

Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Tutumu Ölçeği ve Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Niyetini Belirleme Ölçeklerinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Development of the Adolescents' Attitude towards Psychological Help Scale and the Adolescents' Intention to Seek Psychological Help Scale: Validity and Reliability Study

 Ercan Aras¹,  Adem Peker²

¹Iğdır Üniversitesi, Iğdır

²Atatürk Üniversitesi, Erzurum

ÖZ

Amaç: Bu çalışmada ergenlerin psikolojik yardım alma tutumu ve niyetini belirlemek amacıyla Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Tutumu Ölçeği (EPYATÖ) ve Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Niyetini Belirleme Ölçeklerinin (EPYANÖ) geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışmada ölçme araçlarının yapı geçerliliğini incelemek amacıyla AFA ve DFA uygulanmıştır. AFA, ölçek maddelerinin altında yatan faktör yapısını keşfetmek için kullanılmış; elde edilen yapının doğruluğu ise DFA ile test edilmiştir. Bulgular: EPTAYÖ'nün açıkladığı toplam varyans %60,56, EPYANÖ açıkladığı toplam varyans %57,48 olarak bulunmuştur. Araştırmaya EPTATÖ için 600; EPYANÖ için 684 öğrenci katılmıştır. EPYATÖ iki alt boyut (kendini damgalama, sosyal damgalanma) ve dokuz maddeden oluşmaktadır. EPYATÖ Cronbach Alpha katsayısı ,86; alt boyutlardan sosyal damgalanma için ,85; kendini damgalama için ,73 olarak bulunmuştur. EPYANÖ olumsuz duygularla ilgili sorunlar (OSZD), olumsuz düşüncelerle ilgili sorunlar (OSDC), kişisel ve sosyal gelişim (KSG) altboyutlarından ve 22 maddeden oluşmaktadır. EPYANÖ Cronbach Alpha katsayısı ,94; alt boyutlardan OSZD için ,91; OSDC için ,77 ve KSG için ,89 olarak bulunmuştur. Ölçüt geçerliği sonuçlarına göre EPYATÖ ile Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği (PYATÖ) arasında ($r = .71$; $p < .001$); EPYANÖ ile Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE) arasında ($r = .71$; $p < .001$) ilişki olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Araştırma bulguları EPYATÖ ile EPYANÖ ölçeklerinin psikolojik yardım alma tutumu ve niyetini belirlemede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir birer ölçme araçları olduğunu göstermektedir.

Anahtar sözcükler: Psikolojik yardım alma tutumu ve niyeti, ergenler, ölçek geliştirme

ABSTRACT

Objective: This study aimed to develop the Adolescents' Attitude Towards Psychological Help Scale (AATPHS) and the Adolescents' Intention to Seek Psychological Help Scale (ISPHS) in order to determine adolescents' attitudes and intentions towards seeking psychological help.

Method: In this study, AFA and DFA were applied to examine the construct validity of the measurement tools. AFA was used to discover the underlying factor structure of the scale items, and the accuracy of the obtained structure was tested with DFA.

Results: The total variance explained by AATPHS was found to be 60.56%, and the total variance explained by ISPHS was found to be 57.48%. A total of 600 students participated in the study for AATPHS and 684 students for ISPHS. AATPHS consists of two subscales (self-stigmatisation, social stigmatisation) and nine items. The Cronbach's alpha coefficient for AATPHS was 0.86; 0.85 for the social stigmatisation subscale and 0.73 for the self-stigmatisation subscale. ISPHS consists of three subscales problems related to negative emotions (PRNE), problems related to negative thoughts (PRNT), and personal and social development (PSD) and 22 items. The Cronbach's alpha coefficient for ISPHS was found to be 0.94; for the PRNE subscale, it was 0.91; for the PRNT subscale, it was 0.77; and for the PSD subscale, it was 0.89. According to criterion validity results, a relationship was found between AATPHS and the Attitude Scale Towards Psychological Help (ASTPH) ($r = 0.71$; $p < 0.001$) and between ISPHS and the Psychological Help-Seeking Intention Inventory (PHSII) ($r = 0.71$; $p < 0.001$).

Conclusion: The research findings indicate that the AATPHS and ISPHS scales are valid and reliable measurement tools that can be used to determine attitudes and intentions toward seeking psychological help.

Keywords: Psychological help-seeking attitude and intention, adolescents, scale development

Giriş

Günlük yaşamda birçok birey yaşamını önemli ölçüde etkileyen çeşitli sorunlar yaşamaktadır. Özellikle ergenler, gelişimsel süreçlerinin doğası gereği pek çok problemle karşı karşıya kalmaktadır. Ergenlik dönemi; fiziksel değişimlerin yanı sıra bireyin sosyal, bilişsel ve psikolojik açıdan olgunlaştığı ve yetişkinliğe geçiş yaptığı kritik bir gelişim evresi olarak kabul edilmektedir (Ocakçı 2015, Erkek ve ark. 2021). Bu dönemde ergenler, fiziksel, sosyal ve psikolojik alanlarda önemli değişimler yaşamakta ve bu değişimlere bağlı olarak çeşitli uyum sorunları ve ruhsal problemlerle karşılaşabilmektedir (Geldard ve Geldard 2013). Nitekim, Saföz Güven ve Güçray (2013), ergenlerin depresyon, anksiyete, psiko-somatik belirtiler ve intihar girişimi gibi ciddi ruhsal problemler yaşadığını belirtmektedir. Bunun yanı sıra, ergenlerin maruz kaldığı ebeveyn baskısı, aile içi iletişim problemleri, sınav kaygısı, eğitim stresi gibi faktörler de ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Sezer ve İşgör 2010, Odacı ve ark. 2023, Demir-Kaya ve Kaya 2024). Ayrıca, madde kullanımı, istismar ve akademik başarısızlık gibi riskli durumların da ergenlik döneminde sıkça karşılaşılan problemler arasında yer aldığı vurgulanmaktadır (Aluede ve ark. 2006). Duygudurum bozuklukları, yeme bozuklukları ve madde bağımlılığı da ergenlik döneminde yaygın olarak gözlemlenen diğer önemli sorunlardır (Onar ve ark. 2021). Savi-Çakar ve arkadaşları (2020) ergenlerin en sık yaşadığı ve psikolojik yardım alma ihtiyacı duyduğu problemlerin kaygı, duygusal zorluklar, öfke, mutsuzluk, sınav kaygısı, aile içi çatışmalar ve zararlı alışkanlıklar olduğunu belirtmektedir. Buna göre ergenlik döneminde ergenlerin birçok sorun yaşadığı söylenebilir.

Ergenler, yaşadıkları problemlerin üstesinden kimi zaman kendi başlarına gelebilirken, kimi zaman da psikolojik yardım almaya ihtiyaç duymaktadır (Fry ve ark. 2013). Yardım alma, bireyin yaşadığı sorunlara ilişkin olarak diğer kişilerden destek istemesi ve sosyal ya da kişilerarası problemlerle başa çıkma çabası olarak tanımlanmaktadır (Rickwood ve ark. 2005). Başka bir ifadeyle yardım alma davranışı, bireyin karşılaştığı sorunlarla baş etmede yetersiz kaldığı durumlarda, çözüm bulmak amacıyla resmi (formal) ya da resmi olmayan (informal) yardım kaynaklarına başvurusudur (Aras 2024). Resmi yardım kaynakları arasında psikologlar, psikiyatrlar ve psikolojik danışmanlar yer alırken; resmi olmayan kaynaklar aile bireyleri, arkadaşlar ve yakın çevre olarak sınıflandırılmaktadır (Arslantaş ve ark. 2011). Ergenlerin profesyonel psikolojik yardım kaynaklarından destek alması, sorunlarının erken dönemde çözülmesine ve ruh sağlığının korunmasına katkı sağlamaktadır. Ancak, alan yazında yer alan bulgular, profesyonel psikolojik yardım arama davranışının ergenler arasında oldukça sınırlı düzeyde gerçekleştiğini göstermektedir (Rickwood ve ark. 2005, Gulliver ve ark. 2010). Ergenlerin psikolojik yardım alma ihtiyacı hissetmelerine rağmen, profesyonel yardım arama davranışlarının yetersiz olduğu dikkat çekmektedir. Ergenlerin yardım alma sürecinde sıklıkla önce arkadaşlarına, ardından öğretmenlerine, aile bireylerine ve son olarak ruh sağlığı uzmanlarına başvurdıkları belirtilmektedir (Savi-Çakar ve ark. 2020). Ancak profesyonel olmayan kaynaklardan alınan destek her zaman yeterli ve sağlıklı olmayabilir. Bu nedenle ergenlerin özellikle profesyonel yardım kaynaklarına yönelmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Alan yazın incelendiğinde, bireylerin psikolojik yardım alma davranışlarının çok sayıda faktörden etkilendiği görülmektedir. Bu faktörler arasında damgalanma korkusu başta olmak üzere, problemi algılama biçimi, kendini damgalama, tedaviye duyulan güven, geçmişteki yardım alma deneyimleri, uzmana duyulan güven, yaş, cinsiyet, kendini gizleme eğilimi, duyguları ifade etmede yaşanan güçlükler, bilişsel çarpıtmalar ve yardım almaya yönelik tutumlar yer almaktadır (Rothi ve Leavey 2006, Arslantaş ve ark. 2011, Aras 2024). Psikolojik yardım alma tutumunu etkileyen en önemli etmenlerden biri kendini damgalama olarak öne çıkmaktadır. Kendini damgalama, bireyin yardım alma sürecinde kendisine yönelik yaptığı olumsuz değerlendirmeleri ifade etmektedir (Larson ve Corrigan 2010). Kendini damgalama bireyin psikolojik yardım alma niyetini azaltmakta ve yardım arama davranışını ertelemesine neden olabilmektedir (Vogel ve ark. 2006). Bu erteleme zamanla sorunların daha ciddi boyutlara ulaşmasına yol açabilmektedir (Bilge ve Çam 2010). Psikolojik yardım alma davranışını etkileyen bir diğer önemli etken ise sosyal damgalanmadır. Sosyal damgalanma, bireyin toplum tarafından olumsuz şekilde algılanması ve etiketlenmesi olarak tanımlanmaktadır (Vogel ve ark. 2006). Yardım alma sürecinde birey, çevresi tarafından olumsuz değerlendirmelere maruz kalacağını düşünmekte ve bu durum yardım alma davranışından kaçınmasına, yardım sürecini sonlandırmasına ya da olumsuz duygular yaşamasına neden olabilmektedir (Vogel ve ark. 2013). Ayrıca Wahto ve ark. (2016) çalışmada, sosyal damgalanmanın kendini damgalamayı artırdığı vurgulanmıştır. Bu bulgular doğrultusunda, damgalama faktörünün bireylerin psikolojik yardım alma davranışlarını olumsuz yönde etkilediği ve bu davranışları azalttığı söylenebilir.

Psikolojik yardım almaya yönelik tutum, yardım alma niyetini önemli ölçüde etkilemektedir. Topkaya (2011) psikolojik yardım alma niyetini bireyin bir uzmandan psikolojik destek alma isteği olarak tanımlamaktadır. Bireyin yardım almaya yönelik olumsuz tutumları, yardım alma niyetini azaltmakta ve bireyin profesyonel yardım arayışından uzaklaşmasına neden olmaktadır (Topkaya ve Meydan 2013). Bu çerçevede hem sosyal damgalanmanın hem de kendini damgalamanın psikolojik yardım alma tutumu ve niyetini belirlemede önemli

etkenler olduğu söylenebilir. Türkiye'deki alan yazın incelendiğinde, ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetini belirlemeye yönelik geliştirilen ölçme araçlarının sınırlı olduğu dikkat çekmektedir. Bu kapsamda Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği'nin Türk kültürüne uyarlandığı görülmektedir (Acun-Kapıkıran ve Kapıkıran 2013). Ancak bu ölçek üniversite öğrencileri örnekleminde geliştirilmiş olup, yalnızca kendini damgalama boyutunu içermektedir. Bunun yanı sıra, Uzun ve ark. (2020) tarafından geliştirilen Ergenler için Psikolojik Zihinlilik Ölçeği'nin psikolojik yardım arama alt boyutu, ergenlerin yardım alma tutumunu değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ancak ölçeğin yalnızca beş maddeden oluşması, psikolojik yardım alma tutumunu kapsamlı biçimde değerlendirmede sınırlılık oluşturmaktadır. Ersoy ve Varan (2007) tarafından geliştirilen Ruhsal Hastalıklarda İçselleştirilmiş Damgalanma Ölçeği alan yazında yer alan diğer bir ölçme aracıdır. Ölçeğin yetişkin bireyleri hedef alması ve yalnızca ruhsal hastalıklara yönelik damgalamayı ölçmesi, bir sınırlılık olarak değerlendirilmektedir. Diğer taraftan, Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği Topkaya (2011) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek üniversite öğrencileri örnekleminde geliştirilmiş olup tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Şahin-Baltacı (2012) tarafından geliştirilen Profesyonel Psikolojik Yardım Aramaya Yönelik Tutum Ölçeği ise lise öğrencilerine yönelik hazırlanmış tek ölçektir. Bu ölçek; psikolojik yardıma inanç ve güven, psikolojik yardım almaya kapalılık ve psikolojik danışman ile sürece ilişkin inançsızlık olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Genel olarak değerlendirildiğinde, geliştirilen ölçeklerin çoğunun ruhsal hastalıklara yönelik olduğu, yetişkin ve üniversite örnekleminde hazırlandığı ve genel damgalamayı ele aldığı görülmektedir. Bu durum, ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetini ölçebilecek kapsamlı ve gelişimsel özelliklerine uygun ölçme araçlarına duyulan ihtiyacı ortaya koymaktadır. Böyle bir ihtiyacın karşılanmasıyla ergenlere yönelik yürütülecek çalışmaların kapsamını genişletmesi ve psikolojik yardım arayışlarına ilişkin tutumların erken dönemde belirlenmesine olanak tanıyarak koruyucu ruh sağlığı hizmetlerine katkı sağlaması beklenmektedir.

Psikolojik yardım alma niyeti ile ilgili geliştirilen Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE) üniversite öğrencilerine yönelik hazırlanmış olup; travmatik sorunlar, davranışsal sorunlar ve ilişkisel sorunlar olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır (Topkaya 2011). Ancak ergenlere yönelik psikolojik yardım alma niyetini ölçmeye yönelik özgün bir ölçme aracının bulunmaması alan yazında dikkat çeken önemli bir boşluk olarak değerlendirilmektedir. Bu kapsamda geliştirilen Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Niyetini Belirleme Ölçeği (EPYANÖ); olumsuz duygularla ilişkili sorunlar, kişisel ve sosyal gelişim, olumsuz düşüncelerle ilişkili sorunlar olmak üzere üç alt boyuttan oluşmakta ve ergenlerin yardım alma niyetlerini farklı boyutlarıyla değerlendirme imkânı sunmaktadır. Bu yönüyle geliştirilen ölçeğin, ergenlere yönelik yürütülecek rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetlerine katkı sağlaması beklenmektedir. Alan yazın incelendiğinde, ergenlerin psikolojik yardım alma tutumunu ölçen ölçeklerin büyük ölçüde yurt dışı kaynaklı olduğu ve ölçeklerin Türkçe'ye uyarlama yoluyla kullanıldığı görülmektedir. Ancak psikolojik yardım alma tutumlarının kültürel bağlamlara göre farklılık gösterebildiği göz önünde bulundurulduğunda, Türk kültürel yapısına özgü ölçme araçlarının geliştirilmesi önemli bir gereklilik olarak ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmanın literatüre katkısı, ergenlerin hem psikolojik yardım alma tutumlarını hem de yardım alma niyetlerini ölçen, Türkiye örnekleminde geliştirilmiş, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış özgün ölçeklerin literatüre kazandırılmasıdır. Özellikle ergenlerin psikolojik yardım alma niyetine yönelik ölçüm yapabilen herhangi bir ölçeğin daha önce geliştirilmemiş olması, bu çalışmanın alana özgün bir katkı sunduğunu göstermektedir. Buna göre çalışmanın temel amacı, ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetlerini geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçebilecek iki yeni ölçek geliştirmektir.

Yöntem

Örneklem

Bu araştırmada geliştirilen Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Tutumu Ölçeği (EPYATÖ) için açıcı faktör analizi (AFA), yaşları 14 ile 19 arasında değişen 623 lise öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. EPYANÖ için AFA ise yaşları 13 ile 19 arasında değişen 684 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Her iki ölçek için DFA ayrı çalışma gruplarında gerçekleştirilmiş; Doğrulamalı faktör analizi (DFA), EPYATÖ için 455 öğrenci, EPYANÖ için ise 480 öğrenci ile uygulanmıştır.

Bu araştırmada dahil edilme kriterleri, katılımcıların 9., 10. veya 11. sınıf öğrencisi olmaları ve gönüllü olarak araştırmaya katılım göstermeleridir. 12. sınıf öğrencileri çalışma kapsamı dışında bırakılmıştır; çünkü bu öğrencilerin üniversite sınavına hazırlık sürecinde olmaları, veri toplama sürecine katılımlarını ve odaklanmalarını olumsuz etkileyebileceği düşünülmüştür. Bu araştırmada, örneklemin evreni temsil etme gücünü artırmak amacıyla tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Tabakalı örnekleme yönteminde, evrendeki alt gruplar önceden belirlenir ve daha sonra her bir alt grubun evreni temsil etme oranları hesaplanır.

(Büyüköztürk 2012, Tanrıöğen 2014). Çalışma evreni 2020-2021 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Iğdır ili merkezinde öğrenim gören 10.086 lise öğrencisinden oluşmaktadır.

Örneklem sayısını belirlemek için % 95 istatistiksel güç ($1-\beta = .95$), $\alpha = .05$ anlamlılık düzeyi temel alınarak hesaplanmıştır (Creswell 2014). Bu kapsamda örneklem sayısı 370 olarak belirlenmiştir. Araştırmanın evrenini, 2020-2021 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Iğdır ili merkezinde öğrenim gören toplam 10.086 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklem sayısı, % 95 güven düzeyi ($1-\beta = .95$) ve %5 anlamlılık düzeyi ($\alpha = .05$) esas alınarak belirlenmiş; örneklem büyüklüğü 370 kişi olarak hesaplanmıştır (Creswell, 2014).

EPYATÖ çalışma grubunu Anadolu Lisesi % 41 (255 kişi); Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi % 30 (187 kişi); Anadolu İmam Hatip Lisesi % 15 (93 kişi); Fen Lisesi % 5 (31 kişi); Güzel Sanatlar Lisesi % 2 (13 kişi); Sosyal Bilimler Lisesi % 5 (31 kişi); Spor Lisesi % 2 (13 kişi) oluşturmaktadır. EPYANÖ çalışma grubunu Anadolu Lisesi % 41 (280 kişi); Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi % 30 (205 kişi); Anadolu İmam Hatip Lisesi % 15 (103 kişi); Fen Lisesi % 5 (34 kişi); Güzel Sanatlar Lisesi % 2 (14 kişi); Sosyal Bilimler Lisesi % 5 (34 kişi); Spor Lisesi % 2 (14 kişi) oluşturmaktadır.

Madde Havuzunun Oluşturulması

Madde havuzunun oluşturulmasında ilk adım olarak, psikolojik yardım alma tutumu ve niyeti ile ilgili alanyazın taraması yapılmıştır. Ardından, benzer ölçme araçları incelenerek bir madde havuzu oluşturulmuştur. Psikolojik yardım alma konusunda olumsuz tutumlara sahip ve psikolojik yardım alma niyeti düşük olan on iki öğrenciyle görüşmeler gerçekleştirilmiş ve görüşme verilerine dayanarak yeni maddeler eklenmiştir. Görüşmeler Rehberlik ve Psikolojik Danışma servisinde gerçekleştirilmiş ve her bir görüşme yaklaşık 30 dakika sürmüştür. Katılımcılardan onay alınarak ses kaydı alınmıştır. Görüşme notlarından elde edilen kodlara uygun maddeler yazılmıştır. Daha sonra alan yazındaki benzer ölçme araçları gözden geçirilerek madde havuzuna eklemeler yapılmıştır. EPYATÖ için 37, EPYANÖ için ise 35 maddeden oluşan taslak form oluşturulmuştur. Ölçeklerin kapsam geçerliği, rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanında uzman üç kişi tarafından, dil geçerliği ise Türkçe eğitimi alanında uzman bir kişi tarafından incelenmiştir. Ölçeklerin pilot uygulaması 30 öğrenciyle gerçekleştirilmiştir. Pilot uygulama sonrasında öğrencilerden alınan geri bildirimlere göre, 6 maddenin anlaşılmasında güçlük yaşandığı tespit edilmiştir. Bu maddeler Türkçe dil uzmanının önerileri doğrultusunda daha anlaşılır hale getirilmek üzere düzeltilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama sürecinde, araştırmacılar tarafından oluşturulan EPYATÖ ve EPYANÖ kullanılmıştır. Bu araştırmada ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla PYATÖ ve PYANE kullanılmıştır.

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği (PYATÖ)

PYATÖ, psikolojik yardım almayla ilgili tutumu belirlemek için Fischer ve Turner (1970) tarafından hazırlanmış ve daha sonra Fischer ve Farina (1995) tarafından kısa formu oluşturulmuştur. Ölçeğin orijinal hali 29 maddeden oluşmaktadır. Bu ölçek Topkaya (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 4'lü Likert tipinde olup dokuz madde ve tek bir alt boyuta sahiptir. Ölçekten alınan puanlar 0 ile 27 arasında değişmekte ve Ölçeğin 2, 8, 9 ve 10. maddeleri ters puanlanmaktadır. (Topkaya 2011). Ölçek maddeleri katılıyorum (3), katılmıyorum (0) şeklinde puanlanmaktadır. Ölçeğe ait örnek maddeler şunlardır: "Uzun bir süre endişeli veya üzgün olsam, psikolojik yardım almayı isterim" şeklinde belirlenmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı ,84 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayısı ise ,86 olarak bulunmuştur. Bireyin ölçekten yüksek puan alması, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumunun olumlu olduğunu göstermektedir.

Psikolojik Yardım Alma Niyeti Envanteri (PYANE)

PYANE psikolojik yardım almaya yönelik niyeti belirlemek için tarafından geliştirilmiş ve 12 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır (Topkaya 2011). Envanterin alt boyutları ilişkisel sorunlar, travmatik sorunlar, duyuşsal ve davranışsal olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı ,91 olarak hesaplanmıştır. Ölçek 4'lü Likert tipi bir ölçektir. Envanterden alınan puanlar 12 ile 48 arasında değişmektedir. Ölçek maddeleri, kesinlikle yardım almam (1) ile kesinlikle yardım alırım (4) katılmıyorum şeklinde puanlanmaktadır. Ölçeğe ait örnek maddeler şunlardır: Uyum sorunları (yeni bir ortama veya duruma uyum sağlayamama), Özgüven eksikliği şeklinde belirlenmiştir. Envanterden yüksek puan alınması psikolojik yardım alma niyetinin arttığını göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı ,84 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayısı ise ,94 olarak bulunmuştur. Bireyin ölçekten yüksek puan alması psikolojik yardım almaya ilişkin niyetinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Uygulama

Bu çalışma için etik kurul onayı Atatürk Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul Başkanlığı Eğitim Bilimleri Birim Etik Kurulunun 14.2.2020 tarih ve 03/09 nolu kararı ile etik onay alınmıştır. Bu araştırma İğdır il merkezinde yapılmıştır. Araştırma verileri 2020-2021 yılında güz döneminde çevrim içi olarak toplanmıştır. Veriler etik kurul onayı ve yasal izinler alındıktan sonra araştırmacı tarafından toplanmıştır.

Araştırmada kullanılacak ölçme araçları Google Formlar aracılığıyla online olarak hazırlanmıştır. Formun dijital versiyonu hazırlanırken, tüm maddelerin anlaşılır biçimde sunulmasına, katılımcıların her bir soruya yanıt vermesini sağlayacak teknik kontrollerin uygulanmasına özen gösterilmiştir. Katılımcıların tüm soruları cevaplama zorunluğu bulunduğundan veri kaybı olmamıştır. Formun uygulamaya alınmadan önceki aşamasında, ölçme aracının teknik açıdan sorunsuz çalıştığından emin olmak amacıyla 5 katılımcıdan oluşan küçük bir pilot grup üzerinde bir ön deneme uygulanmıştır. Bu ön uygulama sonucunda formun sorunsuz çalıştığı, madde yönlendirmelerinde bir hata bulunmadığı ve verilerin doğru biçimde kaydedildiği görülmüştür. Formun teknik testi kapsamında; bağlantı kontrolleri, mobil ve masaüstü cihazlarla uyumluluk, sayfa geçişleri ve veri kaydı işlevleri test edilmiştir. Herhangi bir teknik aksaklık gözlemlenmemiştir. Verilerin toplanmasında katılımcıların gönüllü bir şekilde katılmasına özen gösterilmiştir. Katılımcılardan ve velilerinden bilgilendirilmiş onam çevirim içi alınmıştır. Katılımcılara elde edilen verilerin gizli tutulacağı garantisini verilmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilere araştırmanın amacı açıklanmış; diledikleri takdirde çalışmadan ayrılacakları, verilerin yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacağı ve üçüncü kişilerle paylaşılmayacağı belirtilmiştir. Öğrencilere sırasıyla kişisel bilgi formu, EPYATÖ (9 madde), EPYANÖ (22 madde), ölçüt bağıntılı geçerlik için PYATÖ (10 madde) ve PYANE (12 madde) uygulanmıştır. Veri toplama sürecinde okul psikolojik danışmanları, sınıf rehber öğretmenleri ve okul yönetiminden destek alınmıştır. Katılımcılara WhatsApp mesajlaşma uygulaması ile ulaşılmıştır. Birden fazla katılımın önlenmesi amacıyla çevrim içi anket sistemi üzerinde aynı IP üzerinden birden fazla giriş yapılması engellenmiş ve her cihaz için yalnızca bir kez katılım hakkı tanımlanmıştır. Veri toplama işlemi ortalama 20 dakika sürmüştür.

İstatistiksel Analiz

Bu araştırmanın verileri SPSS Statistics 22 programı aracılığıyla analiz edilmiştir. DFA için Lisrel 9.1 programı kullanılmıştır. Bu çalışmada maddelerin ayırt ediciliğini test etmek amacıyla, madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Maddelerin faktör yükü için .40 değeri ölçüt alınmıştır (Kozak 2017). Normallik analizi için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri kontrol edilmiştir. Bu değerlerin -1.96 ile +1.96 arasında olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir (Tabachnick ve Fidel 2007). Ölçeğin faktör yapısını belirlemek amacıyla AFA yapılmıştır. Faktör analizine uygunluğu test etmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett's Test of Sphericity değerlerine bakılmıştır. Elde edilen faktör yapısının doğrulanması amacıyla DFA gerçekleştirilmiştir. Model uyumunu değerlendirmek için χ^2/df , RMSEA (Yaklaşımın Ortalama Karekök Hatası), CFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi), GFI (Uyum İyiği İndeksi) ve SRMR (Standartlaştırılmış Ortalama Karekök Kalıntısı) vb.i uyum indeksleri kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirmek için Cronbach's Alfa katsayısı hesaplanmıştır.

EPYATÖ için DFA uyum indeksleri incelendiğinde $\chi^2 = 91,42$, $sd = 26$, $\chi^2/sd = 3,51$; $p = ,00$; $CI = ,040-.056$; $NFI = ,98$; $CFI = ,98$; $RFI = ,97$; $GFI = ,96$; $SRMR = ,046$ ve $RMSEA = ,072$; EPYANÖ için DFA uyum indeksleri incelendiğinde $\chi^2 = 777,88$; $sd = 205$; $\chi^2/sd = 3,79$; $p = ,00$; $CI = ,071-.082$; $NFI = ,97$; $CFI = ,98$; $RFI = ,96$; $GFI = ,90$; $SRMR = ,051$; $RMSEA = ,076$ olarak bulunmuştur. Alan yazında uyum indekslerinin $RMSEA \leq ,080$; $SRMR \leq ,080$, $CFI \geq ,90$, $RFI \geq ,90$, $NFI \geq ,90$; $RFI \geq ,90$ ve $GFI \geq ,85$ olması kabul edilebilir sınırlar olarak değerlendirilmektedir (Kline 2014). Bu çalışmada açıklanan ortak varyans (AVE) ve Bileşik güvenilirlik (CR) değerleri incelenmiştir. AVE değerinin ,50'den yüksek olması Hair ve ark. (2010), CR değerinin ,70 üzerinde olması (Fornell ve Larcker 1981) ölçüt olarak dikkate alınmıştır. Ayrıca, AVE ve CR değerlerinin 0,40 ve 0,50 aralığında olması da alan yazında kabul edilmektedir (Huang ve ark. 2013).

Bulgular

Çalışma 1 (EPYATÖ'ye İlişkin Analizler)

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA)

Bu çalışmada EPYATÖ'nün faktör yapısını belirlemek amacıyla AFA yapılmıştır. Verilerin analize uygunluğuna karar verebilmek için KMO değeri ile Bartlett Küresellik testleri kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, KMO

değeri ,89 ve Barlett testi χ^2 değeri 2021,126 ($p < ,01$) olarak hesaplanmıştır. Bu değerlere göre örneklem değerinin yeterli düzeyde olduğu ve verilerin AFA için uygun aralıkta olduğu değerlendirilmektedir (Büyüköztürk 2012). Bu çalışma temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Temel bileşenler analizi tekniğinde faktöre ait öz değerin en az % 1 olan ve yamaç birikinti eğrisinin yatay olduğu faktörleri değerlendirmektedir. Aynı zamanda faktörlerin açıklanan toplam varyansa katkısının en az %5 düzeyine sahip olması gerekir (Field, 2013). Maddelerin faktör yükü için ,40 değeri ölçüt alınmıştır (Kozak 2017). AFA ile elde edilen bulgular sonucunda birbiriyle yüksek düzeyde ilişkili bulunan maddelerin faktör yapısını belirleyebilmek için dik faktör rotasyonu yapılmıştır.

Faktör Rotasyonu (Eksen Döndürmesi)

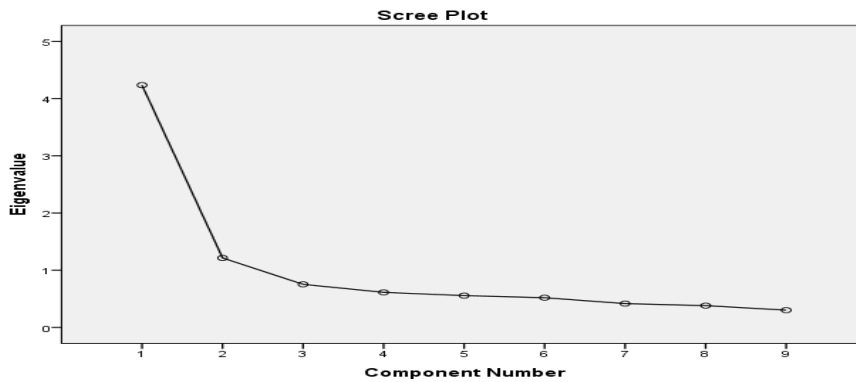
Bu aşamada ölçeğin kaç faktörden oluştuğu belirlendikten sonra faktör analizi işlemi tekrar yapılmıştır. Bu işlem yapılırken dik döndürme yöntemlerinden varimax kullanılmıştır. Bu işlem sonucunda binişik maddelerin olduğu görülmüştür. Daha sonra binişik maddeler veri setinden çıkarılarak döndürme işlemi tekrar yapılmıştır. Böylece öz değeri 1'den büyük 9 madde ve 2 faktörden oluşan bir yapı belirlenmiştir. Ölçek maddelerine ilişkin Varimax döndürme işlemi sonrasında ortaya çıkan faktör yük değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Rotasyon sonucu oluşan bileşenler matrisi tablosu		
	Faktör Yapısı	
	Sosyal Damgalanma	Kendini Damgalama
1	,85	
2	,84	
3	,76	
4	,67	
5	,66	
6		,77
7		,75
8		,69
9		,64

Tablo 1. incelendiğinde, EPYATÖ'nün sosyal damgalanma alt boyutu için beş madde; kendini damgalama alt boyutu ise dört madde olmak üzere toplam dokuz maddeden oluşan iki faktörlü bir yapı olduğu ortaya çıkmıştır. Sosyal damgalanma alt boyutuna ait maddelerin ,66 ve ,85 arasında faktör yük değerlerine sahip olduğu; kendini damgalama alt boyutuna ait maddelerin ise ,64 ve ,77 arasında değişen faktör yük değerlerine sahip olduğu gözlenmektedir.

Tablo 2. Döndürme sonrası açıklanan toplam varyans tablosu						
Faktörler	Başlangıç Öz-değerleri			Kare Yüklerinin Ekstraksiyon Toplamları		
	Toplam Öz-değer	Varyans Yüzdeleri	Birikimli Yüzde	Toplam Öz-değer	Varyans Yüzdeleri	Birikimli Yüzde
1	4,24	47,06	47,06	4,24	47,06	47,06
2	1,22	13,50	60,56	1,22	13,50	60,56

Tablo 2. incelendiğinde, EPYATÖ toplam varyansın 60,56'sını açıklamaktadır. Elde edilen bulgular ölçeğin iki boyutlu, en az % 1 öz-değerden oluştuğu ve % 5 varyansa sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğe ilişkin Şekil 1'de bulunan yamaç-birikinti grafiği incelendiğinde iki noktada eğik kırılmaların olduğu görülmektedir. Bu durum döndürme sonrası elde edilen bulguların birbiriyle örtüştüğünü göstermektedir.

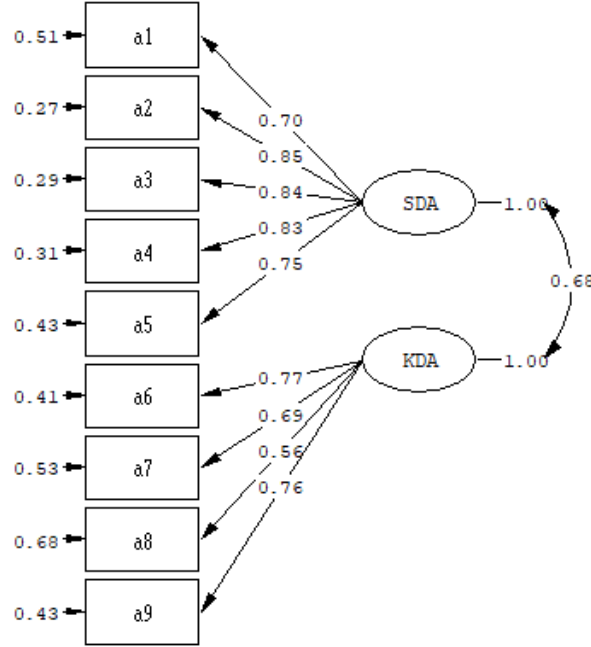


Şekil 1. Yamaç-birikinti grafiği

Şekil 1. incelendiğinde ikinci faktörden sonra yatay bir çizginin olması ölçeğin iki faktörden oluştuğu şeklinde değerlendirilebilir.

Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA)

Bu çalışmada AFA sonucunda belirlenen ölçeğin yapısını doğrulanıp doğrulanmadığını ortaya koymak için DFA yapılmıştır.



Chi-Square=91.42, df=26, P-value=0.00000, RMSEA=0.072

Şekil 2. EPYATÖ DFA path diyagramı

*SDA: Sosyal Damgalanma; KDA: Kendini Damgalama

Şekil 2. incelendiğinde, ölçek 2 alt boyut ve 9 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin uyum indeksleri ($\chi^2 = 91,42$ $sd=26$; $\chi^2/sd = 3,51$; $p=0$; $CI = ,040-.056$; $NFI = ,98$; $CFI = ,98$; $RFI = ,97$; $GFI = ,96$; $SRMR = ,046$; $RMSEA = ,072$) olarak bulunmuştur. Ölçeğin uyum indekslerinin kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmektedir (Kline 2014). Hata varyansları ve t değerlerinin anlamlı olduğu görülmektedir. T değerleri incelendiğinde tüm maddelerin ,05 düzeyinde anlamlı olduğu söylenebilir.

Ölçüt Bağıntılı Geçerlik

Bu çalışmada EPYATÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliği için PYATÖ kullanılmıştır. Buna ilişkin ortaya çıkan korelasyon katsayıları Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Ölçüt bağıntılı geçerliğe ait korelasyon katsayıları	
EPYATÖ	PYATÖ
Sosyal Damgalanma	,92*
Kendini Damgalama	,83*
Toplam Puan	,71*

* $p < .05$, **EPYATÖ: Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Tutumu Ölçeği; PYATÖ, Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği

Tablo 3 incelendiğinde. EPYATÖ'nün toplam puanı ile sosyal damgalanma, kendini damgalama ve PYATÖ arasındaki korelasyon katsayıları sırasıyla ,71; ,92 ve ,83 olarak ortaya çıkmıştır. Bu bulgu, ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğinin sağlandığını göstermektedir (Büyükoztürk 2012).

Ölçeğe İlişkin Güvenirlilik Analizleri

Bu araştırmada EPYATÖ'nün iç tutarlılığına ait analiz sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Cronbach alpha ve iki yarı test (Sperman Brown) analizleri			
Faktörler	Madde sayısı	Cronbach Alpha	İki Yarı Test
Sosyal Damgalanma	5	,85	,83
Kendini Damgalama	4	,73	,71
Toplam	9	,86	,71

Tablo 4 incelendiğinde, ölçeğin toplamı, sosyal damgalanma ve kendini damgalamaya ait iç tutarlık katsayısı sırasıyla ,86; ,85 ve ,73 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe ait iki yarı güvenirlik katsayısı ise ölçeğin toplamı için ,71; sosyal damgalanma ve kendini damgalama için sırasıyla ,83 ve ,71 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen güvenirlik katsayılarının ,70'in üzerinde olması, ölçeğin yeterli düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk 2012). Bu araştırmada EPYATÖ için AVE ve CR değerleri incelenmiştir. Sosyal damgalanma alt boyutu için AVE değeri ,58; kendini damgalama alt boyutu için ,51 olarak bulunmuştur. CR değeri ise altboyutlar için sırasıyla ,86 ve ,81 olarak bulunmuştur. AVE değerinin ,50'den yüksek, CR değerinin ,70 üzerinde olması yakınsak geçerlik koşulunun sağlandığını göstermektedir (Fornell ve Larcker 1981; Hair ve ark. 2010).

Çalışma 2 (EPYANÖ'ye İlişkin Analizler)

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA)

Bu çalışmada EPYANÖ'nün faktör yapısını belirlemek amacıyla AFA yapılmıştır. Verilerin analiz için uygunluğuna karar vermek için KMO değeri ile Barlett Küresellik testleri kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, KMO değeri ,96 ve Barlett testi χ^2 değeri 9892,34 ($p < ,01$) olarak hesaplanmıştır. Bu değerlere göre örneklem büyüklüğünün yeterli düzeyde olduğu ve verilerin AFA yapmaya uygun aralıkta olduğu değerlendirilmektedir (Büyüköztürk 2012). Bu çalışma temel bileşenler analizi kullanılmıştır. Temel bileşenler analizi tekniğinde faktöre ait öz değerin en az % 1 olan ve yamaç birikinti eğrisinin yatay olduğu faktörleri değerlendirmektedir. Aynı zamanda faktörlerin açıklanan toplam varyansa katkısının en az % 5 düzeyinde olması gerekir (Field. 2013). Madde faktör yükleri için ,40 değeri ölçüt alınmıştır (Kozak 2017). AFA ile elde edilen bulgular sonucunda birbiriyle yüksek düzeyde ilişkisi olan maddelerin faktör yapısını ortaya koymak için dik faktör rotasyonu yapılmıştır (Field 2013).

Faktör Rotasyonu (Eksen Döndürmesi)

Bu aşamada ölçeğin kaç faktörden oluştuğu belirlendikten sonra faktör analizi işlemi tekrar yapılmıştır. Bu işlem yapılırken dik döndürme yöntemlerinden varimax kullanılmıştır. Bu işlem sonucunda binişik maddelerin olduğu görülmüştür. Daha sonra binişik maddeler veri setinden çıkarılarak döndürme işlemi tekrar yapılmıştır. Böylece öz değeri 1'den büyük 9 madde ve 2 faktörden oluşan bir yapı belirlenmiştir. Ölçek maddelerine ilişkin Varimax döndürme işlemi sonrasında ortaya çıkan faktör yükleri Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5. Rotasyon sonrası oluşan bileşenler matrisi tablosu			
Maddeler	Faktör Yapısı		
	OSZD	KSG	OSDC
3	,761		
10	,736		
11	,725		
12	,674		
13	,639		
14	,621		
15	,591		
16	,582		
21	,569		
1		,776	
2		,707	
4		,705	
5		,642	
6		,627	
7		,613	
8		,584	
9		,547	
19		,501	
17			,789
18			,735
20			,639
22			,620

KSG: Kişisel Sosyal Gelişim; OSZD: Olumsuz Duygular; OSD: Olumsuz Düşünceler

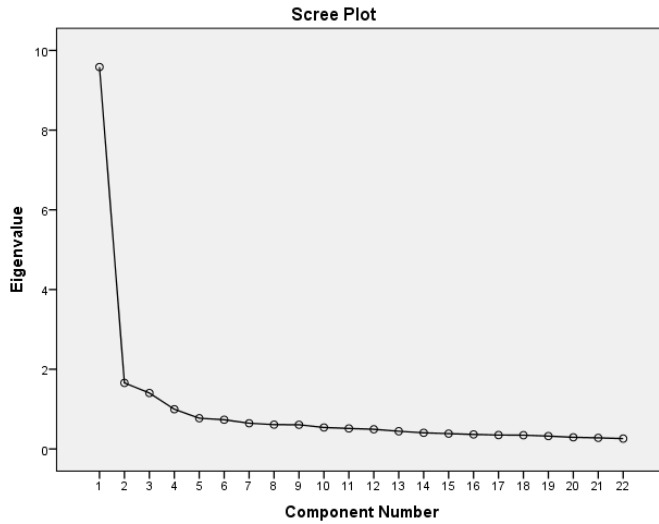
Tablo 5. incelendiğinde EPYANÖ OSZD alt boyutuna ilişkin maddelerin ,57 ile ,76; KSG alt boyutuna ilişkin maddelerin ,50 ile ,78; OSD alt boyutuna ilişkin maddelerin ,62 ile ,79 arasında faktör yük değerlerine sahip olduğu görülmektedir.

Faktör Rotasyonu (Eksen döndürmesi)

Ölçekle ilgili faktör sayısı belirleme işleminden sonra faktör yüklerinin yapısının daha iyi anlaşılması döndürme işlemi yapılmıştır. Bu işlem sonucunda 22 madde ve 3 faktörden oluşan bir yapı ortaya çıkmıştır. Varimax döndürme işlemi sonrasında ortaya çıkan faktör yükleri Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Döndürme sonrası açıklanan toplam varyans tablosu						
Faktörler	Başlangıç Öz-değerleri			Kare Yüklerinin Ekstraksiyon Toplamları		
	Toplam Öz-değer	Varyans Yüzdeleri	Birikimli Yüzde	Toplam Öz-değer	Varyans Yüzdeleri	Birikimli Yüzde
1	9,58	43,56	43,56	9,58	43,56	43,56
2	1,66	7,54	51,10	1,66	7,54	51,10
3	1,40	6,38	57,48	1,40	6,38	57,48
4	,90	4,2				
5	,77	3,5				

Tablo 6. incelendiğinde EPYANÖ toplam varyansın 57.48'sini açıklamaktadır. Elde edilen bulgulara göre, ölçeğin 3 boyutlu, en az % 1 öz-değerden oluştuğu ve % 5 düzeyinde varyansa sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Ölçeğe ilişkin Şekil 4'te bulunan yamaç-birikinti grafiği incelendiğinde 3 noktada eğik kırılmaların olduğu görülmektedir. Bu durum döndürme sonrası elde edilen bulguların birbiriyle örtüştüğünü göstermektedir.



Şekil 4. Yamaç-birikinti grafiği

Şekil 4. incelendiğinde 3.faktörden sonra yatay bir çizginin olması ölçeğin 3 faktörden oluştuğu şeklinde değerlendirilebilir.

Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA)

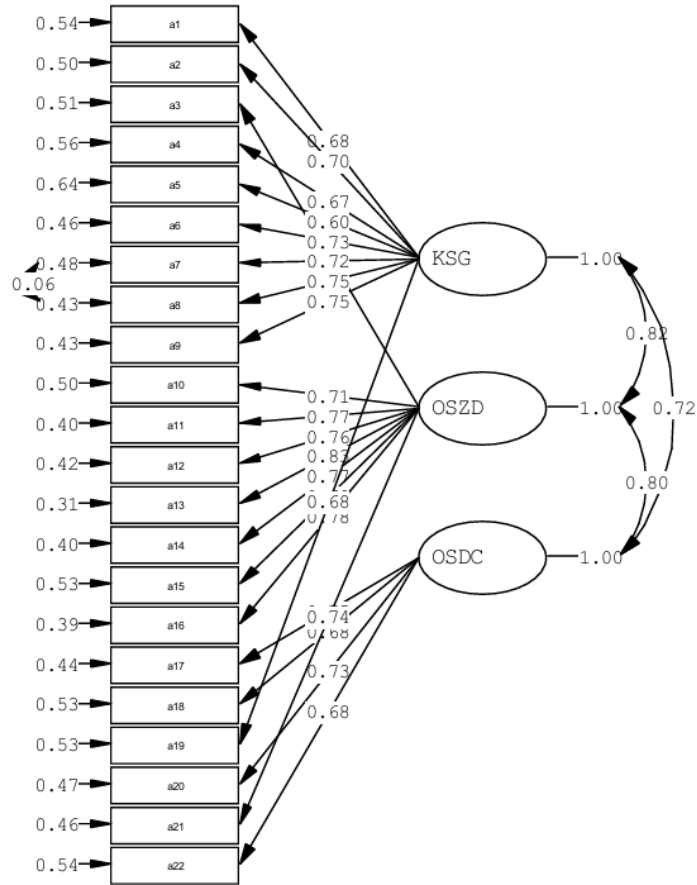
Bu çalışmada AFA sonucunda belirlenen ölçeğin yapısını doğrulanıp doğrulanmadığını ortaya koymak için DFA yapılmıştır.

Şekil 5. İncelendiğinde, ölçek 3 alt boyut ve 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin uyum indeksleri ($\chi^2 = 777,88$; $sd=205$; $\chi^2 / sd = 3,79$; $P=0$; $CI = ,071-.082$; $NFI = ,97$; $CFI = ,98$; $RFI = ,96$; $GFI = ,90$; $SRMR = ,051$; $RMSEA = ,076$) olarak bulunmuştur. Ölçeğin uyum indekslerinin kabul edilebilir aralıkta olduğu görülmektedir (Kline 2014). Hata varyansları ve t değerlerinin anlamlı olduğu görülmektedir. T değerleri incelendiğinde tüm maddelerin ,05 düzeyinde anlamlı olduğu söylenebilir.

Ölçüt Bağıntılı Geçerlik

Bu çalışmada EPYANÖ'nün ölçüt geçerliğini saptamak için PYANE Ölçeği kullanılmıştır. Bu sonuçlara ait bulgular Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. incelendiğinde, EPYANÖ'nün OZSD, KSG, OSDC alt boyutlarının PYANE ile korelasyon katsayı değerleri sırasıyla ,93; ,90 ve ,73 olarak belirlenmiştir. Bu bulgu, ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğinin sağlandığını göstermektedir (Büyüköztürk 2012).



Chi-Square=822.52, df=205, P-value=0.00000, RMSEA=0.079

Şekil 5. EPYANÖ DFA path diyagramı

KSG: Kişisel Sosyal Gelişim; OSZD: Olumsuz Duygular; OSDC: Olumsuz Düşünceler

Tablo 7. Ölçüt bağıntılı geçerliğe ilişkin sonuçlar

EPYANÖ	PYANE
OSZD	,93*
KSG	,90*
OSDC	,73*

*P<.05, EPYANÖ: Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Niyetini Belirleme Ölçeği; PYANE: Psikolojik Yardım Alma Envanteri; KSG: Kişisel Sosyal Gelişim; OSZD: Olumsuz Duygular; OSDC: Olumsuz Düşünceler

Ölçeğe İlişkin Güvenirlik Analizleri

Bu araştırmada EPYANÖ iç tutarlılığına ilişkin katsayıları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8. Cronbach alpha ve iki yarı test (Sperman Brown) analizleri

Faktörler	Madde Sayısı	Cronbach Alpha	İki Yarı Test
OSZD	9	,91	,90
KGS	9	,89	,85
OSDC	4	,77	,80

KSG: Kişisel Sosyal Gelişim; OSZD: Olumsuz Duygular; OSDC: Olumsuz Düşünceler

Tablo 8. incelendiğinde olumsuz duygularla ilgili sorunlar, kişisel ve sosyal gelişim, olumsuz düşüncelerle ilgili sorunlar ve iç tutarlık katsayısı sırasıyla ,91; ,89 ve ,77 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe ait iki yarı güvenirlik katsayısı ise sırasıyla ,90; ,85 ve ,80 olarak hesaplanmıştır. Elde edilen güvenirlik katsayılarının ,70’in üzerinde olması, ölçeğin yeterli düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk 2012). Bu araştırmada EPYANÖ için AVE ve CR değerleri incelenmiştir. olumsuz duygularla ilgili sorunlar alt boyutu için AVE değeri ,44; kişisel ve sosyal gelişim alt boyutu için ,41; olumsuz düşüncelerle ilgili sorunlar alt boyutu için ,49 olarak bulunmuştur. CR değeri ise alt boyutlar için sırasıyla ,86; ,85 ve ,79 olarak bulunmuştur. AVE değerinin ,50’den yüksek, CR değerinin ,70 üzerinde olması yakınsak geçerlik koşulunun sağlandığını göstermektedir (Fornell ve

Larcker 1981, Hair ve ark. 2010). Ancak alan yazında AVE değerinin 0,40 ile 0,50 arasında olması da kabul edilmektedir (Huang ve ark. 2013).

Tartışma

Alan yazında psikolojik yardım arama davranışını ölçmeye yönelik çeşitli ölçekler bulunmakla birlikte, bu araçların çoğu yetişkin ve üniversite öğrencileri örneklemiyle geliştirilmiştir. Örneğin, Acun-Kapıkıran ve Kapıkıran (2013) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Psikolojik Yardım Aramada Kendini Damgalama Ölçeği, yalnızca kendini damgalama boyutunu içermekte ve üniversite öğrencilerine yönelik olarak geliştirilmiştir. Bu ölçeğin tek boyutlu yapısı, ergenlerin yaşadığı sosyal damgalanmayı kapsam dışında bırakmaktadır. Yine, Topkaya (2011) tarafından uyarlanan Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği, sosyal damgalamayı ele almasına karşın üniversite örneklemine dayalıdır ve tek boyutludur. Ergen örneklemiyle geliştirilen sınırlı sayıda çalışmalardan biri olan Şahin-Baltacı (2012) Profesyonel Psikolojik Yardım Aramaya Yönelik Tutum Ölçeği, lise öğrencilerine yönelik hazırlanmış tek ölçek olmakla birlikte; yalnızca psikolojik yardıma inanç ve güven, yardım almaya kapalılık ve danışma sürecine yönelik inançsızlık alt boyutlarını kapsamaktadır. Bu yapı, damgalanma ya da gelişimsel özellikleri doğrudan içermemektedir. Benzer biçimde, Uzun ve ark. (2020) tarafından geliştirilen Ergenler için Psikolojik Zihinlilik Ölçeği içerisinde yer alan psikolojik yardım arama alt boyutu, sadece beş maddeden oluşmakta ve bu haliyle psikolojik yardım alma tutumunu değerlendirmede sınırlı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, Ersoy ve Varan (2007) tarafından geliştirilen Ruhsal Hastalıklarda İçselleştirilmiş Damgalanma Ölçeği ise yalnızca ruhsal hastalıklar bağlamında yetişkin bireylerin içselleştirilmiş damgalanma düzeyini ölçmektedir. Alan yazındaki mevcut ölçme araçları göz önünde bulundurulduğunda, EPYATÖ ve EPYANÖ'nün, psikolojik yardım arama süreçlerini ölçmeye yönelik özgün ve kapsamlı yapılarıyla literatürdeki önemli bir gereksinimi karşıladığı söylenebilir.

EPYATÖ, ergenlerin psikolojik yardım alma sürecine yönelik algılarını sosyal damgalanma ve kendini damgalama bağlamında ölçeklen; EPYANÖ, yardım alma niyetini bilişsel, duygusal ve gelişimsel boyutlarla ölçmektedir. Bu yapıların her ikisi de, özellikle ergenlik döneminin psiko-sosyal özellikleri ile uyumlu bir şekilde geliştirilmiş ve DFA kabul edilebilir düzeyde model uyumu göstermiştir. Açıklanan varyans oranlarının % 57'nin üzerinde olması ve Cronbach alfa katsayılarının ,70'in üzerinde bulunması, ölçeklerin hem geçerli hem de güvenilir araçlar olduğunu desteklemektedir. Elde edilen bulgular, psikolojik yardım alma davranışının yalnızca bireyin içsel eğilimlerinden değil, aynı zamanda sosyal çevre tarafından algılanan damgalama düzeyinden de etkilendiğini göstermektedir. Ergenlik döneminin kimlik kazanımı ve sosyal onay arayışı ile karakterize olduğu düşünüldüğünde, bu dönemde kendini damgalama ile sosyal damgalanmanın yardım alma davranışı üzerinde belirleyici bir rol oynadığı söylenebilir. Geliştirilen ölçekler, ergenlerin psikolojik yardım alma süreçlerine ilişkin daha derinlemesine analiz yapılmasına olanak sunmaktadır.

Araştırmamızın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmamızın sadece 9., 10. ve 11. sınıf öğrencileriyle sınırlandırılması, sonuçların 12. sınıf öğrencilerine ve diğer yaş gruplarına genellenilebilirliğini kısıtlamaktadır. Üniversite sınavına hazırlık gibi kaygı düzeyi yüksek durumların yardım arama tutumunu etkileyebileceği düşünülmektedir. Ayrıca araştırma örneklemi belirli bir bölgeyle sınırlı kalmıştır; bu durum kültürel, sosyo-ekonomik ve bölgesel farklılıkların etkisini değerlendirmeyi engelleyebilir. Gelecek araştırmalarda farklı illerden ve kültürel çevrelerden daha geniş örneklemlerle ölçme araçlarının güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılabilir. EPYATÖ ve EPYANÖ, ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetini ölçmeye yönelik olarak geliştirilmiş Türk kültürüne özgü ve psikometrik açıdan güçlü araçlar olarak alan yazına önemli bir katkı sağlamaktadır. Bu ölçekler, hem akademik araştırmalarda hem de okul psikolojik danışmanlarının ve ruh sağlığı uzmanlarının uygulamalarında kullanılabilecek niteliktedir. Yardım aramaya yönelik damgalanmanın azaltılmasına ve psikolojik yardım hizmetlerinin ergenlere daha etkili ulaştırılmasına katkı sunabileceği düşünülmektedir.

Sonuç

Ergenlerin erken dönemde psikolojik yardım alma tutum ve niyetinin belirlenmesi, ergenlere yönelik yürütülecek ruh sağlığı hizmetleri açısından büyük önem taşımaktadır. Bu açıdan ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetlerine ilişkin ölçme araçları geliştirilmiştir. Söz konusu ölçeklerin, ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetlerini belirleyebilecek nitelikte olduğu ve bu alanda yapılacak çalışmalara önemli katkılar sağlayacağı değerlendirilmektedir. Bu kapsamda geliştirilen ölçeklerin AFA ve DFA ile geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, ölçme araçlarının ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetlerini ölçebilecek yapıda olduğu söylenebilir. EPYATÖ 9 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Sosyal damgalanma alt boyutu 1., 2., 3., 4. ve 5. maddelerini; kendini damgalama alt boyutu ise 6., 7., 8. ve 9. maddelerini kapsamaktadır. Bu ölçekten alınan yüksek puanlar, psikolojik yardım almaya yönelik

olumsuz tutumların olduğu şeklinde yorumlanmaktadır. EPYANÖ ise 22 madde ve 3 altboyuttan oluşmaktadır. Olumsuz duygularla ilgili sorunlar alt boyutu 3., 10., 11., 12., 13., 14., 15., 16. ve 21. maddelerini; kişisel ve sosyal gelişim alt boyutu 1., 2., 4., 5., 6., 7., 8., 9. ve 19. maddeleri; olumsuz düşüncelerle ilgili sorunlar alt boyutu ise 17., 18., 20. ve 22. maddelerini kapsamaktadır. Ölçeğin alt boyutlarından yüksek puan alınması psikolojik yardım alma niyetine ilişkin o alt boyutun yüksek olduğu şeklinde yorumlanmaktadır. Türkiye’de ergenlerin psikolojik yardım alma tutum ve niyetine yönelik geçerli ve güvenilir ölçme araçlarının sınırlı olması, geliştirilen ölçeklerin alan yazına ve uygulamaya özgün katkılar sunacağını göstermektedir. Ölçeklerin, okul temelli rehberlik hizmetlerinin planlanması, önleyici müdahale programlarının geliştirilmesi ve ergen ruh sağlığının desteklenmesi süreçlerinde etkili bir değerlendirme aracı olarak kullanılabileceği değerlendirilmektedir.

Kaynaklar

- Acun-Kapıkıran N, Kapıkıran Ş (2013) Psikolojik yardım aramada kendini damgalama ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4:131-141.
- Aluede O, Imhonde H, Eguavoen A (2006) Academic, career and personal needs of Nigerian university students. *Journal of Instructional Psychology*, 33:50-57.
- Aras E (2024) Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım alma tutumunun yordayıcıları olarak kendini damgalama, sosyal damgalanma ve kendini açma. *Journal of Psychometric Research*, 2:1-7.
- Arslandaş H, Dereboy İF, Aştı N, Pektekin Ç (2011) Yetişkinlerde profesyonel psikolojik yardım arama tutumu ve bunu etkileyen faktörler. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 12:17-23.
- Bilge A, Çam MO (2010) Ruhsal hastalığa yönelik damgalama ile mücadele. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 9:71-78.
- Büyüköztürk Ş (2012) *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı* (16. baskı). Ankara, Pegem Akademi.
- Creswell JW (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA, Sage.
- Demir-Kaya M, Kaya F (2024) School burnout in adolescents: what are the roles of emotional autonomy and setting life goals) *Asia Pac J Couns Psychother*, 15:4-15.
- Erkek A, Uzun A, Emre M (2021) Orta ergenlik dönemindeki futbolcularda yaşın sürat performansına etkisi. *Sportive*, 4:57-68.
- Ersoy MA, Varan A (2007) Ruhsal hastalıklarda içselleştirilmiş damgalanma ölçeği Türkçe formu’nun güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Derg*, 18:163-171.
- Field A (2013) *Discovering Statistics Using IBM SPSS* (4th ed.). Thousand Oaks, CA, Sage.
- Fischer EH, Farina A (1995) Attitudes toward seeking professional psychological help: ashortened form and considerations for research. *J Coll Stud Dev*, 36:368-373.
- Fischer EH, Turner JL (1970) Development and research utility of an attitude scale. *J Consult Clin Psychol*, 35:79-90.
- Fornell C, Larcker DF (1981) Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics. *J Mark Res*, 18:382-388.
- Fry D, Messinger AM, Vaughan RI, Meghan K, O'Connor A, Palmetto N ve ark. (2014) Adolescent relationship violence: Help-seeking and help-giving behaviors among peers. *J Urban Health*, 91:320-334.
- Geldard K, Geldard D (2013) *Ergenler ve Gençlerle Psikolojik Danışma: Proaktif Yaklaşım* (Çev. Ed. Metin Pişkin). Ankara, Nobel Yayınları.
- Gulliver A, Griffiths KM, Christensen H (2010) Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people: a systematic review. *BMC Psychiatry*, 10:113.
- Hair JF, Black WC, Tatham RL, Anderson RE (2010) *Multivariate Data Analysis*. Upper Saddle River, NJ, Prentice Hall.
- Huang CC, Wang YM, Wu TW, Wang PA (2013) An empirical analysis of the antecedents and performance consequences of using the moodle platform. *Int J Inf Educ Technol*, 3:2-217.
- Kozak M (2017) *Veri Analizi. Bilimsel Araştırma: Tasarım, Yazım ve Yayım Teknikleri*. Ankara, Detay Yayıncılık.
- Kline P (2014) *An Easy Guide to Factor Analysis* (6th ed.). New York, Routledge.
- Larson JE, Corrigan PW (2010) Psychotherapy for self-stigma among rural clients. *J Clin Psychol*, 66:524-536.
- Ocakçı AF, (2015) Ergenlik dönemi özellikleri. In *Yetişkinliğe Bir Adım Kala Ergen Sağlığı* (Eds AF Ocakçı, F Üstüner Top):1-7. Ankara, Göktuğ Basım.
- Odacı H, Kaya F, Aydın F (2023) Does educational stress mediate the relationship between intolerance of uncertainty and academic life satisfaction in teenagers during the COVID-19 pandemic?. *Psychol Sch*, 60:1514-1531.
- Onar G, Odabaş İS, Canbolat Z (2021) Adolesan döneminin psikolojik profili, sorunları ve koruyucu sağlık hizmetleri. *Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Dergisi*, 2:52-66.
- Rickwood D, Deane FP, Wilson CJ, Ciarrochi J (2005) Young people’s help-seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health*, 4:218-251.
- Rothi DM, Leavey G (2006) Mental health help-seeking and young people: a review. *Pastor Care Educ*, 24:4-13.

- Saföz-Güven İG, Güçray S (2013) Ergenlerin psikolojik belirtileri ve genel sağlık örüntüleri. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 30:119–136.
- Savi-Çakar F, Girgin M, Uzun K (2020) Ergenlerin intihar girişimlerinde risk faktörleri ve psikolojik yardım alma durumlarının incelenmesi. International Social Sciences Studies Journal, 6:3599–3618.
- Sezer F, İşgör İY (2010) İlköğretim ve ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerin problem alanlarının tespiti (Erzurum ili örneği). Milli Eğitim Dergisi, 39:235–247.
- Şahin-Baltacı H (2012) Developing an attitude scale toward seeking psychological help for secondary students. Eurasian Journal of Educational Research, 47:59–76.
- Tabachnick BG, Fidell LS (2007) Using Multivariate Statistics (5th ed.) Boston, Allyn and Bacon.
- Tanrıöğen A (2014) Bilimsel Araştırma Yöntemleri (4. baskı). Ankara, Anı Yayıncılık.
- Topkaya N (2011) Psikolojik yardım alma niyetinin sosyal damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yarar, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi (Doktora tezi). İzmir, Ege Üniversitesi.
- Topkaya N (2014) Psikolojik yardım alma niyetini yordamada demografik, bireysel ve çevresel faktörler. Türk Psikoloji Dergisi, 29:1–11.
- Topkaya N, Meydan B (2013) Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3:25–37.
- Uzun K, Tagay Ö, Karataş Z (2020) Ergenler için psikolojik zihinlilik ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 16:322–342.
- Vogel DL, Bitman RL, Hammer JH, Wade NG (2013) Is stigma internalized? The longitudinal impact of public stigma on self-stigma. J Couns Psychol, 60:311–316.
- Vogel DL, Wade NG, Haake S (2006) Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. J Couns Psychol, 53:325–337.
- Wahto RS, Swift JK, Whipple JL (2016) The role of stigma and referral source in predicting college student-athletes' attitudes toward psychological help-seeking. J Clin Sport Psychol, 10:85–98.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olunduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.

Ek 1. Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Tutumunu Belirleme Ölçeği (EPYATÖ)

Yönerge

Aşağıda psikolojik yardım arama tutumu ile ilgili maddelerde yer almaktadır. Veriler bilimsel amaçla kullanılacaktır. Cevaplarınız kesinlikle başkalarıyla paylaşılmayacaktır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını (X) işaretleyerek belirtiniz. Yardımınız için teşekkür ederim.

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Bazen katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1	Ruhsal sorunlarımın olduğunun anlaşılması beni rencide eder.	1	2	3	4	5
2	Başkaları psikolojik yardım aldığımı öğrenirse beni ayıplayacaklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
3	Psikolojik yardım aldığım bilirse itibarımın zedeleneceğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
4	Psikolojik yardım aldığım bilirse toplumda "deli/hasta" damgası yerim.	1	2	3	4	5
5	Psikolojik yardım aldığım bilirse, arkadaşlarım benden uzaklaşır.	1	2	3	4	5
6	Psikolojik yardım alan insanlar zayıf bir kişiye sahiptir.	1	2	3	4	5
7	Hayatımın bir anında yaşadığım problemlerden dolayı ruh sağlığı uzmanına gitmek kötü bir seçenektir.	1	2	3	4	5
8	Psikolojik sorunlarımla yüzleşmekten korkuyorum.	1	2	3	4	5
9	Yaşadığım sorunları çözememekten dolayı psikolojik yardım almayı kendime yakıştıramam.	1	2	3	4	5

Puanlama

Kesinlikle katılmıyorum, (1 puan); Katılmıyorum ,(2 puan); Bazen katılıyorum, (3 puan); Katılıyorum (4 puan); Kesinlikle katılıyorum (5 puan) olarak puanlanmaktadır.

Sosyal Damgalanma: 1, 2, 3, 4, 5, maddeler

Kendini Damgalama: 6, 7, 8, 9, maddeler

EPYATÖ maddeleri 1 ve 5 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 9 ile 45 arasında değişmektedir. EPYATÖ'den elde edilen yüksek puanlar, bireylerin psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarının olumsuz olduğunu göstermektedir.

Ek 2. Ergenlerin Psikolojik Yardım Alma Niyetini Belirleme Ölçeği (EPYANÖ)

Yönerge

Aşağıda, insanların bir uzmandan (psikolojik danışman, psikolog, psikiyatrist vb.) psikolojik yardım aldığı başlıca sorunların bir listesi verilmiştir. Bu sorunları siz yaşarsanız, bir uzmandan psikolojik yardım alma olasılığınız ne olur? Bir uzmandan psikolojik yardım alma olasılığınızı, lütfen her sorunun karşısında bulunan numaralardan birini yandaki düzeylere göre işaretleyerek belirtiniz.

		Kesinlikle yardım almam	Yardım almam	Yardım alırım	Kesinlikle yardım alırım
1	Kendimi tanıma	1	2	3	4
2	Özgüvenimi artırma	1	2	3	4
3	Kaygılarla başa çıkma	1	2	3	4
4	Karar alabilme	1	2	3	4
5	Ailevi sorunlara çözüm bulma	1	2	3	4
6	Arkadaşlık ilişkilerini geliştirme	1	2	3	4
7	Okuldaki uyum sorunları	1	2	3	4
8	Sosyal ilişkileri geliştirme	1	2	3	4
9	Değersizlik duygularıyla baş edebilme	1	2	3	4
10	Üzüntü duygusunu atlatma	1	2	3	4
11	Yaşam enerjisinin düşmesi	1	2	3	4
12	Olumsuz yaşam olayları	1	2	3	4
13	Umutsuzluğa kapılma	1	2	3	4
14	Çaresizlik	1	2	3	4
15	Dikkat dağınıklığı	1	2	3	4
16	Huzursuzluk hissetme	1	2	3	4
17	Kendisine ve başkasına zarar verme düşünceleri	1	2	3	4
18	Mükemmeliyetçilik düşüncelerini azaltma	1	2	3	4
19	Duyguları ifade etme	1	2	3	4
20	Yineleyici ölüm düşünceleri	1	2	3	4
21	Sıkıntı veren anıları ve düşünceleri hatırlama	1	2	3	4
22	Sağlıkla ilgili sürekli kaygı duyma	1	2	3	4

Puanlama

Kesinlikle yardım almam, (1 puan); Yardım almam ,(2 puan); Yardım alırım, (3 puan); Kesinlikle yardım alırım (4 puan) olarak puanlanmaktadır.

Olumsuz Duygularla İlgili Sorunlar: 3,10,11,12,13,14,15,16,21, maddeler

Kişisel ve Sosyal Gelişim: 1,2,4,5,6,7,8,9,19. maddeler

Olumsuz Düşüncelerle İlgili Sorunlar: 17,18,20,22. maddeler

EPYANÖ maddeleri 1 ve 4 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanlar 22 ile 88 arasında değişmektedir. EPYANÖ'den elde edilen yüksek puanlar, bireylerin psikolojik yardım almaya yönelik niyetlerinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.