aydın M. (2017). Lisans öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya gönüllülüklerinin incelenmesi. *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 76-94.
- Batinic B, Lemonis E, Opacic G. (2013). Effects of internalized stigma of mental disorder on quality of life and self esteem in schizophrenic patients. *Schizophrenia*, 28. [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(13\)76135-2](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(13)76135-2)

- Bilgin O, İnce M, Çolakoğlu ÖM. (2020). Üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin incelenmesi. *Karaelmas Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(1), 27-41.
- Bostancı Daştan N, Kaya F, Şık T. (2019). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları: kendini damgalama ve sosyal damgalanmanın rolü. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 2(2), 24-30.
- Brentano F. (2014). *Psychology from an empirical standpoint*. 1st Edition, Newyork, Routledge, s. 77.
- Cheng HL, Wang C, McDermott RC, Kridel M, Rislin JL. (2018). Self-stigma, mental health literacy, and attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling and Development*, 96, 64-74. <https://doi.org/10.1002/jcad.12178>
- Corrigan PW, Rao D. (2012). On the self-stigma of mental illness: Stages, disclosure, and strategies for change. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 57(8), 464- 469. <https://doi.org/10.1177/070674371205700804>
- Çam O, Çuhadar D. (2011). Ruhsal hastalığa sahip bireylerde damgalama süreci ve içseleştirilmiş damgalama. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(3),136-140.
- Çatal MT, Kumcağız H. (2015). Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerine göre psikolojik yardım alma tutumları. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 40, 45-60.
- Çilingir D, Aydın A. (2017). Hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sağlık algısı. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 25(3), 167-176. <https://doi.org/10.17672/fnjin.343254>
- Dagani J, Buizza C, Ferrari C, Ghilardi A. (2023). The role of psychological distress, stigma and coping strategies on help-seeking intentions in a sample of Italian college students. *BMC Psychology*, 11(177), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01171-w>
- Doğan H, Akçalı G. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Yaşadıkları Sosyo-Ekonomik Sorunlar Üzerine Bir İnceleme. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 309-316. <https://doi.org/10.26701/uad.903559>
- Donat A, Bilgiç B, Eskiocak A, Koşar D. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Sorunları ve Çözüm Önerileri. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 9(3), 451-459. <https://doi.org/10.5961/jhes.2019.345>
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) (2014). Preventing suicide "a global imperative". Erişim tarihi: 10.11.2022, <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/585331/retrieve>
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) (2018). Prevalence of mental disorders. Erişim tarihi: 07.11.2022, <http://www.euro.who.int/en/healthtopics/noncommunicable-diseases/mental-health/data-and-resources>
- Eşkisu M, Ağırkan M, Haspolat NK. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım aramaya ilişkin kendini damgalama tutumları ile bilişsel-davranışsal kaçınma düzeyleri arasındaki ilişki. *Anemon Muş*

- Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 63-71. <http://dx.doi.org/10.18506/anemon.463839>
- Gürsoy O, Gizir CA. (2017). Öznel Sıkıntıları Açma Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2), 557-575. <https://doi.org/10.12984/egeefd.303312>
- Gürsoy O, Gizir CA. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları: Sosyal damgalanma, kendini damgalama, öznel sıkıntıları açma, benlik saygısı ve cinsiyetin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(49), 137-155.
- Hanzawa S, Nosaki A, Yatabe K, Nagai Y, Tanaka G, Nakane H. ve ark. (2012). Study of understanding the internalized stigma of schizophrenia in psychiatric nurses in Japan. *Psychiatry Clinical Neurosciences*, 66, 113-120. <https://doi.org/10.1111/j.1440-1819.2011.02307.x>
- Ina M, Morita M. (2015). Japanese university students' stigma and attitudes toward seeking professional psychological help. *Online Journal of Japanese Clinical Psychology*, 2(1), 10-18. <https://doi.org/10.2466/pr0.100.2.387-399>
- Johnson SL, Tharp JA, Peckham AD, Carver CS, Haase CM. (2017). A path model of different forms of impulsivity with externalizing and internalizing psychopathology: Towards greater specificity. *Br J Clin Psychol.*, 56(3), 235-252. <https://doi.org/10.1111/bjc.12135>
- Kavas AB, Topkaya N, Gençoğlu C. (2014). Psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma, denetim odağı, kendini damgalama ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(2), 367-377. <https://doi.org/10.7822/omuefd.33.2.3>
- Koydemir S, Erel Ö, Yumurtacı D, Şahin GN. (2010). Psychological help-seeking attitudes and barriers to help-seeking in young people in Turkey. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 32(4), 274-289. <https://doi.org/10.1007/s10447-010-9106-0>
- Lokhee S, Hogg HC. (2021). Depression, stress and self-stigma towards seeking psychological help in veterinary students. *Australian Veterinary Journal*, 99(7), 309-317. <https://doi.org/10.1111/avj.13070>
- Mojtabai, R., Evans-Lacko, S., Schomerus, G., & Thornicroft, G. (2016). Attitudes toward mental health help seeking as predictors of future help-seeking behavior and use of mental health treatments. *Psychiatric Services*, 67(6), 650-657. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201500164>
- Odacı H, Kımık Ö. (2018). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumlarının bazı demografik değişkenler, öz denetim ve benlik saygısı ile ilişkisi. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 8(3), 619-625. <https://doi.org/10.5961/jhes.2018.302>
- Özer E. (2016). Temel benlik değerlendirmesi, başa çıkma stratejileri ve psikolojik sağlamlık. *Turkish Studies*, 11(14), 587-606. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.9536>
- Reynders A, Kerkhof AJFM, Molenberghs G, Van Audenhove C. (2014). Attitudes and stigma in relation to help-seeking intentions for psychological problems in low and high suicide rate regions. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 49(2), 231-239. <https://doi.org/10.1007/s00127-013-0745-4>
- Sarıkoç G, Demiralp M, Özşahin A, Açıklık CH. (2015). Ruhsal hastalıklarda yardım arama: Hasta yakınlarının tutumlarına yönelik bir çalışma. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(1), 32-38. <https://doi.org/10.5505/bsbd.2015.47550>
- Seamark D, Gabriel L. (2018). Barriers to support: a qualitative exploration into the help-seeking and avoidance factors of young adults. *British Journal of Guidance & Counselling*, 46(1), 120-131. <https://doi.org/10.1080/03069885.2016.1213372>
- Sever M, Yüceer-Kardeş T, Kalaycı E. (2021). Sosyal damgalanma ile psikolojik yardım arama tutumu ilişkisi: kendini damgalamanın rolü. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(3), 833-846. <https://doi.org/10.33417/tsh.889199>
- 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). <https://doi.org/10.19171/uuefd.52149>
- Tan H. (2014). Psikolojik Yardım İlişkileri Psikolojik Danışma ve Psikoterapi. *Nobel Akademik Yayıncılık*, 10-12.
- 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. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7768>
- Topkaya N. (2014a). Psikolojik yardım alma 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), 1-17. <https://doi.org/10.12738/estp.2014.2.1799>
- Umubyeyi A, Mogren I, Ntaganira J, Krantz G. (2016). Helpseeking behaviours, barriers to care and self-efficacy for seeking mental health care: A population-based study in Rwanda. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 51(1), 81-92. <https://doi.org/10.1007/s00127-015-1130-2>
- Vergili O. (2017). Profesyonel Psikolojik Yardım Arama Tutumuna İlişkin Geliştirilen Psikoeğitim Programının Profesyonel Psikolojik Yardım Arama Tutumlarına Etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Burdur*.

- Vogel DL, Bitman RL, Hammer JH, Wade NG. (2013). Is stigma internalized? The longitudinal impact of public stigma on self-stigma. *Journal of Counseling Psychology*, 60(2), 311–316. <https://doi.org/10.1037/a0031889>
- Vogel DL, Strass HA, Heath PJ, Al-Darmaki FR, Armstrong PI, Baptista MN, et al. (2017). Stigma of seeking psychological services: examining college students across ten countries/regions. *Counselling Psychology*, 45(2), 170–92. <https://doi.org/10.1177/0011000016671411>
- Wahto RS, Swift JK, Whipple JL. (2016). The role of stigma and referral source in predicting college student-athletes' attitudes toward psychological help-seeking. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 10, 85-98.
- Wynaden D, Wichmann H, Murray S. (2013). A synopsis of the mental health concerns of university students: results of a text-based online survey from one Australian university. *Higher Education Research & Development*, 32, 846–860.
- Xiao H, Carney DM, Youn SJ, Janis RA, Castonguay LG, Hayes JA, et al. (2017). Are we in crisis? National mental health and treatment trends in college counseling centers. *Psychological Services*, 14(4), 407.
- Zavrou S, Poulakis M. (2017). Stigma and attitudes toward seeking counseling: A pilot study of cross-cultural differences between college students in the US and Cyprus. *Journal of Interdisciplinary Studies in Education*, 5(2), 26-37.
- Zeren GŞ, Erus SM, Amanvermez Y. (2017). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya yönelik tutumları ve yardım teklifine ilişkin cevapları. *International Online Journal of Educational Sciences*, 9(2), 439-453. <https://doi.org/10.15345/iojes.2017.02.011>