



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS
ÖĞRENCİLERİNİN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARINA GÖRE
PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Nuri BEYAZYÜZ

Danışman: Doç. Dr. GÜL ERYILMAZ

İSTANBUL – 2017

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK
LİSANS ÖĞRENCİLERİNİN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ
ŞEMALARINA GÖRE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA
İLİŞKİN TUTUMLARININ İNCELENMESİ**

Nuri BEYAZYÜZ

154102001

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman: Doç. Dr. GÜL ERYILMAZ

İSTANBUL – 2017



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102001
Öğrenci Adı Soyadı	: Nuri Beyazyüz
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Doç. Dr. Gül Eryılmaz
Tezin Başlığı	: Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencilerinin Erken Dönem Uyumsuz Semalarına Göre Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlarının İncelenmesi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 11/11/2017	Saati	: 11:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUĞU</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.</p>			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi. <input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p><input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.</p>			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Doç. Dr. Gül Eryılmaz	
Üye	Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar	
Üye	Doç. Dr. Korut Uluçan	

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencilerinin Erken Dönem Uyumsuz Şemalarına Göre Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlarının İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları, her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih 11/11/2017

Nuri BEYAZYÜZ

ÖNSÖZ

Yapmış olduğum bu çalışmada her türlü bilgi ve tecrübeleriyle bana yol gösteren danışman hocam Doç. Dr. Gül ERYILMAZ'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Bugünlere gelmemde koşulsuz bir şekilde beni destekleyen başta aileme ve arkadaşlarım Rıdvan KORKMAZ, Cevdet ERTUNÇ, Osman ÖZBEK ve Mahmut AKYIL'a sonsuz sevgi, saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

İki yıllık yüksek lisans eğitimimde bilgi ve birikimlerini derslerde ve ders aralarında paylaşan Üsküdar Üniversitesi akademik kadrosuna ve özellikle Yrd. Doç. Dr. Mahir YEŞİLDAL, Uzm. Psk. Gülçin ŞENYUVA ve Uzm. Psk. Yıldız BURKOVİK'e teşekkür ederim.

ÖZET

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS ÖĞRENCİLERİNİN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARINA GÖRE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Bu araştırmada, klinik psikoloji yüksek lisans eğitimine devam eden kişilerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ile erken dönem uyumsuz şemaları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmektedir. Ayrıca kişilerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ile erken dönem uyumsuz şemalarının demografik bilgilere göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmaktadır. Araştırma modeli betimsel ve ilişkiyel tarama modeli tercih edilmiştir. Araştırmaya 99 klinik psikoloji yüksek lisans öğrencisi birey katılmış olup, katılımcıların yaşları 23-44 arasında olup, ortalaması 26,6'dır. Araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği ve Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum ile toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde çıkarımsal istatistikler çerçevesinde Bağımsız Örneklem T-Testi, ANOVA ve Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgulara göre öğrencilerin duygusal yoksunluk, başarısızlık, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şema alanları ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterirken karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, onay arayıcılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda ve cezalandırılma şema alanına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Ayrıca öğrencilerin kusurluluk ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterirken duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, tehditler karşısında dayanıksızlık ve

yüksek standartlar şema alanlarına ait daha önce puanlarının psikolojik yardım alma durumuna göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Anahtar Sözcükler: Üniversite öğrencileri, psikolojik tutumlar, erken dönem uyumsuz şemalar



ABSTRACT

INVESTIGATION OF RELATIONSHIP BETWEEN EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS AND ATTITUDES TOWARD SEEKING PROFESSIONAL PSYCHOLOGICAL HELP OF CLINICAL PSYCHOLOGY MASTER STUDENTS IN ÜSKÜDAR UNIVERSITY

In this study, it is examined whether there is a meaningful relationship between the attitudes of psychological graduate students attending graduate education to psychological assistance and early incompatible schemes. It is also being investigated whether the attitudes of persons to seek psychological help differ according to the demographic information of early incompatible schemes. Descriptive and relational screening model was preferred. 99 clinical psychology graduate students participated in the research, and their ages ranged from 23 to 44, with an average of 26,6. The data of the study were collected by the Personal Information Form, the Young Scale Scale and the Attitude Toward Psychological Aid. Independent samples T-test, ANOVA and Pearson Correlation analysis were used in the analysis of the obtained data in the framework of inferential statistics.

According to the results of the analyzes performed, it was found that the students' attitudes towards emotional deprivation, failure, emotional repression, intertwining / dependence, abandonment, imperfection, resistance to threats and attitudes towards high standards schema and psychological help differed significantly by sex, social isolation / insecurity, seeking approval, privilege / insufficient self-control, self-sacrifice and punishment were not significantly different according to sex.

In addition, emotional withdrawal, failure, pessimism, social isolation / insecurity, suppression of emotions, seeking approval, intertwining / dependence, privilege / insufficient self-control, self-sacrifice, abandonment, and abandonment of students' attitudes towards impulsivity and psychological assistance, punishment,

lack of resistance to threats, and high standards of scoring were not different according to the level of previous psychological assistance.

Keywords: University student, psychological attitudes, early maladaptive schemas



İÇİNDEKİLER

	Sayfa
	No
ÖNSÖZ	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLolar LİSTESİ	xiii
KISALTMALAR ve SEMBOLLER LİSTESİ	xx
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1.PROBLEM.....	1
1.2.ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ.....	4
1.3.SINIRLILIKLAR.....	6
1.4.SAYILTILAR.....	6
BÖLÜM II	8
KURAMSAL ÇERÇEVE	8
2.1.ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR.....	8
2.1.1.Kopukluk Reddedilmişlik.....	8
2.1.2.Zedelenmiş Otonomi.....	10

2.1.3.Zedelenmiş Sınırlar	11
2.1.4.Diğerleri Yönelimlilik	11
2.1.5.Bastırılmışlık	12
2.2.PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMLARI	13
2.2.1.Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Tutumları.....	16
BÖLÜM III	20
YÖNTEM.....	20
3.1.ARAŞTIRMA MODELİ.....	20
3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM	20
3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	20
3.3.1.Sosyodemografik Veri Formu	21
3.3.2.Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği – Kısa Form	21
3.3.3.Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3	22
3.4.VERİLERİN TOPLANMASI.....	22
3.4.1. Veri Toplama Araçlarının Güvenilirliği.....	23
3.5.VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ VE YORUMLANMASI.....	25
BÖLÜM IV	27
BULGULAR	27
4.1. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ CİNSİYETE GÖRE İNCELENMESİ	28

4.2. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ YAŞA GÖRE İNCELENMESİ	32
4.3. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ GELİR DURUMUNA GÖRE İNCELENMESİ.....	36
4.4. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ DAHA ÖNCE PSİKOLOJİK YARDIM ALMA DURUMUNA GÖRE İNCELENMESİ41	
4.5. PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUMUN DEMOGRAFİK BİLGİLERE GÖRE İNCELENMESİ.....	45
4.6. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARI İLE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	48
4.7. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARI İLE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN CİNSİYETE GÖRE İNCELENMESİ.....	52
4.8. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARI İLE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DAHA ÖNCE PSİKOLOJİK YARDIM ALMA DURUMUNA GÖRE İNCELENMESİ	56
BÖLÜM V	62
TARTIŞMA SONUÇ	62
5.1.TARTIŞMA	62
5.3. SONUÇ	64
KAYNAKÇA	66
EKLER.....	70

EK 1 Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği.....	70
EK 2 Young Şema Ölçeği Kısa Form -3 Türkçe Formu Puanlama Anahtarı*.....	73
EK 3 Madde Analizi Sonuçları	79
ÖZGEÇMİŞ.....	92



TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Alt Ölçeklerin Cronbach's Alpha Sonuçları.....	23
Tablo 2. Normalliğin İncelenmesi.....	25
Tablo 3. Demografik Bilgiler	27
Tablo 4. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	28
Tablo 5. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	28
Tablo 6. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	28
Tablo 7. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	29
Tablo 8. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	29
Tablo 9. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	29
Tablo 10. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	29
Tablo 11. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	30
Tablo 12. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	30

Tablo 13. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	30
Tablo 14. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	31
Tablo 15. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	31
Tablo 16. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi.....	31
Tablo 17. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	31
Tablo 18. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi	32
Tablo 19. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	32
Tablo 20. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	32
Tablo 21. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi	33
Tablo 22. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi	33
Tablo 23. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	33
Tablo 24. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi	34

Tablo 25. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi	34
Tablo 26. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	34
Tablo 27. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	35
Tablo 28. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	35
Tablo 29. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	35
Tablo 30. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi	36
Tablo 31. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi	36
Tablo 32. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	36
Tablo 33. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	37
Tablo 34. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	37
Tablo 35. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	37
Tablo 36. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	38

Tablo 37. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	38
Tablo 38. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	38
Tablo 39. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	39
Tablo 40. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	39
Tablo 41. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	39
Tablo 42. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	40
Tablo 43. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	40
Tablo 44. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	40
Tablo 45. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	41
Tablo 46. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi	41
Tablo 47. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	41
Tablo 48. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	42

Tablo 49. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	42
Tablo 50. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi	42
Tablo 51. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi	43
Tablo 52. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	43
Tablo 53. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	43
Tablo 54. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	44
Tablo 55. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	44
Tablo 56. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	44
Tablo 57. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	44
Tablo 58. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	45

Tablo 59. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi	45
Tablo 60. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	45
Tablo 61. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi	46
Tablo 62. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	46
Tablo 63. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi.....	46
Tablo 64. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	47
Tablo 65. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi	47
Tablo 66. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	47
Tablo 67. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi.....	48
Tablo 68. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumlu Görüş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	48
Tablo 69. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumsuz Görüş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	50
Tablo 70. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumlu Görüş Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Göre İncelenmesi	52

Tablo 71. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumsuz Görüş Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Göre İncelenmesi ... 54

Tablo 72. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumlu Görüş Arasındaki İlişkinin Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Tutumuna Göre İncelenmesi 56

Tablo 73. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumsuz Görüş Arasındaki İlişkinin Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Tutumuna Göre İncelenmesi 59



KISALTMALAR ve SEMBOLLER LİSTESİ

APA: Amerikan Psikiyatri Birliği

BTA: Başka Türlü Adlandırılmayan

DSM-V:Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı)

ICD: International Classification of Diseases (Uluslararası Hastalık Sınıflaması)

YÖK: Yüksek Öğretim Kurulu

ÖSYM: Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi

LYS: Lisans Yerleştirme Sınavı

YGS: Yüksek Öğretime Geçiş Sınavı

PTÖÇ-K: Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği – Kısa Form

YŞÖ-KF3: Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3

min: Minimum Değer

maks: Maksimum Değer

OSB: Otistik Spektrum Bozukluğu

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

TEACCH: Treatment and Education of Autistic and Related Communication Handicapped).

YGB: Yaygın Gelişimsel Bozukluk

WHO: World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)

α : Alfa

f: Frekans

%: Yüzde

\bar{x} : Aritmetik Ortalama

F: F Değeri

r: Pearson Korelasyon Katsayısı

t: t değeri

ss: Standart Sapma

p: Anlamlılık değeri

\pm : Artı Eksi

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1.PROBLEM

Ülkemizde her sene Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi (ÖSYM) aracılığı ile gerçekleştirilen üniversite sınavına bir buçuk milyonun üzerinden aday başvurmakta, bu sınava başvuran adaylarından neredeyse üçte biri bir lisans programına yerleşebilmektedir. 2017 yılında yapılan Yüksek Öğretime Giriş Sınavı'na (YGS) 2.265.844 kişi ve YGS puanlarına göre Lisans Yerleştirme Sınavı'na (LYS) 1.506.504 kişi başvurmuştur. Bu adaylardan 422.926'ü lisans, 273.342'si ön lisans olmak üzere toplam 696.268 aday örgün eğitilmiş bir programa yerleşmişlerdir (ÖSYM, 2017). Ayrıca ülkemizde bulunan devlet ve vakıf üniversitelerinde 2016-2017 yılında okuyan yüksek lisans öğrencilerinin sayısı 400.768 kişidir (YÖK, 2017).

Üniversite çağında olan bireyler “açıkta kalmak ve kalamamak” ifadesiyle mücadele etmeye başlamakta, daha sonrasında ise gerçek bir meslek edinme, geçimini sağlayabilme, üniversite sonrası hayatını güvenceye alma olarak devam etmektedir. Oluşan bu durumun devamını da pek çok birey sadece üniversite mezunu olmak için tam olarak kendilerinin okumaya istekli olmadıkları ya da ilgi alanlarına girmeyen lisans programlarına kayıt yaptıkları ülke gerçeklerinden birisidir (Gündoğar ve ark., 2007).

Gelinen bu noktada, üniversite çağında bu kadar çok problem ile karşı karşıya kalan gençlerin yaşamı nasıl algıladıkları ve yaşam doyumları seviyelerinin üzerine erken çocukluk döneminden gelen uyumsuz şema ve ya şemalar var ise, ülkemizin geleceği olacak ve refah seviyesini arttıracak olan bu gençlerin hayatlarının bazı dönemlerinde psikolojik yardım alma gereksinimleri göz önünde bulundurulmalıdır.

Üniversite öğrencilerinin ruhsal ve psikolojik olarak iyi durumda oluşları yaşadıkları toplum için büyük önem taşımaktadır (Dost, 2007). Bir ulusun gelecekte

ki huzuru ve refah seviyesi, üniversiteli bireylerin iyi durumda olmalarıyla doğru orantılıdır. Özellikle lider kişilik özelliklerini barındıran üniversiteli bireylerin durumlarına gösterilen ilgi ve alaka, yaşadıkları toplumun geleceği için paha biçilmez bir önem teşkil eder (Moller, 1996).

Üniversite yaşamı, dünya da ki üniversite okuyan öğrenciler için bir taraftan gelişimsel olarak kimlik ve bağımsızlık elde etme mücadelesi verilirken; diğer açıdan üniversite hayatının yanında getirdikleri problemlerle birlikte başa çıkmaya çalışılan değerli bir dönemdir (Rickwood, ve ark. 2005).

Bireyin yaşamındaki her türlü değişiklik ve yenilik uyum sorunlarını birlikte getirir. Üniversite zamanları, bireyin en karışık ve sıkıntılı gelişim ve değişim dönemlerinden biri olup, hem sosyal hem psikolojik hem de biyolojik olarak sıkıntılı bir geçiş diye adlandırılan ergenlik döneminin son bölümüne denk gelmektedir. Bu bölüm, ergenliğin bilinen karışıklıklarına ilave olarak, evinden ve ailesinde ayrı kalma, yeni arkadaş edinme ve bir gruba girme, bir mesleğe aday olma ve geçimini sağlamak için iş bulmaya ilişkin kargaşalar gibi daha çok sıkıntının ortaya çıktığı zamanlardır (Özdel, Bostancı, Özdel & Oğuzhanoglu, 2002). Üniversiteli bireyler, kendi kimliklerini bulmaya yönelik çabaları, içinde yaşadığı topluma göre öznel ve çocukluk dönemlerinin değerlerini daha geniş anlamda kendi yaşadıkları toplumun ulusal ve evrensel normlarını içselleştirme, toplumun değerlerine uyumlu olmaya çalışma, sosyal olarak yeterliliğe ulaşma durumundadır (Özgüven, 1992).

Doğup büyüdüğü şehirden farklı bir şehirde üniversiteye başlayan öğrenciler, kendilerini birden bire farklı bir eğitim çevresi ve toplum içinde bulmaktadır. Bu yeni hayat tarzı; eğitim hayatları, insan ilişkileri ve sosyal hayat bakımından önceki yaşantılara göre değişiklikler gösterecektir. Öğrenciler ilk defa girdikleri bu sosyal ortamda bütün kişisel hayat sorumluluklarını da tek başına yerine getirmek zorunda kalmaktadır. Öğrenciler kısmen kesilen aile ve arkadaş desteğinin ve bu desteğin uzaktan sağlanmaya çalışılmasıyla içine girdiği yabancı ortama kısa sürede ve kişisel varlığını da en üst seviyede sürdürerek uyum içinde olmak ve bu uyumu devam ettirmek zorundadır (Karahana, Sardoğan, Özkamalı, & Dicle, 2005).

Bireyin bilişsel değerlendirme sürecinde “benlik”, “kişilerarası ilişkiler” ve “insanın içinde yaşadığı durum” gibi temel olan şemalar ile ilgili merkezi bilişsel özelliklerin arka plana atılıp yapılan değerlendirmelerin, alanda şema odaklı değerlendirme ve değişim şekillerine hız kazandırdığı gözlenmektedir (Hammen, 1992). Erken dönem uyumsuz şemalar, anıları, tecrübeleri, duyguları, bilişleri ve beden duyularını içeren, bireyin kendine ve kurduğu ilişkilerine yönelik hayatı boyunca geçerli, yaygın ve kapsamlı bilişsel örüntüler olarak açıklanmıştır. Şemalar, genel olarak çocukluk veya gençlik zamanları boyunca gelişmektedirler ve kişinin yaşamını sürdürdüğü aile ve arkadaş çevresi ile uyumlu bir şekilde hareket etmesi konusunda oldukça işlevseldir. Diğer taraftan, neredeyse tüm kişilerde var olan bu şemalar sert ve zor değişiklik gösteren özelliklerinden dolayı, devam eden hayatında alışma sorunlarını beraberinde getirebilmekle beraber, eşitli psikopatolojik sorunların temelinde yer alabilmektedir (Young, Klosko, & Weishaar, 2009).

Bireylerin büyük ölçekli veya küçük ölçekli, hayati olan veya olmayan herhangi bir zorlukla, problemle veya sıkıntıyla karşılaşmaları, bir mücadele sürecinin başlamasına ortam hazırlayabilmektedir. Bu durumda, birey içinde bulunduğu koşulları değerlendirme yapmaya başlar, sonrasında bireysel varlığının yönlendirmesiyle ile kendisinde var olan yetenekleri harekete geçirmekte ve eyleme geçmektedir. Bireyin takındığı tavırlar, bu tavırla ile ilişkili olarak elde edilen bulgular ve bununla ilgili getirdiği yorumlar, bireyin oluşan yeni olayı değerlendirme şeklini ve davranışlarını etkileyebilmektedir. İçinde bulunulan durum, yeni uyarıcılar ile karşılaşıldığında yeniden hız kazanmaktadır (Türküm, 2001).

Kişide sorunlar ve psikolojik rahatsızlıklar yaratan bir olayla başlayan, bir önceki paragrafta özetlenen durumun sonucunda ortaya çıkan ve başa çıkma olarak adlandırılan tepkiler, sorunlar ve psikolojik rahatsızlıklar ile ilgili zorlanmalarla başa çıkmaya yönelik, bireyin bilişsel ve davranışsal mücadelesi olarak açıklanmıştır (Lazarus, 1993).

Türküm (2001), neredeyse hayatın tüm alanında ortaya çıkabilecek zorluklar karşısında, birey kendisinden başka birinden yardıma isteyebilir. Yardım istediği

kişinin bir uzman olması, büyük oranda yardım isteyen bireyin böylesi bir yardım almaya ilişkin görüşlerine bağlı olduğunu görülmektedir. Kişilerin kendilerinin zorlanma durumlarında veya psikolojik sağlıklarının tehdit altında olduğunu fark ettikleri durumlarda, bir uzmandan yardım istemeye yönelik emosyonel, bilişsel ve davranışsal tutumlarından oluşan yardım almaya yönelik davranışları birçok etkenden etkilenebilmektedir. Alınan olan bu yardımın maddi olarak karşılanabilir, hazır ve ulaşılabilir olması, problemin doğru ve gerçek sebebi, yardım gereken ve yardım edecek olanın özellikleri (Tracey, Sherry, Baver, Robins, Todaro ve Briggs, 1984) ve kişinin kendini açma eğilimleri psikolojik bir yardım almaya ilişkin takınılacak tutumlar ile ilgili faktörlerdir (Cepeda-Benito ve Short, 1998).

Bu konu ile ilgili üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olarak araştırmalarda, üniversiteli gençlerin psikolojik olarak yardım alma tutumlarının, cinsiyetlerine ve daha önceden psikolojik yardım alıp almadıklarına göre değişkenlik göstermektedir (Strohmer, Biggs ve Mc Intyre, 1988).

1.2.ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Bu bağlamda araştırmanın amacı, Klinik Psikoloji anabilim dalında eğitim görmeye devam eden yüksek lisans öğrencilerinin Young Şema Ölçeği puanları ve Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Bu çalışmada, üniversite öğrencisi olan bireylerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği'nden aldıkları puanlar ile Young Şema Ölçeği puanları ve araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyodemografik Bilgi formundan elde edilen veriler birbirleriyle anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırılmıştır. Uyumsuz şemalar bireyin çocukluk veya ergenlik döneminde oluşan, aşılması zor olan kalıplaşmış düşünceler, davranışlar veya fikirler olarak tanımlanabilir. Uyumsuz şemalar çocukluk zamanlarında oluşan fakat kişinin gelecek yaşantısı olumsuz yönde etkileyebilecek niteliktedirler. Kişinin kendisinde oluşan bu sorun veya sorunların farkına varıp, uzman kişilerden yardım almaya istekli olması gerekmektedir. Bireylerde ki psikolojik yardım almaya yönelik davranışları birçok faktör

etkilemektedir. Örneğin, eğitim seviyesi, maddi yetersizlik ve sorunun farkına varamama vb.

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Duygusal Yoksunluk” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Başarısızlık” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Karamsarlık” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Sosyal İzolasyon/Güvensizlik” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Kendini Feda” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Cezalandırılma” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Kusurluluk” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Duyguları Bastırma” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Onay Arayıcılık” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “İç İçe Geçme/Bağımlılık” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Ayrıcalıklık/Yetersiz Özdenetim” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Tehditler Karşısında Dayanıksızlık” puanları arasında ilişki var mıdır?

Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam eden öğrencilerin Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanı ile Young Şema Ölçeği “Yüksek Standartlar” puanları arasında ilişki var mıdır?

Psikolojik yardım alma tutumları ile cinsiyet arasında bir ilişki var mıdır?

Psikolojik yardım alma tutumları ile maddi gelir arasında bir ilişki var mıdır?

Bu çalışmanın önemi ise, alana katkı yapacağı düşünülmektedir.

1.3.SINIRLILIKLAR

Araştırma İstanbul ili Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji anabilim dalında eğitim görmeye devam eden yüksek lisans öğrencilerine uygulanmıştır. Bu sebepten dolayı araştırma sonuçları benzer nitelikteki katılımcılara genellenebilir.

1.4.SAYILTILAR

Araştırmaya katılan tüm katılımcıların test maddelerini içtenlikle ve objektif olarak cevapladıkları kabul edilmektedir.

Araştırma örnekleminin evreni gerekli sınırlar içerisinde temsil ettiği varsayılmıştır.

Kullanılan ölçme araçları, ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilirlerdir.



BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1.ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR

Uyumsuz şemalar genellikle, çocukluk veya gençlik zamanları boyunca gelişim göstermekte ve gencin içinde bulunduğu aile ortamını ve arkadaş çevresini yansıtmaktadır. Kurlsız, sert ve zor değişim gösteren şemalar kalıplaşmış olmaları nedeniyle hayatın devam edecek olan dönemlerinde uyum faktörünü tehdit edebilmekte, çeşitli yaşamsal faaliyet tarafından alevlendirildiğinde farklı birçok olumsuz duyguya ve bazı psikopatolojik problem ve sıkıntılara sebep olabilmektedirler (Özbaş, Sayın, & Coşar, 2012).

Young, Klosko ve Weishaar (2009), bu alanda yapmış oldukları çalışmalarda 5 ana şema bölümü ve 18 erken dönem uyumsuz şema şeklinde sınıflandırılmıştır. Araştırmamız sınıflandırılmış bu şemalar ile değerlendirilip, uyumsuz şema bölümleri aşağıda verilmiştir.

2.1.1.Kopukluk Reddedilmişlik

Bu alandaki şemaların içinde yer alan kişilerin kendilerini güvende hissetme, öz bakım, sevgi, anlayış, istikrar ve ait olma gibi temel ihtiyaçlarının diğer insanlar tarafından karşılanmayacağına inanmaktadırlar. Aile kökenlerinin kötüye kullanan, soğuk, reddedici, tutarsız ya da ilgisiz özellikler taşıdığı görülmektedir. Diğer şema alanlarına kıyasla kopukluk ve reddedilmişlik alanındaki şemaların bulunduğu kişilerin daha sıkıntılı bir çocukluk dönemi geçirdikleri ve daha fazla olumsuz durum ile karşılaştıkları belirtilmektedir.

Bu alanda aşağıdaki şema biçimleri vardır:

i) Terk Edilme/İstikrarsızlık: Bu şema alanında tanımlanan kişiler kendileri için önemli olan kişilerin öleceklerine, kendilerini terk edeceklerine ve sonunda tek başına kalacaklarına dair bir endişe duymaktadırlar. Diğer insanların güvenilmez,

tutarsız, istikrarsız ve tahmin edilemez olduklarına inandıkları için duygusal destek ve bağ kurma gibi ihtiyaçlarının diğerleri tarafından karşılanamayacağını düşünmektedirler. Bu şemaya sahip bireyler diğer insanların onları terk edeceğinden korktukları için onlara yapışır ya da tam tersine yakın ilişkilerden tamamen kaçınırlar.

ii) Güvensizlik/Suistimal Edilme: Bu şema alanında tanımlanan kişiler diğer insanların kendilerini inciteceğine, kötüye kullanacağına, küçük düşüreceğine, aldatacağına, kendilerine yalan söyleyeceğine, zarar vereceğine ve fırsatını bulduklarında kendilerinden yararlanacağına inanmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler diğer insanlara güvenmedikleri için kendileri korumaları ve sürekli tetikte olmaları gerektiğine inanırlar.

iii) Duygusal Yoksunluk: Bu şema alanında tanımlanan kişiler arzuladıkları duygusal desteğin diğerleri tarafından yeterli ölçüde karşılanamayacağı inancı içindedirler. Duygusal yoksunluk, öz bakım (kendisiyle ilgilenilme, aşk, sıcak ilişkiler ve bakım görme); empati (anlaşılma ve duyguların paylaşımı) ve korunma (korunma ve yönlendirilme) yoksunluğu olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler kendilerini gerçekten dinleyen, gerçek düşüncelerini ve hislerini anlayan, kendilerine yeterli ilgiyi ve şefkati gösteren kimseleri olmadığını hissettikleri için derin bir yalnızlık ve boşluk hissi taşırlar.

iv) Kusurluluk/ Utanç: Bu şema alanında tanımlanan kişiler eksik, hiçbir işe yaramayan, aşağılık, değersiz, yetersiz oldukları inancını taşırlar. Bireylerin kendilerine ilişkin algıladıkları kişisel (bencillik, kırgınlık) ya da toplumsal (fiziksel görünüm) kusurlar yoğun utanç duygusuna yol açmaktadır. Bu şemaya sahip bireyler eleştiriye, reddedilmeye ya da suçlanmaya karşı aşırı hassasiyet göstermektedirler.

v) Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma: Bu şema alanında tanımlanan kişiler diğer herkesten üstün olduklarını, herhangi bir grubun veya topluluğun içinde yer edinemeyecekleri ve sosyal dünyadan kopuk olduklarını hissetmektedirler. Bu şemaya sahip bireyler sosyal aktivitelerden kaçınmakta ve insanlarla birlikteken bile yalnız hissetmektedirler.

2.1.2.Zedelenmiş Otonomi

Bu alandaki şema alanında tanımlanan kişilerin kendileri ve yaşadıkları toplum ile ilgili beklentileri anne ve babalarından sağlıklı bir biçimde ayrılıp bireyselleşme ve bağımsızlaşma becerileriyle uyuşmamaktadır. Aşırı koruyucu, her şeyi çocuğun yerine yapan ya da tam tersine yetersiz bakım veren ve çocuğu yönlendirmekte yetersiz kalan aile kökenlerinin bu alandaki şemaların gelişiminde etkili olduğu görülmektedir.

Bu alanda aşağıdaki şema biçimleri vardır:

vi) Bağımlılık/Yetersizlik: Bu şema alanında tanımlanan kişiler normal hayatın gerekliliklerini yerine getirme konusunda yetersiz ve çaresiz hissetmektedirler. Yaygın olarak yeni kararlar vermekten ve sorumluluklar almaktan kaçınan bu kişiler yönlendirilmek için diğer insanlara ihtiyaç duyarlar.

vii) Hastalıklar/Dayanıksızlık: Bu şema alanında tanımlanan kişiler her an önleyemeyecekleri bir felaketin gerçekleşeceği inancı içindedirler. Bu felaketler tıbbi (kalp krizi, AIDS, kanser), duygusal (aklını kaçırmak, sinir krizi geçirmek) veya dışsal (kazalar, doğal afetler) felaketler olabilir.

viii) İç içe Geçme: Bu şema alanında tanımlanan kişiler normal sosyal gelişimlerini ve bireysel özelliklerini engelleyecek düzeyde değerli diğer kişiler ile aşırı yakınlık ve iç içe geçme halindedirler. Bu kişiler iç içe geçilen birey (çoğunlukla bir ebeveyn figürü ya da partner) olmadan yaşamlarını sürdüremeyeceklerine inanırlar.

ix) Başarısızlık: Bu şema alanında tanımlanan kişiler akademik ve meslek yaşamı gibi bölümlerde diğer insanlara göre daha başarısız ve yetersiz olduklarına inanmaktadırlar. Bu kişiler başarı konusunda kendilerini eksik ve diğer kişilerden daha az yetkin hissederler.

2.1.3.Zedelenmiş Sınırlar

Bu alandaki şemalara sahip kişiler içsel sınırlar koymakta, diğer insanların haklarına saygı göstermekte, diğerleri ile işbirliği yapmakta ve sonuca varmada zorluklar yaşamaktadırlar. Narsis, şımartılmış ve sorumluluklarını yerine getirmeyebilir bir görünüm sergileyen bu kişilerin genellikle aşırı izin verici, aşırı hoşgörülü ve çok az yönlendiren ailelerden geldiği görülmektedir.

Bu alanda aşağıdaki şema biçimleri vardır:

x) Büyüklük: Bu şema alanında tanımlanan kişiler etrafındaki herkesten daha önemli olduklarına, özel haklara sahip olduklarına dair derin bir inanca sahiptir. Aşırı talepkar, kontrolcü ve empatiden yoksun özellikler gösteren bu kişiler sosyal beklentilere ve kurallara karşı aldırmazlık göstermektedirler.

xi) Yetersiz Özdenetim: Bu şema alanında tanımlanan kişiler kendilerini kontrol etmekte ve engellenmeye karşı tolerans göstermekte güçlük çekmektedirler. Acı, çatışma, huzursuzluk ve sorumluluk gibi her türlü rahatsızlıktan kaçınan bu kişilerde dürtüsel özellikler göze çarpmaktadır.

2.1.4.Diğerleri Yönelimlilik

Bu alandaki şemalara sahip kişiler diğer insanların sevgisini ve kabulünü kazanmak, duygusal bağlantıyı sürdürmek ve tepkiden kaçınmak için diğerlerinin duygularına, ihtiyaçlarına, tepkilerine ve isteklerine aşırı odaklanırlar. Bu kişiler kendi ihtiyaçlarındansa diğer insanların ihtiyaçlarını karşılamaya öncelik verirler. Bu alandaki şemalara sahip kişilerin koşullu kabul gösteren, çocuğun duygusal gereksinimleri yerine kendi istekleri ve sosyal görünümünü önemseyen ailelerden geldikleri görülmektedir.

Bu alanda aşağıdaki şema biçimleri vardır:

xii) Boyun Eğicilik: Bu şema alanında tanımlanan kişiler diğer insanların öfkesinden, terk edilmekten ve çatışmadan kaçınmak için kendilerini diğer insanların

isteklerini yerine getirmeye zorunlu hissederler. Kendi isteklerinin, duygu ve düşüncelerinin önemsiz olduğunu düşünen bu kişiler gereksinimlerini ya da duygusal tepkilerini bastırmaktadırlar.

xiii) Onay Arayıcılık: Bu şema alanında tanımlanan kişilerin benlik saygısı diğer insanların tepkisine, onayına ve kabulüne bağlıdır. Bu nedenle statü, görünüm, zenginlik ya da başarı ile aşırı uğraş gösterirler.

xiv) Kendini Fedâ: Bu şema alanında tanımlanan kişiler kendi hazlarından, isteklerinden ve ihtiyaçlarından vazgeçmek pahasına diğer insanların gereksinimlerini gönüllü olarak karşılamaya çalışmaktadırlar. Bu şekilde diğer insanları acıdan korumayı, suçluluk hissinden kurtulmayı, öz-saygı kazanmayı ve ihtiyaç duydukları kişiyle duygusal bağı sürdürmeyi amaçlarlar.

2.1.5.Bastırılmışlık

Bu alandaki şemalara sahip kişiler kendiliğinden duyguları, dürtüleri ve tercihleri bastırmaktadırlar. Katı ve içselleştirilmiş kurallara uymak adına rahatlama, sağlık, yakın ilişkiler kurma ve mutluluk gibi ihtiyaçlarından vazgeçebilmektedirler. Aile kökenleri genellikle talepkar, mükemmeliyetçi ve cezalandırıcıdır.

Bu alanda aşağıdaki şema biçimleri vardır:

xv) Karamsarlık: Bu şema alanında tanımlanan kişiler hayatın olumlu yönlerini göz ardı ederken acı, ölüm, kayıp gibi hayatın olumsuz yönlerine odaklanmaktadırlar. İş, maddi durum ve kişilerarası ilişkiler gibi alanlarda her şeyin ters gideceğine dair derin inançları bulunan bu kişiler sürekli olarak endişe, kararsızlık ve tedirginlik içerisindeyler.

xvi) Duyguları Bastırma: Bu şema alanında tanımlanan kişiler kendiliğinden davranış, duygu ve iletişimi bastırarak kontrolü kaybetmekten, utanç duygusundan ve eleştirilmekten kaçınmaktadırlar. Bu kişiler öfkelerinin yanı sıra neşe, eğlence gibi olumlu dürtülerini de baskılamakta; mantığa aşırı önem vererek duyguları göz ardı etmektedirler.

xvii) Yüksek Standartlar: Bu şema alanında tanımlanan kişiler benimsedikleri yüksek standartları karşılayabilmek için sürekli baskı altında hissederler. Mükemmeliyetçilik, gerçekçi olmayan katı kurallar ile zaman ve verimlilik ile aşırı uğraş şemanın en belirgin özelliklerindedir.

xviii) Cezalandırıcılık: Bu şema alanında tanımlanan kişiler kendileri de dâhil olmak üzere hata yapan tüm kişilerin katı bir şekilde cezalandırılması gerektiğine inanmaktadırlar. Bu kişiler beklentileri ve standartları karşılamayan kişilere karşı öfkeli, hoşgörüsüz ve tahammülsüz bir tutum içindedirler.

2.2.PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMLARI

Ülkemizde üniversiteli bireylerin yaşadıkları sorunları ele alan çalışmalarda, üniversiteli bireylerin uyum sorunları, akademik gelecek ile ilgili sorunları, karşı cinsle ilgili sorunları, iletişim sorunları, iş bulma ve gelecek endişesi sorunları, maddi sorunlar, ailevi sorunları ve stres, kararsızlık, anksiyete, depresyon gibi psikolojik sağlıkla ilgili problemler ile yaşadıkları görülmektedir (Demir ve Koydemir, 2005). Görüldüğü üzere, yapılan araştırmalar üniversiteli bireylerin bu dönemde psikolojik yardım almalarını gerektiren birçok kişisel, sosyal, eğitsel ve mesleki sorunla baş başa kaldıklarını gözler önüne sermektedir.

Alanyazın ele alındığında, üniversiteli bireylerin söz konusu problemler ile mücadele etmek için yöneldikleri psikolojik yardım alma çözümlerinin farklılaştığı görülmektedir.

Örneğin, Rickwood, Deane ve Wilson (2007) tarafından yapılan çalışmada, üniversiteli bireylerin uzman yardım kaynaklarından yardım alma konusunda pek istekli olmadıkları; ancak, uzman yardım kaynakları konusunda bilgi sahibi olma çalışmaları, duygularını bir uzmana anlatabilme konusunda kendilerini yeterli görmeleri ve uzmana güvenmeleri durumunda bir uzman yardımına hazır hale geldikleri görülmüştür.

Stres ve stresle ile başa çıkma hakkında hali hazırda yürütülen çalışmalar incelendiğinde ise üniversiteli bireylerin sıkıntı veren durumlar ile mücadele ederken bir psikolog veya psikiyatristten psikolojik yardım almak yerine öncelikle uzman olmayan yardım kaynaklarına başvurdukları açığa çıkmaktadır (Boldero ve Fallon, 1995).

Bu doğrultuda, Boldero ve Fallon (1995) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları göre, gençlerin daha çok aile ve yakın çevre/arkadaşları gibi uzman olmayan yardım kaynaklarına yöneldikleri görülmüştür. Benzer şekilde, Erkan, Özbay, Cihangir-Çankaya ve Terzi (2012) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, üniversiteli bireylerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ve başvurdukları uzman olmayan yardım kaynaklarını inceledikleri araştırmada, öğrencilerin psikolog veya psikiyatristten, psikolojik yardım aramaya ilişkin isteklerinin orta düzeyde olduğunu sonucu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, çeşitli problemler yaşadıklarında ailelerinden ve arkadaşlarından yardım aldıklarını tespit edilmiştir.

Koydemir, Erel, Yumurtacı ve Şahin (2010) yaptıkları nitel araştırmada, üniversiteli bireylerin ortaya çıkan problem kendilerine çok önemli gözükmedikçe bir uzmandan yardım almayacaklarını ve arkadaşların, psikolojik yardım almak konusunda başvuru en önemli yardım kaynağı olduğunu belirlemiştir.

Özbay (1996) tarafından üniversiteli bireyler arasında gerçekleştirilen bir çalışmada ise önem sırasıyla aileleriyle ilgili problemler, akademik ve mesleki problemler, depresyon, nevrotik rahatsızlıklar ve iletişim-etkileşim içinde olduğu kişiler ile problemi olan öğrencilerin daha çok psikolojik yardım alma davranışına sahip oldukları bulunmuştur. Yapılan araştırmalar, üniversiteli bireylerin problem çeşitlerinin, kullanılan uzman olmayan yardım kaynaklarının ve psikolojik yardım alma tutumunun cinsiyet açısından da farklılıklar olduğunu ortaya koymaktadır.

Kacur ve Atak (2011) tarafından gerçekleştirilen bir diğer araştırmada kadın üniversiteli bireylerin, üniversitedeki akademik kadroyla ilgili sorunları, hayat standartları sorunlarını, maddi sorunları, sağlık sorunlarını, gelecek kaygısı

sorunlarını, kötü alışkanlıklarla ilgili sorunları, yakın çevresiyle olan iletişim sorunlarını, aile bireyleriyle ve yaşadığı toplumla ilgili sorunları, kendini ifade etmede yaşadığı sorunları erkek üniversiteli bireylere oranla daha çok karşılaştığı saptanmıştır. Diğer açıdan yapılan araştırmanın sonuçları, kadınların erkeklerden daha fazla oranda hem uzman hem de uzman olmayan kaynaklardan psikolojik yardım almaya istekli davranışlar ortaya koydukları saptanmıştır.

Rickwood, Deane, Wilson ve Ciarrochi (2005) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, üniversiteli bireylerin yaşadıkları sorunlarla başa çıkmaya çalışırken kullandıkları psikolojik yardım kaynaklarının cinsiyete göre bir farklılığın olmadığını; kız ve erkek üniversiteli bireylerin uzman olmayan yardım kaynaklarına yönelme davranışı sergilediklerini göstermiştir. Bununla birlikte, kızların yardım alma konusunda daha çok ailelerini tercih ettikleri; fakat sosyal yaşamları değişip geliştikçe ve aileden bağımsız bir yaşam sürmeye başladıkların da arkadaşlarından yardım istemeyi tercih etmeye başladıkları bulunmuştur. Aynı araştırmada üniversiteli bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarının cinsiyete göre değişip değişmediği de incelenmiştir. Buna göre, üniversiteli bireylerin psikolojik yardım alma tutumlarının cinsiyete göre değişiklik gösterdiği; kızların psikolojik yardım alma tutumlarının erkeklere göre daha fazla olduğu saptanmıştır.

Yukarıda yapılan araştırmaların sonuçlarına göre, bir takım biyolojik, bilişsel ve çevresel değişikliklerin yanında stres verici yaşam faktörlerinin sayısının fazlalaşması sebebiyle ergenlik veya genç yetişkinlik dönemi psikolojik rahatsızlıkların başlangıcı için önemli ve dikkat edilmesi gereken bir dönemdir. Önemli ve dikkat edilmesi gereken bu dönemde, psikolojik yardım alma tutumunu gelişimini yaşam olaylarıyla devam ettiren sorunlarla başarılı bir biçimde üstesinden gelmek için göz ardı edilmemesi gereken bir durum olarak değerlendirilmelidir. Bunların dışında yapılan araştırmalara göre, üniversiteli bireylerin psikolojik yardım almak tutumlarının yeterli düzeyde olmadıklarını göstermektedir (Schonert-Reichl ve Muller, 1996).

Diğer taraftan epidemiyolojik araştırmalara göre, üniversiteli bireylerin arasında psikolojik rahatsızlıkların yaygınlığı ve şiddetindeki artış dikkat edilmesi gereken seviyelerdedir. Bu sebeple, üniversiteli bireylerin yaşadıkları sıkıntıları geç kalmadan belirleme, engelleme ve tedavi etmeye başlama psikolojik rahatsızlıkların engellenmesinde önemli bir yol olarak düşünölmektedir (Zivin, Eisenberg, Gollust ve Golberstein, 2009).

Topkaya ve Meydan (2013) göre, üniversiteli bireylerin hangi tür problemler ile daha çok karşılaştığını, karşılaştıkları bu problemlere bağlı olarak ne çeşit yardım kaynaklarını tercih ettiklerini ve psikolojik yardım alma tutumlarını belirlemekte önem teşkil etmektedir.

2.2.1. Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Alma Tutumları

Arslantaş, ve ark. (2011), 2160 kişi üzerinde yaptıkları çalışmada, katılımcıların çoğunluğu psikolojik sağlıklarını iyi olarak hissettiklerini (%53.9), uzman yardımı almadıklarını (%88.4), yakın çevrelerinin de uzman yardımına başvurmadığını (%90.2), çevrelerinde psikolojik problemlerini paylaşacak kişilerin olduğunu (%76.7) ve aileleri fertleri ile sık sık görüştüklarini (%43.5) belirtmişlerdir. Katılımcılar arasında yaşadıkları sıkıntıları çözüme kavuşturmak için uzman olmayan kaynaklardan yani aile bireylerinden veya yakın çevreden birilerine danışacağını belirtenlerin oranı (%57.1), arkadaş çevresine danışacağını belirtenlerin oranı (%31.3) olarak bulunmuştur. Bunun yanında uzman kaynak özelliği barındıran psikolog veya psikiyatriste danışacağını söyleyenlerin oranı ise %15.5'dir ve bu seçenek önem sırasına göre üçüncü tercih olarak gözökmektedir. Yapılan çalışmalardaki tespitler, ilkokul ve lise tahsili olan bireylere göre, üniversiteli mezun bireylerin uzman psikolojik yardım ararken daha az zorlandıklarını, uzman birine danışmanın daha faydalı olacağına inandıklarını göstermektedir. Elde edilen bu sonuca göre eğitim seviyesinin bilgili ve bilinçli davranış eğilimlerini arttırdığı söylenebilir. Yapılan çalışmaların bazılarında eğitim seviyesinin bu sonuca paralel şekilde yardım alma tutumunu olumlu istikamette etkilediği, bazılarında ise

etkilemediği bulunmuştur. Ayrıca yapılan bu çalışmada elde edilen diğer bir sonuç ise insanların maddi imkânlarının yükseldikçe uzman birinden yardım alma konusunda daha az zorlandıklarını ve uzman birinden yardım almaya ilişkin tutumlarını arttırdığı görülmüştür. Yardım alma konusunda katılımcıları depremzedelerin oluşturduğu bir başka çalışmada, maddi imkânların yükseldikçe, kişilerin daha çok uzman kişilere danıştığı belirlenmiştir.

Kalkan ve Odacı (2005), 539 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışma ile elde ettikleri bulgular şu şekildedir; kadınların psikolojik yardım alma tutumları erkeklere göre daha pozitif şekilde tutumlar gösterdiklerini göstermiştir. Bu konuyla ilgili alanyazın taramasında benzer sonuçlara rastlanmaktadır. Araştırmacıların bu konu ile ilgili diğer bir bulgusu ise, feminen rolün psikolojik yardım alma tutumuna ilişkin davranışlarıyla ilişkili olduğudur. Buna karşılık maskülen rolü ile psikolojik yardım alma tutumuna ilişkin davranışları arasındaki ilişki anlamlı değildir. Alanyazındaki sonuçlara göre, başarı, otorite ve güç gibi anlamlar ile özdeşleşen maskülen rolünün psikolojik yardım alma tutumuna ilişkin davranışlarla olumsuz yönde anlamlı bir ilişki göstereceği düşünülürken, ilişkinin anlamsız çıkması psikolojik yardım alma tutumlarına ilişkin davranışlarda farklı etkenlerin etkisini de düşündürmektedir.

Topkaya (2014), yapmış olduğu araştırmadan elde ettiği bulgulara göre, cinsiyet, daha önce psikolojik yardım alıp almama, psikolojik rahatsızlık ve psikolojik yardım alma tutumlarına ilişkin davranış etkenleri psikolojik yardım alma fikrini ortaya koymaktadır. Cinsiyet ve daha önce psikolojik yardım alıp almama durumu psikolojik yardım alma davranışı ile anlamlı düzeyde olduğu gözükmektedir. Hem kadınların hem de daha önce psikolojik yardım almış kişilerin psikolojik yardım alma davranışının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın diğer bir sonucu ise, ruh sağlığı alanında çalışan psikolog ve psikiyatristlerin daha önce hiç psikolojik yardım almamış bireylere ulaşmaya çalışırken bu yardımı daha önce almış bireylerden yardım alabileceğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla elde edilen bu sonuca bakarak, psikolojik rahatsızlıkların fazlaşması psikolojik yardım alma tutumunu arttıracığı ve psikolojik rahatsızlık seviyesinin psikolojik yardım alma

tutumu üzerinde etkin olan önemli bir değişken olduğu sonucuna varılabilir. Bu çalışmada elde edilen bir başka sonuç ise öz yeterliliğin psikolojik yardım alma tutumuyla ilgili olmadığını söyleyebiliriz. Bununla beraber öz yeterlilik ile psikolojik yardım alma tutumunun birbirleriyle olan bağlantının yönü önemlidir. Bu çalışmada bu bağlantının yönünün olumsuz olduğu saptanmıştır.

Erkan ve ark. (2012), yaptıkları bir çalışmada üniversiteli bireylerin bir uzmandan yardım almaya yönelik tutumlarını orta derece olarak istekli olduklarını tespit etmiştir. Ayrıca üniversiteli bireyler kötü alışkanlıklarla, kişilik problemleriyle, duygusal sorunlarla ilgili yaşadıkları problemler yaşadıklarında konusunda uzman olan bir kişiden yardım almaya daha istekli davranışlar sergilemişlerdir. Bu bulgular üniversiteli öğrencilerin yaşadıkları problemler ile ilgili tespitlerle beraber incelendiğinde, öğrencilerin en az karşılaştıkları problemler olan kişilik problemleri ve kötü alışkanlıklar konularında uzman birinden yardım istedikleri dikkat çekici bir detaydır. Bu dikkat çekici detay bu problemlerin yalnızca uzman kişilerden yardım alarak çözülebilecek alanlar olmasıyla açıklanabilir. Bunlarla beraber yapılan çalışmanın sonucunda, maddi problem yaşayan gençlerin bir uzmandan yardım almaya isteksiz olduklarını saptanmıştır.

Topkaya ve Meydan (2013), Yaptıkları çalışma sonucunda, kadın ve erkek üniversiteli bireyler arasında aile ile yaşanan sıkıntılar, karşı cinsle olan duygusal sorunlar, kötü alışkanlıklar ve kişilik sorunları problem sıralaması yapıldığında cinsiyete göre anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Diğer yandan, akademik, maddi, uyum ve cinsel sıkıntılar problem sıralaması yapıldığında cinsiyete göre anlamlı farklılıklar saptanmamıştır. Aile ile ilgili yaşanan sorunlar cinsiyete göre incelendiğinde, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla sorun yaşadığı saptanmıştır. Yapılan araştırmada kadın öğrenciler karşı cinsle olan duygusal sorunları genellikle “bazen” olarak cevaplarlarken, erkek öğrenciler aynı problemi genellikle “hiçbir zaman” olarak cevaplandırmışlardır. Öte yandan, kötü alışkanlıklar ile yaşanan sorunları erkek öğrenciler kadın öğrencilere göre “nadiren” olarak cevaplandırmışlardır. Kişilik sorunları ile yaşanan sıkıntılarda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre genellikle “daha sık” şeklinde cevaplamayı tercih etmişlerdir.

Sonuç olarak, aile ile ilgili yaşanan sıkıntıları ve kişilik sorunlarını erkek öğrenciler kadın öğrencilere göre “daha sık”, kötü alışkanlıklar ile ilgili olan sıkıntıları kadın öğrenciler erkek öğrencilere göre “nadiren” yaşamaktadırlar.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Araştırmanın bu kısmında ilk olarak çalışma modeli ve çalışılan grubun özelliklerinden bahsedilerek veri toplama için kullanılan ölçekler ile ilgili açıklamalar yapılmıştır. Sonrasında elde edilen verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yollar açıklanmıştır.

3.1.ARAŞTIRMA MODELİ

Klinik Psikoloji anabilim dalında eğitim görmeye devam eden öğrencilerinin Young Şema Ölçeği puanları ile Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği puanları arasındaki ilişkiyi inceleyen bu araştırma nicel veriler elde edilerek betimsel olarak yapılan bir çalışmadır. Gurbetoğlu (2014)'na göre betimsel model, bir konudaki mevcut durumu araştırmak ve belirlemektir şeklinde ifade etmiştir.

3.2.EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde Üsküdar Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Üsküdar Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi almaya devam eden 99 öğrenci çalışma grubunu oluşturmaktadır.

3.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Yapılan çalışmada veri elde etmek için katılımcıların sosyodemografik bilgilerinin öğrenilmesi için araştırmacı tarafından oluşturulan "Sosyodemografik Veri Formu", katılımcılarının erken dönem şema düzeylerini belirlemek için "Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3" ve katılımcıların psikolojik yardım alma tutumları belirlemek için "Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği – Kısa Form" kullanılmıştır.

3.3.1.Sosyodemografik Veri Formu

Araştırmacı tarafından oluşturulan ve içinde katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, aylık gelir, hangi lisans eğitimini bitirdikleri, hangi anabilim dalında eğitim gördükleri ve daha önce ruh sağlıkları için yardım alıp almadıkları konularında bilgi almak için hazırlanmış olan veri formudur.

3.3.2.Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği – Kısa Form

Psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ölçmeyi amaçlayan bu araç, araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeğinin (PYTÖ) yenilemeden geçirilmiş biçimidir. İlk biçiminin taşıdığı psikometrik özellikler, ölçeğin geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermektedir (Türküm, 1997). Ölçeğin revizyon çalışmasında 481 üniversite öğrencisinden toplanan verilere uygulanan faktör analizi sonuçları, toplam varyansın % 52.6'sını açıklayan 18 maddenin iki faktörde toplandığını göstermiştir. İlk faktör psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüşleri içeren 12 maddeden oluşup, iç tutarlılık katsayısı .92, madde-toplam korelasyonları ortalaması .67'dir. İkinci faktör ise psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüşleri içermektedir ve iç tutarlılık katsayısı .77 ve madde-toplam korelasyonları ortalaması .54'dür. Ölçek bütünü için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .90'dır. Ölçeğin bütünü ve iki alt ölçekten aldıkları puanlar açısından kız ve erkek öğrenciler karşılaştırıldığında, her üç karşılaştırmada da kızlar lehine anlamlı farklılıklar olduğu, kızların tutumlarının erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Psikolojik yardım almaya ilişkin tutum ölçeklerinin geliştirilme çalışmalarına benzer olarak ölçeğin ayırt edici geçerliğini incelemek amacıyla psikolojik yardım alma deneyimine sahip olan ve olmayan öğrencilerin PYTÖ-K'dan aldıkları puanlar t-testi ile karşılaştırılmış ve aralarında yardım alma deneyimi olanlar lehine anlamlı fark bulunmuştur. Benzer biçimde, yardım almış ve bu yardımdan hoşnut kalmış öğrenciler ile hoşnut olmayanlar karşılaştırıldığında da, hoşnut olanlar lehine anlamlı fark bulunmuştur. Bu sonuçlar, aracın ayırt edici geçerliğini desteklediği şeklinde yorumlanmıştır. Ölçeğin 50 öğrenciye 10 hafta arayla iki kez uygulanması yoluyla elde edilen korelasyon katsayısı .77'dir. PYTÖ-

K, 18 maddeden oluşmakta, maddeler 1 ile 5 arasında işaretlenmekte ve ölçekten 18-90 arasında bir puan alınmaktadır. Ölçekten alınan puanın yüksekliği, psikolojik yardıma ilişkin olumlu tutumun yüksekliğine işaret etmektedir.

3.3.3.Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3

Young Şema Ölçeği-Kısa Form 3 (YŞÖ): Young şema Ölçeği (the Young Schema Questionnaire) erken dönem uyumsuz şemaları değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş. Ölçeğin özgün formu 205 maddeden oluşmakta ve 5 ana 18 alt şemayı içermektedir. Ölçeğin 90 maddeden oluşan kısa formunu geliştirmiştir. Ölçeğin Türkçe' ye uyarlama çalışması Soygüt ve ark. (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Faktör analizi sonucunda kopukluk reddedilmişlik, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğer yönenimlilik ve bastırılmışlık olmak üzere beş şema alanı belirtilmiştir. Maddeler 6'lı derecelemeyle dayanmaktadır. ("1: Benim için tamamıyla yanlış" ile "6: Beni mükemmel şekilde tanımlıyor"). Ölçekten alınan yüksek puan, bireyin erken dönem uyumsuz şemalara sahip olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı oldukça yüksek bulunmuştur (Cronbach Alfa=.95). Ölçeğin alt ölçeklerinin iç tutarlılık katsayıları ise .54 ile .85 arasında değişmektedir.

3.4.VERİLERİN TOPLANMASI

Veriler Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji 1. ve 2. sınıf öğrencilerine Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 ve Psikolojik Yardım Alma Tutumları Ölçeği – Kısa Form uygulanarak elde edilmiştir. Tüm veriler kurum izni alınarak elde edilmiştir.

3.4.1. Veri Toplama Araçlarının Güvenilirliği

Tablo 1. Alt Ölçeklerin Cronbach's Alpha Sonuçları

	Alpha	Önerme Sayısı	
Young Şema Ölçeği	Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeği	,927	5
	Başarısızlık Alt Ölçeği	,927	6
	Karamsarlık Alt Ölçeği	,889	5
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeği	,912	7
	Duyguları Bastırma Alt Ölçeği	,862	5
	Onay Arayıcılık Alt Ölçeği	,770	6
	İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeği	,950	9
	Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeği	,679	7
	Kendini Feda Alt Ölçeği	,714	5
	Terk Edilme Alt Ölçeği	,907	5
	Cezalandırılma Alt Ölçeği	,677	6
	Kusurluluk Alt Ölçeği	,955	6
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeği	,867	5
	Yüksek Standartlar Alt Ölçeği	,780	3
Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum	Olumlu Görüş Alt Ölçeği	,873	12
	Olumsuz Görüş Alt Ölçeği	,757	7

Young Şema Ölçeğine ait alt boyutlardan;

5 önerme sayısı olan duygusal yoksunluk alt ölçeğinin alfa değeri (α :.927) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

6 önerme sayısı olan başarısızlık alt ölçeğinin alfa değeri (α :.927) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

5 önerme sayısı olan karamsarlık alt ölçeğinin alfa değeri (α :.889) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

7 önerme sayısı olan sosyal izolasyon/güvensizlik alt ölçeğinin alfa değeri (α :.912) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

5 önerme sayısı olan duyguları bastırma alt ölçeğinin alfa değeri (a:;862) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

6 önerme sayısı olan onay arayıcılık alt ölçeğinin alfa değeri (a:;770) oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

9 önerme sayısı olan iç içe geçme/bağımlılık alt ölçeğinin alfa değeri (a:;950) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

7 önerme sayısı olan ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim alt ölçeğinin alfa değeri (a:;679) oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

5 önerme sayısı olan kendini feda alt ölçeğinin alfa değeri (a:;714) oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

5 önerme sayısı olan terk edilme alt ölçeğinin alfa değeri (a:;907) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

6 önerme sayısı olan cezalandırılma alt ölçeğinin alfa değeri (a:;677) oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

6 önerme sayısı olan kusurluluk alt ölçeğinin alfa değeri (a:;955) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

5 önerme sayısı olan tehditler karşısında dayanıksızlık alt ölçeğinin alfa değeri (a:;867) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

3 önerme sayısı olan yüksek standartlar alt ölçeğinin alfa değeri (a:;780) oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlar Ölçeğine ait alt boyutlardan;

12 önerme sayısı olan olumlu görüş alt ölçeğinin alfa değeri (a:;873) yüksek seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir.

7 önerme sayısı olan olumsuz görüş alt ölçeğinin alfa değeri (α :.757) oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

3.5.VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ VE YORUMLANMASI

Araştırmada hesaplanan değişkenlere ait aykırı değerler belirlenerek veri setinin dışında bırakılmış ve sonrasında incelenen normal dağılım sonuçları aşağıda verilmiştir.

Tablo 2. Normalliğin İncelenmesi

	Z	p
Duygusal Yoksunluk	1,289	,047
Başarısızlık	1,732	,005
Karamsarlık	1,193	,073
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	1,385	,043
Duyguları Bastırma	1,177	,125
Onay Arayıcılık	1,144	,146
İç içe Geçme/Bağımlılık	1,724	,005
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	,684	,737
Kendini Feda	,827	,501
Terk Edilme	1,826	,003
Cezalandırılma	,952	,325
Kusurluluk	2,441	,000
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	1,051	,219
Yüksek Standartlar	1,358	,050
Olumlu Görüş	1,686	,007
Olumsuz Görüş	1,218	,061

Elde edilen bilgilere göre duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar, olumlu görüş, olumsuz görüş değişkenlerinin normal dağılımdan farklılık göstermediği belirlenmiştir. Buna göre değişkenlerin çoğunluğunun normal dağılım sergilemesi ve tüm değişkenlerin incelenmiş çarpıklık ve basıklık değerlerinin de normal dağılıma uygun olması sebebiyle parametrik analizler tercih edilmiştir.

Araştırmada elde edilen veriler IBM SPSS 21 paket programı aracılığıyla istatistiki test ve analizler uygulanarak çözümlenecektir. Ve çözümlenen veriler söz konusu istatistiksel test ve analizlerin bilimsel gerektirileri doğrultusunda değerlendirilerek raporlanacaktır. Gruplar arası farklılık için bağımsız örnekler t-testi ve ANOVA; değerkenler arası ilişki için ise korelasyon analizi kullanılmıştır.



BÖLÜM IV

BULGULAR

Araştırmaya katılan kişilerin demografik bilgilerinin dağılımı aşağıda verilmiştir.

Tablo 3. Demografik Bilgiler

		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	68	69%
	Erkek	31	31%
Yaş	23-25 Yaş Arası	45	45%
	26-28 Yaş Arası	37	37%
	29 Yaş ve Üzeri	17	17%
Medeni Durum	Bekar	91	92%
	Evli	8	8%
Lisans Eğitimi	Psikoloji	86	87%
	Diğer	13	13%
Yüksek Lisans Eğitimi	Klinik Psikoloji	99	100%
Aylık Gelir	1000-1500 TL	17	17%
	1501-2000 TL	33	33%
	2001 TL ve Üzeri	49	49%
Daha Önce Psikolog Ve Psikiyatriste Gitme Durumu	Evet	46	46%
	Hayır	53	54%
	Toplam	99	100%

Kişilerin 68'i (%69) kadın ve 31'i (%31) erkektir. Katılımcıların 45'i (%45) 23-25 yaş arası, 37'i (%37) 26-28 yaş arası ve 17'i (%17) 29 yaş ve üzeridir. Katılımcıların 91'i (%92) bekâr ve 8'i (%8) evlidir. Kişilerin 86'i (%87) psikoloji ve 13'i (%13) diğer bölümlerde lisans eğitimini tamamlamıştır. Kişilerin tamamı Klinik Psikoloji anabilim dalında yüksek lisans eğitimi görmeye devam etmektedir. Öğrencilerin 17'i (%17) 1000-1500 tl, 33'i (%33) 1501-2000 tl ve 49'i (%49) 2001 tl ve üzeri aylık ortalama gelire sahiptir. Katılımcıların 46'i (%46) daha önce psikolojik yardım aldığını ve 53'i (%54) almadığını belirtmiştir.

4.1. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ CİNSİYETE GÖRE İNCELENMESİ

Tablo 4. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Duygusal Yoksunluk	Kadın	68	7,43	2,86	-3,679	,000
	Erkek	31	9,97	3,82		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duygusal yoksunluk puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir (t:-3,679; p:0,000<0.05).

Tablo 5. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Başarısızlık	Kadın	68	10,16	4,05	-2,627	,010
	Erkek	31	12,55	4,49		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre başarısızlık puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir (t:-2,627; p:0,010<0.05).

Tablo 6. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Karamsarlık	Kadın	68	9,10	3,52	-1,270	,207
	Erkek	31	10,16	4,49		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre karamsarlık puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-1,270; p:0,207>0.05).

Tablo 7. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	Kadın	68	12,93	5,13	-1,741	,085
	Erkek	31	14,90	5,48		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre sosyal izolasyon/güvensizlik puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-1,741; p:,085>0.05).

Tablo 8. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Duyguları Bastırma	Kadın	68	9,54	4,14	-2,068	,041
	Erkek	31	11,39	4,05		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duyguları bastırma puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-2,068; p:,041<0.05).

Tablo 9. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Onay Arayıcılık	Kadın	68	14,91	5,32	,718	,475
	Erkek	31	14,13	4,31		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre onay arayıcılık puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:,718; p:,475>0.05).

Tablo 10. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
İç içe Geçme/Bağımlılık	Kadın	68	14,06	4,70	-3,252	,002
	Erkek	31	17,90	6,85		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre iç içe geçme/bağımlılık puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir (t:-3,252; p:;002<0.05).

Tablo 11. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	Kadın	68	18,43	6,28	-,125	,901
	Erkek	31	18,58	4,06		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-,125; p:;901>0.05).

Tablo 12. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Kendini Feda	Kadın	68	11,75	4,20	-,300	,765
	Erkek	31	12,00	2,91		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kendini feda puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-,300; p:;765>0.05).

Tablo 13. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Terk Edilme	Kadın	68	8,00	3,36	-2,373	,020
	Erkek	31	9,84	4,02		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre terk edilme puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir (t:-2,373; p:;020<0.05).

Tablo 14. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Cezalandırılma	Kadın	68	14,35	4,28	-1,474	,144
	Erkek	31	15,71	4,17		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre cezalandırılma puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-1,474; p:.,144>0.05).

Tablo 15. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Kusurluluk	Kadın	68	8,94	4,10	-2,919	,004
	Erkek	31	11,55	4,17		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kusurluluk puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-2,919; p:.,004<0.05).

Tablo 16. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Kadın	68	8,82	3,06	-2,883	,005
	Erkek	31	10,90	3,87		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre tehditler karşısında dayanıksızlık puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-2,883; p:.,005<0.05).

Tablo 17. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yüksek Standartlar	Kadın	68	6,93	3,15	-2,311	,023
	Erkek	31	8,48	3,01		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre yüksek standartlar puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir ($t: -2,311$; $p: ,023 < 0,05$).

4.2. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ YAŞA GÖRE İNCELENMESİ

Tablo 18. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Duygusal Yoksunluk	23-25 Yaş Arası	45	7,73	3,56	,886	,416
	26-28 Yaş Arası	37	8,70	3,39		
	29 Yaş ve Üzeri	17	8,47	2,87		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duygusal yoksunluk puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir ($F: ,886$; $p: ,416 > 0,05$).

Tablo 19. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Başarısızlık	23-25 Yaş Arası	45	10,42	4,36	,834	,437
	26-28 Yaş Arası	37	11,00	4,40		
	29 Yaş ve Üzeri	17	12,00	4,05		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre başarısızlık puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir ($F: ,834$; $p: ,437 > 0,05$).

Tablo 20. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Karamsarlık	23-25 Yaş Arası	45	9,60	4,35	,119	,888
	26-28 Yaş Arası	37	9,19	3,32		
	29 Yaş ve Üzeri	17	9,53	3,74		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre karamsarlık puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,119; p:,888>0.05).

Tablo 21. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	23-25 Yaş Arası	45	13,73	5,78	,157	,855
	26-28 Yaş Arası	37	13,16	4,84		
	29 Yaş ve Üzeri	17	13,88	5,15		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre sosyal izolasyon/güvensizlik puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,157; p:,855>0.05).

Tablo 22. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Duyguları Bastırma	23-25 Yaş Arası	45	9,82	3,97	,208	,813
	26-28 Yaş Arası	37	10,38	4,23		
	29 Yaş ve Üzeri	17	10,35	4,78		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duyguları bastırma puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,208; p:,813>0.05).

Tablo 23. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Onay Arayıcılık	23-25 Yaş Arası	45	15,51	5,38	1,173	,314
	26-28 Yaş Arası	37	13,95	5,06		
	29 Yaş ve Üzeri	17	14,00	3,67		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre onay arayıcılık puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:1,173; p:.,314>0.05).

Tablo 24. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
İç içe Geçme/Bağımlılık	23-25 Yaş Arası	45	15,31	5,75	,265	,768
	26-28 Yaş Arası	37	14,84	5,83		
	29 Yaş ve Üzeri	17	16,06	5,61		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre iç içe geçme/bağımlılık puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:.,265; p:.,768>0.05).

Tablo 25. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	23-25 Yaş Arası	45	19,00	5,87	,423	,656
	26-28 Yaş Arası	37	17,84	5,95		
	29 Yaş ve Üzeri	17	18,47	4,46		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:.,423; p:.,656>0.05).

Tablo 26. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Kendini Feda	23-25 Yaş Arası	45	12,07	3,97	,408	,666
	26-28 Yaş Arası	37	11,38	3,55		
	29 Yaş ve Üzeri	17	12,18	4,16		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kendini feda puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:408; p:666>0.05).

Tablo 27. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Terk Edilme	23-25 Yaş Arası	45	8,42	3,61	,532	,589
	26-28 Yaş Arası	37	8,38	3,59		
	29 Yaş ve Üzeri	17	9,41	4,05		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre terk edilme puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:532; p:589>0.05).

Tablo 28. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Cezalandırılma	23-25 Yaş Arası	45	14,96	4,39	,422	,657
	26-28 Yaş Arası	37	14,30	4,25		
	29 Yaş ve Üzeri	17	15,35	4,14		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre cezalandırılma puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:422; p:657>0.05).

Tablo 29. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Kusurluluk	23-25 Yaş Arası	45	9,24	3,96	,630	,535
	26-28 Yaş Arası	37	10,30	4,83		
	29 Yaş ve Üzeri	17	9,94	3,86		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kusurluluk puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:.,630; p:.,535>0.05).

Tablo 30. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	23-25 Yaş Arası	45	9,82	3,30	,840	,435
	26-28 Yaş Arası	37	8,89	3,72		
	29 Yaş ve Üzeri	17	9,82	3,26		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre tehditler karşısında dayanıksızlık puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:.,840; p:.,435>0.05).

Tablo 31. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Yüksek Standartlar	23-25 Yaş Arası	45	7,07	3,15	,557	,575
	26-28 Yaş Arası	37	7,59	3,48		
	29 Yaş ve Üzeri	17	7,94	2,59		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre yüksek standartlar puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:.,557; p:.,575>0.05).

4.3. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ GELİR DURUMUNA GÖRE İNCELENMESİ

Tablo 32. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Duygusal Yoksunluk	1000-1500 TL	17	9,00	3,76	,539	,585
	1501-2000 TL	33	8,09	3,20		
	2001 TL ve Üzeri	49	8,04	3,41		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duygusal yoksunluk puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:5,539; p:5,585>0.05).

Tablo 33. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Başarısızlık	1000-1500 TL	17	12,88	5,07	3,242	,043
	1501-2000 TL	33	11,30	4,47		
	2001 TL ve Üzeri	49	9,96	3,71		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre başarısızlık puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:3,242; p:0,043<0.05).

Tablo 34. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Karamsarlık	1000-1500 TL	17	11,00	5,41	1,991	,142
	1501-2000 TL	33	9,48	3,37		
	2001 TL ve Üzeri	49	8,86	3,44		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre karamsarlık puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:1,991; p:0,142>0.05).

Tablo 35. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	1000-1500 TL	17	15,76	5,98	1,835	,165
	1501-2000 TL	33	13,12	5,07		
	2001 TL ve Üzeri	49	13,06	5,10		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre sosyal izolasyon/güvensizlik puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:1,835; p:,165>0.05).

Tablo 36. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Duyguları Bastırma	1000-1500 TL	17	10,24	3,99	,221	,802
	1501-2000 TL	33	9,73	3,76		
	2001 TL ve Üzeri	49	10,35	4,56		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duyguları bastırma puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,221; p:,802>0.05).

Tablo 37. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Onay Arayıcılık	1000-1500 TL	17	14,76	4,92	,062	,940
	1501-2000 TL	33	14,88	5,31		
	2001 TL ve Üzeri	49	14,49	4,95		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre onay arayıcılık puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,062; p:,940>0.05).

Tablo 38. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
İç içe Geçme/Bağımlılık	1000-1500 TL	17	16,53	6,26	,844	,433
	1501-2000 TL	33	15,64	5,72		
	2001 TL ve Üzeri	49	14,57	5,54		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre iç içe geçme/bağımlılık puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F: ,844; p: ,433>0.05).

Tablo 39. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	1000-1500 TL	17	18,71	5,68	,044	,957
	1501-2000 TL	33	18,61	5,86		
	2001 TL ve Üzeri	49	18,31	5,63		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F: ,044; p: ,957>0.05).

Tablo 40. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Kendini Feda	1000-1500 TL	17	12,00	4,02	,450	,639
	1501-2000 TL	33	12,27	3,76		
	2001 TL ve Üzeri	49	11,47	3,85		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kendini feda puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F: ,450; p: ,639>0.05).

Tablo 41. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Terk Edilme	1000-1500 TL	17	9,94	4,26	1,795	,172
	1501-2000 TL	33	8,70	3,77		
	2001 TL ve Üzeri	49	8,02	3,29		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre terk edilme puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:1,795; p:,172>0.05).

Tablo 42. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Cezalandırılma	1000-1500 TL	17	15,65	5,26	,482	,619
	1501-2000 TL	33	14,39	3,83		
	2001 TL ve Üzeri	49	14,73	4,23		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre cezalandırılma puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,482; p:,619>0.05).

Tablo 43. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Kusurluluk	1000-1500 TL	17	10,12	4,68	,358	,700
	1501-2000 TL	33	10,12	4,37		
	2001 TL ve Üzeri	49	9,39	4,13		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kusurluluk puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,358; p:,700>0.05).

Tablo 44. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	1000-1500 TL	17	11,59	4,39	4,381	,015
	1501-2000 TL	33	9,36	3,03		
	2001 TL ve Üzeri	49	8,82	3,12		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre tehditler karşısında dayanıksızlık puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir (F:4,381; p:,015<0.05).

Tablo 45. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Yüksek Standartlar	1000-1500 TL	17	7,47	3,43	,030	,971
	1501-2000 TL	33	7,30	3,09		
	2001 TL ve Üzeri	49	7,47	3,22		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre yüksek standartlar puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (F:,030; p:,971>0.05).

4.4. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARININ DAHA ÖNCE PSİKOLOJİK YARDIM ALMA DURUMUNA GÖRE İNCELENMESİ

Tablo 46. Duygusal Yoksunluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Duygusal Yoksunluk	Evet	46	7,61	3,30	-1,696	,093
	Hayır	53	8,75	3,40		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duygusal yoksunluk puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-1,696; p:,093>0.05).

Tablo 47. Başarısızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Başarısızlık	Evet	46	11,26	4,22	,754	,453
	Hayır	53	10,60	4,41		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre başarısızlık puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:.,754; p:.,453>0.05).

Tablo 48. Karamsarlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Karamsarlık	Evet	46	9,85	4,27	,994	,323
	Hayır	53	9,08	3,46		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre karamsarlık puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:.,994; p:.,323>0.05).

Tablo 49. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	Evet	46	13,85	5,32	,527	,599
	Hayır	53	13,28	5,31		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre sosyal izolasyon/güvensizlik puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:.,527; p:.,599>0.05).

Tablo 50. Duyguları Bastırma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Duyguları Bastırma	Evet	46	9,96	3,69	-,364	,717
	Hayır	53	10,26	4,59		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre duyguları bastırma puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-,364; p:.,717>0.05).

Tablo 51. Onay Arayıcılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Onay Arayıcılık	Evet	46	15,26	5,10	1,099	,275
	Hayır	53	14,15	4,94		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre onay arayıcılık puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:1,099; p:.,275>0.05).

Tablo 52. İç içe Geçme/Bağımlılık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
İç içe Geçme/Bağımlılık	Evet	46	14,87	5,49	-,636	,527
	Hayır	53	15,60	5,93		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre iç içe geçme/bağımlılık puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:-,636; p:.,527>0.05).

Tablo 53. Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	Evet	46	19,22	5,32	1,219	,226
	Hayır	53	17,83	5,91		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:1,219; p:.,226>0.05).

Tablo 54. Kendini Feda Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Kendini Feda	Evet	46	12,09	3,99	,624	,534
	Hayır	53	11,60	3,70		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kendini feda puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:,624; p:,534>0.05).

Tablo 55. Terk Edilme Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Terk Edilme	Evet	46	8,20	3,72	-,963	,338
	Hayır	53	8,91	3,61		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre terk edilme puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t: -,963; p:,338>0.05).

Tablo 56. Cezalandırılma Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Cezalandırılma	Evet	46	15,59	4,46	1,775	,079
	Hayır	53	14,08	4,01		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre cezalandırılma puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:1,775; p:,079>0.05).

Tablo 57. Kusurluluk Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Kusurluluk	Evet	46	8,83	3,69	-2,052	,043
	Hayır	53	10,57	4,61		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre kusurluluk puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir (t:-2,052; p:,043<0.05).

Tablo 58. Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Evet	46	9,83	3,25	,943	,348
	Hayır	53	9,17	3,61		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre tehditler karşısında dayanıksızlık puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:,943; p:,348>0.05).

Tablo 59. Yüksek Standartlar Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yüksek Standartlar	Evet	46	7,74	3,16	,947	,346
	Hayır	53	7,13	3,20		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre yüksek standartlar puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir (t:,947; p:,346>0.05).

4.5. PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUMUN DEMOGRAFİK BİLGİLERE GÖRE İNCELENMESİ

Tablo 60. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Olumlu Görüş	Kadın	68	54,28	5,52	4,571	,000
	Erkek	31	48,19	7,35		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardıma ilişkin olumlu görüş puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir ($t:4,571$; $p:0,000 < 0,05$).

Tablo 61. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Cinsiyet Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Olumsuz Görüş	Kadın	68	16,16	5,68	-2,498	,014
	Erkek	31	19,16	5,22		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardıma ilişkin olumsuz görüş puanları kadın ve erkekler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilemektedir ($t:-2,498$; $p:0,014 < 0,05$).

Tablo 62. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Olumlu Görüş	23-25 Yaş Arası	45	53,02	6,43	,541	,584
	26-28 Yaş Arası	37	52,19	6,47		
	29 Yaş ve Üzeri	17	51,06	8,20		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardıma ilişkin olumlu görüş puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir ($F:0,541$; $p:0,584 > 0,05$).

Tablo 63. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Yaş Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Olumsuz Görüş	23-25 Yaş Arası	45	16,42	5,00	1,407	,250
	26-28 Yaş Arası	37	17,00	5,81		
	29 Yaş ve Üzeri	17	19,12	6,92		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardıma ilişkin olumsuz görüş puanları yaş grupları birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir ($F:1,407$; $p:0,250 > 0,05$).

Tablo 64. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Olumlu Görüş	1000-1500 TL	17	52,82	5,10	,622	,539
	1501-2000 TL	33	51,30	7,56		
	2001 TL ve Üzeri	49	52,94	6,69		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir ($F: ,622; p: ,539 > 0.05$).

Tablo 65. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Gelir Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Olumsuz Görüş	1000-1500 TL	17	18,41	6,34	,877	,419
	1501-2000 TL	33	17,45	5,93		
	2001 TL ve Üzeri	49	16,41	5,29		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş puanları ortalama aylık gelirleri birbirinden farklı olan bireyler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir ($F: ,877; p: ,419 > 0.05$).

Tablo 66. Olumlu Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Olumlu Görüş	Evet	46	52,89	6,79	,710	,479
	Hayır	53	51,92	6,72		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiki olarak manidar bir farklılık sergilememektedir ($t: ,710; p: ,479 > 0.05$).

Tablo 67. Olumsuz Görüş Alt Ölçeğinden Alınan Puan Ortalamalarının Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Durumu Açısından Değerlendirilmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Olumsuz Görüş	Evet	46	16,93	5,80	-,270	,788
	Hayır	53	17,25	5,64		

Tabloda yer alan test bilgilerine göre psikolojik yardıma ilişkin olumsuz görüş puanları daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişiler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık sergilememektedir ($t: -,270$; $p: ,788 > 0.05$).

4.6. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARI İLE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Tablo 68. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardıma İlişkin Olumlu Görüş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	Olumlu Görüş
Duygusal Yoksunluk	-,447**
Başarısızlık	-,396**
Karamsarlık	-,184
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-,257*
Duyguları Bastırma	-,235*
Onay Arayıcılık	,018
İç içe Geçme/Bağımlılık	-,460**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-,069
Kendini Feda	-,268**
Terk Edilme	-,470**
Cezalandırılma	-,038
Kusurluluk	-,455**
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	-,463**
Yüksek Standartlar	-,120

* $p < .05$, ** $p < 0.001$ Anlamlı ilişki var demektir.

Bulgulara göre klinik psikoloji öğrencilerinin;

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile duygusal yoksunluk şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,447^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile başarısızlık şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,396^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile karamsarlık şema alanı arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0.05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile sosyal izolasyon/güvensizlik şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,257^*$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile duyguları bastırma şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,235^*$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile onay arayıcılık şema alanı arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0.05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile iç içe geçme/bağımlılık şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,460^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim şema alanı arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0.05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile kendini feda şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,268^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile terk edilme şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,470^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile cezalandırılma şema alanı arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0.05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile kusurluluk şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,455^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile tehditler karşısında dayanıksızlık şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r:-,463^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile yüksek standartlar şema alanı arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0.05$).

Tablo 69. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumsuz Görüş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	Olumsuz Görüş
Duygusal Yoksunluk	,461**
Başarısızlık	,525**
Karamsarlık	,273**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	,453**
Duyguları Bastırma	,268**
Onay Arayıcılık	,192
İç içe Geçme/Bağımlılık	,435**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	,297**
Kendini Feda	,266**
Terk Edilme	,522**
Cezalandırılma	,272**
Kusurluluk	,424**
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	,543**
Yüksek Standartlar	,227*

* $p<.05$, ** $p<0.001$ Anlamlı ilişki var demektir.

Bulgulara göre klinik psikoloji öğrencilerinin;

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile duygusal yoksunluk şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .461^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile başarısızlık şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .525^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile karamsarlık şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .273^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile sosyal izolasyon/güvensizlik şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .453^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile duyguları bastırma şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .268^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile onay arayıcılık şema alanı arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p > 0.05$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile iç içe geçme/bağımlılık şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .435^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .297^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile kendini feda şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .266^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile terk edilme şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .522^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile cezalandırılma şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .272^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile kusurluluk şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .424^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile tehditler karşısında dayanıksızlık şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .543^{**}$).

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile yüksek standartlar şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r: .227^*$).

4.7. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARI İLE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN CİNSİYETE GÖRE İNCELENMESİ

Tablo 70. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumlu Görüş Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Olumlu Görüş	Kadın	Erkek
Duygusal Yoksunluk	-,172	-,581 ^{**}
Başarısızlık	-,223	-,491 ^{**}
Karamsarlık	,037	-,384 [*]
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-,046	-,458 ^{**}
Duyguları Bastırma	,027	-,504 ^{**}
Onay Arayıcılık	,098	-,247
İç içe Geçme/Bağımlılık	-,214	-,573 ^{**}
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	,003	-,271
Kendini Feda	-,228	-,455 [*]
Terk Edilme	-,250 [*]	-,663 ^{**}
Cezalandırılma	,141	-,169
Kusurluluk	-,238	-,639 ^{**}
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	-,320 ^{**}	-,498 ^{**}
Yüksek Standartlar	,009	-,092

* $p < .05$, ** $p < 0.001$ Anlamlı ilişki var demektir.

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile duygusal yoksunluk düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,581^{**}$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile başarısızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,491^{**}$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile karamsarlık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,384^*$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile sosyal izolasyon/güvensizlik düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,458^{**}$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile duyguları bastırma düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,504^{**}$).

Kadınlarda ve erkeklerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile onay arayıcılık düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile iç içe geçme/bağımlılık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,573^{**}$).

Kadınlarda ve erkeklerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile kendini feda düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,455^*$).

Kadınlarda ($r:-,250^*$) ve erkeklerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile terk edilme düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır ($r:-,663^{**}$).

Kadınlarda ve erkeklerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile cezalandırılma düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile kusurluluk düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r:-,639^{**}$).

Kadınlarda ($r:-,320^{**}$) ve erkeklerde ($r:-,498^{**}$) psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile tehditler karşısında dayanıksızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Kadınlarda ve erkeklerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile yüksek standartlar düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Tablo 71. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumsuz Görüş Arasındaki İlişkinin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Olumsuz Görüş	Kadın	Erkek
Duygusal Yoksunluk	,314^{**}	,611^{**}
Başarısızlık	,409^{**}	,682^{**}
Karamsarlık	,135	,482^{**}
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	,377^{**}	,553^{**}
Duyguları Bastırma	,072	,620^{**}
Onay Arayıcılık	,169	,362[*]
İç içe Geçme/Bağımlılık	,207	,717^{**}
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	,330^{**}	,220
Kendini Feda	,220	,441[*]
Terk Edilme	,436^{**}	,619^{**}
Cezalandırılma	,299[*]	,112
Kusurluluk	,254[*]	,683^{**}
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	,444^{**}	,653^{**}
Yüksek Standartlar	,183	,175

** $p<.05$, ** $p<0.001$ Anlamlı ilişki var demektir.*

Kadınlarda ($r:,314^{**}$) ve erkeklerde ($r:,611^{**}$) psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile duygusal yoksunluk düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Kadınlarda ($r: .409^{**}$) ve erkeklerde ($r: .682^{**}$) psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile başarısızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile karamsarlık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r: .482^{**}$).

Kadınlarda ($r: .377^{**}$) ve erkeklerde ($r: .553^{**}$) psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile sosyal izolasyon/güvensizlik düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile duyguları bastırma düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r: .620^{**}$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile onay arayıcılık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r: .362^*$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile iç içe geçme/bağımlılık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r: .717^{**}$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim düzeyi arasında anlamlı ilişki var ($r: .330^{**}$) erkeklerde yoktur ($p>0.05$).

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile kendini feda düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken erkeklerde vardır ($r: .441^*$).

Kadınlarda ($r: .436^{**}$) ve erkeklerde ($r: .619^{**}$) psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile terk edilme düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Kadınlarda psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile cezalandırılma düzeyi arasında anlamlı ilişki var ($r: .299^*$) erkeklerde yoktur ($p>0.05$).

Kadınlarda ($r=.254^*$) ve erkeklerde ($r=.683^{**}$) psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile kusurluluk düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Kadınlarda ($r=.444^{**}$) ve erkeklerde ($r=.653^{**}$) psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile tehditler karşısında dayanıksızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Kadınlarda ve erkeklerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile yüksek standartlar düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

4.8. ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ALANLARI İLE PSİKOLOJİK YARDIM ALMAYA İLİŞKİN TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DAHA ÖNCE PSİKOLOJİK YARDIM ALMA DURUMUNA GÖRE İNCELENMESİ

Tablo 72. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumlu Görüş Arasındaki İlişkinin Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Tutumuna Göre İncelenmesi

Olumlu Görüş	Daha Önce Psikolojik Yardım Almış	Daha Önce Psikolojik Yardım Almamış
Duygusal Yoksunluk	-,476**	-,415**
Başarısızlık	-,416**	-,394**
Karamsarlık	-,126	-,267
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	-,309*	-,220
Duyguları Bastırma	-,321*	-,173
Onay Arayıcılık	,021	,000
İç içe Geçme/Bağımlılık	-,501**	-,423**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	-,021	-,124
Kendini Feda	-,206	-,338*
Terk Edilme	-,467**	-,467**
Cezalandırılma	,017	-,119
Kusurluluk	-,550**	-,388**
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	-,478**	-,471**
Yüksek Standartlar	-,012	-,228

* $p<.05$, ** $p<0.001$ Anlamlı ilişki var demektir.

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:-,476^{**}$) ve almamış ($r:-,415^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile duygusal yoksunluk düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:-,416^{**}$) ve almamış ($r:-,394^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile başarısızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile karamsarlık düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile sosyal izolasyon/güvensizlik düzeyi arasında anlamlı ilişki var ($r:-,309^*$) daha önce psikolojik yardım almamış yoktur ($p>0.05$).

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile duyguları bastırma düzeyi arasında anlamlı ilişki var ($r:-,321^*$) daha önce psikolojik yardım almamış yoktur ($p>0.05$).

Daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile onay arayıcılık düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:-,501^{**}$) ve almamış ($r:-,423^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile iç içe geçme/bağımlılık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile kendini feda düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r:-,338^*$).

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:-,467^{**}$) ve almamış ($r:-,467^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile terk edilme düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile cezalandırılma düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:-,550^{**}$) ve almamış ($r:-,388^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile kusurluluk düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:-,478^{**}$) ve almamış ($r:-,471^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile tehditler karşısında dayanıksızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ve almamış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum ile yüksek standartlar düzeyi arasında anlamlı ilişki yoktur ($p>0.05$).

Tablo 73. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Olumsuz Görüş Arasındaki İlişkinin Daha Önce Psikolojik Yardım Alma Tutumuna Göre İncelenmesi

Olumsuz Görüş	Daha Önce Psikolojik Yardım Almış	Daha Önce Psikolojik Yardım Almamış
Duygusal Yoksunluk	,513**	,420**
Başarısızlık	,572**	,492**
Karamsarlık	,131	,442**
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	,439**	,470**
Duyguları Bastırma	,208	,312*
Onay Arayıcılık	,085	,298*
İç içe Geçme/Bağımlılık	,368*	,490**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	,241	,354**
Kendini Feda	,225	,311*
Terk Edilme	,450**	,587**
Cezalandırılma	,204	,358**
Kusurluluk	,404**	,449**
Tehditler Karşısında Dayanaksızlık	,490**	,597**
Yüksek Standartlar	,072	,370**

* $p < .05$, ** $p < 0.001$ Anlamli ilişki var demektir.

Daha önce psikolojik yardım almış ($r: .513^{**}$) ve almamış ($r: .420^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile duygusal yoksunluk düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ($r: .572^{**}$) ve almamış ($r: .492^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile başarısızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile karamsarlık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p > 0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r: .442^{**}$).

Daha önce psikolojik yardım almış ($r: .439^{**}$) ve almamış ($r: .470^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile sosyal izolasyon/güvensizlik düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile duyguları bastırma düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r:0.312^*$).

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile onay arayıcılık düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r:0.298^*$).

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:0.368^*$) ve almamış ($r:0.490^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile iç içe geçme/bağımlılık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r:0.354^{**}$).

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile kendini feda düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r:0.311^*$).

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:0.450^{**}$) ve almamış ($r:0.587^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile terk edilme düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile cezalandırılma düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r:0.358^{**}$).

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:0.404^{**}$) ve almamış ($r:0.449^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile kusurluluk düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış ($r:490^{**}$) ve almamış ($r:597^{**}$) kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile tehditler karşısında dayanıksızlık düzeyi arasında anlamlı ilişki vardır.

Daha önce psikolojik yardım almış kişilerde psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum ile yüksek standartlar düzeyi arasında anlamlı ilişki yok ($p>0.05$) iken daha önce psikolojik yardım almamış vardır ($r:370^{**}$).



BÖLÜM V

TARTIŞMA SONUÇ

5.1.TARTIŞMA

Gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgulara göre öğrencilerin duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, kusurluluk ve yüksek standartlar şema alanları ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bu çalışma ile birbirini destekler nitelikte olarak Akhun (2012) üniversite öğrencilerinde, algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğü'nün psikolojik belirtilerle ilişkisi üzerine gerçekleştirdiği çalışmada da öğrencilerin duygusal yoksunluk, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, kusurluluk ve yüksek standartlar şema alanları ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ayrıca bu çalışma Akhun (2012) tarafından düzenlenen çalışmanın diğer bir ortak noktası olarak karamsarlık ve onay arayıcılık şema alanına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Bu çalışmada öğrencilerin sosyal izolasyon/güvensizlik şema alanına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Boysan (2012) tarafından üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması üzerine yapılan çalışmada sosyal kopukluk ve reddedilmişliğin erkeklerde daha yüksek görüldüğü tespit edilmiştir.

Akhun (2012) tarafından düzenlenen çalışma bulguları ile benzer nitelikte olarak öğrencilerin başarısızlık düzeylerinin gelir düzeyine göre farklılaştığı belirlenmiştir. Çalışmada ayrıca tehditler karşısında dayanıksızlık şema alanının ile gelir durumuna göre farklılaştığı fakat Akhun (2012) tarafından düzenlenen çalışmada anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Ortak bir nokta olarak Akhun (2012) tarafından düzenlenen çalışma ve bu çalışmada karamsarlık, onay arayıcılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, cezalandırılma ve yüksek standartlar şema alanları ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının gelir durumuna göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin duygusal yoksunluk, duygusal bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terkedilme, kusurluluk ve yüksek standartlar düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Akhun (2012) tarafından düzenlenen çalışmada da erkek üniversite öğrencilerinin yoksunluk, duygusal bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terkedilme, kusurluluk ve yüksek standartlar düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin başarısızlık, tehditler karşısında dayanıksızlık düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmadan farklı olarak Akhun (2012) düzenlediği çalışmada başarısızlığın, tehditler karşısında dayanıksızlık cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Araştırmaya katılan gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin tehditler karşısında dayanıksızlık düzeylerinin düşük olan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmadan farklı olarak Akhun (2012) düzenlediği çalışmada başarısızlığın, tehditler karşısında dayanıksızlık gelir düzeyine göre farklılaşmadığı görülmüştür.

Araştırmaya katılan kadın öğrencilerin psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Dilek (2010) tarafından üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi üzerine yapılan çalışmada da kadınların erkeklere kıyasla psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

5.3. SONUÇ

Gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgulara göre öğrencilerin duygusal yoksunluk, başarısızlık, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terk edilme, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şema alanları ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterirken karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, onay arayıcılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda ve cezalandırılma şema alanına ait puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Bulgulara göre öğrencilerin kusurluluk ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının daha önce puanlarının psikolojik yardım alma durumuna göre anlamlı farklılık gösterirken duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şema alanlarına ait daha önce puanlarının psikolojik yardım alma durumuna göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Bulgulara göre öğrencilerin duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar şema alanları ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının yaşa göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Bulgulara göre öğrencilerin başarısızlık, tehditler karşısında dayanıksızlık şema alanları ile gelir durumuna göre anlamlı farklılık gösterirken duygusal yoksunluk, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, yüksek standartlar şema alanları ile psikolojik yardım almaya yönelik tutumlarına ait puanlarının gelir durumuna göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin duygusal yoksunluk, başarısızlık, duygusal bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, terkedilme, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık, yüksek standartlar düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin başarısızlık ve tehditler karşısında dayanıksızlık düzeylerinin düşük olan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan daha önce psikolojik yardım almamış öğrencilerin kusurluluk düzeylerinin yardım alan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan kadın öğrencilerin psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu tutum düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz tutum düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile duygusal yoksunluk, başarısızlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, kendini feda, terk edilme, kusurluluk ve dayanıksızlık şema alanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumlu görüş gösterme eğilimleri ile karamsarlık, onay arayıcılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, cezalandırılma yüksek standartlar şema alanı arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Psikolojik yardım almaya ilişkin olumsuz görüş gösterme eğilimleri ile duygusal yoksunluk, başarısızlık, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, duyguları bastırma, iç içe geçme/bağımlılık, ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim, kendini feda, terk edilme, cezalandırılma, kusurluluk, tehditler karşısında dayanıksızlık ve yüksek standartlar şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

KAYNAKÇA

- Akhun, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde, algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemaları, benlik kurguları, ayrılma-bireyleşme ve duygu düzenleme güçlüğü'nün psikolojik belirtilerle ilişkisi. *Unpublished doctoral thesis*). Ankara: Hacettepe University.
- Arslantaş, H., Dereboy, İ. F., Aştı, N., & Pektekin, Ç. (2011). Yetişkinlerde profesyonel psikolojik yardım arama tutumu ve bunu etkileyen faktörler.
- Boldero, J., & Fallon, B. (1995). (Özet) Adolescent help-seeking: What do they get help for and from whom? *Journal of Adolescence*, 18, 193–209.
- Boysan, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*.
- Cepeda-Benito, A., & Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking professional help. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 58-64.
- Demir, A., & Koydemir, S. (2005). ODTÜ öğrencilerinde yardım arama davranışı. *VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde bildiri olarak sunuldu, Marmara Üniversitesi, İstanbul*.
- Dilek, C. (2010). Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara*.
- Dost, M. T. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.
- Erkan, S., Özbay, Y., Çankaya, Z. C., & Terzi, Ş. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları problemler ve psikolojik yardım arama gönüllükleri. *Eğitim ve Bilim*, 37(164).
- Gurbetoğlu, A. (2014). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. (<http://agurbetoglu.com/files/3%20ARA%C5%9ETIRMA%20S%C3%9CRE%C4%B0.pdf>. Erişim tarihi: 9 Eylül 2017).

- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uskun, E., Demirci, S., & Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10(1), 14-27.
- Hammen, C. (1992). Biliş ve Psikodinamik: İlmli bir öneri (Çev. Ş Tümer, E Düzen). *Türk Psikoloji Dergisi*, 27, 27-32.
- Kacur, M., & Kacar, M. (2011). Üniversite öğrencilerinin sorun alanları ve sorunlarla başetme yolları: Erciyes üniversitesi örneği.
- Kalkan, M., & Odacı, H. (2005). Cinsiyet ve Cinsiyet Rolünün Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlarla İlişkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 57-64.
- Karahan, F., Sardoğan, M. E., Özkamalı, E., & Dicle, A. N. (2005). Üniversite 1. sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyum düzeylerinin sosyokültürel etkinlikler açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(30), 63-72.
- Koydemir, S., Erel, Ö., Yumurtacı, D., & Şahin, G. N. (2010). (Özet) 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.
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic medicine*, 55(3), 234-247.
- Moller, V. (1996). Life satisfaction and expectations for the future in a sample of university students: A research note. *South African Journal of Sociology*, 27(1), 16-26.
- ÖSYM basın duyurusu (2017). <http://dokuman.osym.gov.tr/pdfdokuman/2017/osys/LYS/SayisalBilgiler11072017.pdf>, erişim tarihi: 10 Ağustos 2017).
- ÖSYM basın duyurusu (2017). <http://dokuman.osym.gov.tr/pdfdokuman/2017/OSYS/YER/YSay%C4%B1sa1%20Bilgiler15082017.pdf>, erişim tarihi: 10 Ağustos 2017).

- ÖSYM basın duyurusu (2017).
<http://dokuman.osym.gov.tr/pdfdokuman/2017/OSYS/YGS/SAYISAL28032017.pdf>, erişim tarihi: 10 Ağustos 2017).
- Özbaş, A. A., Sayın, A., & Coşar, B. (2012). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 81-89.
- Özbay, Y. (1996). Üniversite öğrencilerinin problem alanları ile yardım arama tutumları arasındaki ilişki. *IV. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmalar*, 175-189.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., & Oğuzhanoğlu, N. K. (2002). Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.
- Özgüven, İ. E. (1992). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve baş etme yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(7).
- Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-journal for the Advancement of Mental health*, 4(3), 218-251.
- Rickwood, D. J., Deane, F. P., & Wilson, C. J. (2007). When and how do young people seek professional help for mental health problems?. *Medical Journal of Australia*, 187(7), S35.
- Schonert-Reichl, K. A., & Muller, J. R. (1996). Correlates of help-seeking in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(6), 705-731.
- Soygüt, G., Çakır, Z., & Karaosmanoğlu, A. (2008). Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: Young ebeveynlik ölçeğinin psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 17-30.
- Strohmer, D. C., Moilanen, D. L., & Barry, L. J. (1988). Personal hypothesis testing: The role of consistency and self-schema. *Journal of Counseling Psychology*, 35(1), 56.

- Topkaya, N., & Meydan, B. (2013). Üniversite öğrencilerinin problem yaşadıkları alanlar, yardım kaynakları ve psikolojik yardım alma niyetleri. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1).
- Tracey, T. J., Sherry, P., Baver, G. P., Robins, T. H., Todaro, L., & Briggs, S. (1984). Help seeking as a function of student characteristics and program description: A Log-linear analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 31(1), 54-62.
- Türküm, A. S. (2001). Developing a scale of attitudes toward seeking psychological help: Validity and reliability analysis. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 26(3), 321-329.
- Türküm, S. (2001). Stresle başa çıkma biçimi, iyimserlik, bilişsel çarpıtma düzeyleri ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar arasındaki ilişkiler: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, K. E. (2009). Şema terapi (Çev. T. V., Soylu). *İstanbul, Litera Yayıncılık*.
- YÖK bilgi yönetimi sistemi (2017). <https://istatistik.yok.gov.tr/>. Erişim tarihi: 10 Ağustos 2017.
- Zivin, K., Eisenberg, D., Gollust, S. E., & Golberstein, E. (2009). Persistence of mental health problems and needs in a college student population. *Journal of affective disorders*, 117(3), 180-185.

EKLER

EK 1 Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği

PYTÖ-K

Açıklama: Aşağıda psikolojik yardımla ilgili, çeşitli cümleler yazılmıştır. Her bir cümleyi okuyarak, bu fikre ne ölçüde katıldığınızı yan taraftaki ilgili paranteze (X) işareti koyarak belirtiniz. Cümlelerin tek bir doğru veya yanlış cevabı yoktur. Sizden beklenen kendi görüşlerinizi samimiyetle işaretlemenizdir. Bu çalışmanın sonuçları bilimsel bir araştırmada kullanılacaktır. Vakit ayırıp, özen göstererek destek sağladığınız için teşekkür ederim.

	Tamamen Katılıyorum	Orduka Katılıyorum	Kararsızım	Pek Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Psikolojik rahatsızlığım kendiliğinden geçmiyorsa, psikolojik yardım almak benim için bir çözümdür.....	()	()	()	()	()
2. Danışacağım uzmanım benim ruh sağlığı bozuk bir kişi olduğunu düşünmesinden çekinirim.....	()	()	()	()	()
3. Psikolojik yardım alarak, ruhsal sıkıntılarımın nedenini anlayabilirim.....	()	()	()	()	()
4. Yakın bir arkadaşım, benden ruhsal problemi ile ilgili olarak fikrimi sorduğunda, psikolojik yardım almasını önerebilirim.....	()	()	()	()	()
5. Kendimi çok rahatsız hissedersen psikolojik yardım isteyebilirim.....	()	()	()	()	()

6. Gerektiğinde, duygusal sorunların çözümüne yardımcı olması için, kişisel sırlarımı bir uzmana açabilirim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Kişi psikolojik yardım alarak, yıpratıcı duygularıyla nasıl baş edebileceğini öğrenebilir.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Ruhsal sorunlarımın olduğunun duyulması beni utandırır.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Psikolojik yardım, kişinin sorunlarla başa çıkma gücünü yükseltir.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Psikolojik yardım alarak, duygularımı gözden geçirebilecek güvenli bir ortam bulabilirim.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Psikolojik yardım alan kişinin diğer insanlarla iletişimi kolaylaşır.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Tamamen	Oldukça	Kararsızım	Pek	Kesinlikle
	Katılıyorum	Katılıyorum		Katılmıyorum	Katılmıyorum
12. Hakkımda söyleneceklerden dolayı, psikolojik yardım almaktan çekinirim.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Psikolojik yardım, kişinin kendine saygısını azaltır.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Bir uzmanla sorunlar hakkında konuşmak, duygusal çatışmalardan kurtulmanın etkili bir yoludur.....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15. Yaşamımda karşılaşılabileceğim duygusal bir krizi psikolojik yardımla atlatabileceğime inanıyorum.....
- () () () () ()
16. Kişi, çevresiyle ilişkilerinin zarar görmesini istemiyorsa, ruhsal bir tedavi gördüğünü onlardan saklamalıdır.....
- () () () () ()
17. Ruhsal tedavi gördüğü bilinen kişi, arkadaşlarını kaybetmeye mahkumdur.....
- () () () () ()
18. Eğer bir ruhsal bozukluğum olduğunu düşünürsem, ilk yapacağım şey, profesyonel yardım almak olacaktır.....
- () () () () ()

EK 2 Young Şema Ölçeği Kısa Form -3 Türkçe Formu Puanlama Anahtarı*

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve size ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olamadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin duygusal olarak ne hissettiğinize dayanarak cevap verin.

Birkaç soru, anne ve babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayattayken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplayınız

1'den 6'ya kadar olan seçeneklerden size tanımlayan en yüksek şıkkı seçerek her soruda önce yer alan boşluğa yazınız.

DERECELENDİRME

- 1- Benim için tamamıyla yanlış
- 2- Benim için büyük ölçüde yanlış
- 3- Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla
- 4- Benim için orta derecede doğru
- 5- Benim için çoğunlukla doğru
- 6- Beni mükemmel şekilde tanımlıyor

1. _____ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
2. _____ Beni terke edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.
3. _____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum
4. _____ Uyumsuzum.
5. _____ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.

6. ____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum
7. ____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.
8. ____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.
9. ____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşlılarım kadar, başaramadım.
10. ____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. ____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. ____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseydiğimi göstermek gibi).
13. ____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.
14. ____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. ____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. ____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. ____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
18. ____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.
19. ____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. ____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. ____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. ____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.

23. ____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. ____ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. ____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. ____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.
27. ____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. ____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. ____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. ____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. ____ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. ____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. ____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. ____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. ____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. ____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.
37. ____ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
38. ____ Yakınlarımin beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
39. ____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. ____ Bir yere ait değilim, yalnızım.
41. ____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.

42. ____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. ____ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
44. ____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. ____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız
46. ____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. ____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. ____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. ____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. ____ İstediyimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. ____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım
52. ____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissedirim.
53. ____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. ____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. ____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. ____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissedirim.
57. ____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. ____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. ____ Kendimi sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.

61. ____ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. ____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyuyum.
63. ____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. ____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. ____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. ____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. ____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. ____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. ____ Benim yararım olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. ____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. ____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. ____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. ____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. ____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. ____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. ____ Kendimi hep grupların dışında hissedirim.

77. _____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
78. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.
79. _____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. _____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.
81. _____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.
82. _____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.
83. _____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.
84. _____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.
85. _____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. _____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. _____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.
88. _____ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. _____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. _____ Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım.

EK 3 Madde Analizi Sonuçları

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı	183,667	6167,824	,803	,984
Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok	183,441	6142,794	,866	,984
Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim	183,396	6147,805	,847	,984
Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı	183,099	6145,254	,767	,984
Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı	183,153	6168,040	,763	,984
İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum	183,342	6147,627	,855	,984
İşleri halletmede son derece yetersizim	183,378	6143,874	,892	,984
Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim	182,874	6193,457	,696	,984
İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli	183,099	6197,436	,667	,984
İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim	183,216	6162,171	,778	,984
İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim	183,468	6163,669	,827	,984
Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum	183,234	6192,781	,756	,984
Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim	182,973	6198,772	,691	,984
Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissederim	183,270	6165,799	,788	,984
İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim	183,117	6187,395	,688	,984
Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum	183,387	6151,203	,838	,984
İnsanların beni kullandıklarını hissederim	183,306	6190,578	,740	,984
Uyumsuzum	183,297	6190,356	,710	,984

Bir yere ait değilim, yalnızım	183,225	6157,976	,819	,984
Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir	182,865	6203,754	,645	,984
Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum	183,225	6157,776	,840	,984
Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım	182,982	6194,818	,697	,984
Kendimi hep grupların dışında hissederim	183,261	6153,595	,842	,984
Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemsedığimi göstermek gibi)	183,135	6183,100	,713	,984
Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum	183,081	6163,730	,770	,984
İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur	183,153	6156,695	,795	,984
Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar	182,946	6206,633	,627	,984
Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar	183,090	6233,337	,527	,984
Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar	183,063	6174,969	,755	,984
Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir	183,018	6242,436	,543	,984
Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim	183,054	6204,852	,652	,984
Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim	182,658	6307,045	,196	,985
Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim	182,432	6318,666	,159	,985
Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar	182,676	6246,803	,489	,984
Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum	183,405	6154,098	,804	,984
Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşlıtlarım kadar, başaramadım	183,198	6152,724	,816	,984
Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm	183,234	6156,181	,793	,984
Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum	183,306	6148,869	,838	,984
Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok	183,234	6189,817	,693	,984
Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm	183,369	6187,853	,774	,984

Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum	183,450	6161,941	,846	,984
Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum	183,441	6163,649	,840	,984
Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum	183,486	6197,907	,765	,984
Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam	182,505	6282,961	,330	,985
Temel olarak diğer insanlardan farklıyım	182,667	6284,170	,310	,985
Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim	183,144	6208,543	,608	,984
İstedığimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim	182,432	6360,484	-,028	,985
Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım	182,712	6261,898	,379	,985
Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum	182,676	6222,767	,534	,984
Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam	182,486	6266,616	,361	,985
Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum	182,892	6299,388	,264	,985
Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım	182,712	6231,007	,516	,984
Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor	183,099	6240,436	,542	,984
Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum	182,712	6294,607	,286	,985
Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar	183,126	6238,548	,502	,984
Beni terkeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam	183,378	6179,928	,713	,984
Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum	183,441	6145,358	,859	,984
Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar	183,252	6152,281	,823	,984
Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım	183,234	6165,654	,781	,984
İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım	183,297	6163,720	,775	,984
Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı	183,126	6207,729	,664	,984

hakkederim				
Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım	182,315	6351,054	,009	,985
Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider	182,919	6227,966	,590	,984
Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir	182,685	6323,418	,139	,985
Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir	182,982	6286,200	,312	,985
Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim	183,009	6224,118	,629	,984
Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez	183,324	6133,021	,880	,984
Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim	183,342	6152,409	,795	,984
Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım	183,369	6167,217	,851	,984
Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum	183,324	6142,294	,885	,984
Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum	183,360	6163,542	,817	,984
Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım	183,523	6154,306	,803	,984
İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim	183,153	6154,004	,832	,984
Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir	183,198	6188,797	,724	,984
Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım	183,234	6203,963	,685	,984
Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım	183,108	6170,297	,762	,984
Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim	183,216	6174,807	,755	,984
Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem	182,739	6221,177	,537	,984
Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim	182,631	6199,962	,631	,984
En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem	182,703	6219,574	,552	,984

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı	8,568	32,084	,813	,910
Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok	8,342	30,409	,877	,897
Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim	8,297	31,120	,828	,907
Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı	8,000	30,000	,785	,917
Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı	8,054	32,252	,750	,922

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum	11,036	40,199	,879	,902
İşleri halletmede son derece yetersizim	11,072	41,086	,849	,906
Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim	10,568	45,175	,628	,934
İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli	10,793	43,184	,729	,922
İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim	10,910	40,174	,859	,904
İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim	11,162	42,464	,790	,914

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
--	----------------------------	--------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum	8,910	25,337	,773	,856
Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim	8,649	25,266	,729	,865
Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissedyorum	8,946	24,124	,758	,858
İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim	8,793	24,875	,686	,875
Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum	9,063	24,514	,712	,869

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
İnsanların beni kullandıklarını hissedyorum	13,631	53,835	,676	,905
Uyumsuzum	13,622	53,092	,680	,905
Bir yere ait değilim, yalnızım	13,550	50,086	,804	,891
Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir	13,189	52,882	,683	,904
Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissedyorum	13,550	49,432	,865	,884
Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım	13,306	54,124	,633	,909
Kendimi hep grupların dışında hissederim	13,586	50,372	,793	,892

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi)	9,387	24,985	,658	,839
Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum	9,333	23,370	,756	,814

İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur	9,405	23,989	,701	,829
Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar	9,198	24,724	,700	,829
Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar	9,342	26,391	,593	,855

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Paramın olması ve önemli insanlar tanıyarak olmak beni değerli yapar	13,234	25,036	,443	,755
Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir	13,189	24,446	,608	,714
Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim	13,225	22,776	,656	,697
Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim	12,829	25,325	,425	,760
Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim	12,604	26,769	,364	,772
Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar	12,847	23,713	,617	,710

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum	16,595	99,952	,806	,944
Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşlılarım kadar, başaramadım	16,387	98,730	,858	,941
Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm	16,423	100,301	,791	,945
Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum	16,495	100,452	,803	,944
Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığımı hissediyorum-Benim kendime ait	16,423	103,446	,727	,948

bir hayatım yok				
Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm	16,559	103,903	,797	,945
Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum	16,640	102,869	,783	,945
Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum	16,631	100,071	,893	,940
Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum	16,676	105,676	,771	,946

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam	16,369	31,435	,324	,661
Temel olarak diğer insanlardan farklıyım	16,532	31,524	,295	,669
Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim	17,009	28,354	,470	,621
İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim	16,297	30,938	,246	,687
Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım	16,577	29,737	,369	,650
Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum	16,541	27,487	,511	,608
Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam	16,351	27,594	,519	,607

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum	10,009	17,191	,315	,723

Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım	9,829	14,798	,453	,675
Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor	10,216	14,844	,557	,632
Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum	9,829	16,398	,394	,695
Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar	10,243	13,258	,654	,584

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Beni terkedeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam	8,432	29,575	,695	,901
Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum	8,495	27,525	,849	,868
Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar	8,306	28,378	,776	,884
Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım	8,288	28,607	,777	,884
İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım	8,351	28,975	,732	,893

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim	13,162	20,883	,331	,660
Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım	12,351	19,612	,353	,658
Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider	12,955	19,898	,442	,624
Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir	12,721	19,876	,429	,628

Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir	13,018	19,109	,506	,601
Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim	13,045	20,698	,390	,641

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez	10,153	46,931	,896	,942
Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim	10,171	47,689	,846	,948
Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım	10,198	50,215	,856	,947
Kendimi sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum	10,153	47,695	,908	,941
Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum	10,189	50,100	,801	,953
Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım	10,351	47,939	,853	,947

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim	8,901	22,399	,766	,819
Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir	8,946	24,815	,618	,856
Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım	8,982	24,927	,646	,849
Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım	8,856	22,906	,722	,830

Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim	8,964	23,417	,696	,837
---	-------	--------	------	------

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem	5,495	6,816	,704	,603
Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana "hayır" denilmesini çok zor kabullenirim	5,387	7,785	,559	,764
En iyisini yapmalıyım, "yeterince iyi" ile yetinemem	5,459	7,596	,593	,729

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Psikolojik rahatsızlığım kendiliğinden geçmiyorsa, psikolojik yardım almak benim için bir çözümdür	60,559	28,922	,291	,377
Psikolojik yardım alarak, ruhsal sıkıntılarımın nedenini anlayabilirim	60,721	28,367	,271	,371
Yakın bir arkadaşım, benden ruhsal problemi ile ilgili olarak fikrimi sorduğunda, psikolojik yardım almasını önerebilirim	60,712	28,607	,239	,377
Kendimi çok rahatsız hissedersen psikolojik yardım isteyebilirim	60,730	28,181	,268	,369
Gerektiğinde, duygusal sorunların çözümüne yardımcı olması için, kişisel sınırlarımı bir uzmana açabilirim	60,739	27,577	,353	,354
Kişi psikolojik yardım alarak, yıpratıcı duygularıyla nasıl baş edebileceğini öğrenebilir	60,784	27,607	,286	,361
Psikolojik yardım, kişinin sorunlarla başa çıkma gücünü yükseltir	60,802	28,251	,243	,373
Psikolojik yardım alarak, duygularımı gözden geçirebilecek güvenli bir ortam bulabilirim	60,856	28,397	,195	,381
Psikolojik yardım alan kişinin diğer insanlarla	60,991	28,373	,206	,379

iletişimi kolaylaştır				
Bir uzmanla sorunlar hakkında konuşmak, duygusal çatışmalardan kurtulmanın etkili bir yoludur	61,045	28,298	,166	,386
Yaşamımda karşılaşılabileceğim duygusal bir krizi psikolojik yardımla atlatabileceğime inanıyorum	61,306	26,778	,185	,377
Eğer bir ruhsal bozukluğum olduğunu düşünürsem, ilk yapacağım şey, profesyonel yardım almak olacaktır	60,802	28,997	,124	,396
Danışacağım uzmanım benim ruh sağlığı bozuk bir kişi olduğunu düşünmesinden çekinirim	62,874	29,620	-,057	,464
Ruhsal sorunlarımın olduğunun duyulması beni utandırır	62,757	28,840	,045	,420
Hakkımda söyleneceklerden dolayı, psikolojik yardım almaktan çekinirim	63,270	28,599	,067	,413
Psikolojik yardım, kişinin kendine saygısını azaltır	63,459	29,796	-,019	,437
Kişi, çevresiyle ilişkilerinin zarar görmesini istemiyorsa, ruhsal bir tedavi gördüğünü onlardan saklamalıdır	63,315	27,491	,173	,382
Ruhsal tedavi gördüğü bilinen kişi, arkadaşlarını kaybetmeye mahkumdur	63,261	31,977	-,186	,496

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Psikolojik rahatsızlığım kendiliğinden geçmiyorsa, psikolojik yardım almak benim için bir çözümdür	48,090	41,537	,384	,873
Psikolojik yardım alarak, ruhsal sıkıntılarımın nedenini anlayabilirim	48,252	39,045	,558	,864
Yakın bir arkadaşım, benden ruhsal problemi ile ilgili olarak fikrimi sorduğunda, psikolojik yardım almasını önerebilirim	48,243	37,949	,689	,857
Kendimi çok rahatsız hissedersen psikolojik yardım isteyebilirim	48,261	37,813	,653	,859
Gerektiğinde, duygusal sorunların çözümüne yardımcı olması için, kişisel sınırlarımı bir uzmana açabilirim	48,270	38,072	,635	,860
Kişi psikolojik yardım alarak, yıpratıcı duygularıyla nasıl baş edebileceğini öğrenebilir	48,315	37,363	,610	,861

Psikolojik yardım, kişinin sorunlarla başa çıkma gücünü yükseltir	48,333	37,079	,703	,855
Psikolojik yardım alarak, duygularımı gözden geçirebilecek güvenli bir ortam bulabilirim	48,387	36,676	,678	,856
Psikolojik yardım alan kişinin diğer insanlarla iletişimi kolaylaştır	48,523	38,724	,485	,868
Bir uzmanla sorunlar hakkında konuşmak, duygusal çatışmalardan kurtulmanın etkili bir yoludur	48,577	37,846	,484	,869
Yaşamımda karşılaşılabileceğim duygusal bir krizi psikolojik yardımla atlatabileceğime inanıyorum	48,838	33,410	,630	,863
Eğer bir ruhsal bozukluğum olduğunu düşünürsem, ilk yapacağım şey, profesyonel yardım almak olacaktır	48,333	39,552	,381	,875

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Eğer bir ruhsal bozukluğum olduğunu düşünürsem, ilk yapacağım şey, profesyonel yardım almak olacaktır	12,468	33,288	-,300	,836
Danışacağım uzmanım benim ruh sağlığı bozuk bir kişi olduğunu düşünmesinden çekinirim	14,541	19,487	,687	,672
Ruhsal sorunlarımın olduğunun duyulması beni utandırır	14,423	21,846	,655	,687
Hakkımda söyleneceklerden dolayı, psikolojik yardım almaktan çekinirim	14,937	21,332	,719	,673
Psikolojik yardım, kişinin kendine saygısını azaltır	15,126	21,929	,682	,683
Kişi, çevresiyle ilişkilerinin zarar görmesini istemiyorsa, ruhsal bir tedavi gördüğünü onlardan saklamalıdır	14,982	26,472	,263	,769
Ruhsal tedavi gördüğü bilinen kişi, arkadaşlarını kaybetmeye mahkumdur	14,928	21,522	,584	,701

ÖZGEÇMİŞ

NURİ BEYAZYÜZ

GSM: 0532 690 28 98

E-MAIL: omernuribeyazyuz@hotmail.com

KİŞİSEL BİLGİLER:

DOĞUM TARİHİ: 24.11.1989

DOĞUM YERİ: DİYARBAKIR

EĞİTİM:

HAZİRAN 2015 – ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ – SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ – KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS/ TEZLİ (DEVAM EDİYOR)

HAZİRAN 2015 – GİRNE AMERİKAN ÜNİVERSİTESİ - BEŞERİ BİLİMLER FAKÜLTESİ – PSİKOLOJİ (İNGİLİZCE)

DENEYİM:

DOWN SENDROMU DERNEĞİ – PSİKOLOG (KASIM 2016 – EKİM 2017)

ÖZEL YENİ MEVSİM ÖZEL EĞİTİM VE REHABİLİTASYON MERKEZİ - PSİKOLOG (EKİM 2015 – EKİM 2016)

STAJ:

NP İSTANBUL BEYİN HASTANESİ (24 NİSAN 2017 – 29 NİSAN 2017/
12 HAZİRAN 2017 – 17 HAZİRAN 2017)

DİYARBAKIR SELAHATTİN EYYUBİ DEVLET HASTANESİ (22 AĞUSTOS 2015 – 11 EYLÜL 2015)

SERTİFİKALAR:

SPSS STATISTIC 20 – GAUSEM LIFELONG LEARNING CENTER – GİRNE 2013

MMPI ÇOK YÖNLÜ KİŞİLİK ENVANTERİ UYGULAMA SERTİFİKASI – FENOMEN PSİKOLOJİ DANIŞMALIK VE EĞİTİM MERKEZİ – ANKARA 2014

KATILIM BELGELERİ:

ÖZEL GEREKSİNİM GÖSTEREN BİREYLERDE CİNSEL GELİŞİM, CİNSİYET EĞİTİMİ VE TACİZDEN KORUNMA – İSTANBUL 2017

GİRNE AMERİKAN ÜNİVERSİTESİ 3. PSİKOLOJİ GÜNLERİ (GÖREVLİ) – GİRNE 2012

PSİKOLOJİK TRAVMA VE TRAVMAYA MÜDAHALE EĞİTİMİ – XVI. ULUSAL PSİKOLOJİ ÖĞRENCİLERİ KONGRESİ – GİRNE 2011

İÇSEL RİTMİ YAKALAMAK PSİKODRAMA ÇALIŞMA GURUBU – XVI. ULUSAL PSİKOLOJİ ÖĞRENCİLERİ KONGRESİ – GİRNE 2011

“İLİŞKİLER” KONULU SEMPOZYUM – 3. RUH SAĞLIĞI SEMPOZYUMU – LEFKOŞA 2011