

Makale türü: Araştırma makalesi**Article type:** Research article

Geliş tarihi 11.06.2026

Submitted date

Kabul tarihi 03.10.2026

Accepted date

Elektronik yayın tarihi 26.10.2026

Online publishing date

Atıf Bilgisi / Reference Information

Aslan, A. M. (2026). Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu: Psikolojik Yardım Alma Tutumları ve Sosyal Damgalanmaya İlişkin Bir Seri Aracılık Modeli. *Journal of History School*, 84, 4998-5031.

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE YAŞAM DOYUMU: PSİKOLOJİK YARDIM ALMA TUTUMLARI VE SOSYAL DAMGALANMAYA İLİŞKİN BİR SERİ ARACILIK MODELİ¹

Abdullah Mücahit ASLAN²

Öz

Bu çalışmada, psikolojik yardım aramaya yönelik tutumların (PYAT) ve psikolojik yardım arama nedeniyle sosyal damgalanmanın (PYANSD), Türkiye’deki üniversite öğrencilerinde Büyük Beşli kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde birlikte seri aracı olarak işlev görüp görmediği incelenmiştir. Araştırma kesitsel ilişkisel araştırma desenine göre yürütülmüş ve yaşları 18 ile 23 arasında değişen (Ort. = 20.85, SS = 1.47) 930 üniversite öğrencisi (%62.3 kadın, %37.7 erkek) çalışmaya katılmıştır. Veriler, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Psikolojik Yardım Alma İlişkin Tutum Ölçeği Kısa Formu, Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Seri aracılık analizleri, Hayes’in PROCESS Makrosu (Model 6) kullanılarak 5.000 bootstrap örnekleme ile gerçekleştirilmiştir. Bulgular, nevrozluğun yaşam doyumu ile negatif yönde ilişkili olduğunu; dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk kişilik özelliklerinin ise yaşam doyumu ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk PYAT’ı pozitif yönde yordarken, nevrozlu PYANSD’yi pozitif yönde yordamıştır. PYAT, PYANSD düzeylerinin daha düşük olmasıyla tutarlı biçimde ilişkili bulunmuş; PYANSD ise yaşam doyumunu negatif yönde yordamıştır. PYAT ve

¹ Makale yazımı yazar etki oranı: 1.yazar: %100. Bu makalenin etik kurul onayı Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi’nden, 24.04.2025 tarih, 05 /141 sayı ve toplantı numarası ile alınmıştır.

² Dr. Öğr.Üyesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, abduhahmucacahit71@gmail.com, Orcid: 0000-0001-7468-6103

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

PYANS'D'nin tek başına aracılık etkileri anlamlı bulunmamıştır. Bununla birlikte, dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk için PYAT ve PYANS'D üzerinden anlamlı seri dolaylı etkiler elde edilmiştir. Nevrotiklik için ise anlamlı bir seri aracılık etkisi bulunmamıştır. Araştırma bulguları, PYAT ile düşük düzeyde PYANS'D'nin, uyumluluk ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide anlamlı bir seri dolaylı ilişki örüntüsü oluşturduğunu göstermektedir. Sonuçlar, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarını artırmak amacıyla PYAT'ın desteklenmesi ve PYANS'D'ye ilişkin engellerin azaltılmasının önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Büyük Beşli Kişilik Özelliği, Yaşam Doyumu, Psikolojik Yardım Arama, Sosyal Damgalanma, Üniversite Öğrencileri, Seri Aracılık.

Personality Traits and Life Satisfaction Among University Students: A Serial Mediation Model of Attitudes Toward Seeking Psychological Help and Social Stigma

Abstract

This study examined whether attitudes toward seeking professional psychological help (ASPH) and social stigma associated with seeking psychological help (SSSPH) jointly function as serial mediators in the relationships between the Big Five personality traits and life satisfaction among university students in Türkiye. The study employed a cross-sectional correlational design and included 930 university students (62.3% female and 37.7% male) aged between 18 and 23 years ($M = 20.85$, $SD = 1.47$). Data were collected using the Adjective-Based Personality Test, the Attitudes Toward Seeking Psychological Help Scale–Short Form, the Social Stigma Associated with Seeking Psychological Help Scale, and the Satisfaction with Life Scale. Serial mediation analyses were conducted using Hayes' PROCESS Macro (Model 6) with 5,000 bootstrap resamples. Neuroticism was negatively associated with life satisfaction, whereas extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness were positively associated with life satisfaction. Extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness positively predicted ASPH, while neuroticism positively predicted SSSPH. ASPH was consistently associated with lower levels of perceived stigma, and SSSPH negatively predicted life satisfaction. The indirect effects of ASPH alone and SSSPH alone were not significant. However, significant serial indirect effects emerged for extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness through the sequential pathway of ASPH and SSSPH. No significant serial mediation effect was found for neuroticism. The findings indicate that positive ASPH and lower SSSPH were jointly involved in a significant serial indirect association between agreeableness and life satisfaction. These results highlight the importance of promoting favorable help-seeking attitudes and reducing stigma-related barriers to enhance life satisfaction among university students.

Keywords: Big Five Personality Traits, Life Satisfaction, Psychological Help-Seeking, Social Stigma, University Students, Serial Mediation.

GİRİŞ

Yaşam doyumu, öznel iyi oluşun bilişsel bileşenlerinden biri olup bireylerin yaşamlarını kendi ölçütleri doğrultusunda nasıl değerlendirdiklerini ifade etmektedir (Diener vd., 1985). Kısa süreli duygusal tepkilerden farklı olarak, bireyin amaç ve beklentilerinin ne ölçüde karşılandığına ilişkin görece kalıcı bir yargıyı yansıtır ve psikolojik iyi oluşun önemli göstergelerinden biri olarak kabul edilir (Diener vd., 2018).

Üniversite yılları; artan özerklik, kişilerarası ilişkiler, kariyer hedefleri ve yeni sosyal çevrelere uyum gibi gelişimsel görevlerin öne çıktığı bir dönemdir (Arnett, 2014). Bu süreç, gelişim fırsatlarının yanı sıra öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarını etkileyebilecek çeşitli güçlükleri de beraberinde getirebilir. Nitekim yüksek yaşam doyumu akademik katılım, güçlü sosyal ilişkiler, psikolojik dayanıklılık ve daha iyi ruh sağlığıyla (Bücker vd., 2018); düşük yaşam doyumu ise depresif belirtiler, kaygı, yalnızlık, akademik tükenmişlik ve zayıf psikolojik uyumla ilişkilendirilmiştir (Çivitci, 2015). Bu nedenle, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumuyla ilişkili bireysel özelliklerin ve psikolojik süreçlerin anlaşılması hem kuramsal hem de uygulamalı açıdan önem taşımaktadır.

Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu

Kişilik, bireylerin çevreleriyle etkileşimlerini ve yaşam deneyimlerini nasıl yorumladıklarını şekillendiren görece kalıcı düşünme, hissetme ve davranma örüntülerini ifade etmektedir (McCrae ve Costa, 2008). Kişiliği açıklamada yaygın olarak kullanılan Beş Faktör Kişilik Modeli; dışadönüklük, nevroitiklik, deneyime açıklık, sorumluluk ve uyumluluk olmak üzere beş boyuttan oluşmaktadır (John vd., 2008). Bu özellikler, bireylerin yaşam olaylarını algılama ve değerlendirme biçimleriyle ilişkili olduğundan yaşam doyumundaki bireysel farklılıkların anlaşılmasında önem taşımaktadır.

Meta-analitik bulgular, nevroitikliğin yaşam doyumuyla negatif; dışadönüklük, sorumluluk, uyumluluk ve deneyime açıklığın ise pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Anglim vd., 2020; Steel vd., 2008). Bu ilişkiler, kişilik özelliklerinin duygusal tepkiler, başa çıkma biçimleri, sosyal ilişkiler ve yaşam deneyimlerine katılım gibi süreçlerle bağlantılı olmasıyla açıklanabilir. Bununla birlikte, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin hangi psikolojik süreçlerle bağlantılı olduğu henüz yeterince açıklığa kavuşmamıştır.

Kişilik Özellikleri ve Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutumlar

Ruh sağlığı sorunlarına ilişkin farkındalığın ve psikolojik danışma hizmetlerine erişimin artmasına rağmen, psikolojik sıkıntı yaşayan birçok birey profesyonel yardım almaya isteksiz davranmaktadır (Andrade vd., 2014; Rickwood vd., 2005). Bu süreçte psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlar (PYAT), bireylerin ruh sağlığı hizmetlerinden yararlanma istekliliğinin önemli yordayıcılarından biridir (Nam vd., 2010; Vogel vd., 2007). PYAT, bireylerin profesyonel psikolojik yardımın yararlılığına, kabul edilebilirliğine ve etkililiğine ilişkin değerlendirme ve eğilimlerini ifade etmektedir.

Kişilik özellikleri, bireylerin psikolojik güçlükleri değerlendirme, bunlarla başa çıkma ve profesyonel desteğe yönelme biçimleriyle ilişkili olabilir. Örneğin dışadönüklük, deneyime açıklık ve sorumluluk; sırasıyla kişilerarası etkileşime, yeni deneyimlere ve sorunlarla proaktif biçimde başa çıkmaya yönelik eğilimler üzerinden psikolojik yardıma açıklıkla ilişkili olabilir. Buna karşılık nevrozluğun yardım alma tutumlarıyla ilişkisine yönelik bulgular daha az tutarlıdır (Kakhnovets, 2011).

Araştırmalar genel olarak dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluğun daha olumlu psikolojik yardım alma tutumlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Kakhnovets, 2011; Nam vd., 2010). Türkiye’de de daha olumlu yardım alma tutumları, psikolojik danışma hizmetlerinin daha yararlı ve kabul edilebilir görülmesi ve daha düşük algılanan damgalanmayla ilişkilendirilmiştir. Bununla birlikte, olumlu tutumlar tek başına yardım arama sürecini açıklamayabilir; sosyal damgalanmaya ilişkin kaygılar, psikolojik yardımın yararları kabul edilse dahi profesyonel desteğe yönelmeyi engelleyebilir.

Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma

Profesyonel psikolojik yardım almanın önündeki önemli engellerden biri, yardım aramanın başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme, reddedilme veya değersiz görülmeyle sonuçlanacağı yönündeki algıdır (Corrigan, 2004; Corrigan vd., 2014). Psikolojik yardım alma nedeniyle sosyal damgalanma (PYANSO), psikolojik hizmetlerden yararlanan bireylerin zayıf, yetersiz, dengesiz ya da sosyal açıdan istenmeyen kişiler olarak algılanabileceğine yönelik inançları ifade etmektedir (Komiya vd., 2000; Vogel vd., 2006).

Corrigan’ın (2004) damgalanma modeline göre, psikolojik sorun yaşayan veya yardım alan bireylere yönelik toplumsal kalıpyargılar ve önyargılar, yardım arama sürecini etkileyebilmektedir. Bireyler bu olumsuz değerlendirmeler nedeniyle sosyal reddedilme beklentisi yaşayabilir ve yardım aramaktan kaçınıbilirler (Corrigan vd., 2014). Araştırmalar, algılanan damgalanmanın

psikolojik yardım almaya yönelik tutumlar, yardım alma niyeti ve ruh sağlığı hizmetlerinden yararlanmayla negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Clement vd., 2015; Vogel vd., 2007). Buna karşılık, daha düşük algılanan damgalanma düzeyleri psikolojik danışmaya daha fazla açıklık ve profesyonel destek almaya daha yüksek isteklilikle ilişkilendirilmiştir (Vogel vd., 2006).

Kuramsal Çerçeve

Bu çalışmada önerilen model, Beş Faktör Kişilik Kuramı (McCrae ve Costa, 2008) ile Corrigan'ın Damgalanma Modeli'ne (Corrigan, 2004) dayanmaktadır. Beş Faktör Kişilik Kuramı, kişilik özelliklerini bireylerin çevrelerini algılama, değerlendirme ve çevrelerine tepki verme biçimleriyle ilişkili görece istikrarlı eğilimler olarak ele almaktadır. Bu nedenle, kişilik özellikleri hem yaşam doyumundaki bireysel farklılıklarla hem de bireylerin profesyonel psikolojik yardıma yönelik değerlendirmeleriyle ilişkili olabilir.

Bununla birlikte, psikolojik yardıma yönelik olumlu tutumlar yardım aramayı tek başına açıklamayabilir. Corrigan'ın (2004) damgalanma modeline göre, yardım alma kararları bireylerin psikolojik destek alan kişilere yönelik algıladıkları toplumsal tepkilerden de etkilenmektedir. Dolayısıyla bireyler psikolojik yardımın yararını kabul etseler bile olumsuz değerlendirilme, dışlanma veya etiketlenme kaygıları nedeniyle yardım aramakta tereddüt edebilirler. Bu kaygılar özellikle sosyal kabulün ve akran değerlendirmelerinin benlik gelişiminde önemli bir rol oynadığı beliren yetişkinlik döneminde daha belirgin hâle gelebilmektedir (Arnett, 2014).

Damgalanma literatüründe toplumsal damgalanma, algılanan toplumsal damgalanma ve öz-damgalanma birbiriyle ilişkili ancak farklı yapılardır. Toplumsal damgalanma, toplumun psikolojik yardım alan bireylere yönelik olumsuz stereotip, önyargı ve ayrımcı tepkilerini ifade ederken (Corrigan, 2004), algılanan toplumsal damgalanma bireyin psikolojik yardım alması durumunda başkaları tarafından ne ölçüde olumsuz değerlendirileceğine ilişkin algı ve beklentilerini yansıtır. Öz-damgalanma ise bu olumsuz değerlendirmelerin bireyin kendisine yöneltilmesi ve yardım arama nedeniyle benlik değerinin olumsuz etkilenmesiyle ilişkilidir (Vogel vd., 2006; Vogel vd., 2013). Bu çalışmada PYANSİ ile değerlendirilen yapı öz-damgalanma değil, bireyin psikolojik yardım alması durumunda sosyal çevresinden beklediği olumsuz değerlendirmelere ilişkin algısıdır.

Bu iki teorik yaklaşımın bütünleştirilmesi, PYAT ile PYANSİ'nin yardım arama sürecinin birbiriyle ilişkili ancak kavramsal olarak farklı bileşenleri olarak ele alınmasına olanak sağlamaktadır. PYAT bireyin profesyonel psikolojik yardımın

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

yararlılığı ve kabul edilebilirliğine ilişkin kişisel değerlendirmelerini, PYANSĐ ise yardım alması durumunda sosyal çevresinden beklediği olumsuz değerlendirmeleri yansıtmaktadır (Vogel vd., 2007). Psikolojik yardımı daha kabul edilebilir ve yararlı gören bireylerin, yardım aramayla ilişkili olumsuz toplumsal değerlendirmeleri daha az tehdit edici algılamaları beklenebilir. Bu doğrultuda PYAT ve PYANSĐ, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide ardışık aracı değişkenler olarak ele alınmıştır. Ancak çalışmanın kesitsel tasarımı nedeniyle bu sıralama kuramsal bir model olarak değerlendirilmiş, zamansal veya nedensel bir süreç olarak yorumlanmamıştır.

Araştırmanın Gerekçesi

Önceki araştırmalar kişilik özellikleri, PYAT, damgalanma ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri büyük ölçüde ayrı ayrı incelemiş; bu değişkenleri aynı açıklayıcı model içerisinde ele alan çalışmalar sınırlı kalmıştır. Özellikle yardım alma tutumları ve damgalanma çoğunlukla birbirinden bağımsız değişkenler olarak incelenmiştir (Nam vd., 2010; Vogel vd., 2007). Bu nedenle, PYAT ve PYANSĐ'nin kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide birlikte nasıl bir rol oynadığı yeterince açıklığa kavuşmamıştır. Üniversite öğrencileri örnekleminde bu iki yardım arama değişkenini ardışık aracı değişkenler olarak ele alan çalışmaların sınırlı olması da bu ilişkinin incelenmesini gerekli kılmaktadır.

Bu çalışma, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkileri yalnızca doğrudan ilişkiler üzerinden ele almak yerine, PYAT ve PYANSĐ'nin bu ilişkilerdeki olası dolaylı rollerini incelemektedir. Bu iki değişkenin aynı model içerisinde ele alınması, psikolojik yardım arama sürecinin bireysel tutumlar ve algılanan sosyal damgalanma açısından birlikte değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır. Böylece çalışma, kişilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin anlaşılmasına farklı bir açıklayıcı çerçeve sunmayı amaçlamaktadır.

Mevcut Araştırma

Beş Faktör Kişilik Kuramı ve Damgalanma Modelinden hareketle bu araştırma, üniversite öğrencilerinde Büyük Beşli kişilik özellikleri, PYAT, PYANSĐ ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri incelemektedir. Özellikle PYAT ve PYANSĐ'nin kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde ardışık aracı değişkenler olarak işlev görüp görmediğinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Kuramsal çerçeve ve önceki araştırma bulguları doğrultusunda aşağıdaki hipotezler test edilmiştir (Bkz. Şekil 1):

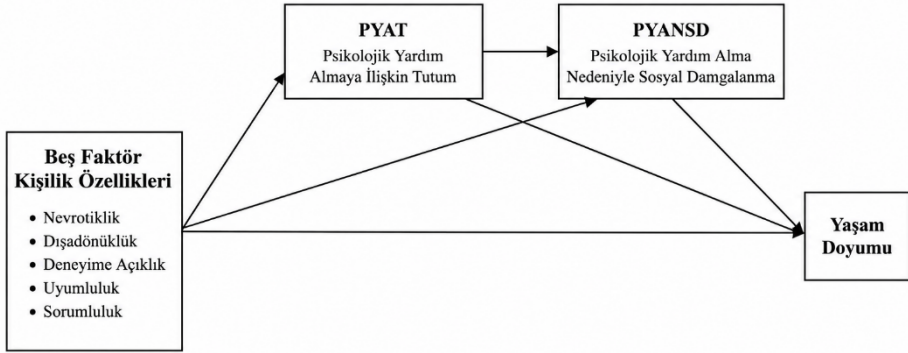
H1. Nevrotiklik yaşam doyumunu negatif yönde; dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk ise pozitif yönde yordar.

H2. PYAT, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık rolü oynar.

H3. PYANSND, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık rolü oynar.

H4. PYAT, PYANSND'yi negatif yönde yordar.

H5. PYAT ve PYANSND, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide ardışık (seri) aracılık rolü oynar.



Not. PYAT = Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum;

PYANSND = Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma.

Şekil 1. Araştırmanın hipotez modeli

YÖNTEM

Araştırma Deseni

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, PYAT, PYANSND ve yaşam doyumları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla kesitsel ilişkisel araştırma deseni kullanılmıştır. Kesitsel ilişkisel araştırma desenleri, doğal olarak ortaya çıkan psikolojik değişkenler arasındaki ilişki örüntülerinin incelenmesi ve deneysel olmayan ortamlarda kuramsal temellere dayanan aracılık modellerinin değerlendirilmesi açısından oldukça uygun araştırma yaklaşımlarıdır (Creswell, 2009). Bu tür desenler, araştırmacılara çalışma koşullarını manipüle etmeksizin

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

belirli değişkenlerdeki bireysel farklılıkların diğer psikolojik sonuçlardaki değişimlerle ne ölçüde ilişkili olduğunu inceleme olanağı sağlamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2019).

Yukarıda sunulan kuramsal ve ampirik literatür doğrultusunda, bu araştırma kişilik özelliklerinin yaşam doyumuyla hem doğrudan hem de PYAT ve PYANSO aracılığıyla dolaylı olarak ilişkili olabileceğini öne süren kavramsal bir çerçeveye dayandırılmıştır. Bu çerçevede ilişkisel araştırma deseni, birbiriyle ilişkili çok sayıda psikolojik değişkenin eş zamanlı olarak incelenmesine ve bu değişkenler arasındaki dolaylı ilişkilerin test edilmesine olanak sağlaması nedeniyle uygun görülmüştür (Hayes, 2022). Ayrıca bu desen, kişilik özellikleri ile yaşam doyumları arasındaki dolaylı ilişkilerin incelenmesine de imkân tanımaktadır. Bu ilişkilerin bütüncül bir model içerisinde incelenmesi yoluyla araştırmanın, üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunun temelinde yer alan süreçlerin daha kapsamlı biçimde anlaşılmasına katkı sağlaması amaçlanmaktadır.

Katılımcılar

Araştırmanın çalışma grubunu, kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılan, Türkiye'nin Karaman, Konya, Ankara, Sivas, İstanbul, Rize, Sinop, Amasya, Erzurum ve Aksaray illerindeki devlet üniversitelerinde öğrenim gören 930 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmaya katılım için bir üniversitede lisans öğrencisi olarak öğrenim görme, gönüllü katılım sağlama gibi dahil edilme ölçütleri esas alınmıştır. Belirlenen dâhil edilme ölçütleri doğrultusunda analiz öncesinde herhangi bir katılımcının veri setinden çıkarılması gerekmemiştir.

Katılımcıların yaşları 18 ile 23 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 20.85'tir (SS=1.47). Katılımcıların %62.3'ü kadın (n=579), %37.7'si erkek öğrencilerden (n=351) oluşmaktadır. Sınıf düzeylerine göre dağılım incelendiğinde katılımcıların %24.5'inin birinci sınıf (n=228), %25.8'inin ikinci sınıf (n=240), %25.1'inin üçüncü sınıf (n=233) ve %24.6'sının dördüncü sınıf öğrencisi (n=229) olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgi toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından bir Demografik Bilgi Formu hazırlanmıştır. Formda yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyine ilişkin sorular yer almaktadır. Bu değişkenler, örneklemen özelliklerini tanımlamak ve katılımcılara ilişkin bağlamsal bilgi sunmak amacıyla kullanılmıştır.

Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma Ölçeği (PYANSDÖ)

PYANSD, Komiya vd., (2000) tarafından geliştirilen PYANSDÖ kullanılarak ölçülmüştür. Ölçek, bireylerin psikolojik yardım alma davranışına yönelik sosyal damgalanma algılarını değerlendirmeyi amaçlayan beş maddeden oluşmaktadır. Maddeler 1 (Kesinlikle katılmıyorum) ile 4 (Kesinlikle katılıyorum) arasında değişen 4'lü Likert tipi derecelendirme üzerinden puanlanmaktadır. Yüksek puanlar, psikolojik yardım almaya ilişkin daha yüksek düzeyde algılanan sosyal damgalanmayı göstermektedir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Topkaya (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin kanıtlar doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarıyla elde edilmiş ve tek boyutlu yapının doğrulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğine ilişkin olarak Cronbach alfa katsayısı .80 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach alfa (α) ve McDonald omega (ω) katsayılarıyla değerlendirilmiş; katsayılar sırasıyla $\alpha = .74$ ve $\omega = .75$ olarak bulunmuştur.

Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum Ölçeği-Kısa Formu (PYATÖ-KF)

PYAT, Fischer ve Farina (1995) tarafından geliştirilen PYATÖ-KF kullanılarak değerlendirilmiştir. Bu ölçek, Fischer ve Turner (1970) tarafından geliştirilen 29 maddelik özgün ölçeğin kısa formudur. Ölçek, bireylerin profesyonel psikolojik yardım alma konusundaki isteklilik ve açıklık düzeylerini değerlendiren 10 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 0 (Katılmıyorum) ile 3 (Katılıyorum) arasında değişen 4'lü Likert tipi bir derecelendirme üzerinden puanlanmaktadır. Yüksek puanlar, psikolojik yardım aramaya yönelik daha olumlu tutumları ifade etmektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Topkaya (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiş ve ölçme modeliyle gözlenen veriler arasında kabul edilebilir düzeyde uyum olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Uyarlama çalışmasında Cronbach alfa katsayısı .76 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach alfa (α) ve McDonald omega (ω) katsayılarıyla değerlendirilmiş; katsayılar sırasıyla $\alpha = .72$ ve $\omega = .87$ olarak bulunmuştur.

Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

Katılımcıların kişilik özellikleri, Bacanlı vd. (2009) tarafından Beş Faktör Kişilik Kuramı temel alınarak geliştirilen SDKT ile ölçülmüştür. Ölçek, kişiliğin beş temel boyutunu temsil eden 40 zıt sıfat çiftinden oluşmaktadır. Katılımcılar kendilerini iki zıt sıfat arasında yer alan 7'li Likert tipi bir derecelendirme üzerinde değerlendirmektedir. Yüksek puanlar, ilgili sıfat çiftinin olumlu kutbunda temsil edilen kişilik özelliğine daha güçlü bir eğilimi göstermektedir.

Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, dışadönüklük, uyumluluk, sorumluluk, nevroitiklik (duygusal tutarsızlık) ve deneyime açıklık boyutlarından oluşan beş faktörlü yapıyı desteklemiştir. Bu beş boyut toplam varyansın %52.63'ünü açıklamaktadır. Dışadönüklük ve uyumluluk alt boyutları dokuzar maddeden, sorumluluk ve duygusal tutarsızlık alt boyutları yedişer maddeden, deneyime açıklık alt boyutu ise sekiz maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin geçerliğine ilişkin kanıtlar Sosyotropi Ölçeği, Çatışmaya Tepki Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği ve Sürekli Kaygı Envanteri gibi kuramsal olarak ilişkili ölçme araçlarıyla incelenmiştir. Elde edilen korelasyonların beklenen yönde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bacanlı vd. (2009) tarafından gerçekleştirilen güvenirlik analizlerinde test-tekrar test güvenirlik katsayıları dışadönüklük için .85, uyumluluk için .86, sorumluluk için .71, duygusal tutarsızlık için .85 ve deneyime açıklık için .68 olarak bulunmuştur. Cronbach alfa katsayıları ise sırasıyla .89, .87, .88, .73 ve .80 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmada Cronbach alfa katsayıları dışadönüklük için .85, uyumluluk için .81, sorumluluk için .84, nevroitiklik için .71 ve deneyime açıklık için .78 olarak hesaplanmıştır. McDonald omega (ω) katsayıları ise dışadönüklük için .84, uyumluluk için .80, sorumluluk için .84, nevroitiklik için .70 ve deneyime açıklık için .79 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Yaşam doyumu, Diener vd. (1985) tarafından bireylerin yaşamlarına ilişkin genel bilişsel değerlendirmelerini ölçmek amacıyla geliştirilen YDÖ kullanılarak değerlendirilmiştir. Ölçek beş maddeden oluşmakta ve tek boyutlu bir yapı göstermektedir. Katılımcılar her bir ifadeye katılım düzeylerini belirtmekte olup yüksek puanlar daha yüksek yaşam doyumuna işaret etmektedir.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Köker (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe formun güvenirliğine ilişkin kanıtlar test-tekrar test analizleriyle elde edilmiş ve güvenirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Ayrıca madde-toplam korelasyonlarının .71 ile .80 arasında değiştiği belirlenmiştir. Yetim (1991) tarafından yapılan ek güvenirlik analizlerinde düzeltilmiş iki yarı güvenirlik katsayısı .75 ve Kuder-Richardson 20 katsayısı .78 olarak rapor edilmiştir. Bu

araştırmada ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach alfa (α) ve McDonald omega (ω) katsayılarıyla değerlendirilmiş; katsayılar sırasıyla $\alpha = .84$ ve $\omega = .84$ olarak bulunmuştur.

İşlem

Veri toplama sürecine başlamadan önce araştırmanın etik kurul onayı Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi'nden, 24.04.2025 tarih, 05 /141 sayı ve toplantı numarası ile alınmıştır. Veriler, 6 Ekim 2025 ile 19 Aralık 2025 tarihleri arasında 10 ildeki devlet üniversitelerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden çevrim içi anket aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olup katılımcılara araştırmanın amacı, yanıtlarının gizliliği ve istedikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri konusunda bilgi verilmiştir. Katılımcılardan araştırmaya başlamadan önce elektronik ortamda bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma verileri IBM SPSS Statistics programı ve Hayes tarafından geliştirilen PROCESS Macro (Sürüm 4.2) kullanılarak analiz edilmiştir. Analizlerden önce veri seti eksik veriler ve aykırı gözlemler açısından incelenmiştir. Herhangi bir eksik ya da aykırı veriye rastlanmamıştır. Araştırma değişkenlerine ilişkin ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmış; ölçeklerin iç tutarlılığı Cronbach alfa katsayısıyla değerlendirilmiştir. Değişkenler arasındaki ikili ilişkileri incelemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Verilerin normallik varsayımını değerlendirmek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleriyle incelenmiştir.

Önerilen aracılık modelini test etmek amacıyla PROCESS Macro'nun Model 6 seçeneği kullanılarak seri aracılık analizleri gerçekleştirilmiştir. Regresyon temelli aracılık analizleri öncesinde çoklu bağlantı varsayımı tolerans ve varyans şişirme faktörü (VIF) değerleri üzerinden değerlendirilmiştir. Tolerans değerlerinin .867 ile .994, VIF değerlerinin ise 1.006 ile 1.153 arasında değiştiği görülmüştür. Elde edilen değerlerin önerilen eşiklerin (Tolerance > .20; VIF < 5) içerisinde olması, mevcut regresyon modellerinde çoklu bağlantı sorunu bulunmadığını göstermektedir (Hair vd., 2019). Analizlerde kişilik özellikleri (nevrotiklik, dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk) bağımsız değişkenler olarak modele dâhil edilmiş; yaşam doyumu bağımlı değişken olarak tanımlanmış; PYAT birinci aracı değişken, PYANSO ise ikinci aracı değişken olarak modele eklenmiştir. Her bir kişilik özelliği, kuramsal olarak tanımlanan seri aracılık örüntüsünün ilgili kişilik boyutu açısından ayrı ayrı değerlendirilmesi amacıyla bağımsız modellerde incelenmiştir. Diğer kişilik

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

özelliklerinin kovaryat olarak aynı modele dâhil edilmesi, ilgili kişilik boyutunun diğer boyutlarla paylaştığı varyans kontrol edildikten sonra kalan özgün varyansına ilişkin farklı bir araştırma sorusunu yanıtlayacağından, mevcut çalışmanın kuramsal ve analitik amacı doğrultusunda bu yaklaşım tercih edilmemiştir. Bu nedenle elde edilen katsayılar, her bir kişilik özelliğinin diğer Büyük Beşli boyutlarından bağımsız benzersiz etkileri olarak değil, ilgili kişilik boyutunun kuramsal model içerisindeki ilişkisel örüntüsü olarak yorumlanmıştır (Hayes, 2022; Kraha vd., 2012). Dolaylı etkilerin anlamlılığı, 5.000 yeniden örnekleme içeren bootstrap yöntemi ve %95 güven aralıkları kullanılarak değerlendirilmiştir. İlgili güven aralığının sıfır değerini içermemesi durumunda dolaylı etkiler istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir. Çalışmanın kesitsel tasarımı nedeniyle aracılık analizleri nedensel veya zamansal ilişkilerin kanıtı olarak değil, kuramsal olarak belirlenen dolaylı ilişkilerin istatistiksel olarak sınanması şeklinde yorumlanmıştır.

Sınırlılıklar

Bu araştırmanın önemli sınırlılıklarından biri kesitsel araştırma desenine dayanmasıdır. Önerilen seri aracılık modeli kuramsal temellere dayandırılmış olsa da verilerin tek bir zaman noktasında toplanması, kişilik özellikleri, PYAT, PYANSĐ ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin yönü ve nedenselliği hakkında çıkarım yapılmasına izin vermemektedir. Bu nedenle modeldeki yollar nedensel veya zamansal süreçler olarak yorumlanmamalıdır. Gelecekte yapılacak boylamsal çalışmalar bu ilişkilerin zamansal örüntülerinin daha güçlü biçimde incelenmesini sağlayabilir.

Bir diğer sınırlılık, Büyük Beşli kişilik boyutlarının ayrı seri aracılık modellerinde incelenmiş olmasıdır. Bu yaklaşım her bir kişilik boyutuna ilişkin ilişkisel örüntünün ayrı ayrı değerlendirilmesini sağlamakla birlikte, kişilik boyutları arasındaki ortak varyansı ayırtırmamaktadır. Dolayısıyla bulgular, her bir kişilik özelliğinin diğer kişilik boyutlarından bağımsız benzersiz etkileri olarak yorumlanmamalıdır.

Araştırmadaki tüm değişkenlerin öz-bildirim temelli ölçme araçlarıyla değerlendirilmesi de bir sınırlılıktır. Özellikle psikolojik yardım alma ve damgalanma gibi sosyal değerlendirmeye duyarlı değişkenlerde yanıtlar sosyal beğenirlikten etkilenmiş olabilir. Gelecekte davranışsal göstergeler, farklı bilgi kaynakları veya nitel verilerin kullanılması bu sınırlılığın azaltılmasına katkı sağlayabilir.

Örneklemin yalnızca Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden oluşması, bulguların farklı yaş, eğitim ve kültürel gruplara genellenebilirliğini

sınırlandırmaktadır. Özellikle psikolojik yardım alma ve damgalanmaya ilişkin değerlendirmeler kültürel normlardan etkilenebileceğinden, önerilen modelin farklı örneklem ve kültürel bağlamlarda sınanması önemlidir.

Model kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde yalnızca PYAT ve PYANS'D'nin olası rollerini incelemiştir. Ruh sağlığı okuryazarlığı, geçmiş psikolojik yardım deneyimleri, algılanan sosyal destek, öz-damgalanma ve hizmetlere erişilebilirlik gibi değişkenler modelde yer almamıştır. Ayrıca anlamlı bulunan seri dolaylı etkilerin büyüklükleri görece sınırlıdır. Bu nedenle söz konusu yollar, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin temel açıklayıcı mekanizmaları olarak değil, bu ilişkilere katkıda bulunabilecek sınırlı dolaylı örüntüler olarak değerlendirilmelidir.

BULGULAR VE YORUM

Araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler ve Pearson korelasyon katsayıları Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1 incelendiğinde, tüm araştırma değişkenlerine ilişkin çarpıklık değerlerinin -0.65 ile 0.10 , basıklık değerlerinin ise -0.57 ile 0.25 arasında değiştiği görülmektedir. Bu değerler, verilerin normal dağılımdan anlamlı bir sapma göstermediğine ve normallik varsayımının karşılandığına (George ve Mallery, 2009) işaret etmektedir.

Kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiler incelendiğinde, nevrozluğun yaşam doyumu ile negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir ($r = -.284$, $p < .01$). Buna karşılık dışadönüklük ($r = .248$, $p < .01$), deneyime açıklık ($r = .134$, $p < .01$), uyumluluk ($r = .093$, $p < .01$) ve sorumluluk ($r = .233$, $p < .01$) kişilik özelliklerinin yaşam doyumu ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, olumlu kişilik özelliklerinin daha yüksek yaşam doyumuyla ilişkili olduğunu, buna karşın nevrozluğun düzeyinin artmasının daha düşük yaşam doyumuyla ilişkili olduğunu göstermektedir.

Tablo 1

Araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler ve korelasyon katsayıları

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

Değişken	Ort.	SS	Çrpık.	Bsk.	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Nevrotiklik	25.93	7.30	0.10	-0.08	—							
2. Dışadönüklük	43.34	9.80	-0.31	-0.03	-.088**	—						
3. Deneyime Açıklık	41.55	8.01	-0.56	0.09	-.082*	.677**	—					
4. Uyumluluk	47.80	9.07	-0.63	0.25	-.190**	.382**	.502**	—				
5. Sorumluluk	37.11	7.76	-0.65	0.17	-.170**	.565**	.606**	.498**	—			
6. PYAT	19.23	3.91	0.07	0.04	.012	.158**	.189**	.123**	.109**	—		
7. PYANSĐ	9.88	2.90	0.04	-0.57	.070*	-.046	-.057	-.063	-.017	-.322**	—	
8. Yaşam Doyumu	21.11	6.44	-0.36	-0.46	-.284**	.248**	.134**	.093**	.233**	.085**	-.115**	—

Not. N = 930. PYAT = Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum; PYANSĐ = Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma. Çrpık = Çarpıklık Katsayısı; Bsk = Basıklık Katsayısı. *p < .05, **p < .01.

PYAT, dışadönüklük ($r = .158$, $p < .01$), deneyime açıklık ($r = .189$, $p < .01$), uyumluluk ($r = .123$, $p < .01$) ve sorumluluk ($r = .109$, $p < .01$) ile pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Buna karşın, PYAT ile nevroitiklik arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r = .012$, $p > .05$). PYANSĐ ise PYAT'la negatif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır ($r = -.322$, $p < .01$). Bu bulgu, psikolojik yardım almaya yönelik daha olumlu tutumlara sahip bireylerin psikolojik yardım alma nedeniyle daha düşük düzeyde sosyal damgalanma algısına sahip olduklarını göstermektedir.

Bunun yanı sıra, yaşam doyumunun PYAT ile pozitif yönde ($r = .085$, $p < .01$), PYANSĐ ile ise negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir ($r = -.115$, $p < .01$). Nevrotiklik ile PYANSĐ arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken ($r = .070$, $p < .05$), diğer kişilik özellikleri ile PYANSĐ arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Şekil 2'de seri aracılık modeline ilişkin yol katsayıları, toplam ve doğrudan etkiler, Tablo 2'de ise doğrudan regresyon yollarına ilişkin katsayıların (B) yanında standart hatalar (SE), %95 güven aralıkları ve her bir regresyon denkleminin açıkladığı varyans (R^2) sunulmuştur.

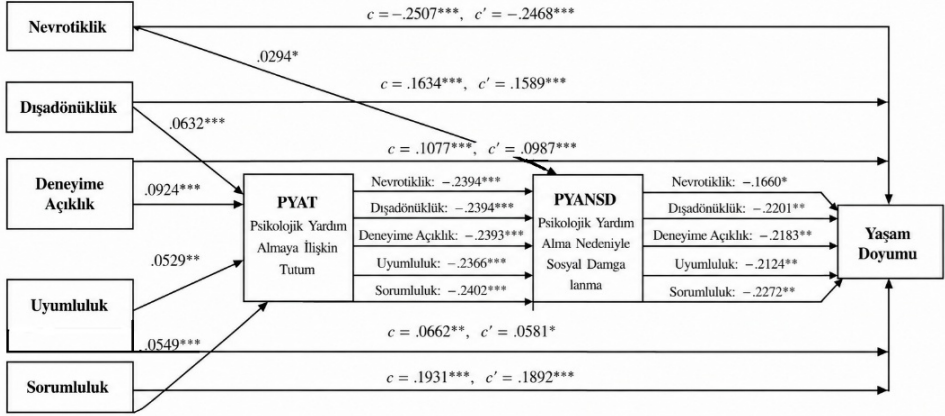
Tablo 2

Kişilik özellikleri ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerde seri aracılık modeline ilişkin yol katsayıları

Yordanan	Yordayıcı	B	SE	%95 GA	R ²
PYAT	Nevrotiklik	.0064	.0176	[-.0281, .0409]	.0001
PYANSND	Nevrotiklik	.0294	.0123	[-.0052, .0536]	.1089
Yaşam doyumu	PYAT	-.2394	.0230	[-.2846, -.1943]	.0934
	Nevrotiklik	-.2468	.0277	[-.3011, -.1924]	
	PYAT	.1052	.0545	[-.0017, .2121]	
	PYANSND	-.1660	.0736	[-.3103, -.0216]	
PYAT	Dışadönüklük	.0632	.0129	[-.0378, .0885]	.0250
PYANSND	Dışadönüklük	.0015	.0093	[-.0168, .0198]	.1035
Yaşam doyumu	PYAT	-.2394	.0234	[-.2853, -.1935]	.0726
	Dışadönüklük	.1589	.0211	[.1175, .2002]	
	PYAT	.0238	.0557	[-.0855, .1332]	
	PYANSND	-.2201	.0742	[-.3656, -.0745]	
PYAT	Deneyime açıklık	.0924	.0157	[-.0615, .1233]	.0359
PYANSND	Deneyime açıklık	.0015	.0115	[-.0211, .0240]	.1035
Yaşam doyumu	PYAT	-.2393	.0235	[-.2855, -.1932]	.0303
	Deneyime açıklık	.0987	.0265	[-.0467, .1507]	
	PYAT	.0489	.0572	[-.0634, .1613]	
	PYANSND	-.2183	.0758	[-.3672, -.0695]	
PYAT	Uyumluluk	.0529	.0140	[-.0253, .0804]	.0150
PYANSND	Uyumluluk	-.0075	.0100	[-.0272, .0122]	.1040
Yaşam doyumu	PYAT	-.2366	.0233	[-.2823, -.1910]	.0223
	Uyumluluk	.0581	.0233	[-.0125, .1038]	
	PYAT	.0721	.0569	[-.0395, .1837]	
	PYANSND	-.2124	.0762	[-.3619, -.0630]	
PYAT	Sorumluluk	.0549	.0164	[-.0227, .0871]	.0119
PYANSND	Sorumluluk	.0067	.0117	[-.0162, .0296]	.1038
Yaşam doyumu	PYAT	-.2402	.0232	[-.2858, -.1947]	.0673
	Sorumluluk	.1892	.0265	[-.1373, .2411]	
	PYAT	.0440	.0556	[-.0650, .1530]	
	PYANSND	-.2272	.0744	[-.3732, -.0812]	

Not. PYAT = Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum; PYANSND = Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma. B = standartlaştırılmamış regresyon katsayısı; SE = standart hata; GA = %95 güven aralığı; R² = ilgili sonuç değişkeni için kurulan regresyon modelinin açıkladığı varyans. R² değerleri her regresyon denklemi için yalnızca ilk satırda gösterilmiştir.

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...



Not. PYAT = Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum;

PYANSND = Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma.

c = toplam etki; c' = doğrudan etki. Yalnızca istatistiksel olarak anlamlı yollar gösterilmiştir.

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Şekil 2. Araştırma değişkenlerine ilişkin seri aracılık modeli

Tablo 2 incelendiğinde, nevrotizmin PYAT ile ilişkisinin anlamlı olmadığı ($B = .0064$, $SE = .0176$, %95 GA $[-.0281, .0409]$, $p = .715$), buna karşılık dışadönüklük ($B = .0632$, $SE = .0129$, %95 GA $[-.0378, .0885]$, $p < .001$), deneyime açıklık ($B = .0924$, $SE = .0157$, %95 GA $[-.0615, .1233]$, $p < .001$), uyumluluk ($B = .0529$, $SE = .0140$, %95 GA $[-.0253, .0804]$, $p < .001$) ve sorumluluğun ($B = .0549$, $SE = .0164$, %95 GA $[-.0227, .0871]$, $p < .001$) PYAT ile pozitif ve anlamlı ilişkiler gösterdiği belirlenmiştir. PYAT modellerinde açıklanan varyans $R^2 = .0001-.0359$ arasında değişmiştir.

PYANSND açısından, kişilik özellikleri arasında yalnızca nevrotizmin anlamlı ve pozitif bir ilişki gösterdiği ($B = .0294$, $SE = .0123$, %95 GA $[-.0052, .0536]$, $p = .017$); dışadönüklük ($p = .873$), deneyime açıklık ($p = .899$), uyumluluk ($p = .454$) ve sorumluluğun ($p = .566$) doğrudan ilişkilerinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Buna karşılık PYAT, tüm modellerde PYANSND ile negatif ve anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur ($B = -.2366$ ile $-.2402$, tüm $p < .001$). PYANSND modellerinde açıklanan varyans $R^2 = .1035-.1089$ arasında değişmiştir.

Yaşam doyumu modellerinde nevrotizmin negatif yönde anlamlı bir ilişki gösterirken ($B = -.2468$, $SE = .0277$, %95 GA $[-.3011, -.1924]$, $p < .001$), dışadönüklük ($B = .1589$, $SE = .0211$, %95 GA $[-.1175, .2002]$, $p < .001$), deneyime açıklık ($B = .0987$, $SE = .0265$, %95 GA $[-.0467, .1507]$, $p < .001$), uyumluluk ($B = .0581$, $SE = .0233$, %95 GA $[-.0125, .1038]$, $p = .013$) ve sorumluluk ($B = .1892$, $SE = .0265$, %95 GA $[-.1373, .2411]$, $p < .001$) pozitif

yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. PYAT'ın yaşam doyumu ile doğrudan ilişkisi modellerin hiçbirinde anlamlı bulunmazken ($p = .054-.669$), PYANSĐ tüm modellerde yaşam doyumu ile negatif ve anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur ($B = -.1660$ ile $-.2272$, $p = .002-.024$). Yaşam doyumu modellerinde açıklanan varyans $R^2 = .0223-.0934$ arasında değişmiştir.

PYAT ve PYANSĐ'nin dolaylı etkilerine ilişkin sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur.

Nevrotiklik açısından incelendiğinde, ne toplam dolaylı etkinin ($B = -.0039$, %95 GA $[-.0134, .0044]$) ne de özgül dolaylı etkilerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Tüm bootstrap güven aralıklarının sıfır değerini içermesi, PYAT ve PYANSĐ'nin nevroitiklik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracı rol üstlenmediğini göstermektedir.

Dışadönüklük açısından değerlendirildiğinde, toplam dolaylı etkinin anlamlı olmadığı bulunmuştur ($B = .0045$, %95 GA $[-.0035, .0135]$). Benzer şekilde, yalnızca PYAT aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki ($B = .0015$, %95 GA $[-.0058, .0094]$) ve yalnızca PYANSĐ aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki ($B = -.0003$, %95 GA $[-.0050, .0046]$) de anlamlı değildir. Bununla birlikte, PYAT ve PYANSĐ üzerinden gerçekleşen seri dolaylı etki anlamlı bulunmuştur ($B = .0033$, %95 GA $[-.0009, .0066]$). Bu sonuç, dışadönüklüğün daha olumlu psikolojik yardım alma tutumları ve daha düşük PYANSĐ düzeyi aracılığıyla daha yüksek yaşam doyumuyla ilişkili olduğunu göstermektedir.

Deneyime açıklık değişkeni için de benzer bir örüntü elde edilmiştir. Toplam dolaylı etki ($B = .0090$, %95 GA $[-.0023, .0218]$) ile yalnızca PYAT aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki ($B = .0045$, %95 GA $[-.0062, .0160]$) ve yalnızca PYANSĐ aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki ($B = -.0003$, %95 GA $[-.0061, .0061]$) anlamlı bulunmamıştır. Ancak seri dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür ($B = .0048$, %95 GA $[-.0012, .0094]$).

Tablo 3

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

Kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde PYAT ve PYANSĐ'nin dolaylı etkileri

Kişilik Özellik	Toplam Dolaylı Etki	%95 GA	Dolaylı Etki 1: PYAT	%95 GA	Dolaylı Etki 2: PYANSĐ	%95 GA	Dolaylı Etki 3: PYAT → PYANSĐ	%95 GA
Nevrotiklik	-.0039	[-.0134, .0044]	.0007	[-.0036, .0058]	-.0049	[-.0128, .0004]	.0003	[-.0015, .0019]
Dışadönüklük	.0045	[-.0035, .0135]	.0015	[-.0058, .0094]	-.0003	[-.0050, .0046]	.0033	[.0009, .0066]
Deneyime Açıklık	.0090	[-.0023, .0218]	.0045	[-.0062, .0160]	-.0003	[-.0061, .0061]	.0048	[.0012, .0094]
Uyumluluk	.0081	[.0007, .0172]	.0038	[-.0021, .0114]	.0016	[-.0028, .0076]	.0027	[.0006, .0057]
Sorumluluk	.0039	[-.0049, .0139]	.0024	[-.0042, .0097]	-.0015	[-.0084, .0047]	.0030	[.0006, .0065]

Not. PYAT = Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum; PYANSĐ = Psikolojik Yardım Alma Nedeniyle Sosyal Damgalanma. Dolaylı Etki 1 = Kişilik Özellikleri → PYAT → Yaşam Doyumu; Dolaylı Etki 2 = Kişilik Özellikleri → PYANSĐ → Yaşam Doyumu; Dolaylı Etki 3 = Kişilik Özellikleri → PYAT → PYANSĐ → Yaşam Doyumu. Güven aralıkları 5.000 bootstrap yeniden örnekleme kullanılarak hesaplanmıştır.

Uyumluluk açısından incelendiğinde, toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (B = .0081, %95 GA [.0007, .0172]). Buna karşın yalnızca PYAT aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki (B = .0038, %95 GA [-.0021, .0114]) ve yalnızca PYANSĐ aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki (B = .0016, %95 GA [-.0028, .0076]) anlamlı bulunmamıştır. Bununla birlikte, PYAT ve PYANSĐ ardışık etkisini içeren seri dolaylı etki anlamlıdır (B = .0027, %95 GA [.0006, .0057]). Bu bulgu, uyumluluk ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin kısmen PYAT ve PYANSĐ ardışık işleyişiyle açıklandığını göstermektedir.

Sorumluluk değişkeni açısından toplam dolaylı etki anlamlı bulunmamıştır (B = .0039, %95 GA [-.0049, .0139]). Ayrıca yalnızca PYAT aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki (B = .0024, %95 GA [-.0042, .0097]) ve yalnızca PYANSĐ aracılığıyla gerçekleşen dolaylı etki (B = -.0015, %95 GA [-.0084, .0047]) de anlamlı değildir. Ancak PYAT ve PYANSĐ üzerinden gerçekleşen seri dolaylı etki anlamlı bulunmuştur (B = .0030, %95 GA [.0006, .0065]).

TARTIŞMA

Araştırmamızın birinci hipotezinde, nevrozluğun yaşam doyumunu negatif yönde; dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluğun ise pozitif yönde yordayacağı öne sürülmüş ve bulgular bu hipotezi desteklemiştir. Bu örüntü, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkileri gösteren önceki araştırmalarla tutarlıdır (Anglim vd., 2020; Möttus vd., 2024). Ayrıca bu ilişkilerin PYAT ve PYANS modeline dâhil edildiğinde de anlamlılığını koruması, kişilik özelliklerinin yaşam doyumuyla doğrudan ilişkilerinin önemini göstermektedir.

Kişilik boyutları arasında nevrozluğun yaşam doyumuyla en güçlü negatif ilişkiyi göstermiştir. Bu bulgu, nevrozluğun yaşam doyumunun önemli olumsuz kişilik yordayıcılarından biri olduğunu gösteren meta-analitik ve kültürlerarası bulgularla uyumludur (Anglim vd., 2020; Schunk ve Trommsdorff, 2023). Nevrozluğun düzeyi yüksek bireylerin kaygı, duygusal tepkisellik ve olumsuz yaşantılara duyarlılık eğilimleri (McCrae ve Costa, 2008), özellikle akademik sorumluluklar, kariyer belirsizlikleri ve değişen kişilerarası ilişkilerle karşılaşan üniversite öğrencilerinin yaşamlarını daha olumsuz değerlendirmeleriyle ilişkili olabilir.

Sorumluluk ise yaşam doyumunun en güçlü pozitif yordayıcısıdır. Planlı, disiplinli ve amaç yönelimli olmayı içeren bu özellik (McCrae ve Costa, 2008), öğrencilerin akademik sorumluluklarını yerine getirmelerini ve geleceğe yönelik hedeflerine ilerlemelerini kolaylaştırarak yaşam doyumlarıyla ilişkili olabilir. Bu bulgu, sorumluluğun üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu pozitif yönde yordadığını gösteren önceki çalışmalarla da uyumludur (Abdel-Khalek vd., 2023; Hu vd., 2022).

Dışadönüklük de yaşam doyumunu pozitif yönde yordamıştır. Bu bulgu, dışadönüklük ile yaşam doyumu arasında pozitif ilişkiler bildiren önceki çalışmalarla uyumludur (Kim vd., 2018; Lun ve Yeung, 2019). Dışadönük bireylerin sosyal etkileşime daha açık olmaları, olumlu duyguları daha sık yaşamaları ve sosyal destek kaynaklarından daha fazla yararlanmaları yaşam doyumlarının daha yüksek olmasını açıklayabilir. Üniversite döneminde akran ilişkileri ve sosyal çevreye uyumun önem kazandığı düşünüldüğünde, dışadönüklüğün öğrencilerin yaşam doyumuyla pozitif ilişkisi anlaşılır görünmektedir.

Deneyime açıklık da yaşam doyumunu pozitif yönde yordamış, ancak bu ilişki nevrozluğun, sorumluluk ve dışadönüklüğe kıyasla daha zayıf kalmıştır. Deneyime açık bireylerin merak, bilişsel esneklik ve yeni deneyimlere açıklık gibi

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

özellikleri (McCrae ve Costa, 2008), değişen akademik ve sosyal koşullara uyum sağlamalarını ve yaşam deneyimlerini daha çeşitli biçimlerde değerlendirmelerini kolaylaştırabilir. Bununla birlikte, deneyime açıklık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin önceki araştırmalarda diğer kişilik boyutlarına göre daha değişken olduğu görülmektedir (Abdel-Khalek vd., 2023). Mevcut bulgu da deneyime açıklığın yaşam doyumuyla ilişkili olmakla birlikte, bu ilişkinin görece sınırlı olduğunu göstermektedir.

Uyumluluk yaşam doyumunu pozitif yönde yordamış, ancak kişilik özellikleri arasında en zayıf pozitif ilişkilerden birini göstermiştir. Güven, empati, iş birliği ve kişilerarası uyumu sürdürme eğilimiyle karakterize edilen uyumluluk (McCrae ve Costa, 2008), daha destekleyici sosyal ilişkilerin kurulmasını kolaylaştırarak yaşam doyumuyla ilişkili olabilir. Önceki araştırmalar da uyumluluk ile yaşam doyumunu arasında genellikle pozitif ancak görece düşük düzeyde ilişkiler bildirmektedir (Anglim vd., 2020; Steel vd., 2008). Bu nedenle mevcut bulgu, uyumluluğun yaşam doyumuna katkısının özellikle kişilerarası ilişkiler üzerinden ortaya çıkabileceğini düşündürmektedir.

Araştırmanın ikinci hipotezinde, PYAT'ın kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık rolü üstleneceği öngörülmüş, ancak bu hipotez desteklenmemiştir. Bulgular, dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluğun PYAT'ı pozitif yönde yordadığını, nevrotikliğin ise PYAT ile anlamlı bir ilişki göstermediğini ortaya koymuştur. Bu örüntü, kişilik özelliklerinin profesyonel psikolojik yardıma yönelik tutumlarla ilişkili olabileceğini gösteren önceki çalışmalarla büyük ölçüde uyumludur (Kakhnovets, 2011; Nam vd., 2010). Özellikle dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumlulukla ilişkili sosyal açıklık, yeni deneyimlere açık olma, iş birliği ve sorunlarla planlı biçimde başa çıkma eğilimleri, profesyonel yardıma yönelik daha olumlu değerlendirmelerle ilişkili olabilir.

Bununla birlikte, PYAT yaşam doyumunu anlamlı biçimde yordamamış ve kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde anlamlı bir dolaylı etki oluşturmamıştır. Bu bulgu, psikolojik yardıma yönelik olumlu tutumların daha çok yardım arama niyeti ve ruh sağlığı hizmetlerinden yararlanma gibi davranışa yakın sonuçlarla ilişkili olabileceği dikkate alınarak değerlendirilebilir (Nam vd., 2010; Vogel vd., 2007). Yaşam doyumu ise bireyin yaşamının bütününe ilişkin daha genel bir değerlendirmeyi yansıtmaktadır. Dolayısıyla profesyonel psikolojik yardıma yönelik olumlu bir tutuma sahip olmak, tek başına yaşam doyumundaki farklılıkları açıklamak için yeterli olmayabilir. Bu sonuç, PYAT'ın kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide bağımsız bir aracı mekanizma olarak işlev görmediğini göstermektedir.

Üçüncü hipotez kapsamında, PYANS'D'nin kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracı rolü incelenmiştir. Bulgular, PYANS'D'nin yaşam doyumunu negatif yönde yordadığını, ancak kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde anlamlı dolaylı etkiler oluşturmadığını göstermiştir. Dolayısıyla PYANS'D'nin tek başına aracılık edeceğine ilişkin üçüncü hipotez desteklenmemiştir.

PYANS'D ile yaşam doyumu arasındaki negatif ilişki, psikolojik yardım alma nedeniyle başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme beklentisinin bireylerin daha genel yaşam değerlendirmeleriyle de ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Bu bulgu, damgalanmayla negatif ilişkiler bildiren önceki çalışmalarla da uyumludur (Hussain ve Zaini, 2025; Hyseni Duraku vd., 2024). Algılanan damgalanmanın sosyal yargılanma, reddedilme ve etiketlenme kaygılarıyla ilişkili olması, bireylerin psikolojik uyumunu olumsuz etkileyebilir (Clement vd., 2015; Corrigan vd., 2014). Bununla birlikte, PYANS'D'nin kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide tek başına anlamlı bir aracı olmaması, damgalanmanın bu ilişkide bağımsız bir açıklayıcı mekanizma olarak yeterli olmadığını göstermektedir. Bu bulgu, PYANS'D'nin kişilik özelliklerinden doğrudan kaynaklanan bir süreçten çok, bireylerin psikolojik yardım almaya ilişkin değerlendirmeleriyle birlikte ele alınmasının daha açıklayıcı olabileceğine işaret etmektedir.

Araştırmanın dördüncü hipotezinde, PYAT'ın PYANS'D'yi negatif yönde yordayacağı öne sürülmüş ve bulgular bu hipotezi desteklemiştir. Tüm modellerde psikolojik yardım almaya yönelik daha olumlu tutumlar, daha düşük PYANS'D düzeyleriyle ilişkili bulunmuştur. Bu ilişkinin beş farklı kişilik modeli boyunca tutarlılık göstermesi, PYAT ile PYANS'D arasındaki ilişkinin kişilik özelliklerinden bağımsız olarak benzer bir örüntü sergilediğine işaret etmektedir. Bulgular, psikolojik yardıma yönelik olumlu tutumlarla daha düşük damgalanma algıları arasında ilişki bildiren önceki çalışmalarla uyumludur (Vogel vd., 2007). Güncel araştırmalar da damgalanma algısının daha olumsuz yardım alma tutumlarıyla yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (AlSamhori vd., 2024; Al-Johani vd., 2025; Chen vd., 2025).

Bu bulgu Corrigan'ın (2004) damgalanma kuramı çerçevesinde de değerlendirilebilir. Psikolojik danışmayı yararlı ve kabul edilebilir bir destek kaynağı olarak gören bireylerin, yardım almaya ilişkin olumsuz toplumsal değerlendirmeleri daha az benimsemeleri beklenebilir. Bu açıdan, PYAT ile PYANS'D arasında gözlenen negatif ilişki, profesyonel yardıma ilişkin bireysel değerlendirmeler ile yardım almaya yönelik algılanan toplumsal değerlendirmelerin birbiriyle bağlantılı olduğunu düşündürmektedir. Bununla

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

birlikte, araştırmanın kesitsel yapısı bu ilişkinin yönü veya nedenselliği hakkında çıkarım yapılmasına izin vermemektedir.

PYAT'ın kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide tek başına aracılık göstermemesine karşın PYANSND ile tutarlı biçimde ilişkili olması, bu iki yapının yardım arama sürecinde birlikte değerlendirilmesinin önemine işaret etmektedir. Bu ilişkisel örüntü, PYAT ve PYANSND'nin birlikte ele alındığı seri dolaylı etkilerin yorumlanması açısından da bir temel oluşturmaktadır.

Araştırmanın beşinci hipotezinde, PYAT ve PYANSND'nin kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide ardışık (seri) aracılık rolü üstleneceği öne sürülmüştür. Bulgular bu hipotezi büyük ölçüde desteklemiştir. Dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk için anlamlı seri dolaylı etkiler bulunurken, nevrotiklik için seri aracılık yolu anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuçlar, PYAT ve PYANSND'nin bazı kişilik özelliklerinin yaşam doyumuyla ilişkisinde, önerilen seri aracılık modeli içerisinde anlamlı bir dolaylı ilişki örüntüsü oluşturduğunu göstermektedir.

Bulgular, araştırmanın dayandığı kuramsal çerçeveye de uyumludur. Beş Faktör Kişilik Kuramı, kişilik özelliklerinin bireylerin bilişsel, duygusal ve davranışsal eğilimleriyle ilişkili olduğunu öne sürerken (McCrae ve Costa, 2008), Corrigan'ın (2004) damgalanma kuramı yardım alma sürecinde profesyonel desteğe yönelik değerlendirmelerin ve damgalanma algılarının önemine dikkat çekmektedir. Bu iki yaklaşım birlikte değerlendirildiğinde, kişilik özellikleri, PYAT, PYANSND ve yaşam doyumu arasında kuramsal olarak anlamlı bir ilişkiler ağı öngörülebilir. Gözlenen seri dolaylı etkiler bu çerçeveye tutarlı olmakla birlikte, kesitsel tasarım nedeniyle değişkenlerin nedensel veya zamansal olarak birbirini izlediği sonucuna varılamaz.

Seri aracılık yolunun dört kişilik özelliği için anlamlı, nevrotiklik için ise anlamsız olması dikkat çekicidir. Nevrotiklik yaşam doyumunun en güçlü doğrudan yordayıcısı olmasına rağmen PYAT'ı anlamlı biçimde yordamamış ve dolayısıyla önerilen seri yolun ilk bağlantısı oluşmamıştır. Bu durum, nevrotikliğin yaşam doyumuyla ilişkisinin yardım alma sürecinden çok, kaygı, olumsuz duygulanım ve yaşam olaylarını olumsuz değerlendirme gibi bu kişilik özelliğiyle daha doğrudan ilişkili süreçler üzerinden açıklanabileceğini düşündürmektedir (Anglim vd., 2020; Steel vd., 2008).

Bulguların bir diğer önemli yönü, uyumluluğun toplam dolaylı etkisinin anlamlı bulunduğu tek kişilik özelliği olmasıdır. Dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluğun tamamı anlamlı seri dolaylı etkiler göstermesine karşın, yalnızca uyumluluk önerilen aracı değişkenler üzerinden yaşam

doyumuyla anlamlı bir toplam dolaylı ilişki göstermiştir. Bu farklılık, yardım alma tutumları ve damgalanma algılarının uyumluluk ile yaşam doymu arasındaki ilişkinin anlaşılmasında özellikle önemli olabileceğini düşündürmektedir.

Bu bulgu, uyumluluğun güçlü kişilerarası yönüyle açıklanabilir. Uyumlu bireyler güven, empati, iş birliği ve kişilerarası uyumu sürdürme eğilimleriyle tanımlanmaktadır (McCrae ve Costa, 2008). Önceki araştırmalarda da uyumluluğun psikolojik danışma ve profesyonel psikolojik hizmetlere yönelik olumlu tutumlarla ilişkili olduğu gösterilmiştir (Atik ve Yalçın, 2011; Kakhnovets, 2011). Bu kişilerarası eğilimler, profesyonel desteğin daha kabul edilebilir bir kaynak olarak değerlendirilmesi ve yardım almaya ilişkin sosyal yargılanma kaygılarının daha düşük olmasıyla ilişkili olabilir. Dolayısıyla yardım arama süreci, uyumluluğun yaşam doymuyla ilişkisinde anlamlı bir mekanizma olarak görünmektedir. Bu sonuç, uyumluluğun yaşam doymuyla genellikle pozitif ancak nevrotiklik ve sorumluluğa kıyasla daha zayıf ilişkiler gösterdiğini ortaya koyan literatürü (Anglim vd., 2020; Steel vd., 2008), bu ilişkinin nasıl ortaya çıkabileceğini ilişkin olası bir mekanizma sunarak genişletmektedir.

Dikkat çekici bir diğer sonuç, PYAT ve PYANS'D'nin tek başlarına anlamlı aracılık göstermemelerine rağmen, bazı kişilik özellikleri için ardışık olarak ele alındıklarında anlamlı dolaylı etkilerin ortaya çıkmasıdır. Bu örüntü, psikolojik yardıma yönelik tutumlar ile damgalanma algılarının birbirinden bağımsız süreçlerden çok, yardım arama sürecinin ilişkili bileşenleri olarak değerlendirilmesinin yararlı olabileceğine işaret etmektedir. Bu yorum, yardım alma tutumları ile damgalanma inançlarının profesyonel yardım alma sürecini birlikte şekillendirdiğini vurgulayan literatürle uyumludur (Clement vd., 2015; Fox vd., 2018; Schnyder vd., 2017; Vogel vd., 2007). Bununla birlikte, seri dolaylı etkilerin büyüklükleri görece sınırlıdır. Bu nedenle bulgular, PYAT ve PYANS'D'nin kişilik özellikleri ile yaşam doymu arasındaki ilişkileri güçlü biçimde açıklayan mekanizmalar olarak değil, bazı kişilik özellikleri açısından anlamlı ancak sınırlı dolaylı ilişkisel örüntüler olarak yorumlanmalıdır.

SONUÇ

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinde kişilik özellikleri ile yaşam doymu arasındaki ilişkilerde PYAT ve PYANS'D'nin aracı rolü incelenmiştir. Araştırma bulguları, önceki kişilik araştırmalarıyla tutarlı olarak, nevrotikliğin yaşam doymunu negatif yönde; dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluğun ise pozitif yönde yordadığını göstermiştir. Bu sonuçlar, kişilik

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

özelliklerinin beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin yaşam doyumuyla ilişkili temel bireysel özellikler arasında yer aldığını bir kez daha ortaya koymaktadır.

Buna karşılık, PYAT ve PYANSĐ ardışık biçimde ele alındığında dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerde anlamlı seri dolaylı etkiler ortaya çıkmıştır. Bu bulgu, yardım alma tutumları ile damgalanma algılarının birbirinden bağımsız süreçlerden ziyade psikolojik yardım arama sürecinin birbiriyle ilişkili bileşenleri olarak değerlendirilmesinin önemine işaret etmektedir.

Araştırmannın dikkat çekici sonuçlarından biri, toplam dolaylı etkinin yalnızca uyumluluk kişilik özelliği için anlamlı bulunmasıdır. Bu sonuç, yardım alma tutumları ve damgalanma algılarının özellikle kişilerarası yönü güçlü olan kişilik özelliklerinin yaşam doyumuyla ilişkisini anlamada önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Güven, empati, iş birliği ve kişilerarası uyum gibi özelliklerle karakterize edilen uyumluluğun, psikolojik yardım hizmetlerine yönelik daha olumlu değerlendirmeler ve daha düşük damgalanma algıları aracılığıyla yaşam doyumuna katkı sağlayabileceği söylenebilir. Bu örüntü, uyumluluk ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin anlaşılmasında yardım alma tutumları ve damgalanma algılarının birlikte değerlendirilmesinin yararlı olabileceğine işaret etmektedir.

Tüm modellerde PYAT ile PYANSĐ arasında tutarlı biçimde negatif bir ilişki bulunması, psikolojik yardıma yönelik daha olumlu tutumların daha düşük algılanan sosyal damgalanma düzeyleriyle birlikte görüldüğünü göstermektedir. Bu sonuç, üniversite öğrencileri arasında psikolojik yardım hizmetlerine yönelik olumlu tutumları güçlendirmeyi ve damgalanmayı azaltmayı amaçlayan müdahalelerin önemine işaret etmektedir. Özellikle üniversite psikolojik danışma merkezlerinde yürütülecek farkındalık çalışmaları, ruh sağlığı okuryazarlığını artırmaya yönelik programlar ve damgalanma karşıtı psikoeğitim uygulamaları, öğrencilerin yardım arama süreçlerini destekleyerek psikolojik iyi oluşlarına katkıda bulunabilir.

Araştırmadan elde edilen bulgular, kişilik özellikleri, PYAT, PYANSĐ ve yaşam doyumunun birbiriyle ilişkili bir yapı içerisinde değerlendirilmesinin önemine işaret etmektedir. Özellikle PYAT ve PYANSĐ'nin ardışık biçimde ele alınması, kişilik özellikleri ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin anlaşılmasına ek bir perspektif sunmaktadır.

ÖNERİLER

Ruh Sağlığı Profesyonellerine Yönelik Öneriler

Araştırma bulguları, üniversite öğrencileri arasında psikolojik yardım almaya yönelik olumlu tutumların geliştirilmesi ve damgalanma ile ilişkili kaygıların azaltılmasının önemini ortaya koymaktadır. PYAT ile PYANSĐ arasında bulunan güçlü ve tutarlı negatif ilişki dikkate alındığında, psikolojik danışmanlar ve diğer ruh sağlığı profesyonellerinin yardım alma davranışını normalleştirmeye ve psikolojik danışma hizmetlerine ilişkin olumsuz kalıp yargıları sorgulamaya yönelik psikoeğitim programları geliştirmeleri yararlı olabilir. Özellikle farkındalık çalışmaları, ruh sağlığı kampanyaları, önleyici ve gelişimsel rehberlik programları ile psikolojik danışma hizmetlerinin tanıtımına yönelik etkinlikler, öğrencilerin profesyonel psikolojik desteğe ilişkin daha olumlu algılar geliştirmelerine katkı sağlayabilir.

Araştırma bulguları ayrıca psikolojik yardım almaya yönelik tutumlar ile damgalanma algılarının birbirinden bağımsız süreçler olmadığını, aksine yardım alma deneyiminin birbiriyle ilişkili bileşenleri olduğunu göstermektedir. Bu nedenle yardım alma tutumlarını geliştirmeye yönelik müdahaleler aynı zamanda damgalanma ile ilişkili kaygıların azaltılmasına da katkı sağlayabilir. Ruh sağlığı profesyonellerinin bu iki yapıyı ayrı müdahale hedefleri olarak ele almak yerine, bütüncül bir yaklaşım çerçevesinde birlikte değerlendirmeleri önerilmektedir.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Araştırmacının bulguları, kişilik özellikleri ile yaşam doyumu arasındaki ilişkileri açıklayan mekanizmaların daha ayrıntılı biçimde incelenmesi gerektiğini göstermektedir. Her ne kadar anlamlı seri aracılık etkileri elde edilmiş olsa da, bu etkilerin büyüklükleri görece sınırlı kalmıştır. Bu durum, söz konusu ilişkilerde başka psikolojik ve bağlamsal değişkenlerin de rol oynayabileceğine işaret etmektedir. Gelecekte gerçekleştirilecek araştırmalarda psikolojik danışma öz-yeterliği, öz-damgalanma, ruh sağlığı okuryazarlığı, algılanan sosyal destek, geçmiş psikolojik danışma deneyimleri ve ruh sağlığı hizmetlerine erişilebilirlik gibi değişkenlerin daha kapsamlı açıklayıcı modeller içerisine dâhil edilmesi önerilmektedir.

Araştırmacının kesitsel deseni dikkate alındığında, gelecekte boylamsal araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Boylamsal çalışmalar, kişilik özellikleri, yardım alma tutumları, damgalanma algıları ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin zamansal sıralamasını ve olası nedensel mekanizmalarını daha güçlü biçimde ortaya koyabilir. Ayrıca mevcut modelin farklı kültürel bağlamlarda, farklı yaş gruplarında ve farklı eğitim düzeylerinde sınanması, bulguların genellenebilirliğine ilişkin daha güçlü kanıtlar sağlayacaktır.

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

Gelecekteki araştırmalarda güven, empati, şefkat, iş birliği ve kişilerarası duyarlılık gibi uyumlulukla ilişkili özelliklerin, yardım arama süreçleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerdeki rolünün daha ayrıntılı incelenmesi yararlı olabilir.

Üniversite Yöneticilerine ve Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler

Araştırma bulguları, üniversitelerin psikolojik yardım almayı teşvik eden ve ruh sağlığı hizmetlerine ilişkin damgalanmayı azaltan ortamlar oluşturmada önemli bir role sahip olduğunu göstermektedir. Üniversite yönetimleri tarafından psikolojik danışma merkezlerinin görünürlüğünü artırmaya, öğrencilerin mevcut ruh sağlığı hizmetleri hakkında bilgi sahibi olmalarını sağlamaya ve yardım arama davranışına ilişkin olumlu söylemleri desteklemeye yönelik kurumsal girişimlerin hayata geçirilmesi önerilmektedir. Bu tür uygulamalar, öğrencilerin ruh sağlığı hizmetlerinden yararlanmalarının önündeki damgalanma temelli engellerin azaltılmasına katkıda bulunabilir.

Daha geniş ölçekte değerlendirildiğinde, erişilebilir, öğrenci odaklı ve damgalanmaya duyarlı ruh sağlığı hizmetlerini destekleyen yükseköğretim politikalarının geliştirilmesi önem taşımaktadır. Ruh sağlığı okuryazarlığı ve yardım alma farkındalığına ilişkin içeriklerin üniversiteye uyum programlarına, öğrenci gelişim etkinliklerine ve kampüs temelli iyi oluş çalışmalarına entegre edilmesi yararlı olabilir. Ayrıca üniversitelerde ruh sağlığını destekleyen politika ve uygulamaların yaygınlaştırılması, yalnızca öğrencilerin psikolojik destek hizmetlerine yönelik algılarını iyileştirmekle kalmayacak, aynı zamanda daha sağlıklı, kapsayıcı ve destekleyici üniversite ortamlarının oluşturulmasına da katkı sağlayacaktır.

KAYNAKÇA / REFERENCES

- Abdel-Khalek, A. M., Carson, J., Patel, A. & Shahama, A. (2023). The Big Five Personality Traits as predictors of life satisfaction in Egyptian college students. *Nordic Psychology*, 75(2), 113–130. <https://doi.org/10.1080/19012276.2022.2065341>
- Al-Johani, W. M., Almansour, A. H., AlBakr, D. M., Alghirash, D., Alfadhli, A. N., Almutairi, R. B., Mobarki, O. A., Alqasim, S. A., Al-Shammari, M. A. & Abdelwahab, M. M. (2025). Stigma and help-seeking attitudes in relation to psychological distress among medical students in Saudi Arabia. *Clinical Practice And Epidemiology In Mental Health : CP & EMH*, 21,e17450179414477. <https://doi.org/10.2174/0117450179414477250905100917>

- AlSamhori, A. F., AlSamhori, J. F., AlSamhori, A. R. F., Alomari, O., Al-Delaimy, W. K. & Alhalaiqa, F. (2024). The stigma towards seeking help among university students: A cross-sectional study in Jordan. *Middle East Current Psychiatry*, 31, 36. <https://doi.org/10.1186/s43045-024-00425-6>
- Andrade, L. H., Alonso, J., Mneimneh, Z., Wells, J. E., Al-Hamzawi, A., Borges, G., Bromet, E., Bruffaerts, R., De Girolamo, G., De Graaf, R., Florescu, S., Gureje, O., Hinkov, H., Hu, C., Huang, Y., Hwang, I., Jin, R., Karam, E. G., Kovess-Masfety, V., ... & Kessler, R. C. (2014). Barriers to mental health treatment: Results from the WHO World Mental Health Surveys. *Psychological Medicine*, 44(6), 1303–1317. <https://doi.org/10.1017/S0033291713001943>
- Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J. & Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(4), 279–323. <https://doi.org/10.1037/bul0000226>
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199929382.001.0001>
- Atik, G. & Yalçın, İ. (2011). Help-seeking attitudes of university students: The role of personality traits and demographic factors. *South African Journal of Psychology*, 41(3), 328–338. <https://doi.org/10.1177/008124631104100307>
- Bacanlı, H., İlhan, T. & Aslan, S. (2009). Beş Faktör Kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.
- Bücker, S., Nuraydin, S., Simonsmeier, B. A., Schneider, M. & Luhmann, M. (2018). Subjective well-being and academic achievement: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 74, 83–94. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.02.007>
- Chen, D., Wu, Y., Qian, L. & Zhou, Y. (2025) The impact of self-stigma on college students' attitudes toward professional psychological help-seeking: serial-mediated effects of discrimination perceptions and core self-evaluations. *Frontiers Psychology*, 16, 1630323. doi: 10.3389/fpsyg.2025.1630323
- Clement, S., Schauman, O., Graham, T., Maggioni, F., Evans-Lacko, S., Bezborodovs, N., Morgan, C., Rüsch, N., Brown, J. S. L. & Thornicroft,

- G. (2015). What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Psychological Medicine*, 45(1), 11–27. <https://doi.org/10.1017/S0033291714000129>
- Corrigan, P. W. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59(7), 614–625. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.7.614>
- Corrigan, P. W., Druss, B. G. & Perlick, D. A. (2014). The impact of mental illness stigma on seeking and participating in mental health care. *Psychological Science in the Public Interest*, 15(2), 37–70. <https://doi.org/10.1177/1529100614531398>
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (3rd ed.). Sage.
- Çivitci, A. (2015). Perceived stress and life satisfaction in college students: Belonging and extracurricular participation as moderators. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 205, 271–281. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.09.077>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Oishi, S. & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Fischer, E. H. & Farina, A. (1995). Attitudes toward seeking professional psychological help: A shortened form and considerations for research. *Journal of College Student Development*, 36, 368–373.
- Fischer, E. H. & Turner, J. I. (1970). Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35(1), 79–90. <https://doi.org/10.1037/h0029636>
- Fox, A. B., Earnshaw, V. A., Taverna, E. C. & Vogt, D. (2018). Conceptualizing and measuring mental illness stigma: The mental illness stigma framework and critical review of measures. *Stigma and Health*, 3(4), 348–376. <https://doi.org/10.1037/sah0000104>

- George, D. & Mallery, M. (2009). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference*, 17.0 update (10th ed.). Allyn & Bacon.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage.
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (3rd ed.). Guilford.
- Hu, Y., Wang, Z. & Fan, Q. (2022). The Relationship between conscientiousness and well-being among chinese undergraduate students: A cross-lagged study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(20), 13565. <https://doi.org/10.3390/ijerph192013565>
- Hussain, M. H. & Zaini, N. A. B. (2025). Understanding mental health literacy, stigma, and help-seeking attitudes among university students in the Maldives: A mediation analysis. *BMC Psychology*, 13, 1165. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-03468-4>
- Hyseni Duraku, Z., Davis, H., Blakaj, A., Ahmedi Seferi, A, Mullaj, K. & Greiçevci, V. (2024) Mental health awareness, stigma, and help-seeking attitudes among Albanian university students in the Western Balkans: a qualitative study. *Frontiers Public Health*, 12, 1434389. doi: 10.3389/fpubh.2024.1434389
- John, O. P., Naumann, L. P. & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five Trait Taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3rd ed., pp. 114–158). Guilford Press.
- Kakhnovets, R. (2011). Relationships among personality, expectations about counseling, and help-seeking attitudes. *Journal of Counseling & Development*, 89(1), 11–19. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2011.tb00056.x>
- Kim, H., Schimmack, U., Oishi, S. & Tsutsui, Y. (2018). Extraversion and life satisfaction: A cross-cultural examination of student and nationally representative samples. *Journal of Personality*, 86(4), 604–618. <https://doi.org/10.1111/jopy.12339>
- Komiya, N., Good, G. E. & Sherrod, N. B. (2000). Emotional openness as a predictor of college students' attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 138–143. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.1.138>

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Kraha, A., Turner, H., Nimon, K., Zientek, L. R. & Henson, R. K. (2012). Tools to support interpreting multiple regression in the face of multicollinearity. *Frontiers in Psychology*, 3, 44. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00044>
- Lun, V. M. C. & Yeung, J. C. (2019). Elaborating on the effect of culture on the relations of extraversion and neuroticism to life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 142, 79-84. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.01.039>
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2008). The five-factor theory of personality. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3rd ed., pp. 159–181). Guilford Press.
- Möttus, R., Realo, A., Allik, J., Ausmees, L., Henry, S., McCrae, R. R. & Vainik, U. (2024). Most people's life satisfaction matches their personality traits: True correlations in multitrait, multirater, multisample data. *Journal of Personality and Social Psychology*, 126(4), 676–693. <https://doi.org/10.1037/pspp0000501>
- Nam, S. K., Chu, H. J., Lee, M. K., Lee, J. H., Kim, N. & Lee, S. M. (2010). A meta-analysis of gender differences in attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of American College Health*, 59(2), 110–116. <https://doi.org/10.1080/07448481.2010.483714>
- 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. <https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218>
- Schunk, F. & Trommsdorff, G. (2023). Longitudinal associations of neuroticism with life satisfaction and social adaptation in a nationally representative adult sample. *Journal of Personality*, 91(5), 1069–1083. <https://doi.org/10.1111/jopy.12783>
- Schnyder, N., Panczak, R., Groth, N. & Schultze-Lutter, F. (2017). Association between mental health-related stigma and active help-seeking: A systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 210(4), 261–268. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.116.189464>

- Steel, P., Schmidt, J. & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138–161. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138>
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2019). *Using multivariate statistics* (7th ed.). Pearson.
- Topkaya, N. (2011). *Psikolojik yardım alma niyetinin sosyal damgalanma, tedavi korkusu, beklenen yarar, beklenen risk ve tutum faktörleriyle modellenmesi* [Doktora tezi, Ege Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Vogel, D. L., Wade, N. G. & Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 325–337. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.325>
- Vogel, D. L., Wade, N. G. & Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 40–50. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.1.40>
- Vogel, D. L., Armstrong, P. I., Tsai, P. C., Wade, N. G., Hammer, J. H., Efstathiou, G., Holtham, E., Kouvaraki, E., Liao, H. Y., Shechtman, Z. & Topkaya, N. (2013). Cross-cultural validity of the Self-Stigma of Seeking Help (SSOSH) scale: examination across six nations. *Journal of counseling psychology*, 60(2), 303–310. <https://doi.org/10.1037/a0032055>
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu* [Doktora tezi, Ege Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

EXTENDED ABSTRACT

Purpose: Life satisfaction is considered one of the core cognitive components of subjective well-being and reflects individuals' overall evaluations of their lives according to their self-defined standards. Given that university years constitute a critical developmental period characterized by academic, social, and psychological transitions, identifying the factors associated with life satisfaction is of both theoretical and practical importance. Although a substantial body of research has consistently demonstrated associations between the Big Five personality traits and life satisfaction, the psychological processes associated with these relationships remain insufficiently understood. In addition, attitudes toward seeking psychological help and social stigma associated with psychological help-seeking have emerged as important factors associated with individuals' utilization of mental health services.

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

The present study aimed to examine the serial mediating roles of ASPH and SSSPH in the relationships between the Big Five personality traits and life satisfaction among university students in Türkiye. By integrating Five-Factor Theory and Corrigan's stigma framework, the study sought to provide a more comprehensive understanding of the psychological processes through which personality traits are associated with life satisfaction.

Method: The study employed a cross-sectional correlational research design. The sample consisted of 930 university students enrolled at various universities across Türkiye. Participants ranged in age from 18 to 23 years ($M = 20.85$, $SD = 1.47$). Of the participants, 62.3% were female ($n = 579$) and 37.7% were male ($n = 351$).

Data were collected using the Adjective-Based Personality Test, the Attitudes Toward Seeking Psychological Help Scale–Short Form, the Social Stigma Associated with Seeking Psychological Help Scale, and the Satisfaction with Life Scale. Initially, descriptive statistics and Pearson correlation analyses were conducted to examine the relationships among the study variables. Subsequently, serial mediation analyses were performed using Hayes' PROCESS Macro (Model 6) to investigate the direct and indirect effects of the Big Five personality traits on life satisfaction. The significance of indirect effects was evaluated using 5,000 bootstrap resamples and 95% confidence intervals.

Findings: The findings revealed that neuroticism was negatively associated with life satisfaction, whereas extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness were positively associated with life satisfaction. These results indicate that personality traits constitute important predictors of life satisfaction among university students.

Regarding attitudes toward seeking psychological help, extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness significantly and positively predicted ASPH. In contrast, neuroticism was not significantly associated with ASPH. Concerning perceived social stigma, neuroticism was the only personality trait that significantly and positively predicted SSSPH.

One of the most noteworthy findings was that attitudes toward seeking psychological help consistently and negatively predicted perceived social stigma. Students with more favorable attitudes toward seeking professional psychological help reported lower levels of stigma associated with psychological help-seeking. Furthermore, perceived social stigma negatively predicted life satisfaction.

The mediation analyses indicated that neither ASPH alone nor SSSPH alone significantly mediated the relationships between personality traits and life satisfaction. However, significant serial indirect effects emerged for extraversion,

openness to experience, agreeableness, and conscientiousness through the sequential pathway involving ASPH and SSSPH. No significant serial mediation effect was found for neuroticism. Additionally, agreeableness was the only personality trait for which the total indirect effect reached statistical significance.

Conclusion: The findings suggest that the relationships between personality traits and life satisfaction cannot be explained solely through direct effects and that psychological help-seeking processes may play an important role in these associations. Specifically, extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness were associated with more favorable attitudes toward seeking psychological help, which were, in turn, associated with lower perceived social stigma and higher life satisfaction within the proposed serial model.

The results further indicate that attitudes toward seeking psychological help were not directly associated with life satisfaction; rather, their association with life satisfaction emerged within the serial indirect pathway involving perceived social stigma. This finding is consistent with Corrigan's stigma framework and suggests that help-seeking attitudes and stigma should not be conceptualized as independent constructs but rather as interconnected psychological mechanisms within the broader help-seeking process.

Another important finding concerns neuroticism. Although neuroticism emerged as a strong predictor of life satisfaction, no significant serial indirect association through the proposed help-seeking pathway was observed for neuroticism. Future research may examine whether other factors, such as emotional dysregulation, anxiety, stress, and negative cognitive appraisals, are relevant to the association between neuroticism and life satisfaction.

The present study contributes to the literature by integrating personality traits, psychological help-seeking attitudes, social stigma, and life satisfaction within a single explanatory framework. The findings underscore the importance of promoting favorable help-seeking attitudes and reducing stigma-related barriers in interventions aimed at enhancing university students' well-being. Awareness-raising and anti-stigma initiatives implemented by university counseling centers and mental health professionals may play a valuable role in fostering life satisfaction and psychological well-being among emerging adults.

Çıkar Çatışması Bildirimi

Üniversite Öğrencilerinde Kişilik Özellikleri ve Yaşam Doyumu...

Bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve / veya yayınlanmasına ilişkin herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Destek/Finansman Bilgileri

Bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve / veya yayınlanması için herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

Yapay Zekâ Kullanımı Bildirimi

Bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve / veya yayınlanması için herhangi bir yapay zekâ aracından faydalanılmamıştır.