

# Yard?m Aramada Kendini Damgalama Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Yard?m Aramada Kendini Damgalama Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=32881>

## Özet

**Yardı?m Aramada Kendini Damgalama Ölçe?i** (YAKDÖ), orijinal adı **Self Stigma of Seeking Help Scale (SSOSH)** olan psikometrik aracın Türkçe'ye uyarlanmı? halidir. Bu ölçek, bireylerin profesyonel ruh sa?l??? yardı?m arama sürecinde ya?ad?klar? içselle?tirilm? damgalama alg?s?n? ölçmek amacıyla geli?tirilm?tir. Ölçe?in Türkiye örnekleminde güvenilirlik ve geçerlik çal??malar?, Sezer ve Kezer (2013) taraf?ndan gerçekleştirilmi?tir. Yapılan analizler sonucunda ölçe?in 25 madde ve 2 faktörlü bir yapı sergiledi?i do?rulanmı?tır. Yüksek iç tutarlı?k katsay?s?, ölçe?in psikolojik yardı?m aray???ndaki **kendini damgalama** düzeyini güvenilir bir şekilde ölçtü?ünü göstermektedir.

## Anahtar Kelimeler

Kendini Damgalama, Yardı?m Arama, SSOSH, Psikometrik Uyarlama, **Faktör Analizi**, Güvenirlik, Yapı Geçerli?i.

## Yazarlar

Sevgi Sezer, Figen Kezer

## Amaç

Yardı?m Aramada Kendini Damgalama Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin zihinsel sa?lık sorunları veya ki?isel zorlukları nedeniyle profesyonel yardı?m almaktan kaç?nmalarına neden olan içselle?tirilm? olumsuz inançları ve tutumları saptamaktır. Bu **kendini damgalama**, yardı?m arama davran???nın önündeki en önemli psikolojik engellerden biri olarak kabul edilmektedir.

Ölçek, özellikle psikoloji, rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanlarında, bireylerin yardı?m arama niyetlerini ve bu niyeti etkileyen damgalama düzeylerini belirlemek için kullanılmaktadır. Elde edilen veriler, yardı?m arama engellerini azaltmaya yönelik etkili müdahale programlarının geli?tirilmesine katkı sağlamaktadır.

## Yapı

Ölçek, bireyin ruh sa?l??? yardı?m alması durumunda kendi benliği hakkında olumsuz yargılarda bulunma eğilimini temsil eden psikolojik yapıyı, yani **kendini damgalama** (Self-Stigma) kavramını ölçmektedir. Bu yapı genellikle, kişinin yardı?m aramasının zayıf veya yetersizlik belirtisi olduğuna dair inancını içerir.

YAKDÖ, orijinal ölçek gibi, kendini damgalama yapısının farklı boyutlarını kapsamaktadır. Türk örnekleminde yapılan çal??malar, bu yapının iki ana faktör altında toplandığını göstermiştir.

Bu faktörler, bireyin yardıma arama sürecine ilişkin içselleştirdiği utanç ve olumsuz değerlendirme korkusunu temsil etmektedir.

## Geçerlik

Ölçeğin Türk örneklemindeki geçerlik çalışmaları, Sezer ve Kezer (2013) tarafından detaylı olarak incelenmiştir. Ölçeğin ölçtüğü yapıların teorik beklentilere uygunluğunu test etmek amacıyla **yapı geçerliliği** analizleri gerçekleştirilmiştir.

Bu analizler kapsamında hem Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) hem de Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yöntemleri kullanılmıştır. Sonuçlar, ölçeğin 25 maddeden oluşan ve teorik olarak anlamlı kabul edilen 2 faktörlü bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, YAKDÖ'nün psikolojik yardıma arayışında kendini damgalama yapışın geçerli bir şekilde ölçtüğünü desteklemektedir.

## Güvenilirlik

Yardıma Aramada Kendini Damgalama Ölçeği'nin iç tutarlılığı, güvenilirlik çalışmaları kapsamında incelenmiştir. İç tutarlılık katsayısı olarak **Cronbach Alfa** ( $\alpha$ ) değeri hesaplanmıştır.

Elde edilen **Cronbach Alfa** katsayısı  $\alpha = .90$  olarak bulunmuştur. Bu yüksek katsayı, ölçeğin oluşturan maddelerin birbiriyle tutarlı olduğunu ve aynı psikolojik yapıyı ölçmekte yeterli güvenilirlik düzeyine sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, ölçeğin araştırmaya ve uygulamada kullanılabilecek düzeyde sağlam olduğunu kanıtlamaktadır.

## Faktör Analizi

Ölçeğin yapısal özellikleri, **faktör analizi** yöntemleriyle belirlenmiştir. Yapılan Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) çalışmaları, ölçeğin 25 maddeden oluşan iki faktörlü bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir.

Bu iki faktörlü yapı, orijinal SSOSH ölçeğinin teorik çerçevesiyle uyumlu olup, Türk kültürü bağlamında da kendini damgalama bileşenlerinin ayrılabilişini desteklemektedir. DFA sonuçları, modelin veri ile iyi bir uyum sergilediğini ve ölçeğin yapısal geçerliliğini kesinleştirdiğini göstermiştir.

## Ölçek Bilgileri

**Test Türü:** Uyarılama

**Format:** 5'li Likert Tipi Derecelendirme

**Dil:** Türkçe

**Öz Sayısı:** 25 Madde

**Faktör Sayısı:** 2 Faktör

**Puanlama Sistemi:** 1 (Hiçbir Zaman), 2 (Nadiren), 3 (Bazen), 4 (Sıklıkla), 5 (Çoğu Zaman)

**Popülasyon Grubu:** Genel Popülasyon (Uyarılma çalışması üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır.)

**Yaş Grubu:** Genç Yetişkin ve Yetişkin

**Test Metodolojisi:** Öz Bildirim Ölçeği

## Anahtar Kelimeler

Yardıma Arama Engelleri, Ruh Sağlığı, Psikolojik Danışmanlık, Çıkarlılık, Likert Ölçeği, Yapısal Etkilik Modellemesi.

## Yazarlar

**Sorumlu Yazar:** Sevgi Sezer

**Sorumlu Yazar İletişim E-postası:** [sevgisezer2012@gmail.com](mailto:sevgisezer2012@gmail.com)

## İletişim ve Zinler

Ölçeğin orijinal geliştiricileri tarafından belirlenen kullanım koşulları geçerlidir. Ölçeğin Türkçe uyarılmasına ilişkin bilimsel çalışmalar için Sevgi Sezer ile iletişime geçilmesi gerekmektedir.

**Test Yılı:** 2013 (Türkçe Uyarılma Çalışması)

Ölçeğin kaynak makalesine ait orijinal link burada bulunmaktadır: [proxy2.marmara-elibrary.com](http://proxy2.marmara-elibrary.com)

Ölçeğin orijinal PDF dosyası buradadır: [self-stigma-of-seeking-help-scale-ssosh-toad.pdf](http://self-stigma-of-seeking-help-scale-ssosh-toad.pdf)

## Referanslar

Sezer, S., & Kezer, F. (2013). The reliability and validity of Self Stigma of Seeking Help Scale (SSOSH) in a Turkish sample. *Dünya Adam*, 26(2), 148-156.

## Yard?m Aramada Kendini Damgalama Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** Ölçek maddeleri, kaynak içerikte sa?lanmad??? için burada listelenmemi?tir. Maddelerin tamam?na ula?mak için yukar?da belirtilen referans makaleye ba?vurulmal?dır.

ARABPSYCHOLOGY.COM